

東北食べる通信

2018

世なおしは、食なおし。

4
月号

倉石牛

特集

舌と目で肉をつくる牛飼

くらし
ぎゅう

青森県五戸町の
沼沢利夫さんたちが育てた

東北食べる通信

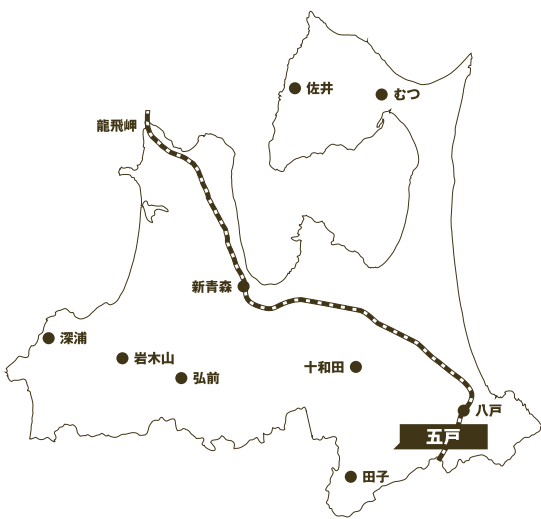
舌と目で肉をつくる牛飼



4

月2日

6°C



【青森県五戸町倉石】

文＝高橋博之 写真＝玉利康延、黒田知範

築30年の牛舎には、鉄の柵で仕切られたスペースが左右に11ずつ、合わせて22ある。その奥行き3m70cm、幅2m60cmのスペースにはそれぞれ2頭の牛が入っていて、合わせて44頭の牛が暮らしている。他にも牛舎がふたつ。ぜんぶで120頭ほどの牛の世話をする沼沢利夫さん(61)は夕刻近く、一輪の荷車で餌を牛に与え始めると、番犬のシロが後ろをテクテクついていった。「シロは病気の牛がいるとそいつの鼻を舐めるんだよ。同じ動物同士だからわかるだろうな」と言いながら、沼沢さんはせっせと餌を運び入れる。自分の番はまだかと言わんばかりに、給餌の順番が後ろに控える牛たちの鳴き声が大きくなる。最後の牛まで餌がいき渡ると、鳴き声はびたりと止んだ。静寂の中で、牛たちが食欲を満たす音だけが聞こえてくる。

餌を口の中でもぐもぐとはむ音。コンクリートの地面にこぼれた餌を舌でザザッと舐める音。餌を夢中で食べるあまり、ツノを鉄の柵にカンカンとぶつける牛もいる。息つく間もないのだろうか、鼻息が次第に荒くなっていく。ときおり、げっぶも聞こえる。耳をすますと、胃が消化する音のようなまてかすかに聞こえてくる。そして、食べた側から、ポタポタ、ジャーと、糞尿を排泄する音が混じり合う。食欲に餌を食いつける牛たちが奏でる、生々しい音の世界。そこには、圧倒的な「生」の鼓動があった。

狂牛病ショック

生きものの体は食べものでできている。肉牛肥育農家の仕事は、適切な餌を与えることで牛を成長させ、市場に評価される上質な肉をつくることだ。ところが、経済効率

を優先させるあまり不適切な餌を与えたことが原因で、1986年にイギリスで発生したのがBSE(牛海綿状脳症)問題だ。牛の脳に異常型プリオンタンパク質が溜まり、脳がスポンジ状になる病気である。イギリスでは20世紀初めから、病気になって死んだ牛や豚、羊などの家畜の屍体を煮詰めて乾燥させた肉骨粉が牛の飼料として使用されていた。

通常通り2時間かけて圧力鍋で煮込んでいれば病原体は死滅するはずだったのだが、折しも石油価格が高騰する最中、業者は煮込む時間を30分に短縮してしまったのである。結果、病原体が残った肉骨粉を摂取した牛が感染し、BSEを引き起こすことになった。そもそも草食動物の牛に肉骨粉を与えていたこと自体も問題なのだが、人間が経済効率を優先させたことが感染を拡大

させる引き金となった。イギリスでは20万頭以上の牛が感染し、その牛を食べたのが原因で、1986年にイギリスで発生したのがBSE(牛海綿状脳症)問題だ。肉骨粉を売りさばいた人や草食動物である牛を肉食に変えた人たちが経済的利益を得て、そのリスクだけが消費者に行き着いてしまったのである。イギリス政府が国内での肉骨粉の使用を禁止すると、業者は一斉に国外へ輸出を始めた。その肉骨粉の中には、感染した牛の屍体も混入していた。

これによって、各国に被害が飛び火。日本でも2001年に千葉県でBSEの疑いがある牛が発見されたことに端を発し、狂牛病としてマスコミ報道も加熱。BSEの牛が見つかったと報道された農家や、目視検査をした女性獣医師などが自殺に追い込まれた。その後、36件のBSEを発症した牛が確認されることになる。BSEで大きな被害を出

したアメリカ産牛肉の輸入が禁止されると、牛弁の価格が跳ね上がるなど牛肉を取り扱う食品・飲食店業者は大きな打撃を受けた。一般消費者を巻き込み社会問題となったが、中でも肥育農家が受けた風評被害は深刻なものだった。沼沢さんは当時の苦境をこう振り返る。「たいへんだったよ。でも、俺だけじゃなく、肥育農家は日本中みんなたいへんだったからそういうもんだと思ってやるしかなかった」。

不都合な真実

BSE問題が発覚した後、日本ではすぐに世界でも稀に見る厳しい安全対策が打ち立てられた。一つめの対策は、解体前に脳内の異常型プリオンタンパク質の有無をチェックする全頭検査である。年間、26億円もの国費が全頭検査に投じられた(感染リスク

はないという国の指針により、2008年7月に予算措置を打ち切り)。もうひとつの対策は、病原体が特に集中して集まりやすい、脳、眼、扁桃、脊髄及び回腸遠位部などの特定危険部位の除去だ。さらに、肉骨粉などの動物性の飼料を牛に与えることが禁止された。また、牛肉のトレーサビリティも確立された。生まれた子牛には10桁の個体識別番号が表示された耳標がつけられ、その牛がどこで生まれ、どこに売られ、何を食べ、いつ出荷されたかという履歴がすべてわかるようになった。現在、沼沢さんの牛舎にいる牛もすべて耳標がつけられている。

BSE問題でここまで安全対策を講じたのに、肥育ホルモンを使用したアメリカ産の肉牛の輸入が禁止されていないのはおかしいと、政府のダブルスタンダードに沼沢さんは憤る。

特集
倉石牛

牛スネ肉のステーキ

焼くだけでもおいしい。煮込んでもおいしい。

スネ肉と聞くと硬いのでは、長く煮込まないといけないのでは、と身構えてしまいがちですが、そんな人にこそおすすめしたいのが「ただ焼くだけ」。牛肉らしい歯ごたえと、噛むほどに広がる脂の甘みは、牛肉ファン以外にも感動と発見の部位と言えるでしょう。もちろん、煮込めば煮込むほどに食感が劇的に変化するのも牛スネ肉のいいところ。もちもちとした食感と、染み出すスープを堪能できるレシピもご紹介します。

牛スネ肉のステーキ

材料 (1人分)

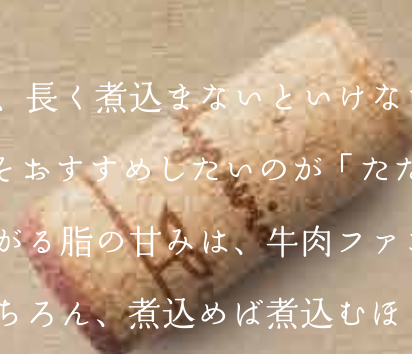
- 牛スネ肉 200g
- 好みの野菜 適量
- サラダ油 小さじ1
- 塩 少々
- こしょう 少々

作り方

- ① 牛スネ肉は解凍したあと、室温に30分～1時間ほど戻す。
- ② フライパンまたは鉄板にサラダ油をひき、弱めの中火にかけてしっかり熱する。牛スネ肉を、厚さ×90秒を目安に片面ずつ焼く。(4cmなら6分が目安)
- ③ 全面を焼いたら火を止め、アルミホイルに包んで肉汁を少し落ち着かせる。
- ④ 鉄板を軽く拭き、牛脂を使って野菜を焼く。
- ⑤ ③をカットし、④の野菜を添える。塩・こしょうで調味していただく。

牛スネ肉の解凍

冷凍されている牛スネ肉は、冷蔵庫で半日～1日かけて、低温でゆっくりと解凍してから使います。ステーキなどで楽しむ場合は、冷蔵庫で解凍したあと、さらに30～60分室温に戻します。直接流水につけると旨味が流れ出てしまうので避けましょう。再凍結は鮮度が損なわれるので避けましょう。



いえで
つくる

今月の一品

つくる
いえて

FOOD
DESIGNERS NETWORK

倉石牛のいろいろレシピ



春野菜と牛スネ肉の正統派ポトフ

材料(4人分) セロリ 1本
牛スネ肉 200g たけのこ 1本
春キャベツ 1/2玉 (水煮処理済み。お好みで)
にんじん 2~3本 白ワイン 100ml
たまねぎ(小) 2個 塩 大さじ1
じゃがいも 3~4個 マスタード 適量

- ① 外葉を外した春キャベツ、皮をむいたにんじんとたまねぎを大きめの鍋に入れる。牛スネ肉、長めにカットしたセロリ、たけのこを加えて、材料がすべて浸るくらいまで白ワインと水を加える。
- ② 強火にかけ、沸騰したらアク取りをする。強めの弱火にし、塩大さじ1を加えて牛スネ肉が柔らかくなるまで煮る。
- ③ 食べる20分前くらいにじゃがいもを加え、火が通ったらできあがり。
- ④ 大皿に盛り、食べやすい大きさにそれぞれ切ってとり分ける。それぞれの器で塩・こしょうで調味しながら、マスタードを添えていただく。

牛すね肉と大根と卵のうま煮

材料(4人分) 五香粉 お好みで
牛スネ肉 200g ネギ 適量
大根 1/3本 からし お好みで
にんにく 3片 しょうゆ 大さじ2
サラダ油 小さじ1 ※ みりん 大さじ2
水 200ml オイスターソース 大さじ1
ゆで卵 2個 砂糖 大さじ1

- ① 牛スネ肉、皮をむいた大根は大きめの一口大に切る。
- ② フライパンにサラダ油をひき、牛スネ肉、大根、皮をむいたにんにくを丸ごと入れ、少し焦げ目がつくくらいまで焼く。
- ③ ※の調味料を加え、水200mlを足して牛スネ肉が柔らかくなるまで煮る(圧力鍋を使うと10分ほど)。
- ④ 途中でゆで卵、お好みで五香粉を小さじ1/2加え、汁気が最初の量から半分になるまで煮詰める。ネギを散らし、からしを添えていただく。



日曜日に作る本格インド風牛肉カレー

材料(2~3人分) シナモン 小さじ1
牛スネ肉 200g カルダモン 大さじ1
たまねぎ(スライス) 2個分 クロブ 大さじ1
しょうが(おろし) 2片分 ※ コショウ 小さじ1
にんにく(おろし) 4片分 チリ 小さじ1/2
マスタードシード(あれば) 大さじ1 クミン 大さじ1
トマト水煮(缶) 250g コリアンダー 大さじ1
ココナッツミルク(缶) 250g ターメリック 大さじ1
塩 大さじ1 ガラムマサラ 大さじ1
はちみつ 大さじ1 ごはん 2~3膳
サラダ油 100ml 香菜 お好みで

- ① フライパンにサラダ油とマスタードシードを加えて弱火で熱し、パチパチと跳ねてきたらたまねぎを加えて強めの中火にする。揚げるようにゆっくりと炒め、全体がしっかりと茶色になったら水100mlを加え混ぜる。
- ② ①の水気が飛んだら※のスパイスと塩を加え、よく炒め混ぜてペースト状にする。
- ③ 牛スネ肉は小さめの一口大に切り、②に加えてさらに炒める。
- ④ しょうがとにんにく、トマト水煮、ターメリックとガラムマサラ、ココナッツミルク、はちみつを順に加えては煮詰め、とろみが出るまで1時間~2時間ほど弱火で煮る。塩とはちみつで味を整える。
- ⑤ ごはんと一緒に器に盛り、香菜を刻んでお好みで散らす。

