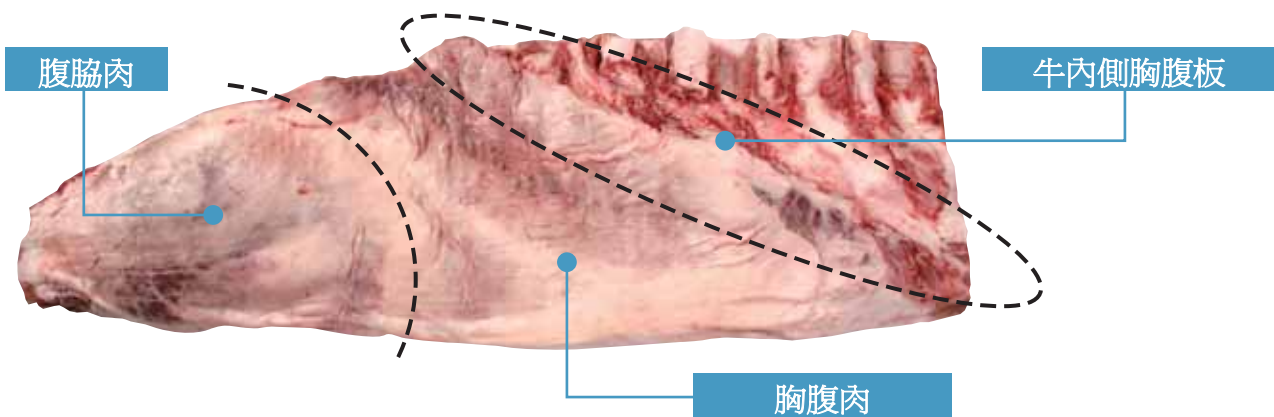


### 原料肉概要

將位於牛腹部的「胸腹肉」從正中央分割為2份，下面部分即為「牛腩排」。和「牛仔骨」一樣，其特徵是紋理較粗，但是味道濃厚。「牛腩排」中有叫做「腹脇肉」的瘦肉和脂肪適當交雜的部分。



### PRIMAL CUT



分割「牛內側胸腹板」



牛內側胸腹板 修整之後

※表面的薄皮，如果去掉容易變色，所以如果不是立即使用，請保留存放比較好。



分割「腹脇肉」



腹脇肉 修整之後

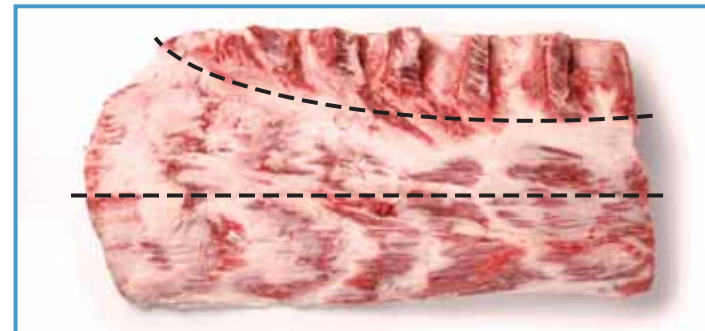


胸腹肉 修整之後

### 料理用途

牛排	BBQ 烤肉	燉煮
壽喜燒	涮涮鍋	

### RETAIL CUT



■胸腹肉 修整之後 根據肌肉纖維切取



烤肉用



燉煮用肉塊

直接切片  
通過直接切片，可以做出大片的薄片



壽喜燒用



■牛內側胸腹板 修整之後



根據肌肉纖維切取



烤肉用



串成卷狀



BBQ用

烤串用



■腹脇肉 修整之後



根據肌肉纖維切取

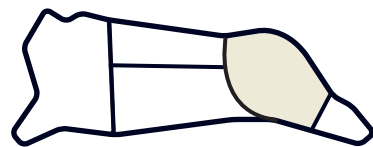


烤肉用



牛排用

色子牛排



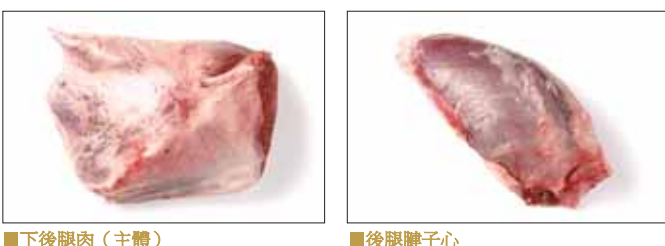
### 原料肉概要

「下後腿肉」在「牛腿」中也是經常運動的部分，是瘦肉比較多的部分。具有整體紋理較粗，肉質較硬的特徵。並且，還可分為和其它部位相比肉色比較淺，富有彈性的「後腿眼肉」、分割中央的「後腿腱子心」之後製成商品的「後腿腱子心」、燉煮料理中常用的「外側後腿肉（下後腿肉）」等3部分。

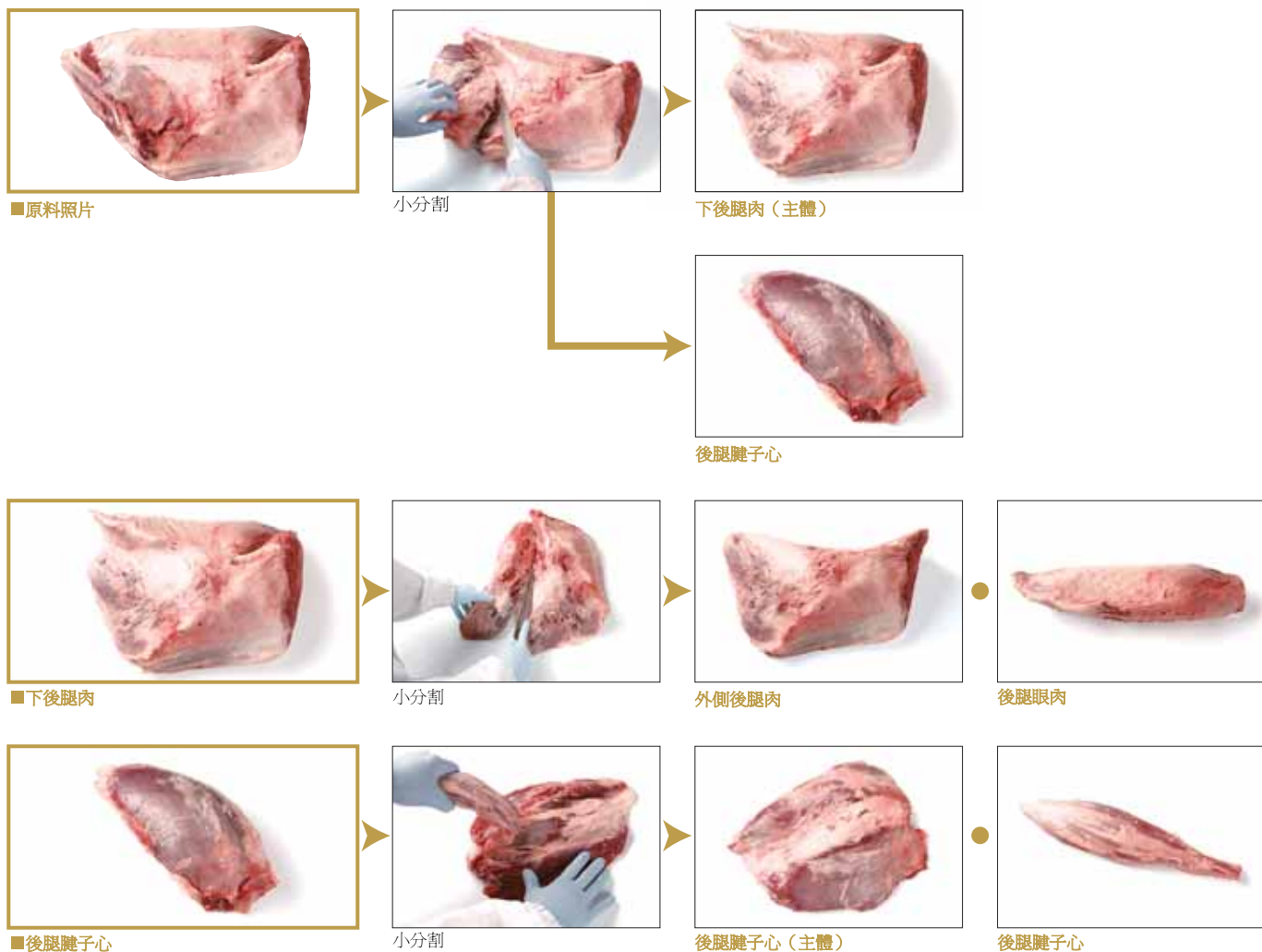


### 料理用途

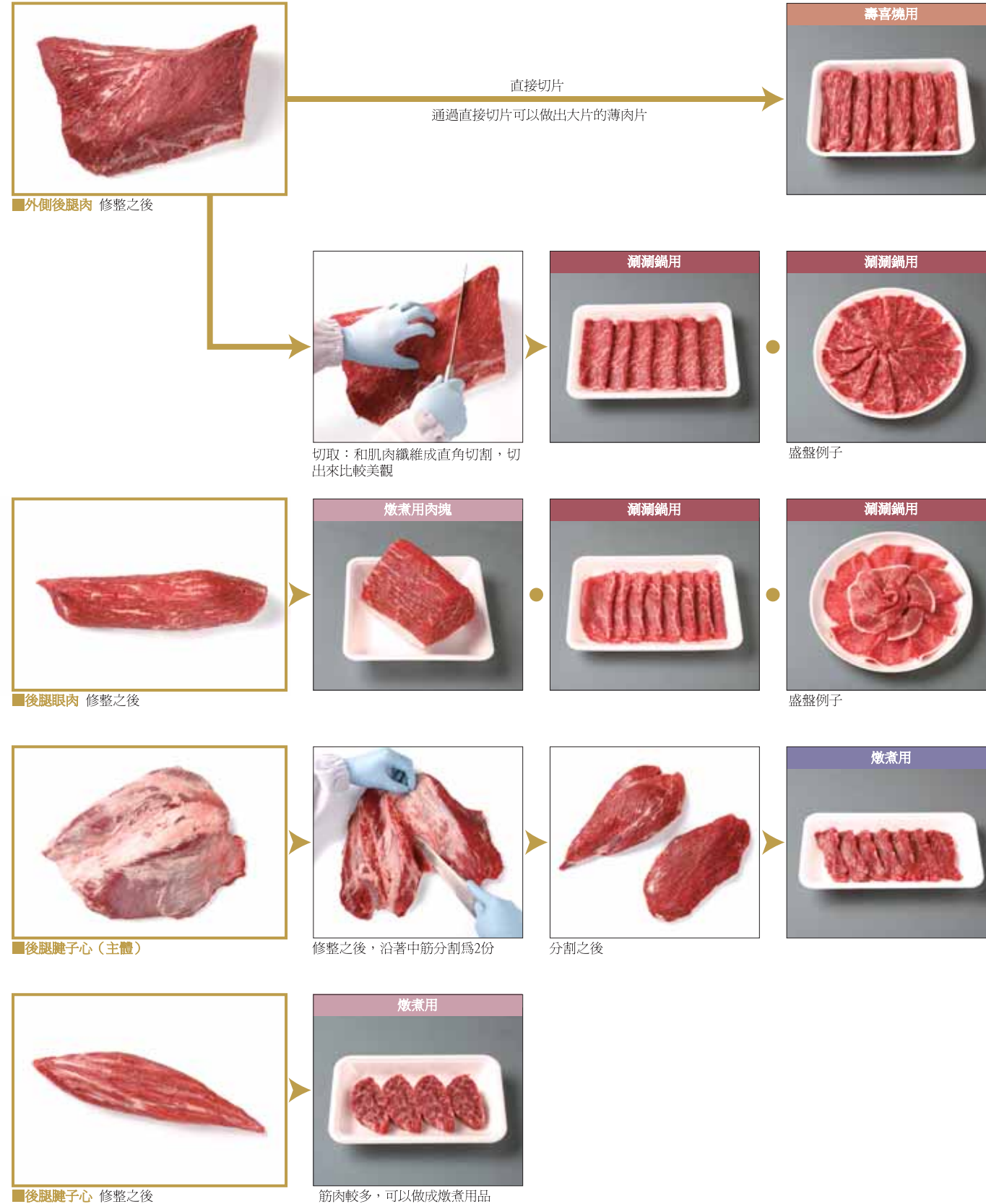
BBQ 烤肉	燉煮	壽喜燒
涮涮鍋	烤牛肉	

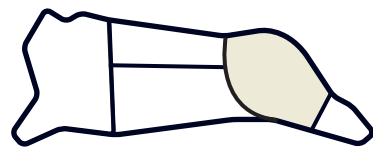


### PRIMAL CUT



### RETAIL CUT





### 原料肉概要

「上後腿肉」整體肉塊較大，是瘦肉較多的部位，表面帶有脂肪，但是內側幾乎沒有脂肪。「上後腿肉」和「下後腿肉」側（外側）及「股肉」側（內側）的肉質不同，「下後腿肉」側脂肪容易交雜，但是紋理較粗，肉質較硬。相反，「股肉」側具有比較柔軟的特徵。

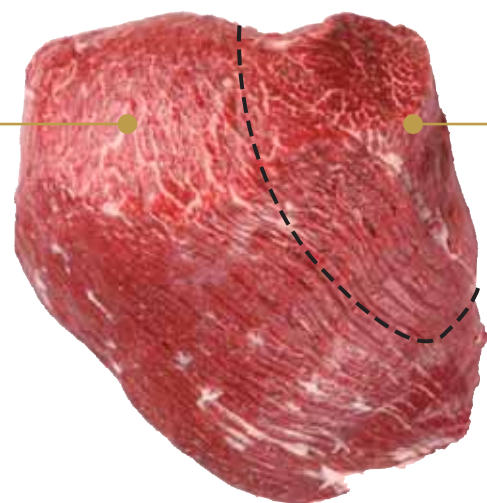
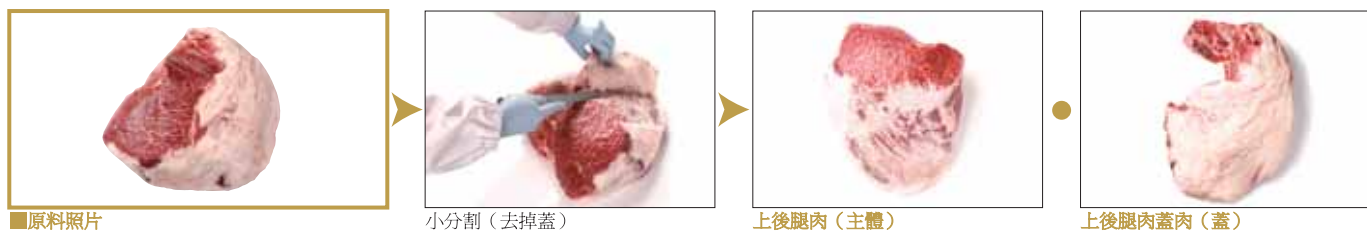


### 料理用途

牛排	BBQ 烤肉	燉煮
涮涮鍋	烤牛肉	



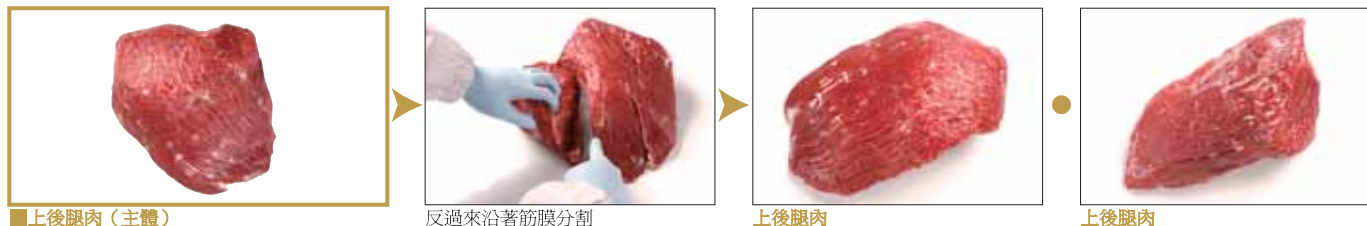
### PRIMAL CUT



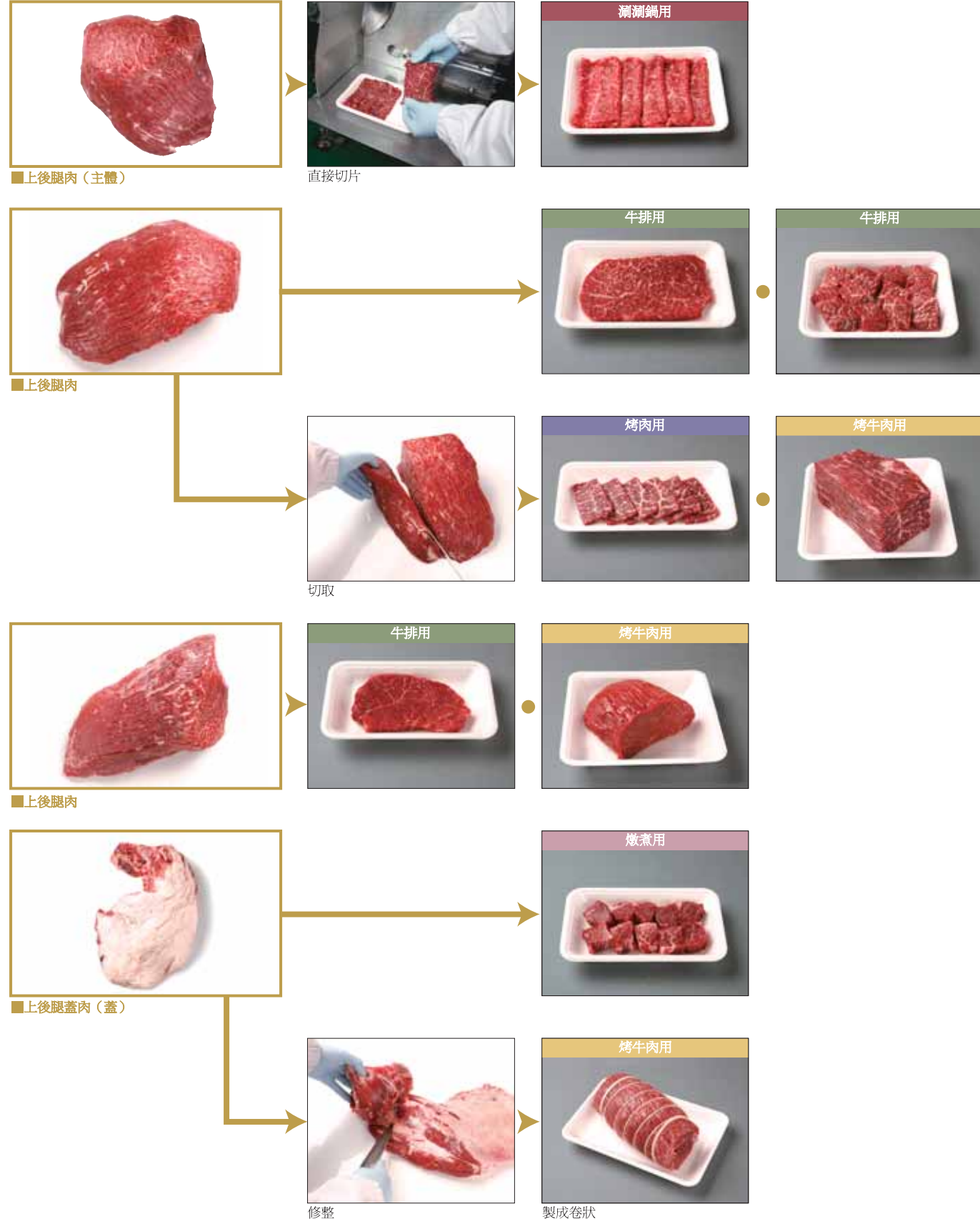
上後腿肉 截面：看起來很美觀（降霜），但肉質較硬

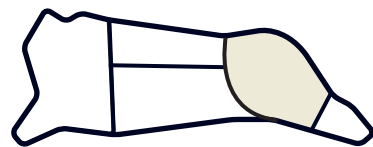


上後腿肉 截面：看起來比較成熟（瘦肉），肉質柔軟



### RETAIL CUT





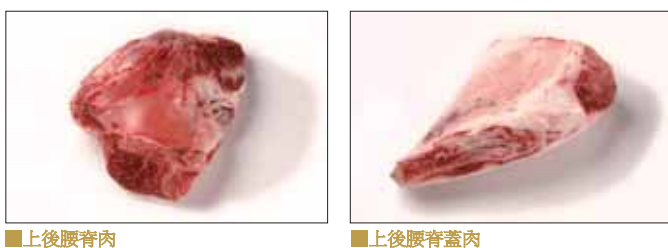
### 原料肉概要

「上後腰脊肉」可以分割為連接前腰脊肉條的「上後腰脊肉」和連接「下後腿肉」的「上後腰脊蓋肉」。「上後腰脊肉」整體肉色較好，雖然是瘦肉但卻有紋理細緻、有適度脂肪的特徵。「上後腰脊蓋肉」是肉色稍深味道濃郁的部位，但是在製成產品時要注意筋肉纖維的方向，這一點很重要。

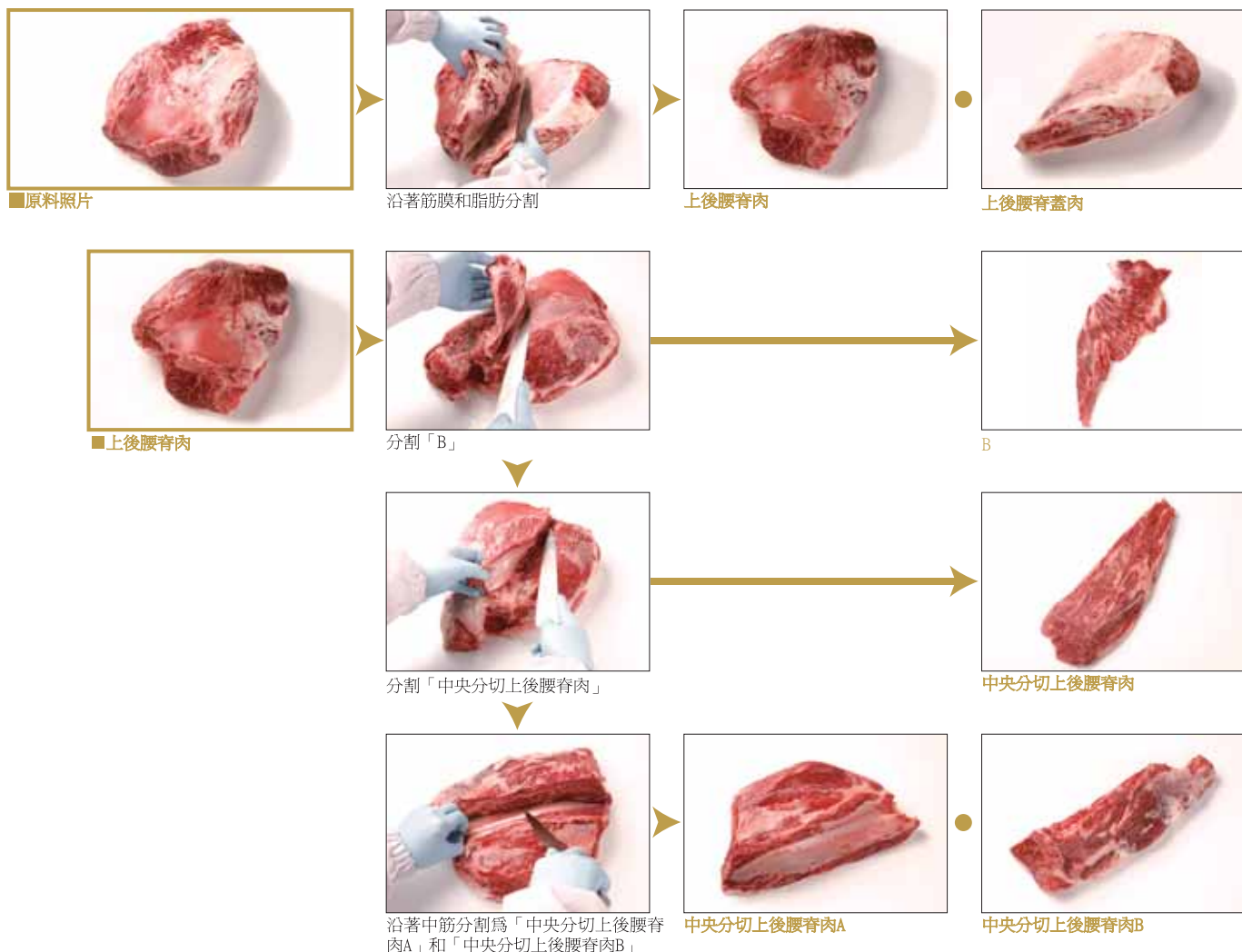


### 料理用途

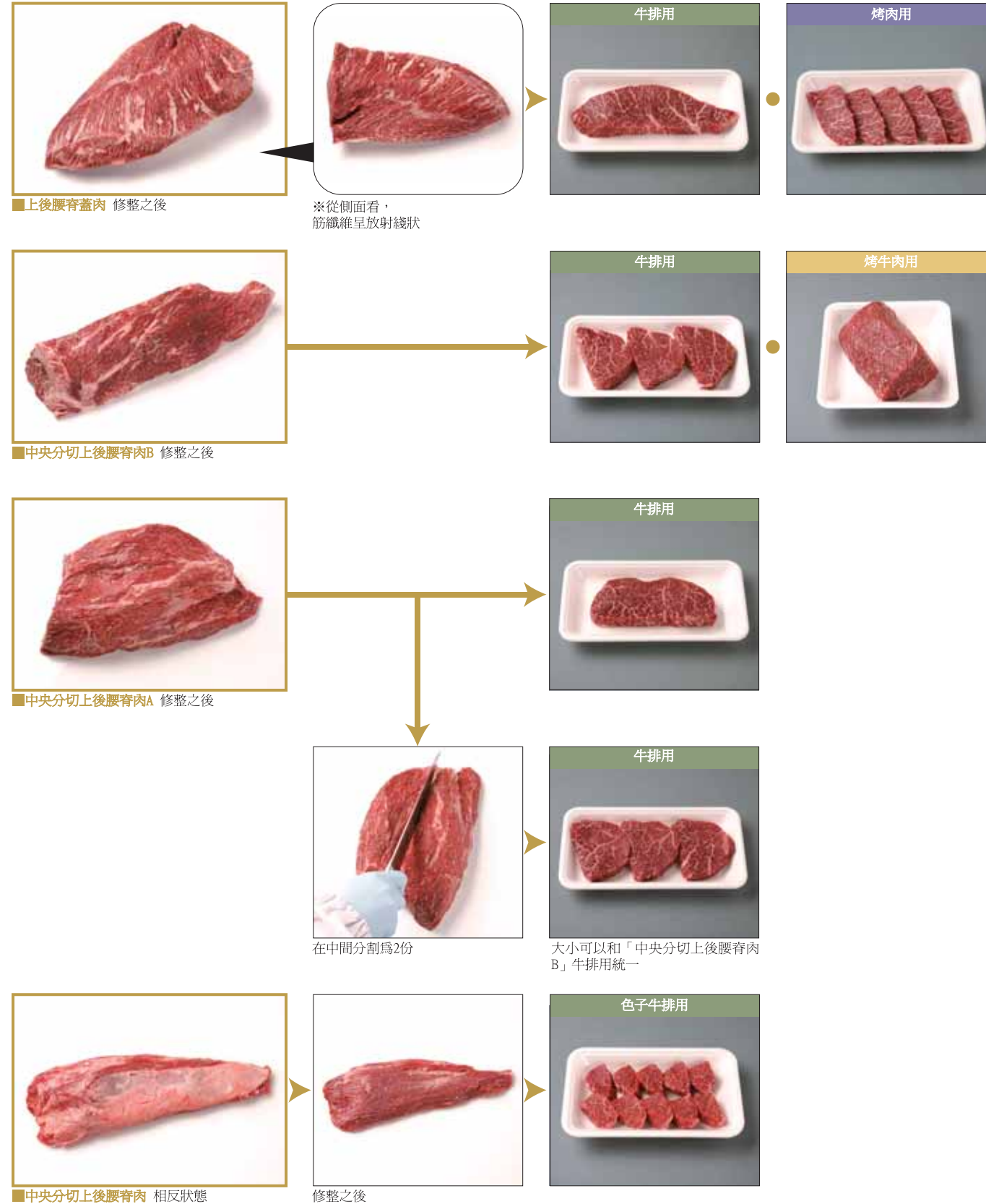
牛排	BBQ 烤肉	壽喜燒
涮涮鍋	烤牛肉	

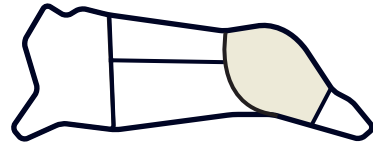


### PRIMAL CUT



### RETAIL CUT



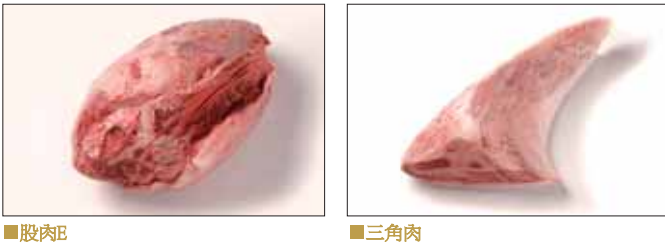


### 原料肉概要

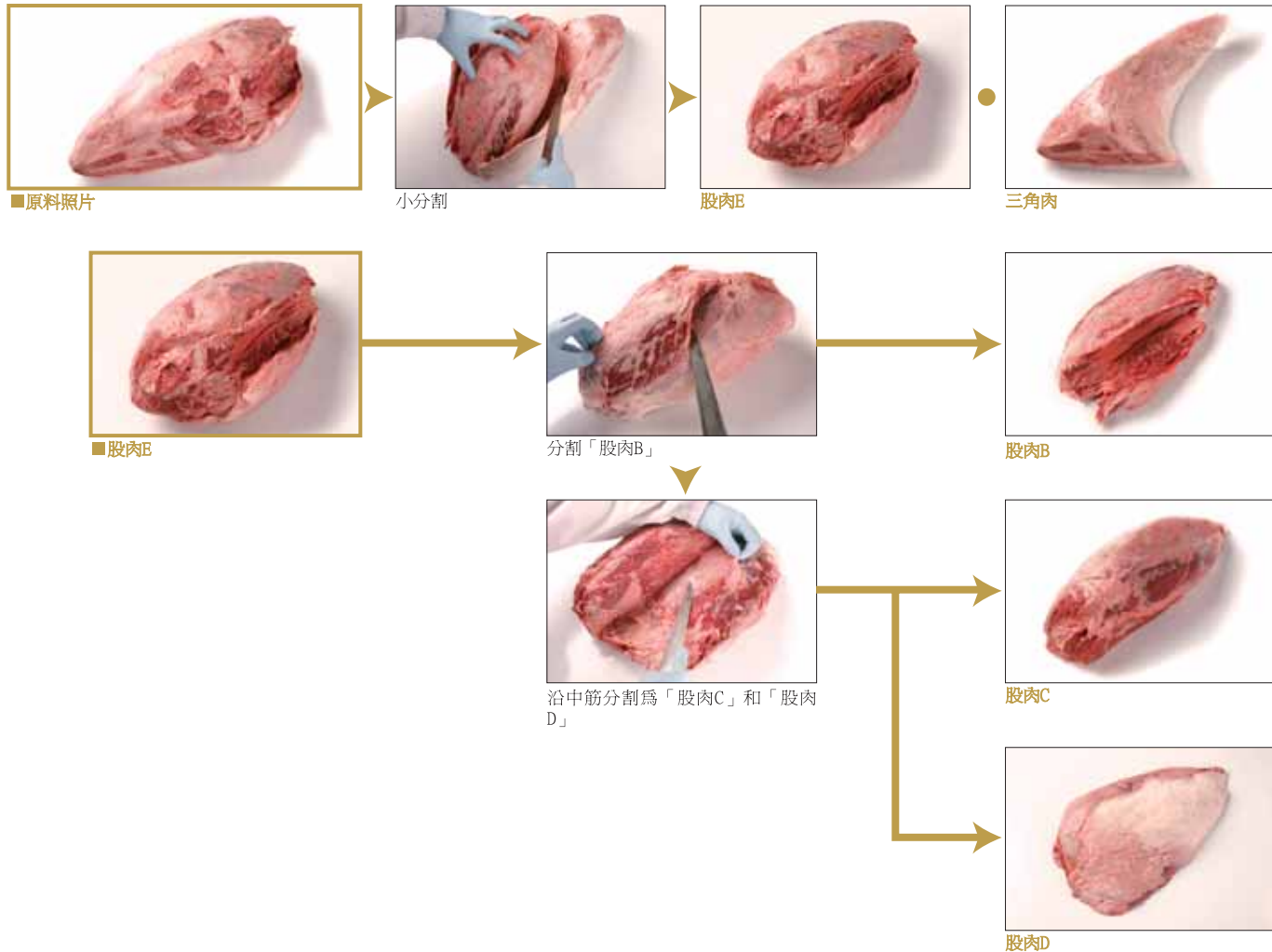
「股肉A」肉塊呈球狀，是整體瘦肉較多的部位。可以分割為肉色略深、肉質鬆軟的「股肉B」；中間嵌有筋肉，但是紋理細緻鬆軟，風味獨特的「股肉C」；肉色深、肉質略硬的「股肉D」；脂肪較為交雜，但是不像看上去那麼鬆軟的「三角肉」等4個部位。

### 料理用途

牛排	BBQ 烤肉	壽喜燒
涮涮鍋	烤牛肉	



### PRIMAL CUT



### RETAIL CUT

<p>■股肉E 修整之後</p>	<p>通過直接切片可以做成大片的薄肉片</p>	<p>壽喜燒用</p>
<p>■三角肉 修整之後</p>	<p>※筋纖維的狀態 筋纖維呈現放射狀擴散開</p>	<p>烤肉用</p>
<p>■股肉B 修整之後</p>	<p>沿著中筋分割為3份</p>	<p>色子牛排用</p>
<p>■股肉C 修整之後</p>	<p>※從背面看，脂肪紋路清晰</p>	<p>牛排用</p>
<p>■股肉D 修整之後</p>		<p>涮涮鍋用</p>

# 把「和牛」的價值發揮到最大限度的切片方法

除了一般的切法，為了發揮「和牛」的特長——纖細性和柔軟性，有用專用器械切片的方法。在此介紹一下切片時的注意點和有效的盛盤例子。

## 切片、切塊是什麼

從一個部位薄薄地切出的一大片肉即為「切片」。細細切出的，或者將不同部位合起來一起切下來的叫做「切塊」，根據用途和部位區分使用。「切片」用於涮涮鍋、壽喜燒，而「切塊」用於燉牛肉和炒牛肉，用途廣泛，特別是「切塊」可以在短時間內煮出牛肉美味，因此對快速地做燉牛肉等非常方便。

## 切片的拼盤要點

### POINT



左右彎折



上下卷起放置

### 拼盤例子



壽喜燒、涮涮鍋用



壽喜燒、涮涮鍋用

## 切塊的注意點

### 往切肉機上放置（較好的例子）



紅肉塊和脂肪較多的肉塊交錯放置。這樣在切塊時會比較均勻。



從上面看特別是最上面的正面是「商品的臉面」，所以要搭配美觀。

### 往切肉機上放置（不好的例子）



瘦肉和脂肪多的肉各自集中放置，切出來的肉片要麼只有瘦肉，要麼只有脂肪，商品化後的產品不均衡。



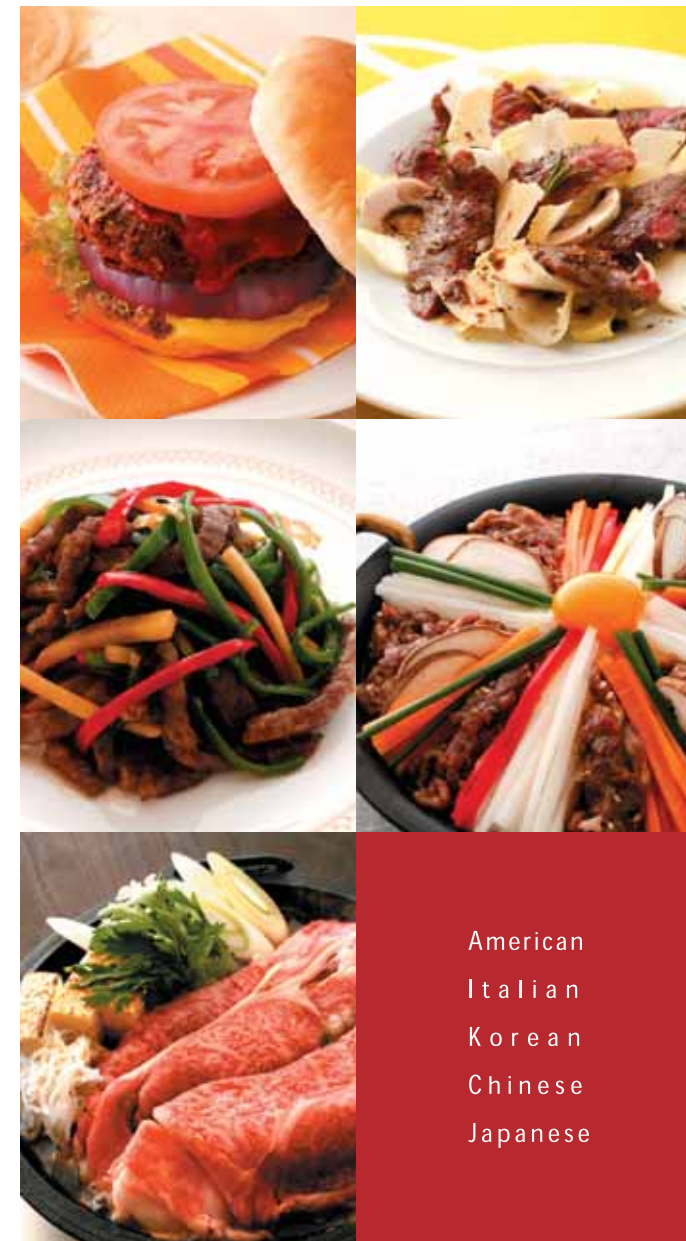
肉塊不能塞得過緊。另外，照片左上角的肉塊，筋纖維與刀成平行放置。這樣會使口感變差。（較硬）

### 拼盤例



燉煮用

### 器械照片擴大產品化範圍的切肉機（示例）



American  
Italian  
Korean  
Chinese  
Japanese

## 朝各國料理發展的範例

■美國料理 ■義大利料理 ■韓國料理 ■中華料理 ■日本料理

介紹使用「和牛」烹調出的各國特色佳餚的食譜。特別是有有效利用了平常不容易調理的部位，使其更為豐盛，進一步擴展料理的可能性，將美味導向新的次元。

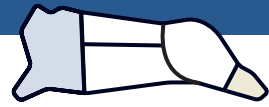
■單位換算 1公分=0.39英尺/100公克=3.5盎司/1公斤=35盎司/1小茶匙=0.1磅/1大茶匙=0.3磅/100°C=212°F

★=特別推薦的部位

## 漢堡



### 特別推薦的部位



3 牛腩 6 6 腱肉

### 材料

牛絞肉	500g	紫色洋蔥	1個
雞蛋	L 1個	蕃茄醬	適量
麵包粉	2~4大茶匙	生菜	4片
牛奶	2大茶匙	蕃茄	4片
鹽、胡椒	各少許	漢堡麵包	4個
洋蔥	1/2個	奶油	適量
大蒜粉	1大茶匙	沙拉油	適量

### 作法

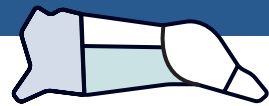
- 1 先將洋蔥切成粗一點的絲狀，蕃茄跟紫色洋蔥切成約1公分厚的厚片。
- 2 將麵包粉沾取牛奶以讓麵包粉變軟。
- 3 平底鍋中加入適量的油，將洋蔥以中火炒後放涼。
- 4 將牛絞肉放進鉢中，將3的洋蔥、大蒜粉、及2的麵包粉，雞蛋、鹽、胡椒加進鉢中攪拌均勻。
- 5 手中塗上些許的油，做出大一點的漢堡排，輕輕拍打壓出空氣使其成形。

- 6 平底鍋中加入適量的油，將漢堡排兩面以中火煎熟，並也將紫色洋蔥兩面煎過，放置一邊。
- 7 在漢堡麵包上塗上奶油、把塗上各人喜好的沙拉醬後的生菜葉、漢堡排放好，放上蕃茄片、紫色洋蔥片後，再塗上蕃茄醬。
- 8 放在漢堡麵包的上面。

## BBQ



### 推薦部位



1 肩胛肉條★ 10 牛仔骨★ 11 牛腩排★

### 材料

牛肉	400g	蕃茄醬	150cc
美洲南瓜	1條	洋蔥	中1個
紫色洋蔥	1個	黑砂糖	25cc
蘑菇	4個	A 蘋果醋	2小茶匙
紅椒	1/3個	沙拉油	1大茶匙
檸檬（或是來姆）	適量	威士忌	1大茶匙
		大蒜	1片
		芥末	約1/2小茶匙

### 作法

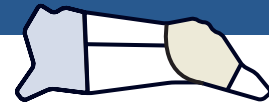
- 1 將牛肉切成5公分寬的方塊。
- 2 美洲南瓜切成1公分厚的一口大小。紫色洋蔥切成一分寬的片狀，把蘑菇的土清乾淨。將紅椒子跟蒂頭去除，切的跟紫色洋蔥一樣大小，將材料A中的洋蔥、大蒜切碎。
- 3 用材料A製作烤肉醬。在鍋中加入油，用小火熱炒大蒜及洋

- 蔥。當洋蔥變成褐色後將其他材料放進鍋中用小火燉煮約10分鐘。
- 4 將牛肉跟3混攪後放進冰箱冷藏30分鐘。
- 5 將蔬菜及牛肉用竹籤串好，塗上烤肉醬後燒烤。
- 6 添加檸檬（或是來姆）。

## 燉牛肉



### 推薦部位



1 肩胛肉條★ 14 上後腰脊肉

### 材料

牛肉塊	1kg	大蒜	1片
馬鈴薯	4個	雞湯	400cc
小胡蘿蔔	80g	鹽	1大茶匙
芹菜	5根	胡椒	1大茶匙
洋蔥	1個	沙拉油	3大茶匙

### 作法

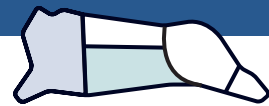
- 1 牛肉對半切塊，塗上鹽及胡椒。
- 2 將馬鈴薯連皮切成8等分，芹菜切成約2公分的小塊，洋蔥去皮，切成與馬鈴薯相當的大小，將大蒜切碎。
- 3 在湯鍋中加入沙拉油，以中火加熱，后用大火將牛肉表面煎熟。肉變熟色之後，加入切好的蔬菜。

- 4 當蔬菜表面略熟之後，加入雞湯，再加入200cc的水，以大火煮到沸騰。撇去浮沫後蓋上蓋子，以小火燉煮50分鐘。
  - 5 加上鹽、胡椒等調味，將牛肉取出切成2公分厚的肉塊。與蔬菜一起盛盤。
- ※可依個人喜好添加肉汁。

## 墨西哥辣豆醬



### 推薦部位



1 肩胛肉條★ 10 牛仔骨★ 11 牛腩排★

### 材料

牛絞肉	200g	大蒜	2片
西班牙香腸	200g	紅腰豆罐頭	1罐（400g）
橄欖油	2大茶匙	蕃茄罐頭	2罐（800g）
洋蔥	1大個	辣豆醬	50cc
月桂葉	三片	茴香	2小茶匙
A 玉桂枝	1根	鹽、胡椒	少許
L 墨西哥青椒	2個	巧達起司	適量
紅椒、黃椒	各2個		

### 作法

- 1 將洋蔥切塊，墨西哥青椒縱切去子。大蒜切碎。
- 2 將材料A用棉布包起綁緊。
- 3 鍋中加入適量橄欖油，將絞肉放進鍋中。炒熟之後，將大蒜、洋蔥放進鍋中，將洋蔥炒至透明。加入辣豆醬跟茴香後，再加入腰豆。

- 4 將起司之外的材料都放進鍋中，用小火燉煮2小時。途中要撇去浮沫。
- 5 裝盤後灑上起司，搭配咸餅乾或麵包食用。