



短角牛をおいしくいただくために

### 解凍は冷蔵庫で時間をかけて

ドリップ(肉の旨味)が出ないよう、冷蔵庫でゆっくり解凍します。また、調理する少し前に冷蔵庫から取り出し、常温に近い状態にしておくと、調理しても固くならずおいしくいただけます。特に、ステーキ肉は、冷蔵庫からお肉を取り出したら、30分~1時間ほど室温に置き、お肉の中心まで室温に戻すことで焼く時に肉の中心までムラなく熱が伝わり、おいしく焼き上がります。

### 塩・こしょうしたらすぐに焼く

塩・こしょうした瞬間からお肉は固くなります。塩・こしょうをしたら、すぐに熱したフライパンへ。

### 火炙りを注意!! ← 重要!! ひっくり返すのは1度だけ

赤身は焼くと次第に固くなっていきます。赤身肉を柔らかく食べるには、肉汁が出てきたところでひっくり返します。ステーキの場合、余熱で火を通す時、アルミホイルで軽く蓋をしておくとかままで火が上手に通ります。

### 調味料と薬味はいろいろ用意しよう

ソースや、塩、わさび醤油など、短角牛に合う調味料はさまざまですが、肉の旨味をシンプルに味わうなら、塩・こしょうがおすすめ。お好みのステーキソース、しょうゆ、わさび、柚子こしょうなどお好みでお試ください。



### いわて山形村短角牛

岩手県の北部に位置する山形地区。この地域で飼育されているのが「いわて山形村短角牛」です。雪に閉ざされる冬は牛舎の中で育ち、春になると広大な放牧地に母子で放牧され、秋には里に再び降りてくる「夏山冬里」方式がとられています。牛本来が持つ生命力と風土を活かした飼育方式が短角牛の大きな特徴です。

自然の中で育つ山形村短角牛の肉質は、低脂肪で味の良い赤身が特徴です。健康的な環境で育てられた短角牛の赤身には、旨味の源となるグルタミン酸やイノシン酸などもたっぷり含まれており、噛むほどに味わいが増す味の豊かさが自慢です。

### いわて山形村短角牛 販売元

#### 総合農舎山形村

tel.0194-75-2929 fax.0194-75-2930  
総合農舎山形村公式ホームページ → <https://nousya.jp>  
山形村短角牛公式ネットショップ → <https://nousya.thebase.in>

#### 短角考房北風土

tel.090-8783-9183 fax.0194-75-2370  
kitafood@clock.ocn.ne.jp

#### 柿木畜産

tel.090-2607-7271 fax.0194-62-7717  
<http://www.kakiki-chikusan.com>

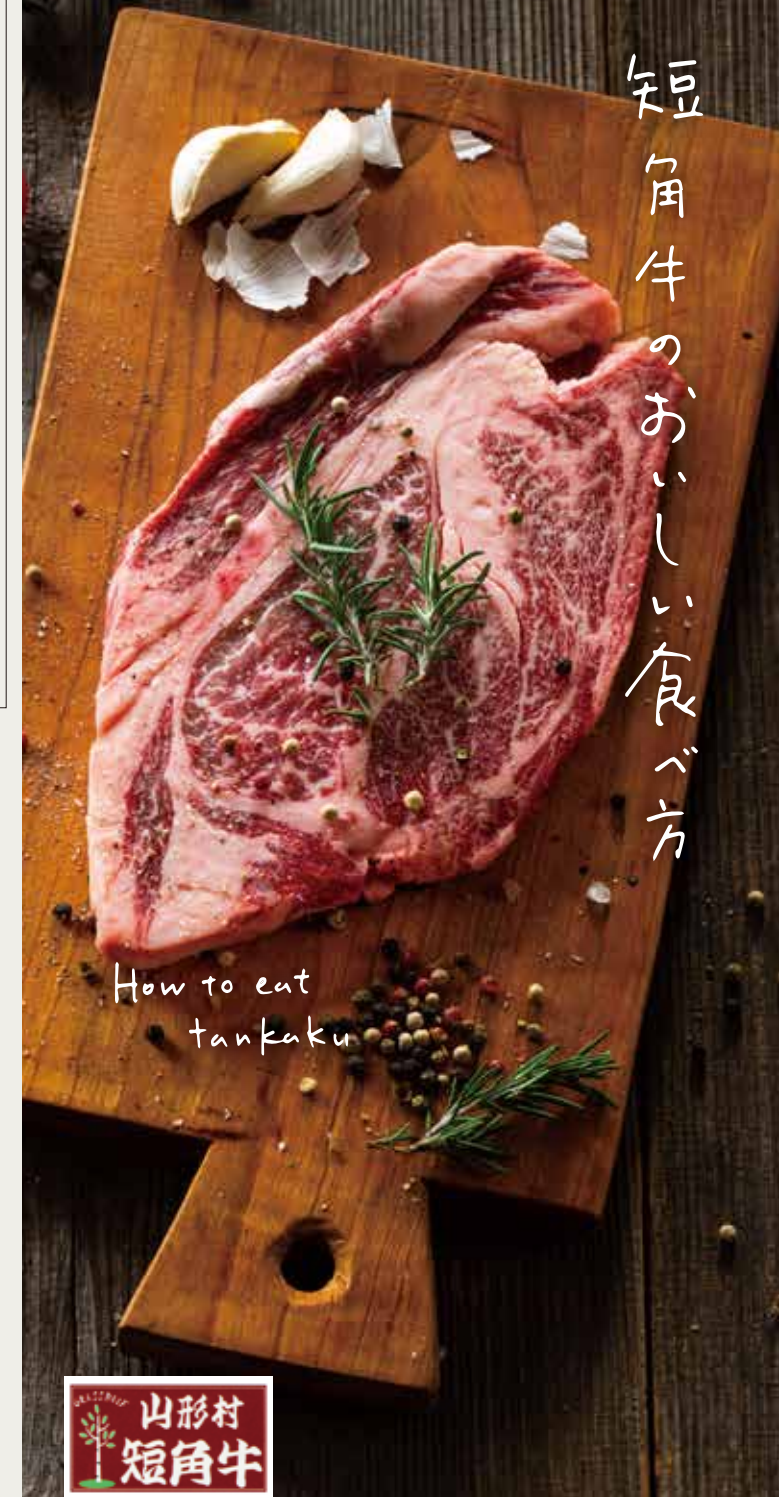
### いわて山形村短角牛についてのお問い合わせ

#### JA 新いわてくじ短角牛肥育部会

tel.0194-52-1548  
<https://tankaku-hiiku.com>

#### 久慈地方農業農村活性化推進協議会 (県北広域振興局農政部内)

tel.0194-53-4983



短角牛のおいしい食べ方







## 焼肉用赤身スライス



### 解凍方法

冷蔵庫でゆっくり解凍してください。  
解凍時間の目安は8時間ですが、ドリップが出てパサパサの食感になる場合がありますので、ご注意ください。

### 調理方法

- ①フライパンに牛脂または油をひいて熱します。
- ②短角牛に塩をふり、塩をふった面から熱したフライパンにのせて焼きます。
- ③肉の中心に火が通り、表面に肉汁が出始めたらひっくり返します。
- ④右の写真のような焼き色がついたらすぐにフライパンから外します。
- ⑤お好みで野菜を巻いたりわさびを付けていただくと、一段とおいしく召し上がれます。



焼き上がり後はすぐにお召し上がりください。

## 焼肉用バラスライス



### 解凍方法

冷蔵庫でゆっくり解凍してください。  
解凍時間の目安は8時間ですが、ドリップが出すぎると旨味が抜けてパサパサの食感になる場合がありますので、ご注意ください。

### 調理方法

- ①フライパンに牛脂または油をひいて熱します。バラ肉には脂身があるので、油は少なめにします。
- ②短角牛に塩をふり、塩をふった面から熱したフライパンにのせて焼きます。
- ③肉の中心に火が通り、肉汁が出始めたらひっくり返します。
- ④右上の写真のような焼き色がついたらすぐにフライパンから外します。
- ⑤お好みで野菜を巻いたりわさびを付けていただくと、一段とおいしく召し上がれます。



焼き上がり後はすぐにお召し上がりください。



## ステーキ (サーロイン・リブロース・肩ロース)



### 解凍方法

冷蔵庫でゆっくり解凍してください。  
解凍時間の目安は12時間ですが、ドリップが出すぎると旨味が抜けてパサパサの食感になる場合がありますので、ご注意ください。

### 調理方法

- ①フライパンに牛脂または油をひいて熱し、肉に塩をふったらすぐにその面から焼いてください。塩をふるとすぐに肉汁が出始めるので、焼かずに放置していると旨味が損なわれてしまいます。
- ②右の写真のような焼き色がついたらひっくり返し、表面と同じ時間をかけて焼いたら取り出します。
- ③肉をフライパンから取り出し5分ほど休ませ、余熱で肉の中心に熱を通します。
- ④肉汁が落ち着いてからお好みのサイズにカットしてお召し上がりください。お好みでわさびを付けていただくと、一段とおいしく召し上がれます。



焼き上がり後はすぐにお召し上がりください。