



今、ジビエ(シカ肉)が人気です！



「ジビエ」とは？

「ジビエ (gibier)」とはフランス語で、食用となる野生の鳥獣、またはそれらの肉や料理を意味する言葉です。フランス料理で使われる高級食材というイメージが強いですが、現在では日本で捕獲されたジビエも手に入りやすくなっており、北海道では鹿が代表的です。

人気のポイント

ポイント 1 野生のシカは自給率100%

輸入飼料を必要とせず国内の山林にあるものを餌としており、自給率の低い日本では有効な食料資源です。

ポイント 2 SDGsの取り組みに貢献

近年、増えすぎたシカによる農作物の被害が深刻化しており、ジビエの利活用が進めば、捕獲の処理費用軽減、生態系の維持、日本の農業維持などサステナブル(持続可能)な活動となり得ます。

ポイント 3 シカ肉はヘルシーな食材

シカ肉は他の食肉と比べて脂肪が少なく、淡白な味わいが特徴です。たんぱく質含量、鉄分が高いことから健康や美容を気にする健康志向の方にオススメです。

美味しいシカ肉生産のため、十勝では以下のことを推進してブランド化に取り組んでいます。

- ・クリーンキル（暴れたり苦痛を与えると肉質が低下する）
- ・適切な血抜き処理（臭みが出にくい）
- ・厚生労働省の定める基準を順守した解体処理施設で生産

調理例（※画像はイメージです。）



ロースト



煮込み料理



カツなど

レストランでメニュー提供例



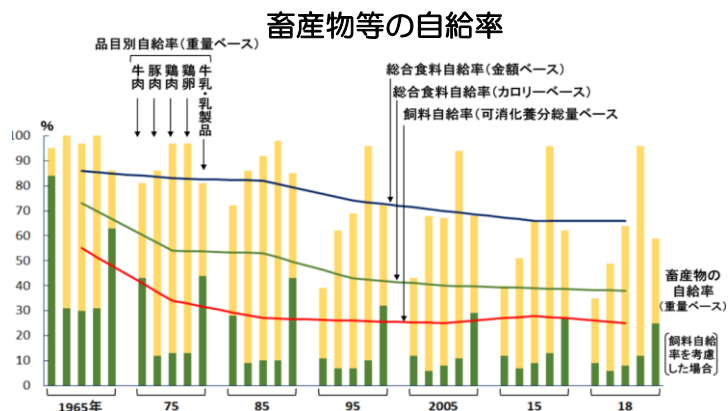
ジンギスカン



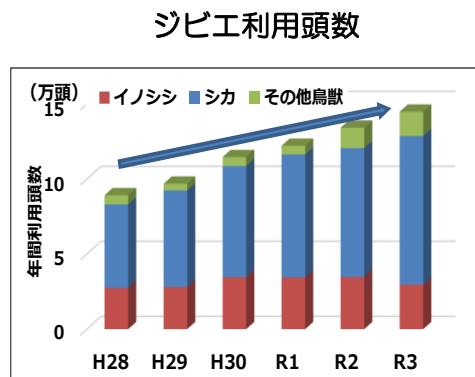
ソーセージ定食
(ShikakoiGraphicsより)

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。



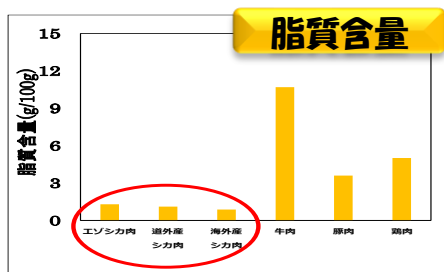
出典：フード・マイレージ資料室(資料：農林水産省食料需給表)



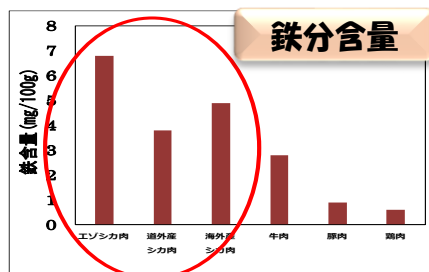
農林水産省野生鳥獣資源利用実態調査データより

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。



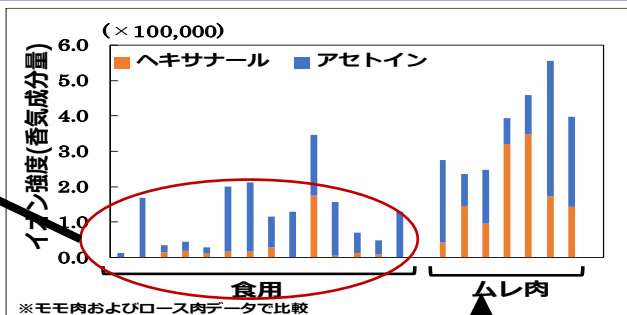
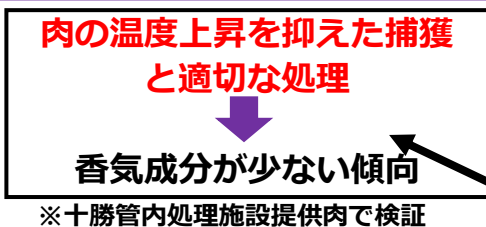
※北海道立十勝圏地域食品加工技術センター調べ(モモ肉で比較)



※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。



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℃で1分間以上**又は同等以上)