

ぐんまの豚肉



G - アナライズ & PR チーム
リポート Vol. 2

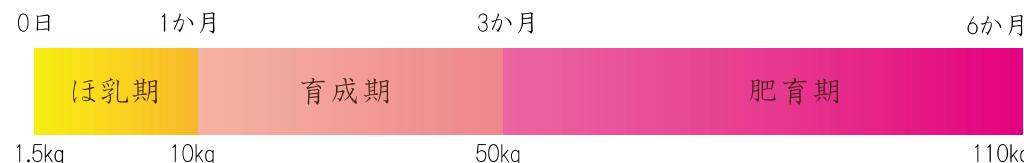
ぐんまの豚肉を知る

群

馬県は、山麓から拡がる広大な大地と清らかな水系に恵まれた飼養環境や、消費地である首都圏に位置しているという立地条件を活かし、全国でも有数の養豚県としての地位を築いています。



愛情を込めて6か月



母

豚は、一度におよそ10頭の子豚を産みます。子豚は誕生してから、約6ヶ月間、約110kgになるまで手塩にかけて育てられます。母豚は生涯(3~4年)で6回ほど出産します。

全国有数の養豚県

- 飼養頭数 629,600 頭(全国シェア6.9%) **全国第4位** 平成31年畜産統計
- 農業産出額 409 億円(全国シェア6.7%) **全国第5位** *
- 群馬県の農業産出額に占める割合 16.7% **全国第1位** *

(※) 平成30年生産農業所得統計

名山に
名豚あり

飼 養頭数第1位の前橋市が約30%、
2位の桐生市が約28%、3位の渋川市
が約11%で、上位3市で全体の7割を
占めています。



● 美味しさ多彩！ぐんまの銘柄豚

飼料や品種、飼養方法など、生産者は様々なこだわりを持って豚を育てます。その一部は銘柄豚となり、全国で400を越える銘柄が流通しています。群馬県内にも30以上の銘柄豚があります。

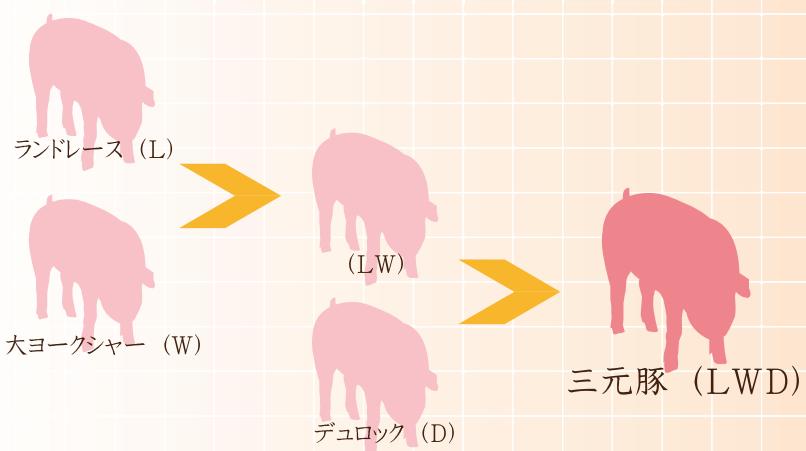


● 品種へのこだわり

イノシシを家畜化し人が豚とともに暮らすようになったのは、8千年前。我が国で豚肉が食べられるようになったのは、明治維新後のこと。その後、品種改良も進みました。

食用としてはランドレース種、大ヨークシャー種、デュロック種などの品種があり、現在は、これらを3種以上掛け合わせた、いわゆる「三元豚」が主流。良質な豚肉の安定的な生産を行えるようになりました。

一般的な三元豚の交配模式図



● 飼料へのこだわり

豚肉の肉質や食味を決める大きな要素が、飼料です。現在はトウモロコシを中心とした穀類が多く、そのほとんどを輸入に頼っています。産地の差別化を図るため、地域の特産を加えた餌で育てた豚肉も多くなってきました。



群馬県は全国有数の麦の産地です。古くから、麦を与えた豚肉は品質が良くなることが知られており、主要銘柄となっている「上州麦豚」は、麦類を配合した飼料を与えています。また、近年では、飼料自給率の向上等の観点から、飼料用米の栽培が盛んに行われており、飼料用米を与えた「下仁田ポーク米豚」などの銘柄豚があります。



健康に育つぐんまの豚



品質の高い美味しい豚肉を生産するため、飼育管理・衛生マニュアルを厳守し、安全な配合飼料を使用しています。CSF(豚熱)を予防するため、全ての豚にワクチン接種を行っています。ワクチンを接種した豚の肉を食べても、人の健康に影響はありません。

ぐんまの豚肉を分析

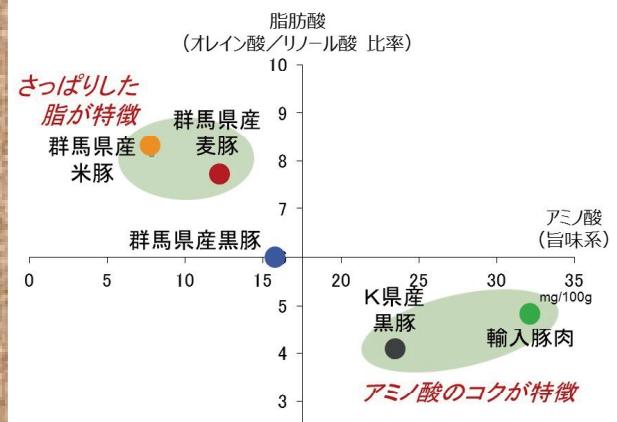
比較対象
県内量販店で通常店頭に並んでいる商品から検体を選出しています

- 群馬県産麦豚
- 群馬県産米豚
- 群馬県産黒豚
- K県産黒豚
- 輸入豚肉

分析部位:ロース肉
分析:群馬産業技術センター、群馬県農業技術センター



あきないおいしさ



麦豚、米豚ともにさっぱりした、あきのこない美味しさが特徴です。

【オレイン酸】

- 脂肪酸のひとつで、食肉の甘みや香りにプラスに働きます。
- 血中のコレステロールを適正に保つ働きがあるとされています。
- 酸化されにくいので、動脈硬化や老化の予防に役立つといわれています。

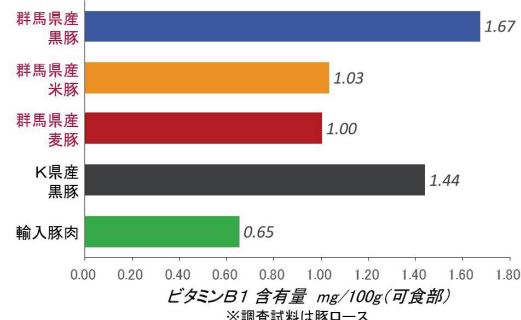
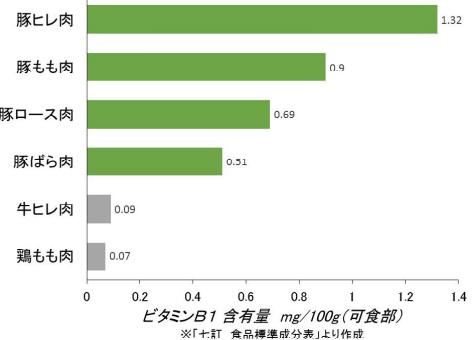
【リノール酸】

- 脂肪酸のひとつで、雑味を呈し、食味にマイナスに働きます。
- 酸化されやすく、低温で溶けてべとつきます。

あきないおいしさ 元気回復！

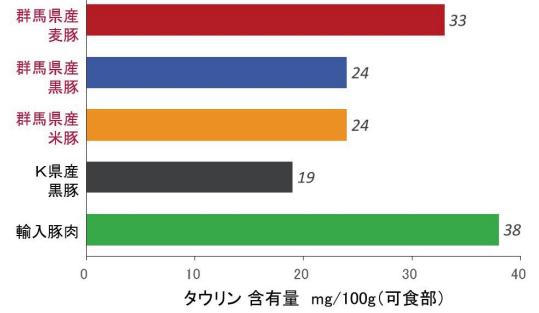


ビタミンB1

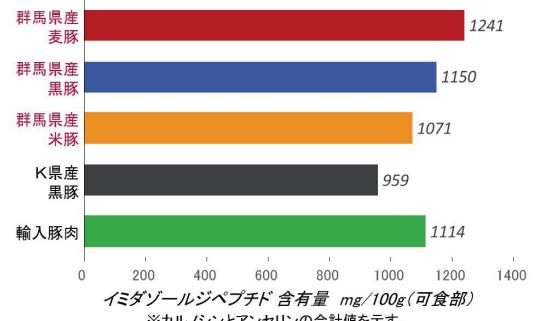


豚肉は、ビタミンB1含有率が食品中でNo.1。糖質がエネルギーに変わるので促進し疲労回復に効果があるとされています。アルコール分解酵素の働きを高め二日酔いにも有効とされています。

タウリン・イミダゾールジペプチド



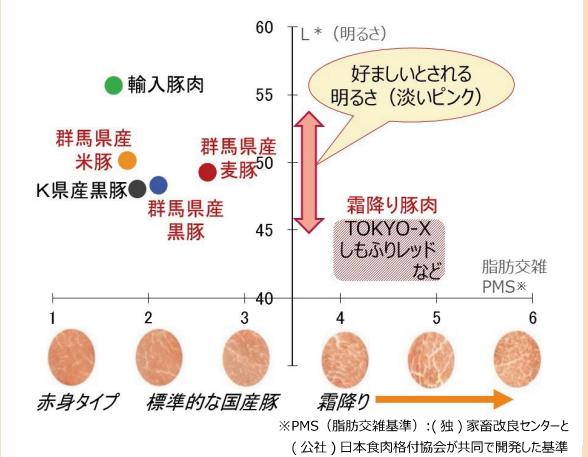
タウリンは栄養ドリンクの有効成分にもなっているアミノ酸。
肝臓の働きをサポートし
疲労回復に役立つとされています。
血中コレステロールや
中性脂肪を減らす働きもあるとされています。



イミダゾールジペプチドは、
いくつかのアミノ酸が結合した物質。
活性酸素を撃退し、疲労感を軽減したり、
脳の老化を予防する効果があるとされています。



ぐんまの豚肉は
色も良好



消費者が豚肉を購入する時の基準として
一に価格、二に色と言われています。
ぐんまの豚肉は味・栄養成分だけでなく
色もいいんです。

ぐんまの豚肉は
みなさんの元気を
応援します

ぐんまの豚肉を料理する

★豚肉に含まれるビタミンB1やタウリンなどの栄養成分は水溶性。揚げたり、焼いたりのレシピがオススメ！

★スープなど茹で汁まで食べるメニューでも、栄養を余すことがなく取り込めます。



材料(2人分)

■ミルフィーユカツ
豚ロース薄切り(6枚)／プロセスチーズ(1個)／ミニトマト(4個)／バジル(4枚)／塩、コショウ(各少々)／小麦粉、溶き卵、パン粉、サラダ油(各適量)

■簡単トマトソース
ニンニク(1片)／タマネギ(1個)／トマト缶※カットしたもの(1缶)／オリーブ油(大さじ1と1/2)／塩(小さじ1/2)／顆粒昆布だし(小さじ1/4)／コショウ(少々)

豚肉のミルフィーユカツ

《豚肉のミルフィーユカツ》

- (1) プロセスチーズは縦半分に切る。ミニトマトは一口大に切り種を取る。
- (2) 豚肉を2枚並べ、塩、コショウで下味を付ける。
- (3) (2)の上にバジル、ミニトマト、チーズを並べて巻き終わったら、別の1枚を横に置いて端から具材が出ないように包む。
- (4) (3)に小麦粉、溶き卵、パン粉を付ける。
- (5) フライパンに油を入れ、170℃で両面がきつね色になるまで6～7分揚げる。
- (6) (5)をカットしたらトマトソースを添える。

《簡単トマトソース》

- (1) ニンニク、タマネギをみじん切りにする。
- (2) 鍋にオリーブ油大さじ1とニンニクを入れてから火にかける。香りが立ってたらタマネギを加え、透き通るまで炒める。
- (3) トマト缶を汁ごと加え、沸騰したら弱火で20～30分煮る。
- (4) 昆布だし、塩、コショウ、オリーブ油大さじ1/2を加えて味を調える。

豚肉と小松菜のおこげあんかけ

群馬県産豚肉の上質な脂を存分に味わう栄養満点のレシピ。

小松菜の鉄分は、タンパク質と一緒に摂ることで吸収率がアップするので豚肉との相性もバッチリ！

材料(2人分)

■おこげ

ご飯(2杯分)／植物油(適量)

■小松菜あんかけ

豚バラ薄切り(2枚)／小松菜(130g)／ホタテの貝柱(4個)／むきエビ(6尾)／ニンジン(20g)／シメジ(1/6パック)／乾燥キクラゲ(4枚)／長ネギのみじん切り(1/4本分)／ショウガみじん切り(1片分)／炒め用油、塩、コショウ(各適量)

■調味料A

鶏がらスープ(250cc)／酒(大さじ1/2)／オイスターソース(小さじ2)／醤油(小さじ1)／塩(少々)／水溶き片栗粉、ごま油(各適量)



- (1) ご飯を1センチほど厚さで、揚げたときに崩れないよう丸くしっかりと成形する。クッキングペーパーに並べ、ラップをかけずに電子レンジで片面3分加熱。新しいクッキングペーパーに換え、裏返して3分加熱し、水分を飛ばす。
- (2) (1)が完全に冷めたら、ひたひたの油で片面2分ずつこんがりと揚げる。
- (3) 乾燥キクラゲを水で戻したら材料を食べやすい大きさに切り、小松菜は葉と茎に分けて長めに切る。貝柱、エビ、豚肉に塩、コショウ、酒で下味をつける。
- (4) フライパンに油を熱したら貝柱とエビを軽く炒めて取り出す。
- (5) 更に油を熱し、ショウガと長ネギのみじん切りを入れて炒め、香りがたつたら豚肉と固い野菜類から順に火を通す。最後に小松菜の葉を加える。
- (6) (5)に火が通ったら(4)を加え、調味料Aを入れる。煮立ったら水溶き片栗粉でとろみを付け、ごま油で香りを付ける。
- (7) 皿におこげを盛り付け、あんをかける。

豚肉の和風バーガー

タマネギやニラに含まれる辛み成分のアリシンはビタミンB1の吸収率を高める働きがあります。



材料(2人分)

豚ロース薄切り(150g)／春菊の葉(1本)／タマネギ輪切り・トマト輪切り(各約5ミリ・2枚)／レタス(2枚)／パンズ(2個)／マヨネーズ(大さじ2)／醤油・みりん・酒(各大さじ1)／砂糖(小さじ2)／サラダ油(小さじ1)

- (1) パンズをトースターで2～3分焼く。
- (2) タマネギをレンジ(600W)で2分加熱する。トマトは種を取る。春菊は葉を茎から外しておく。
- (3) 豚肉を食べやすい大きさに切る。フライパンに油を敷き(テフロン加工なら不要)、豚肉を炒め、酒、砂糖、しょうゆ、みりんで味付けし、汁気がなくなるまで煮詰める。
- (4) パンズの下半分にマヨネーズを大さじ1/2を塗る。レタス、春菊、トマト、タマネギ、豚肉の順に重ね、その上にマヨネーズを大さじ1/2を乗せる。最後に春菊の葉2～3枚を乗せ、上のパンズをかぶせる。

ぐんまの豚肉を味わう

飲食店で～ぐんま地産地消優良店

和豚もち豚の角煮弁当

Cafe&dining gurumi

群馬県高崎市金古町2377-1

027-373-9630

長時間煮込んだトロトロ角煮です。
ご飯は川場村の雪ほたか米を使っています。



お取り寄せで



上州麦豚ロース肉、バラ肉

群馬県食肉卸売市場
肉の駅ららん店

群馬県藤岡市中1131-8

ららん藤岡／道の駅ふじおか内

0274-25-8122

麦を多く含む飼料で育てた上州麦豚。古くから
麦作りが盛んな群馬ならではの銘柄豚です。
その美味しさは優れた肉質にあり。きめ細かく、
なめらかで、くせのないあっさりとした風味の豚
肉です。



江原ハーブ豚『未来』丼

キーマカレーオムライス

野菜酒家 なっぱ畠

群馬県高崎市冷水町132-1

027-386-8078

ハーブを食べて育った県産江原ハーブ豚未来
を使用。丼は地元で採れた新鮮野菜のグリル
と合わせて。キーマカレーオムライスは、未来
のひき肉をぜいたくに使っています。



しょうが焼定食

ホルモン焼定食

もつ煮定食、ひれかつ丼

和房どんぐり

群馬県太田市内ヶ島町1406-1

0276-45-7162

群馬県産の加藤ポークをヒレ、ロースそしてホ
ルモンまで、和食中心で各種テイクアウトメニ
ューとしてご用意しています。臭みのない上質
な味わいをお楽しみください。



くちどけ加藤ポーク

加藤ポーク

群馬県太田市下浜田町1266

0276-46-0075

くちどけ加藤ポークは、一般豚に比べてオレイン酸が豊富。さらにリノール酸の割合も低く理想的
の脂肪酸組成を持ちます。ヘルシーなおいしさ
が自慢の豚肉は、ぜひ“しゃぶしゃぶセット”で
お試しください。



豚ロース味噌漬け ジャンボ肉しうまい

下仁田ミート 安中店

群馬県安中市板鼻136-1

027-382-6912

柔らかな赤身と甘みのある脂で口当たりの良さ
が自慢の「下仁田ポーク」。肉しうまいはお肉
たっぷり、ジャンボサイズの逸品。味噌漬けはも
ろみ味噌にじっくり漬け込んだ柔らかおいしいロ
ース肉。このほか「下仁田ポーク米豚」のお買
い求めもこちらから。



赤城山プロシュー

Hütte HAYASHI

群馬県前橋市三夜沢町534

027-283-2983

群馬の銘柄豚・福豚の骨付きモモ肉を海塩に
漬け込み、1年以上じっくりと乾燥熟成させて仕
上げた生ハム。福豚と赤城山の風土、職人の
技が織りなす味わいは、纏細ながら力強く、ナ
ツツを思わせる熟成香が広がります。Hütte
Hayashiの看板商品です。



谷川の雪サラミ

育風堂精肉店

群馬県利根郡みなかみ町大穴814-1

0278-72-3574

雪化粧の谷川岳を思わせる白肌にボルドー色
が美しい、イタリア発祥の白カビ・サラミ。県産
豚肉に群馬の地酒「谷川岳」とグリーンベッパ
ーを合わせて8週間熟成。しっとりクリーミーな
肉感、凝縮した旨みが味わえます。12か月熟
成の本格生ハム“はもんみなかみ”も人気です。



とんとんのまちカレー

ぐりーんユアサ

群馬県前橋市上青梨子町80-1

027-252-6147

体が喜ぶビタミンB1と良質のタンパク質がたっ
ぱり、そして甘みがいっぱいの上州麦豚だから、
体に優しく、美味しいカレーができました。レトル
トパウチでご家庭でも手軽に味わえる、ほどよ
い辛さがクセになる中辛カレーです。



ぐんまの豚肉



G- アナライズ&PRチーム
Presents



— G- アナライズ&PRチームとは —

群馬県産農畜産物について、多くの消費者が注目する「健康」などに関わる成分について分析し、その成果を消費者に伝え、消費者の反応を農業生産現場、技術指導に反映させていく取り組み。

群馬県知事自らがチームリーダーとなり、県農政部を中心に農畜産物の試験研究、販売促進、生産振興などに関わる職員により構成されるプロジェクトチームである。