



和田湖和牛の 牛肉を味わおう



よいにくのひ
牛肉まつり4月29日

当JAでは毎年、管内産の「あおもり十和田湖和牛」をPRするため、「429(よいにくの日)」に牛肉まつりを開催しています。祭りでは、管内の畜産農家さんから提供された肉質最上級のあおもり十和田湖和牛を、バーベキューで味わいます。会場では肉の即売会も行われ、最高ランクの牛肉を味わおうと多くの来場者が訪れます。

第9回JA十和田おいらせ 牛肉まつり

開催日時：平成30年4月29日（日）

午前11時～午後3時まで

開催場所：JA十和田おいらせ本店構内

(十和田市西十三番町4-28)

参加チケット 1セット2,500円（税込）

[十和田湖和牛350g、野菜盛り合わせ、
焼き道具一式など]

前売り券取扱所

JAB本店畜産課、十和田市役所農林畜産課

※詳細は、当JA畜産課まで TEL : 0176-23-0332

※チケット料金等変更になる場合があります。



ご紹介します

J A十和田おいらせ 牛肉
高品質ブランド
「あおもり十和田湖和牛」を

牛肉豆知識 各部位のおいしさ

おすすめ 料理方法

Let's Cooking!

①ネック 筋が多く肉質は硬いが、味は濃厚。カレーやシチューに最適。

②肩 脂肪が少ない赤身肉。肉質はやや固めなため煮込み料理などに。

③肩ロース きめが細かく適度に脂肪がのり柔らかい。薄切り肉にして幅広い料理に。

④肩バラ 赤身と脂肪が層になっている部位。肉じゃがなどに最適。

⑤リブロース 肋骨の背部分で霜降りが多く軟らかい。ローストビーフやしゃぶしゃぶなど。

⑥ヒレ 上品な風味があり、枝肉の3%しかとれない希少な部位。ステーキなど焼き物に最適。

⑦サーロイン 最高の肉質部位。味、香り、風味ともに抜群で、ステーキに最適。

⑧トモバラ 赤身と脂肪が層になった部分。濃厚な風味が特徴で焼肉の「カルビ」として使われる。

⑨内モモ 赤身の大きな塊肉で、脂肪が少ない。ビーフカツなどに。

⑩シンタマ 赤身中心の部位。周辺部はきめがやや粗いが内側はきめ細かく柔らかい。焼肉などに。

⑪ランプ(ランチ) 肉のきめが細かく、柔らかい赤身肉。味に深みがありステーキ、すき焼きなど色々な料理で楽しめる。

⑫外モモ 一番運動する筋肉。きめが粗く、脂肪が少ない。煮込み料理に最適。

⑬スネ 筋が多く肉質は硬いがエキスやゼラチン質がたっぷり。



牛肉の栄養素

タンパク質

タンパク質は3大栄養素の1つ。血液や皮膚、内臓など体を作るうえで欠かせない栄養素です。体の免疫力アップの作用があると言われています。



ヘム鉄

赤血球に含まれるヘモグロビンを構成する栄養素。貧血予防や冷え性に効果が期待されます。

牛肉×シン

免疫力アップ



シンに含まれる抗酸化作用は、たんぱく質と一緒に摂ると免疫力アップにつながります。



牛肉×ナス

疲労回復効果

ナスに含まれるコリン、牛肉に豊富に含まれる鉄には、疲労回復効果があると言われています。



産者へ聞いてみました！



自慢の牛を育てています！

JA十和田おいらせの畜産後継者の会会長を務める折田和久さん(40)は、肥育牛30頭、繁殖牛32頭、子牛25頭を育てています。毎日牛のえさやりや糞の掃除、牛舎の管理を行い、牛の健康状態を1頭ずつ確認しています。「相手は生き物なので、常に体調管理には注意している」と話します。

管理方法やエサの与え方など、農家ごとに違うため、その肉の味にも違いが出ます。「消費者の方からの“おいしい”という言葉が何よりも嬉しい」と話します。畜産農家として「より上を目指したいという気持ちは誰にも負けない」と折田さん。夢は「牛を100頭まで増頭し、経営を全て一貫経営でまかなえるようにしたい」と力を込めました。

JA十和田おいらせ「畜産後継者の会」

畜産後継者の会は平成23年に、畜産農家の後継者育成を目的に結成されました。

折田和久さんを会長に、管内の畜産後継者19人で構成されています。その活動は、立派な牛を育てるため、管内のベテラン農家を講師とした講習会や、県外への視察研修など多岐に渡ります。

