

霜降りの赤身も脂身も旨みが濃いブランド・ポーク

TOKYO X

神戸、松阪、米沢など、高級な銘柄牛と比べ、
“庶民の肉”“安い肉”という
イメージが強かった豚肉。
だが、市場に登場するやいなや、
そんなイメージを覆したすごい豚肉がある。
東京で生まれ、育てられた
霜降り肉の旨い豚
それがTOKYO Xだ。

TOKYO Xは徹底したトレーサビリティで管理されている。肉のラベルに印刷されたバーコードを携帯電話で読み込むと、個体番号(耳票番号)からどの農家が肥育したものがすぐに分かる。



エサは配合飼料の中でも一番カロリーが低い、いわゆる「粗食」。飼料に加えられた大麦やトウモロコシ、大豆カスなどは非遺伝子組み換え作物でポストハーベストフリーのものを使用している。

11年前まで「普通の豚を飼っていた」という澤井さん。「病気に弱い TOKYO Xは普通の豚より広いスペースが必要。豚舎には普通の豚の7割程度の頭数しか入れられません」



3種の豚の組み合わせで生まれてくる TOKYO Xの子豚は、黒、茶色、三毛猫のような斑と、毛色もいろいろ。生産者の中には色にこだわる人もいるが、味はほとんど変わらないという。

食物繊維たっぷりの「粗食」で育つ 安心・安全、しかも旨い豚

東京と北京が姉妹都市になったのは1979年。その交流事業で北京を訪れた東京都の畜産関係者は、北京黒豚の旨さに驚いたという。「都民にこんな旨い肉、いやもつと旨い肉を食べさせたい」と、研究が始まったのが「TOKYO X」だ。

北京黒豚は美味で脂の質も良いが、やや脂身が多すぎるのが難点。これに、鹿児島黒豚の原種として知られるバークシャー、筋肉の中に脂肪が入りやすいデュロックを掛け合わせると、赤身に霜降りが入って肉質が柔らかく、味も香りも良い最上級の豚肉となった。

八王子市でこの豚を育てている澤井保人^{さわいやす}さんは「TOKYO Xは、種付けのタイミングが難しく、子豚の数も少ない。また病気に弱く、育ちも遅い。最近の養豚は『いかに効率を良くするか』だが、それではおいしい肉は作れない」と語る。TOKYO Xは徹底した個体管理も特長の一つ。「何番の豚の肉はどうだった」と、ストレートに評価が返ってくるところが、難しくもあり面白いという。



澤井農場
澤井保人さん

八王子市の郊外に居を構えて12代目、お父さんの代から養豚を始めたという澤井さん。TOKYO Xを育てて11年。合鴨農法の無農薬米も手がけている。

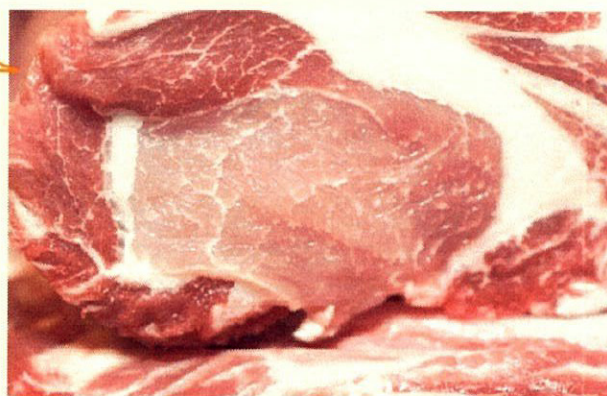
TOKYO X

2006年の出荷頭数は7000頭強と、なかなか人気に供給が追いつかず、「手に入りにくい高級豚肉」としても有名なTOKYO X。ただおいしいだけではなく、「飼料に抗生物質を添加しない」「ワクチン中心の飼育で予防的な投薬はしない」など、安心・安全にも細心の注意が払われている。

買う

TOKYO Xは、東京都内のデパートなどの指定販売店のみで販売されている。店によって入荷頻度や量が違うので、購入前に確認を。

TOKYO Xの購入方法



食べる



DANRAN 亭

TOKYO Xの流通を手がけるミートコンパニオン社が直営する炭火焼肉の店。立川のDANRAN亭にはTOKYO X

地図



TOKYO X独特の旨みと柔らかさを味わうなら、調理法や味つけはシンプルなほうがいい。立川のDANRAN亭では、TOKYO Xの盛り合わせ(写真/1人前1344円)のほか、ハラミ(924円)、生ウィンナーと粗挽きウィンナーの盛り合わせ(840円)なども人気。

豚肉の目利きメモ

肉色

赤身の部分は赤みが強くないほうが良い肉とされる。ストレスのない幸せな豚はきれいなピンク色

脂身

脂がたっぷりのっている肉は、赤身の部分が柔らかくておいしい



サシ

「豚肉には入らない」といわれていた霜降り状のサシがTOKYO Xの特長の一つ

豚肉の旨みは脂身の旨み

豚は脂身が旨い。特にTOKYO Xの脂身は普通の豚肉と比べて融点が高いため、スッと溶けて甘みを感じやすく、しかも後味があっさりしているという。香りも抜群にいい。ソムリエの田崎真也氏が「ナッツのような」と表現した、甘く香ばしい風味が口から鼻に向かって広がっていく。

◎豚肉の栄養ノート



◎ビタミンB₁含有量は牛肉の10倍

豚肉の栄養価で、最初に目を引くのはビタミンB群の多さだろう。特にビタミンB₁の量は牛肉の約10倍。赤身約150gで1日の所要量がほぼまかなえる計算だ。ビタミンB₁は糖質の代謝に不可欠な栄養素。また、ビタミンB₁には疲労物質「乳酸」が溜まるのを防ぐ働きもあり、別名「疲労回復ビタミン」とも呼ばれている。TO K Y O Xに含まれるビタミンB₁量は非常に多く、普通の豚肉のほぼ2倍だという研究データがある。

◎吸収率の高いヘム鉄が豊富

豚肉は、鉄やリン、カリウムなどミネラル類の優秀な供給源だ。豚肉の赤身に含まれる鉄分は「ヘム鉄」と呼ばれる。小松菜などからの鉄分(植物性の非ヘム鉄)の吸収率が5%なのに対し、ヘム鉄は23~35%と、非常に吸収効率が良い。

◎アミノ酸バランスの良いタンパク源

タンパク質はたくさん食べても体内で有効に使われるとは限らない。その食品のタンパク質を構成している必須アミノ酸の「バランスの良さ」を点数で表した「アミノ酸スコア」が高くないと、量を多く摂ってもうまく活用できないのだ。豚肉のアミノ酸スコアは、牛肉や鶏肉などと並び、食品中最も高い100。理想的な必須アミノ酸バランスだと評価されている。



脂質の摂り過ぎが気になる人はヒレなど脂身が少ない部位をチョイス。網焼きにすると、ほどよく脂が落ちる。(撮影協力: DANRAN亭)

