

ながる。』・・・・・・・・

「安心できない理由は、国内で売られている牛肉が、100%安全であると完全に理解できないからではないでしょうか。現在のところ、一般的に消費者は食肉や畜産業についてあまり多くの知識をもち得ていないのではないのでしょうか。知識が不足することが時として誤解や要らぬ不安を招くとすれば、先の例にもありましたように、消費者に理解しにくい表示も見受けられるなかで、このような不安を取り除くためには消費者の目線に立ってわかりやすい言葉で広く情報を伝えて欲しいと考えます。まだまだ、生産者と消費者の間に距離があると思いますが、**お互いが交流の機会を増やし相互に理解を育むことでより信頼が得られると思います。牛肉はすべて『和をもって心安し』**としたい。」と話されました。

そして、今後も消費者の目線に立ち、消費者の不安を取り除くように活動を続けていくことを力強く宣言されました。



消費科学連合会が発行されている機関誌



## 宮崎牛 料理紹介



平成17年度「だれでも作れる宮崎牛料理コンテスト」優秀作品（より良き宮崎牛づくり対策協議会主催）

### 牛肉の南蛮風



**【材料】(4人分)**

牛もも薄切り	…200g	生姜	…1かけ	豆板醤	…大さじ1/3
タマネギ	…中1玉	かぼす	…小1個	オイスターソース	…小さじ1
人参	…小1本	食酢	…50cc	小麦粉	…大さじ1
パプリカ(赤、黄)	…各1/2	黒酢	…50cc	オリーブオイル	…適量
エリンギ	…小2個	白だし	…50cc		
グリーンアスパラガス(冷凍)	…70g	砂糖	…大さじ1 1/2		

**【作り方】**

1. タマネギは皮を剥き、半分に切って水につけておく。人参は皮を剥き、太い方から4センチ程を残して縦に半分に切り、縦に薄くスライスする。残しておいた人参の太い方は、紅葉形に包丁で切れ目を入れ、3ミリ厚さにスライスする。
2. タマネギを横向きに薄くスライスし、水にさらす。パプリカも同様に横向きに薄くスライスする。生姜は皮をこそげ、細い千切りにする。
3. 紅葉形の人参と冷凍グリーンアスパラを耐熱容器に入れ、軽くラップして1分半レンジで加熱する。その間に、分量の食酢、黒酢、白だし、砂糖、豆板醤を混ぜて合わせ酢を作っておく。
4. タマネギをざるに上げ、良く水気を切る。スライスした野菜と生姜のそれぞれ1/3量を深めの皿に入れる。
5. 小麦粉を茶こしに入れ、バットに薄く振り、牛肉を広げて、上からも茶こしの小麦粉を全体に振るい掛ける。フライパンを熱し、たっぷりのオリーブオイルで牛肉の両面をこんがり焼く。エリンギを縦3ミリくらいにスライスする。焼けた牛肉は皿の野菜の上のせ、合わせ酢の半分を上から掛ける。
6. 牛肉を焼いたフライパンにエリンギを入れ、オイスターソースを絡めて蓋をし、2分程蒸し焼きにしてから、スライスした残りの野菜と共に牛肉に混ぜ、グリーンアスパラと紅葉形人参を彩りよく添え、残りの合わせ酢を掛ける。残りの千切り生姜を散らし、スライスしたカボスを飾り、カボスの残りを軽く絞って料理全体に掛けて出来上がり。



谷名 千恵美さん(門川町)

**POINT**

あっさりした味でたくさん食べられるヘルシーな料理です。焼いた牛肉は、必ず熱いうちに野菜にのせて合わせ酢を掛けて下さい。肉の熱で合わせ酢が温まり、野菜になじみます。豆板醤とオイスターソースは好みで加減して下さい。