

食について考える - あなたは何を選びますか? ~食にこだわる業界人のインタビュー満載~

M 新鮮で安全な肉を選ぶために

パッケージをはずせば同じように見える肉、どんな点に気を付けて選んでいますか? パースで良質な肉を提供している精肉店「MONDO Butchers」の Robert Garreffa さんに、こだわりや買い物時のアドバイスを教えてもらいました。



MONDO Butchers
経営者
Robert Garreffa さん

—— 私たちはお客さんにヘルシーな食生活を提供するため、10年ほど前からオーガニックの肉を取り扱い始めました。当店の肉には添加物などの化学薬品は一切使われていません。最近では食べるもの、特に子どもたちの口に入るものに気を遣う人が多く、フリーレンジやホルモンフリーの肉への需要が高まっています。防腐剤を始めとする添加物に対して拒否反応を示す人が増え、極力そうしたものを口にしないようにしようとする流れも見えますね。また当店では、食生活に制限のある人のために、グルテンや防腐剤が入っていないソーセージも提供しています。私は、最近子どもたちに増えているグルテンアレルギーは、小麦を多用する西洋の食生活が原因だと考えています。防腐剤などの添加物がたくさん含まれているということも言えるかもしれません。



ホルモンなど化学薬品を使わずに育てられたチキン。



—— オーガニックの肉は生産の段階から厳しく管理されているので、安全で健康的であることはもちろん、薬品を投与しないなどの慈愛を持って動物を育てるという動物福祉、また環境にやさしいという点からも、いま注目を集めています。パースの市場はシドニーやメルボルンに比べて非常に小さく、ゆっくりと成長を遂げているところです。私たちはお客さんによりヘルシーな選択肢を提供すると同時に、この産業をサポートしていきたいと願っています。

M 購入&保存のワンポイントアドバイス

オーガニックの肉を買う時は、認定機関のロゴ、もしくは認証番号を必ずチェック。各認定機関のウェブサイトでは認証番号を入力すると、その商品の生産者がわかるようになっている。また、スーパーなどで一般的に販売されている肉には、バクテリアの発生を抑えるために脱酸素剤が入っていることが多く、保存期間が長くなる一方で肉が硬くなりやすいので、なるべく早く使うようにするとよい。購入後は冷蔵庫の一番冷える場所で保存し、すぐに食べない場合はできるだけ早く冷凍庫にしまって6ヶ月以内を目安に使い切ること。

M 肉の部位の名称

ある特定の部分の肉が欲しいけど、その英語名が分からないという時のために、日本語名とは異なる呼び方がされている各部位の名称をご紹介します。

■ 牛肉

- 仔牛肉 veal
- ひき肉 mince
- ロース sirloin
- もも肉 rump
- もも上部肉
..... silverside
- ひれ肉 fillet
- あばら肉 rib
- テイル (尾) oxtail
- 霜降り肉
..... marbled beef

■ 豚肉

- ロース loin
- ひれ肉 fillet
- もも肉 leg
- あばら肉 sparerib

■ 鶏肉

- むね肉 breast
- もも肉 thigh
- 手羽元 drumstick
- 手羽先 wing
- 砂肝 gizzard / giblets

