

飲食店向け ジビエ調理講習会



～正しい知識と衛生管理で、ワンランク上の味わい～



ホシザキ関東株式会社



ジビエとは？

ジビエ（gibier）とは、フランス語で『狩猟によって、食材として捕獲された野生の鳥獣』のこと。
英語圏ではゲーム（game）と呼ばれております。

本来は・・・

ハンターが捕獲した完全に野生のもの ⇒ ソヴァージュ（sauvag）



しかしながら、野生のものに限定してしまうと

『供給が安定しない・・・』

「入手困難で高価になってしまう・・・」

などの問題が

飼育してから一定期間、野に放ったり、
生きたまま捕獲した後に餌付けするケースもあります！
⇒半野生、ドウミ・ソヴァージュ（demi sauvage）



ジビエと家畜肉の味の違い

ジビエ

- ①山中を駆け回り、自ら餌を探して食べる
⇒あっさりした赤身が中心。
- ②肉の種類、部位、個体により、
多彩な味わいが楽しめる。
⇒同じシカやイノシシでも、ものによって
味が違うのが特徴！
季節によっても個体の風味が様変わりする。

それぞれの個性によって調理の方法を変えることにより
『その食材が最も美味しく活かせる料理は何か』
を見極めるのもジビエの醍醐味！

家畜肉

- ①毎日安定的に飼料を与えられ、小屋などで飼われる
⇒肉の脂肪分が多い。
⇒霜降り牛などあえて脂肪分を増やす飼育法を行っている
家畜もある。
- ②生産性を上げるため、飼育期間が短い。
⇒豚肉なら数か月で出荷する場合も。

若くて脂肪分が多いため、
『身が柔らかく脂身がジューシー』
というのが売りになる！



リスクの違い



家畜肉

飼育による健康管理がされている。

動物	病原体	保有率	部位
イノシシ	E型肝炎ウイルス	2.4%	血液
	トリヒナ(旋毛虫)	100.0%	筋肉
	カンピロバクター	14.5%	糞便
シカ	腸管出血性大腸菌	15.5%	糞便
	トリヒナ(旋毛虫)	77.8%	筋肉

※平成27年度厚生労働科学研究報告より抜粋



ジビエ

自然界の中で過ごすため、健康管理はできない。またその為の整備は困難。

解体までに獣医師による病原微生物や寄生虫の検査は行われておらず、
リスクの高い肉と指摘されている。

寄生虫症、E型肝炎ウイルスや病原性大腸菌などの**食中毒原因病原体**に汚染されているため、
生で食用とした場合、感染症を発症する恐れがある。

厚生労働省は「よく加熱して食べる」ように注意を促している。



2016年にクマ肉の焼き肉やカツに調理した料理を食べて、旋毛虫（トリヒナ）食中毒を発症した事例を受け、厚生労働省は改めて「野生鳥獣肉の衛生管理に関する指針」の遵守を求める通知を発しました。

ジビエの旬

ヨーロッパでは秋から冬にかけてジビエを楽しむのが一般的で、精肉店にはその時期にたくさんのジビエ肉が並びます。多くの野生鳥獣肉は冬に備えて餌を食べて栄養、脂肪を蓄えるので、肉質も大きく変化し、食べ頃とされております。



猪 は、秋に多くの作物(芋、穀物、どんぐりなど)を食べ、臭みも少なく、脂の質も良くなる。植物性のオレイン酸が増えることにより脂の口溶けがよくなる。

鹿 は草食性の為、植物が豊富な春から秋が旬とされる。

雌は初夏に出産するためその前の脂が乗り切った時期(3~5月)が最良と言われ、雄に比べて肉質も柔らかく、この頃の鹿モモのしなやかさ、鹿ロースのふくよかさは絶品！

一方の**雄**はたくさん若草を食べきった5~7月が一番最良とされている。出産のエネルギー消費がないため、食べれるだけ食べて落ち着いた時期、ということではないかと推察されている。



ジビエの健康効果

■高たんぱくで低カロリー

ジビエは家畜と比べて野山を駆け巡り運動量が豊富な為、筋肉が発達している。
特に鉄分が豊富でビタミンB2,B12,亜鉛 も多く含まれる。
さらに、シカやイノシシの肉には、脂肪燃焼や疲労回復に効果がある。

栄養豊富！

脂肪燃焼！

疲労回復！

猪はコラーゲンが豊富なので、
美容効果もあり女性にもオススメ！

鹿は牛、豚肉と比べて低カロリーで、
脂肪燃焼や疲労回復に効果があるとされる。
また機能性成分であるカルニチンが多く含まれている。
アスリートから高齢者まで幅広い層にオススメ！
健康食として機能面でアピールできるのでは？！

栄養成分比較(100gあたり)

種類	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンB6 (mg)	ビタミンB12 (μg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)
イノシシ肉	268	18.8	19.8	0.29	0.35	1.7	2.5	3.2
シカ肉	147	22.6	5.2	0.32	0.55	1.3	3.4	2.8
豚肉	291	18.3	22.6	0.13	0.35	0.3	0.3	1.6
牛肉	411	13.8	37.4	0.17	0.18	1.1	0.7	4.6

日本食品標準成分表2015年版（七訂）より

飲食店で安全に調理するポイント

1 食肉処理業の許可を受けた施設から仕入れる

2 仕入れ時の肉の状態を確認する

3 使用した器具類の消毒、除菌

4 殺菌温度帯まで十分に加熱する



温度(℃)	65	66	67	68	69	70	71	~	75
時間(分)	15	11	8	5	4	3	-	-	1

【飲食店等が野生鳥獣肉を仕入れて提供する場合】

『食肉処理業の許可施設で解体されたものを仕入れ、**十分な加熱調理**(中心部の温度が摂氏**75度**で**1分間以上**又は**これと同等**以上の効力を有する方法)を行い、生食用として食肉の提供は決して行わないこと。』

※野生鳥獣肉の衛生管理に関する指針(ガイドライン)についてより抜粋

★「**中心温度75℃・1分**」と同等な加熱殺菌の条件として、

「**70℃・3分**」「**69℃・4分**」「**68℃・5分**」「**67℃・8分**」「**66℃・11分**」「**65℃・15分**」が妥当と考えられます。

また、調理の現場においては、中心温度計の適切な使用により、食肉の中心部の温度が目標とする温度を下回らないことを確認し、確実な加熱殺菌が行われるようにする必要があります。

殺菌温度帯までの十分な加熱

■ジビエ肉は脂肪より赤身が多い！

⇒急激な加熱はたんぱく質にストレスを与え、硬くなりパサつく性質がある。

■安全に美味しく加熱するポイントは・・・？



1 ゆっくりと低温加熱！



2 中心温度75℃1分以上（またはこれと同等）加熱！



柔らかくジューシーな仕上がりを実現！

E型肝炎ウィルス・寄生虫などのリスクを低減！



※ただし、部位に応じて加熱条件を変えなければ、美味しく調理できない場合もあります。

■赤身肉



低温調理に向く

■すじ肉



長時間の煮込みに向く

■ばら肉



MEMO

