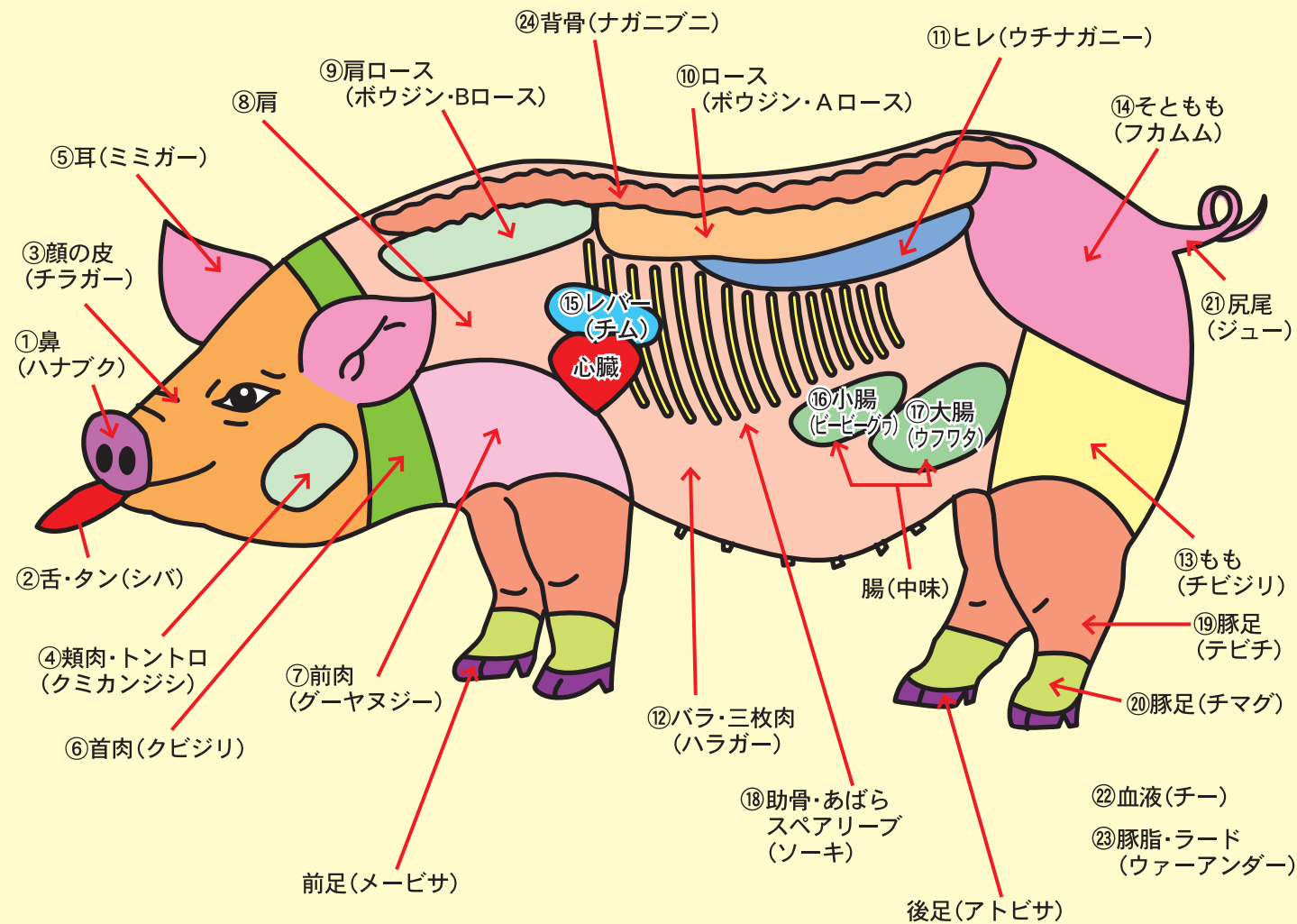


知っていますか？ ウチナーグチ名称 やんばる島豚の部位・特徴



NO	名称	ウチナーグチ	特徴
1	鼻 (鼻の先)	ハナブク	ミミガーと同じく大部分がタンパク質で構成されている。
2	舌 (タン)	シバ	タウリンが豊富。根元の方が脂肪がありやわらかい。
3	顔の皮	チラガー	大部分がタンパク質で構成されているが、コラーゲンが主成分。とてもヘルシーな食品といえる。
4	豚トロ	クミカンジシ	赤身に脂肪のすじが入っているマグロのトロのように見えることから豚トロと呼ばれている。
5	耳	ミミガー	コリコリした歯ごたえがあり、皮と軟骨が主成分の部位。ミミガー刺身の材料。
6	首肉	首ジリ	肉のきめはやや粗くかたい。赤色が濃い。油みそに最適。
7	前肉	グーヤヌジー	赤身部分が多く、比較的淡白な味わいだが肉そのものの味が楽しめる人気の部位。
8	肩	メーシ	肉のきめはやや粗くかため(筋膜や腱がある)肉色は赤みがかかっている。脂身がのった煮込み料理にオススメ。
9	肩ロース	ポウジン・Bロース	赤身の中に脂肪が粗い網目状にまざり、濃厚でコクがある。焼肉・煮込み・ソテー・ローストあらゆる調理に対応できる。
10	ロース	ポウジン・Aロース	肉質はきめが細かく、やわらかい。ヒレと並ぶ最上の部位。
11	ヒレ	ウチナガニー	豚肉の中でも一番やわらかい。脂肪のほとんどない赤身の部位。ビタミンB1を多く含む低エネルギー。
12	バラ・三枚肉	ハラガー	赤身と脂肪が層になっており三枚肉と呼ばれる。きめはやや粗いがコクと風味がある。
13	もも	チビジリ	脂肪が少なく、きめが細かい。この部分がボンレスハムの材料になる。肉の色は他の部位に比べて淡いのが特徴。
14	そともも	フカムム	ももの中で尻に近い部分。筋肉部分なので筋が多くきめが粗い。主に煮込み料理に向いている。
15	肝臓・レバー	チム	鉄分やビタミンA・B1・B2を多量に含んでいる。新鮮なものは赤紫色が鮮やかできめが細かい。
16	小腸・ヒモ	ビービーグ	大腸と合わせて『もつ』として売られている。
17	大腸	ウフワタ	コリコリと独特の歯ごたえがある。中味汁の材料。
18	肋骨・あばら (スペアリブ)	ソーキ	骨付きあばら肉。脂肪と肉が程よく混ざり合いダシもよく出る。軟骨は、長時間煮る事でやわらかく食べられる。
19	豚足	チマグ	ゼラチン質・コラーゲンが大量に含まれている部位。
20	豚足	チマグ	足の甲。肉はほとんどなく皮と骨だが中にはゼラチンが大量に含まれている。
21	しっぽ・テール	ジュー	現在は店頭で見かけることはあまりない。
22	血液	チー	タンパク質をはじめ、各種栄養素を豊富に含んでいる。沖縄では、新鮮なものは炒め物(チーイリチー)に使われる。
23	脂身 (ラード)	ウァーアンダー	動物性油脂特有の“コク”がある。沖縄料理にはかかせない。
24	背骨	ナガニブニ	いいダシがとれます。

農業生産法人 (有)我那覇畜産
〒905-2268 沖縄県名護市字大川69番地

TEL.0980 (55) 8822
FAX.0980 (55) 8285