

ふるさとの魅力再発見 にしわき散歩

西脇市の魅力、観光資源、史跡
伝統行事などをお伝えします。

30 黒田庄和牛



2年半ほど肥育される黒田庄和牛



約80%が神戸ビーフとして出荷

畜産農家で構成する「黒田庄和牛同志会」のメンバーが、市内で2年半ほど肥育した但馬牛を「黒田庄和牛」といいます。黒田庄和牛は兵庫県畜産共進会において、何度も名誉賞を獲得するなど、その品質は高い評価を得ています。

黒田庄和牛の歴史は、昭和34年に旧黒田庄町で本格的な肉用牛経営に取り組んだことが始まりとされています。昭和58年には全頭を兵庫県産但馬牛に切り替えました。現在は、14戸の農家で約1200頭を肥育し年間約600頭を出荷しています。そのうち約80%が「神戸ビーフ」として出荷されており、県内有数の優良産地へと成長しました。平成25年には、特許庁の地域団体商標に登録されました。

畜産農家においては、一頭一頭の様子を見ながら、エサの調合や風通し、日当たりなどに気を配っています。また、ワラの敷き換えやブラッシング、時にはシャンプーするなど但馬牛がリラックスできる環境づくりに努められています。

今月の旬菜レシピ

北はりま旬菜館の旬野菜。を使ったレシピをお届けします。

ナスとミートソースのグラタン風



【材 料】	(4人分)
ナス	4本
油	適量
とろけるチーズ	2枚
(ミートソース)	
ひき肉(牛・豚合挽)	100g
ニンジン	1/4本(40g)
シイタケ	4個(60g)
タマネギ	1/4個(50g)
ニンニク	1かけ
ホールトマト(缶詰)	1缶(400g)
白ワイン	大さじ2
オリーブオイル	大さじ2
小麦粉	大さじ2
トマトケチャップ	小さじ1
中濃ソース	小さじ1
塩	小さじ1/2

【作り方】

- ① ナスを1cm程の厚さで輪切りにし、油をひいたフライパンでほんのり焼き色が付くまで焼く。
- ② ニンジンは皮をむき、シイタケは軸を切り、タマネギ、ニンニクとともに、みじん切りにする。
- ③ トマトケチャップ・中濃ソース・塩をまぜておく。
- ④ ポウルにホールトマトを入れて手で粗くつぶし、白ワインを加える。
- ⑤ フライパンにオリーブ油、ニンニクを中火で熱し、香りを出す。②を加え、4分炒める。
- ⑥ ひき肉を加えて炒め、肉の色が半分ほど変わったら、小麦粉をふり入れて1分炒める。
- ⑦ ④を加えて強火にかける。煮立ったら、③を加えて弱火で10分煮る。
- ⑧ ①で焼いたナスの上に、⑦を乗せて、トースターで5分程焼くと出来上がり♪

★ナスはパイナスなど丸みのあるものが調理しやすいです。



<ナス>

多様な品種があるナスに含まれる成分のほとんどは水分ですが、ビタミンKやカリウム、葉酸も含まれています。また、食物繊維も豊富です。紫の色素であるナスニンというポリフェノールの一種の成分が皮に含まれています。そのため、皮も食べることで、効果的に栄養を取ることができます。

西脇の自然

第510回

コムシジ (たてはちょう科)

西脇市動植物生態調査研究グループ



羽を広げて止まっている時は、白い横帯が3本よく目立ちます。この仲間では一番小さく、幼虫で越冬し4月中旬ごろから飛び始めます。幼虫はクズやニセアカシア、ハギなどマメ科の植物を好んで食べ大きくなり、10月ごろまでに3回ほど発生を繰り返します。

日当たりの良い山裾や公園、庭などに飛んでくることもあります。飛び方も優雅で、少し羽ばたいては羽を開いたまま緩やかに滑空します。近くに仲間を見つけると必ずといていいほど追いかけ合いをしている姿を見ます。

吸水性が強く、蜜を吸っている姿はあまり見たことがありません。湿った路上や獣糞にとまっているのを見ることの方が多くあります。