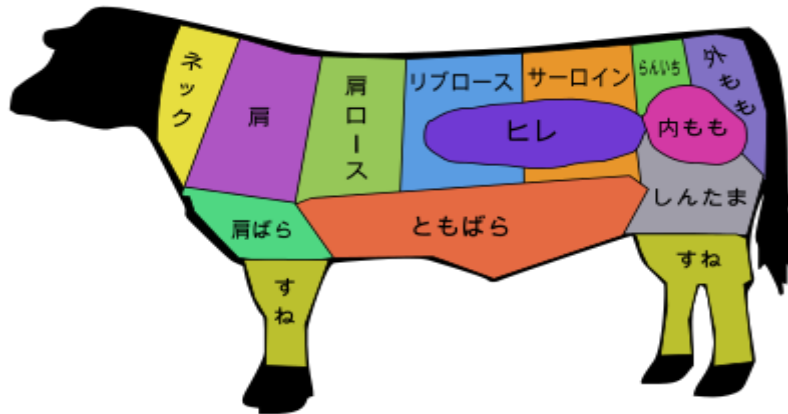


赤身肉の部位と料理方法



「肩」は、総じて良く運動する部位ですから、筋や筋膜が多く、肉の色はやや濃い。したがって、きめが粗く肉質は堅い。

エキス分やゼラチン質を豊富に含んでいるので、煮込み料理やスープの材料に最適です。

「しんたま」、「内もも」は、大きな筋肉のかたまりです。

したがって、ローストビーフのような大きな切り身で使う料理に適しています。

「外もも」は、「もも」の部位では、一番運動する筋肉が集まっているところで、コンビーフを作る最適の部位として盛んに利用されています。

「らんいち」は、サーロインに続くところで、「もも」の中では最もきめの細かい柔らかい赤身肉として貴重な部位です。「たたき」用として珍重されています。上質のものは、赤身でも味が良く、「ステーキ」として料理されます。