

特集

福島の肉

豊かな自然を抱き、畜産が盛んな福島県。
県産牛肉のブランド「福島牛」は、
生産者が丹精込めて育んだ逸品です。
福島牛は発育が良く肉質に優れていることから、
全国レベルの枝肉共励会（えだにくきょうれいかい）において、
最高位を筆頭に上位入賞を果たし、
全国から高い評価を受けています。
福島牛をはじめとした県内のおいしいお肉や、
畜産にかける生産者の思いを紹介します。

▲いわき市「芝山牧野（しばやまぼくや）」

畜産農家のコスト低減と省力化を主な目的に放牧を行っている。牛や馬に適度な運動や新鮮な牧草を与えることにより、繁殖能力の向上や生産寿命の延長に貢献している。

編集担当より　10月号は「福島の肉」特集として、一部のコーナーをお休みして制作しています。



福島牛

福島県内で生産された黒毛和牛。その中でも肉質等級4等級以上の銘柄『福島牛』は、品質・風味ともに一級品。色鮮やかでキメ細かな霜降りを持ち、やわらかな肉質はまろやかな味わい。

読者からのお便り

特集「子ども食堂」、虐待のニュースが多い中、地域で子どもが安心できる居場所づくりが行われていることを初めて知りました。これからも子育てがしやすい環境をつくってほしいです。(いわき市 20代)



高品質の福島牛を県内の家庭に届けたい

福島牛生産者　鈴木（すずき）　廣直（ひろなお）さん

牛の肥育（ひいく）を始めて50年、現在36頭を育てています。肥育の際は、牛の体調管理に特に気をつけています。エサは満腹まで与えず、あえて腹9分目の量にしているんです。

福島牛は全国規模の共励会（きょうれいかい）で数多くの賞を獲得しています。県内の生産者のレベルが高いのは、統一したエサを使っているからです。震災後、風評で苦しんだときに、肥育農家が団結して統一のエサを作ろうということになったんです。そのエサのおかげもあって共励会で好成績を残していますが、まだまだ風評の影響はあり、質が良いだけに悔しい思いです。

福島牛の出荷は東京が中心ですが、今後は県内の消費を拡大したいです。ぜひ家庭でおいしい福島牛を食べてほしいですね。



平成29年7月の第19回全（ぜん）農肉牛枝肉共励会（のうにくうしえだにくきょうれいかい）では、鈴木さんが最高位の名誉賞を受賞。最優秀賞、優秀賞も福島県の生産者が獲得。

Check 福島牛の安全・安心への取り組み

県産の肉牛は、放射性物質の全頭検査を実施しているため、安全であることを確認された牛肉のみが流通しています。検査結果はすべてホームページで公表しています。

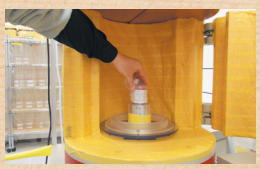
ふくしま新発売。　検索

牛肉の全頭検査の状況（平成23年8月28日～平成30年7月31日）

牛　肉	検査頭数	基準値超過数	超過割合
	148,755頭	0件	0.00%



検体の前処理（細断）



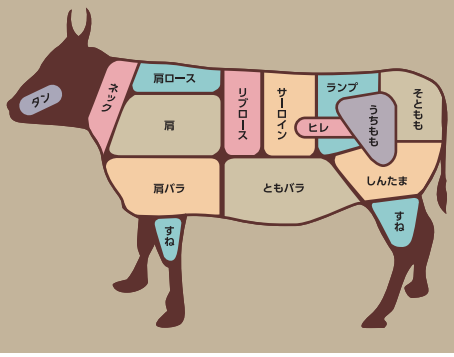
放射性セシウムの検査

特集の「子ども食堂」は、都会の話だと思っていました。本県の実状が分かってよかったです。（伊達市 50代）

家庭で作っておいしく食べよう！

福島牛レシピ

代表的な部位を使用した、手軽に作れるレシピをご紹介します。

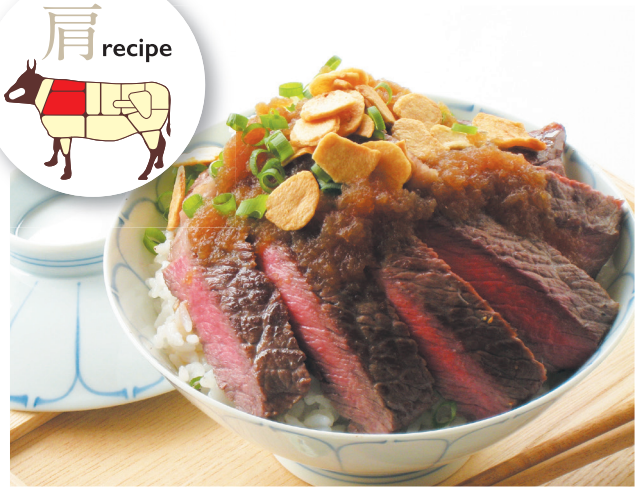


福島牛を食べたい方はこちらから

福島牛の販売店・料理指定店をホームページで紹介しています。

福島牛販売促進協議会　検索

肩 recipe



牛肩ロースのガツンとステーキ丼

市販のステーキソースならさらに時短！

材料（2人分）

- 牛肩ロース（ステーキ用）…… 300g
- サラダ油または牛脂…… 大さじ1
- 塩、こしょう……少々
- A
  - 玉ねぎ（すりおろし）…… 1/4個
  - すりおろしにんにく…… 大さじ1
  - ポン酢…… 大さじ3
  - 合わせておく
- ガーリックチップ…… 適量
- 万能ねぎ（小口切り）…… 適量
- 炊きたてご飯…… 400g（丼2膳分）

① 30分程室温に置き、表面に軽く切れ目を入れた牛肩ロースに塩、こしょうをし、中火に熱したフライパンで両面を焼く。
② ①をアルミホイルで包み5分程休ませる。
③ ①のフライパンにAを入れて弱火で加熱し、フツフツとしたら火を止める。
④ 食べやすく切った②をご飯に盛り付けし、③のソースと、万能ねぎ、ガーリックチップをのせる。

バラ recipe



牛バラ肉のオイスターソース炒め

強火で一気に仕上げる時短料理です！

材料（2人分）

- 牛バラ肉（薄切り）……150g
- にら…… 5本
- もやし……1袋
- 塩、こしょう…… 少々
- A
  - オイスターソース…… 大さじ2
  - 酒…… 小さじ1
  - しょうゆ…… 小さじ1
  - 砂糖…… 小さじ1
  - すりおろしにんにく…… 小さじ1
  - 合わせておく
- サラダ油…… 大さじ1

① 牛バラ肉は食べやすい大きさに切り、塩、こしょうをする。
② にらは5センチの長さに切り、もやしは水洗いし水気をしっかり取る。
③ 強火に熱したフライパンにサラダ油を回し入れ、①を入れて牛バラ肉に火が通ったら次に②を加える。軽く炒めたらAを回し入れ、炒めながら味が全体に回ったら器に盛り付ける。

すね recipe



牛すね肉のポトフ

和風だしなら、おでんのようなおいしさに！

材料（2人分）

- 牛すね肉（少し大きめに切る）… 300g
- じゃがいも…… 2個
- 玉ねぎ（皮をむく）…… 1個
- にんじん…… 小1本
- セロリ（筋を取る）…… 1本
- にんにく（皮をむく）…… 2片
- 塩、こしょう……少々
- オリーブオイル…… 大さじ1
- 白ワイン…… 大さじ3
- A
  - コンソメ顆粒…… 大さじ2
  - 水…… 1ℓ

① 牛すね肉に塩、こしょうをし、中火に熱した鍋にオリーブオイルを入れ、焼き色をつけたら白ワインを回し入れる。Aとセロリの葉を加えてアクを取り、フタをして弱火で1時間煮込む。
② にんにくを縦半分に切り芽を取る。セロリとほかの野菜類は大きめに切る。
③ ①に②を入れ、野菜がやわらかくなるまで煮たら盛り付け、セロリの葉を飾る。

読者からのお便り

レシピは毎号楽しみにしています。毎日の料理で何にしようと思ったときに大変助かります。（喜多方市 60代）
【編集担当より】福島牛のレシピもぜひ試してみてくださいね。

の肉

生産者が愛情を込めて育てた、
福島県が全国に誇るブランド肉をご紹介します。

うつくしまエゴマ豚







県が開発した種豚「フクシマL2」と品種系統の明らかな2種を交配した三元交雑種に、すりつぶしたエゴマの種を混ぜた飼料を与えて育てる。必須脂肪酸の一種「α-リノレン酸」が通常の豚肉の約2.7倍含まれ、おいしくて体に良いと人気。

問 うつくしまエゴマ豚普及推進協議会
☎024(573)0514

麓山高原豚



県内指定農家による限定生産。トウモロコシ、玄米などの穀類とキャッサバ(イモ類)などのでんぷん質、木酢酸、アマニ油などをバランス良く配合した専用飼料で育てる。臭みが少なく、アクの出にくいやわらかな豚肉。脂肪があっさりしているため、脂身のうま味が引き立つ。

問 JA全農福島畜産販売課
☎024(956)2983

麓山高原豚 検索

エゴマ豚のおいしさを伝えたい



うつくしまエゴマ豚生産者　佐藤 孝徳さん

エゴマ豚に出会って豚肉の概念が変わりました。肉がやわらかく脂があっさりしているので、脂身が苦手な女性や高齢の方でも食べやすいんですよ。うちではエゴマのほかにも焙煎大豆のキナコや麦など、こだわりのエサを与えています。自分の生産した豚肉を食べてもらいたくて、4年前に「塩川屋」を開きました。お客さんの「おいしい」がうれしいですね。



看板メニューの潮(しお)ラーメン。エゴマ豚のチャーシューが美味。メンチカツも人気。

問 農家レストラン 塩川屋
☎0241(24)2520

「福島スペシャリテ」、やじろべえの竹民芸品を見たことはあったのですが、作っている人の顔を見てもう一度作品をよく見てみたくなりました。(郡山市 30代)

まだまだあります！ふくしま

川俣シャモ



養蚕業で栄えてきた川俣町で、絹織物で財をなした人々の娯楽として飼われていた軍鶏をもとに改良。プリプリとした歯ごたえと、かむほどにうま味が広がる肉は、低脂肪・低カロリーでヘルシー。どんな料理にも合うが、特にシャモ鍋スープは絶品。

問 川俣町農業振興公社
☎024(566)5860

川俣シャモ 地鶏屋本舗 検索





会津地鶏



黒く長い尾羽は春の彼岸に舞われる「会津彼岸獅子」の獅子頭に使われるなど、会津で古くから親しまれてきた。肉は豊かなコクとジューシーなうま味、甘みのある脂が特徴。鶏特有の臭みも少なく、和風・洋風を問わずさまざまな料理に向いている。

問 会津養鶏協会　☎0242(94)2266

会津養鶏協会 検索





生産者こだわりの地鶏ブランド



川俣シャモ振興会 会長　佐藤（さとう） 治（おさむ）さん

現在13軒の農家が川俣シャモを生産しています。質を均一にするためにマニュアルを作成し、専用のエサや地下水を与え、抗生物質やホルモン剤は一切使っていません。味が評価されて東京の著名な飲食店でも提供されています。生産者の研修で飲食店を訪問し、どんな料理に使われているか確かめたりシェフの話を聞いたりもしているんですよ。



川俣シャモは、広くて風通しの良い鶏舎で、ストレスなく育てられる。

読者からのお便り　「わかる県政」めざせGAP認証日本一！、原発事故後、福島県産の農作物に懸念を持たれてる中、FGAPの推奨は大変良いと思います。(南相馬市 60代)