

# しまねを食べようキャンペーン vol.05

掲載内容はこちらでも確認できます <http://www.sanin-chuo.co.jp/shimane-shoku/>



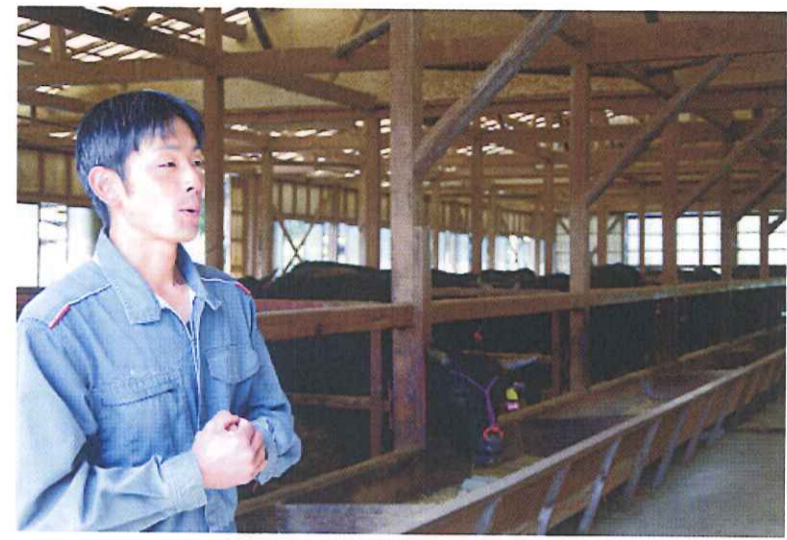
**しまね まいもん ☆recipe**  
 公益社団法人 島根県農畜士会  
**長ねぎのグラタン (2人分)**

材料  
 長ねぎ 1本  
 ベーコン 2枚  
 しめじ 1/2袋  
 ブロッコリー 小房 4個  
 バター 大さじ1  
 小麦粉 大さじ2  
 牛乳 100ml  
 固形スープの素 1/4個  
 こしょう 少々  
 ピザ用チーズ 40g  
 パン粉 大さじ2

作り方  
 ① 長ねぎは斜めの薄切りに、ベーコンは一口大に切る。  
 ② しめじは小房に分け、ブロッコリーはざっとゆでておく。  
 ③ フライパンにバターを熱し、ベーコンを炒めて油を出す。  
 ④ 火を止めて②に小麦粉を振り入れて混ぜ合わせる。  
 ⑤ ③にブロッコリーと牛乳、固形スープの素、こしょうを加えて火にかけて混ぜてとろみをつける。  
 ⑥ バター(分量外)を塗った耐熱皿に具材を入れピザ用チーズとパン粉を散らす。  
 ⑦ 温めて置いたオーブントースターで10分弱加熱する。(焼き色がつけいたら完成)

秋から冬に向かっておいしくなる、長ねぎ、ブロッコリー、長ねぎは和風料理に大活躍ですが、旬のものは甘くて柔らかく、ぜひ、洋風の料理にも使ってみてください。つぼみを食べるブロッコリーは、ビタミンC・E・K・カロチンなどが豊富です。つぼみだけでなく茎の部分も味わってみてください。紹介した料理は、簡単にホワイトソースが作れますのでぜひお試しください。

栄養価(1人当たり)  
 ◆エネルギー: 311 kcal ◆脂質: 20.5g  
 ◆たんぱく質: 12.9g ◆塩分: 1.5g



親子3代で黒毛和牛の肥育に取り組み伊藤誠司さん = 出雲市東福町

## しまね和牛 上質な肉牛生産に奮闘

出雲市東福町の伊藤牧場は、黒毛和牛の飼育と柿の栽培に家族経営で取り組んでいる。親子三代が現役で働く牧場は県内でも珍しく、家族ならではの息の合った仕事ぶりが光る。子牛の値上がりや後継者問題などで、牧場の数が減る中、「本物の味」を食卓に届けようと、質のいい牛の育成に奮闘中だ。2013年には、出荷した牛が県肉牛枝肉共進会で最優秀賞を受賞するなど、大きな成果も実っている。

現在四つの子牛で約120頭の黒毛和牛を育てており、柿は西条柿、伊豆柿、富有柿の三品種を1300坪の面積で栽培している。三代目の伊藤誠司さん(41)が就農したのは2001年。元々は祖父の文夫さん(84)が二つトリを飼ったのが、牧場の始まりだという。時代とともに、地域で栽培が盛んだった柿を育て始め、柿の下草を食べさせるために牛を飼うなど、牧場の形は少しずつ変化してきた。今では肉牛肥育と柿が二本柱になり、父の俊男さん(85)も含め親子三代で、一人ひとりが役割分担しながら誠司さんと、牧場を運営している。

## 親子3代で守る「本物の味」

### 子供たちにおいしい国産牛を

後8〜9カ月の子牛を県内の市場で購入し、牧場で一年半から1年8カ月ほどかけて大きく育てる。飼料は、トウモロコシや麦などを配合したもので、安全性や牛の健康に気を配っている。買った子牛が牧場に来て間もない頃は「慣れない環境で不安なはず」と、こまめに見回るとして、異変があれば素早く対応できる体制をとっている。

一頭の牛の成長には、複雑な要素が絡み合う。子牛が元々持っている力、牧場の持つ育てる力、「その二つがマッチしない」といわれる。誠司さん、光る素質を持った子牛でもそれを引き出しやれないと、平凡な結果に終わる。逆に、さほど素質がなさそうな子牛を、

### 牛の素質引き出す

牛の年間出荷量は約70頭。生後8〜9カ月の子牛を県内の市場で購入し、牧場で一年半から1年8カ月ほどかけて大きく育てる。飼料は、トウモロコシや麦などを配合したもので、安全性や牛の健康に気を配っている。買った子牛が牧場に来て間もない頃は「慣れない環境で不安なはず」と、こまめに見回るとして、異変があれば素早く対応できる体制をとっている。

畜産農家を取り巻く環境は年々、厳しさを増している。東日本大震災や熊本地震など、各地の災害の影響で、全国的に子牛の数が足りない状態が続いている。そのため、子牛の値段も大きく跳ね上がっており、飼料の値段も高止まりするなど負担が増えるばかりだ。後継者問題などもあって、じわじわと牧場の数は減っており、特に個人経営の牧場はすいぶん数が少なくなっている。

その中で踏ん張る誠司さんには、「本物の味を守りたい」という思いがある。「子供が頃から食べていないと、大人になってから食べても、おいしさが感じられないんです。おいしい国産牛を食べたいのがない子供、めったに食べない子供が増えている。農場の減少などで牛を育てる現場を見る機会も減り、子供に「牛」が遠く存在になっていっているのが気がかりだ。



伊藤牧場は柿の生産にも力を入れている = 出雲市東福町

### 「食の縁結び甲子園」全国大会を開催

初代王者は三笠高校(北海道三笠市)  
 松江農林高校、松江養護学校が出場

高校生の料理コンテスト「食の縁結び甲子園」の第1回全国大会が11月12日、松江市学園南1丁目のくにびきメッセで開かれました。書類選考などを通過した全国の10チームが、お米を使ったランチのアイデアと出来栄を競い、島根和牛の牛丼をメインにした弁当を作った三笠高校(北海道三笠市)が初代王者に輝きました。地元からは松江農林高校(松江市)と松江養護学校(同)が出場し、島根の食材をアピールしました。

お問い合わせ/島根県教育庁教育指導課 TEL.0852-22-6057  
<http://ww2.sanin-chuo.co.jp/special/shokunokoushien/>

得々プレゼント情報

味わいキャンペーン!  
**しまね和牛肉**や、お食事券などが**当たる!**

応募期間 平成28年**11月26日**⑤▶**12月25日**⑤  
 詳しくは「しまね和牛肉ブランド確立推進協議会」TEL.0854-85-7101  
<http://www.shimane-wagyuu.org/>

### 牛を身近な存在に

伊藤牧場では、多くの人に食べてもらうため、さらに牛肉の質を上げようと、牛のストレスを減らし、効率よく育てる方法を模索している。改善したいことは多く、消費者の好みも時代とともに変化しているが、牛は育てるのに時間がかかる、すぐに対応できるものではない。「自分が思う、いいものを作るしかない」と信じて、牛の世話を続けている。

山陰中央新報社「しまねを食べよう」キャンペーンに賛同しています

味わいキャンペーン!  
 商標登録No. 第4199901号

# しまね和牛肉

当る!

主催/しまね和牛肉ブランド確立推進協議会

神話の里・島根で育った、最高級品質の「しまね和牛肉」。

応募期間 平成28年**11月26日**⑤▶**12月25日**⑤

## しまね和牛肉ブランド確立推進協議会指定店

お近くの指定店の店内にある「味わいキャンペーン!」応募用紙にご記入の上、お申し込みください。応募〆切/平成28年12月25日(日)

精肉屋		飲食店	
■ お肉の神戸屋 松江市東朝日町116-1 TEL0852-21-0645	■ (株)北陽ミートセンター 出雲市小山町222 TEL0853-23-3811	■ 焼肉レストラン味道園 松江市東朝日町78-7 TEL0852-28-1000	■ 焼肉 大和 出雲市塩冶町826-4 TEL0853-24-3119
■ ミートショップきたがき 松江市西茶町71 TEL0852-26-2760	■ 肉の藤増ストア 出雲市知井宮町973 TEL0853-21-1839	■ 島根ワイナリー (レストラン) 出雲市大社町菱根264-2 TEL0853-53-5577	■ ステーキハウス萌美野 飯石郡飯南町上赤名1664 TEL0854-76-2983
■ (有)宮本食肉店(松江こだわり市場) 松江市朝日町484-4(JR松江駅西側高架下) TEL0852-28-0626	■ JAしまね出雲地区本部 ラピタ本店 出雲市今市町95 TEL0853-21-6068		
■ 牛肉処 えんや(一畑百貨店内) 松江市朝日町611(松江一畑百貨店B1F) TEL0852-55-2983	■ オオクボジャンボ市店 益田市下本郷町1-22 TEL0856-22-7411		