

# 北海道十勝産鹿肉

～自然に育まれたジビエ食材～

地元ハンターが狩猟し、職人により適切に処理加工されたエゾシカ肉。ジビエを通じて、新たな食の世界を探求してみませんか？北国の森林で育まれた風土を感じてみてください。

## ジビエとは？

食用の野生鳥獣の肉や料理を意味する言葉で、フランス料理の高級食材として知られています。

特に鹿肉は通販やスーパー等でも販売される身近な食材となっています。

## 何故、今ジビエ？

日本の食肉自給率は50%前後と低く、飼料自給率を掛け合わせるとさらに低下します。ジビエ肉は飼料不要の自給率100%食材。食肉利用を増やせば食料自給率を高める事ができます。

また、市場化により経済の発展に貢献できる可能性があります。

## 鹿肉＝くさくない？

鹿肉はにおいが強いという印象もあるようですが、適切な処理（血抜きや温度管理）によって、独特な臭いが抑えられることが判ってきています。十勝では適切な処理を順守し、美味しい鹿肉の提供を推進しています。

## 鹿肉の栄養価は？

エゾシカ肉は牛肉や豚肉、鶏肉に比べて脂肪が少なめで鉄分が多い傾向があるなど、栄養成分も注目されています。

## どんな料理に使える？

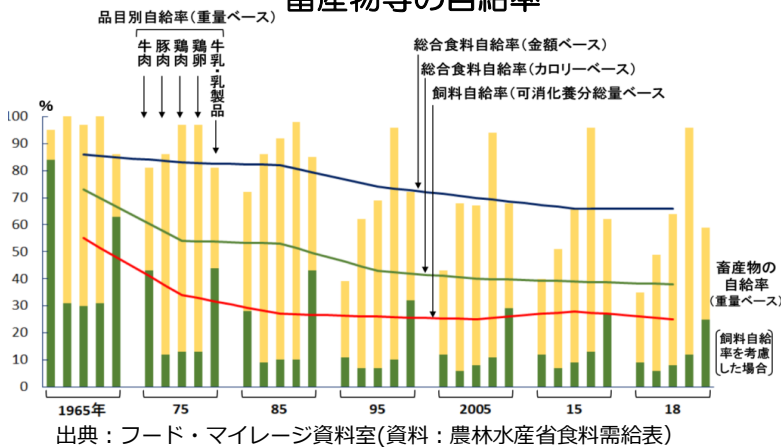
- 【ロース】 柔らかい肉質でステーキやカツ、ローストで。
- 【内モモ】 筋肉繊維が柔らかく、ステーキの他、スライスして生姜焼きにしても。
- 【外モモ】 比較的硬めの部位。カレーやシチューなどの煮込み料理がおすすめです。

クセが少ないため洋風料理やアレンジ料理等幅広くお楽しみいただけます。

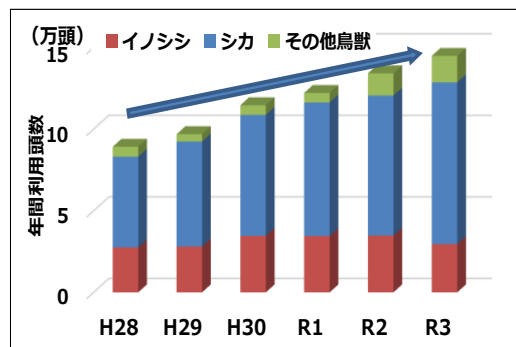
## 畜産物等の自給率とジビエ利用頭数の推移

畜産物自給率が低迷する中、近年はジビエの食材活用が増加傾向になり、今後のエゾシカ肉の利用拡大も期待されています。

### 畜産物等の自給率

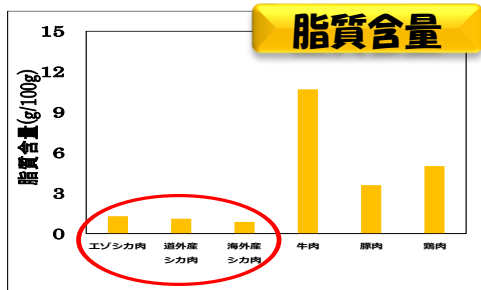


### ジビエ利用頭数

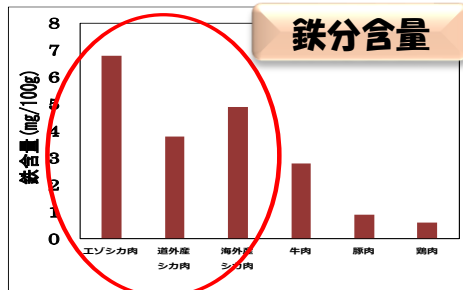


## エゾシカ肉の栄養成分

鹿肉は牛肉や豚肉、鶏肉よりも脂肪が少なく、鉄分が豊富に含まれています。特に、鉄分は血液を作るための重要な栄養素です。



※北海道立十勝圏地域食品加工技術センター調べ(モモ肉で比較)



※牛肉、豚肉、鶏肉の数値は8訂日本食品標準成分表より引用

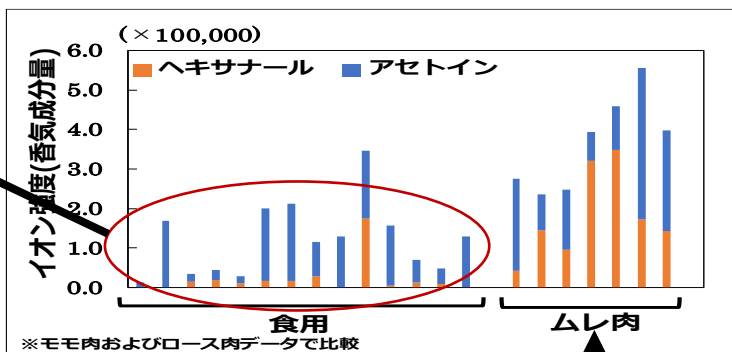
## エゾシカ肉の香気成分分析

十勝ではクリーンキル(暴れないように急所に銃弾を当てて捕獲)や適切な解体処理(血抜きや温度管理)により、臭みの少ない美味しい鹿肉の生産を推進しています。

肉の温度上昇を抑えた捕獲  
と適切な処理

香気成分が少ない傾向

※十勝管内処理施設提供肉で検証



激走後に捕獲、暴れた後に捕獲するなど体温が上昇  
→ヘキサナールやアセトイン(不快臭)が多いムレ肉となる傾向

## ジビエはしっかりと加熱!

生や加熱不十分なジビエを食べた場合、ウイルスや病原菌、寄生虫による食中毒のリスクがあります。ジビエは中心部まで火が通るよう、しっかりと加熱して食べましょう。

(加熱の目安: 中心部が75°Cで1分間以上又は同等以上)

出典: 「十勝産エゾシカ肉における加工品質に関する研究(R2~4)」

北海道立十勝圏地域食品加工技術センター研究成果報告( <https://www.food-tokachi.com> )