

も~とまらない!

センターサポーター通信 vol.3

甲斐センターサポーター通信はHPにて
カラー版を公開中です！ぜひご覧ください☆

パルシステム山梨 長野
センターサポーター



こちらの二次元
コードからアク
セスできます♪

■発行責任者
甲斐センター長 倉田
■問い合わせ先
活動支援課 秋山

食料自給率も考えた“日本のこめ豚”について学習しました♪

●「日本のこめ豚」のはじまり●

日本の食料自給率は2020年度でわずか37%！ポークランドグループの豊下さん（こめ豚生産者）は以前より日本の食料自給率の低さに大変な危機感を抱いておられました。そこで秋田の水田で育てた飼料米を飼料に飼料会社で少しずつ配合し、豚に与え始めたのがはじまりです。



ポークランド
豊下さん

●東日本大震災をきっかけに●

東日本大震災の際には飼料工場の被災により、飼料が全く入らなくなり豚舎の餌が底をついてしまいましたが、飼料米が手元にありそれを砕くことにより豚の餌が確保出来たそうです。それをきっかけに外国産トウモロコシに頼りきらない飼料を開発され、今では飼料米が40%入った飼料を食べた豚が出荷されています。

広々とした
豚舎

●耕畜連携・資源循環が広がる●

飼料米を育てることは遊休農地の活用につながり、耕畜連携と資源循環につながります。

●健康に育てる●

豚舎に入る前に人や車両の消毒はもちろんの事、豚たちは籾殻が敷き詰められた柵も、しきりもない広々とした豚舎で育てています。そのため豚はストレスの少ない環境で薬剤に頼らず飼育されています。

●美味しさへの追及●

食肉処理場から、直接（株）パルミートで加工され、パルシステムの管理のもと私たちの元に届きます。一度も凍結させていないので、お肉の旨味はたっぷりです。

(センターサポーター Y・A)

「日本のこめ豚」について知りたい方は
こちらをチェック！！



センターサポーター I・Wの推しコメント♪



パルシステムの産直豚肉の日本のこめ豚は、何と云っても”健康第一”!!薬剤に頼らず、自然治癒に任せ、ストレスのたまらないよう伸び伸びと育った豚さん達。日本のお米を食べて育てているので、臭みも少なく、とても柔らかいです。生産者さん達が「豚の気持ちに寄り添い」ながら育てている愛情たっぷりの豚さんです。一度も凍結しない新鮮なお肉を召し上げ。

第1回モニター交流会を開催しました♪

今年度も16名のモニターさんが活動中！
こめ豚学習会と一緒にご参加頂き、その後一緒に交流しました(^^)/
おすすめ商品のお話や、パルシステムを利用してから感想など楽しく交流できました。



★モニターさんの感想★

皆さんのおススメを今度使ってみようと思いました。

青ゆずしょうが
気になりました。

おすすめ商品で知らなかった商品や気になっていた商品が知れて良かったです。

アンケートに答えて
スタンプをためちゃおう！

4回発行予定のセンターサポーター通信を読んで、アンケートに答えて、サポーター通信のスタンプをゲット！たまったスタンプの数に応じて、プレゼントをご用意しています（抽選の場合有）皆様のご参加をお待ちしております♪途中参加OK

アンケートはこちら ↓↓

通信のご感想・ご意見・サポーターへのメッセージ等もお待ちしております(^^)♪

メールでのご提出
はこちらから
↓↓↓



Q.お好きな豚肉料理を教えてください♪

料理名： _____

組合員名： _____ 組合員番号： _____

■コメント掲載：OK・NG ■不切：2023/11/10（金） 送り先：活動支援課 秋山

日本のこめ豚を

センターサポーターが試食しました★

センターサポーターの皆さんに、「日本のこめ豚」のおススメの食べ方やレシピをご紹介します！ぜひ、お試しください♪

こめ豚のお肉の味をしっかりと感ぜられて、とても美味しかったです！



こめ豚のキムチ炒め

=材料=

日本のこめ豚カタ・モモ切落とし：160g/キムチ：適量

=作り方=

- ①豚肉を一口大に切る
 - ②フライパンに油を熱し、豚肉を炒める。
 - ③豚肉に火が通ったら、キムチを適量入れて豚肉と一緒に炒める。
 - ④全体が混ざったら出来上がり！
- ※お好みでチーズをのせ、フライパンに蓋をして、余熱で溶かすと、まろやかな味になります☆



豚肉とゆがき大根の炒め煮

だいどログのレシピで何度も作っている大好きなレシピです(^)



詳しいレシピはこちらから→



シソとチーズの豚肉巻き

紫蘇とチーズを豚肉に巻いてパン粉をつけて焼いてみました。柔らかいお肉でした。



だいどログを参考に作りました。



豚肉とかぼちゃの甘辛煮

=材料=

日本のこめ豚カタ・モモ切り落とし：160g/
かぼちゃ：1/4カット/厚揚げ：1パック/
砂糖大さじ1/みりん大さじ2/醤油：大さじ1と1/2
便利つゆ：大さじ1/油：大さじ1

=作り方=

- 1.豚肉は大きいものは食べやすい大きさに切る。かぼちゃも同様に切っておく
- 2.鍋に油を入れ、すぐに豚肉を入れて中火で炒める。
- 3.肉の色が変わったら、かぼちゃを加え、全体に油がまわる程度に炒める。
- 4.厚揚げ、水(1と1/2カップ)、便利つゆ、砂糖、みりん、しょうゆを順に加え、全体を軽く混ぜる。
- 5.煮立ったらアクをとって落としぶたをし、強めの中火でかぼちゃが煮崩れるくらいまで煮る。

かぼちゃが甘く、煮崩れしやすかったのですが、豚肉の甘みも負けず劣らずお互い引き立ててくれて美味しく頂きました。煮込んでる時の灰汁もほぼ無いので、何にでも使えて助かっています。



玉ねぎで柔らかこめ豚



=材料=

日本のこめ豚カタ・モモ切り落とし160g/料理酒：大さじ1/
本みりん：大さじ1/こいくち醤油：10g/
玉ねぎすりおろし：小玉1つ(中玉なら半分)/
にんにくすりおろし：小さじ1/生姜粉：少々/あごだし粉：5g
※甘めが好きな方は砂糖を少し入れても良い。

=作り方=

- 1.ボールに豚肉を入れ、すりおろした玉ねぎを入れて馴染ませる。
- 2.他の食材を順に入れ、最後に醤油を入れて、混ぜる。
- 3.30分ほど漬け込む。
- 4.フライパンを熱し、中火から弱火でしっかり火を通す。入れた時、はねることがあるので火傷に注意。



こめ豚の粉チーズ焼き(舞茸添え)

美味しいお肉なのでシンプルにいただきたいなと思い、こめ豚の粉チーズ焼き(舞茸添え)とまだ歯が生え揃っていない1歳半の娘には豚汁にして出しました。

=作り方=

- ◎こめ豚の片面に塩コショウをかけて、反対の面には粉チーズをまぶし、フライパンで焼いて完成。脂も美味しいので、残った脂で舞茸(お好みのきのこでもOK)を焼く。お皿に盛り、野菜を添えて完成。



- ◎子どもの豚汁は、大人用に作ったお味噌汁の鍋の中にこめ豚を入れ、火が通ったら器に盛り調理用バサミで細かく切って完成！娘もパクパク食べていました。

車麩入り肉じゃが



=材料=

日本のこめ豚カタ・モモ切落とし160g
車麩 2枚(乾物やさんなど取り扱いがあります。)
じゃがいも：大4個/玉ねぎ：1個/にんじん：1本
☆調味料
しょうゆ：大さじ3/花見糖：大さじ3/みりん：大さじ3
日本酒：大さじ3/和風だしの素かつお風味：1/2本

=作り方=

- ①車麩をたっぷりの水で戻す。(浮き上がってこないようにならお皿などで押さえると早く戻る。)
- ②じゃがいもとにんじんは乱切り、玉ねぎはくし切りにする。車麩は4等分位に切る。
- ③油をひいたフライパンで肉の色が変わるまで炒めて、切ったお野菜を入れて軽く炒める。
- ④水300ccと調味料を入れて中火で沸騰させる。沸騰したら軽くアクをすくい、車麩を入れて落とし蓋をして20分間煮る。10分位たった時点で一旦かき混ぜる。
- ⑤煮汁が少なくなったら、完成です。



バルシステム山梨長野インスタグラム活動支援課の【ばるくみ】にレシピを投稿予定です。ぜひチェックしてみてくださいね

palkumi_info

検索

