

# 牛乳だより

ほっかいどう

MILK  
LAND

Hokkaido



## この自由な大地に

この自由な大地に新しい農業をデザインしよう。

明治新政府が北海道に導入したのは、

アメリカ型の家畜を取り入れた農業でした。

そして多くのアメリカ人が招かれました。

そのうちの二人エドウィン・ダンという青年は、

牛と綿羊を百頭ずつ船に積んで日本へやってきました。

ダンは優良な乳牛を仕入れて飼育管理や品種改良を指導し、

バター、チーズ、ハムなどの製造も行いました。

やがてダンの教えを受けた日本人の優秀な酪農家たちが、

各地で新しい技術に取り組みはじめました。

北海道の酪農のルーツはここにあります。

「最大の自由があるところに最大の進歩がある」

この開拓期を貫いたスピリットは、

いまでも北海道の酪農に脈々と受け継がれています。

# 最高の牛を夢みて



## 小学生のときに酪農家を志す

その昔、道北の幌延町に伝説的な少年がいた。小学生なのに、牛の専門誌を隅から隅まで読んで、有名な牛の名前と生年月日をすべて覚えていた。授精所にどんな牛の精子が蓄積されているのかも、把握している。共進会には年長の兄とともに参加して、目を輝かせて牛を引く張る。多くの子どもたちが野球やサッカーの選手に夢中になっているとき、この少年は牛の系統とその改良に夢中になっていた。この少年の名は「すすむ」といい、いまは芽室の鈴木牧場の主となっている。

「ぼくが酪農家を志したのは、小学生のときですね。中学生のころには、どこかの牧場の婿さんになるかと決めていました。実家は酪農家なんです。三男だったので家は継げなかったんです。酪農学園という大学に入ってから、乳牛研究会に所属しました。そこは、ぼくのような牛マニアが集まっています、楽しかったですね。いまで

もつきあいが続いているんですよ」

鈴木さんは大学生のときに、実習で芽室の牧場に入り、卒業してからもそこで働いた。そして、休みの日にはあちこちの牧場を見学に訪れた。鈴木牧場はそのうちの一軒だったという。奥さんのみゆきさんは、そのころのことを覚えている。

「なんて牛が好きなんだろうと思っていました。何回か会っているうちに、自然と引かれ合うようになって。わたしも家を継ぐ気持ちはあったので、この人なら任せられるって思いましたね。主人は本当はアメリカへ二年間の予定で研修に行っていたんですが、結婚のために半年で切り上げて帰ってきたんです」

結婚してからは、すすむさんは思う存分に酪農の仕事に打ち込むことができた。義父も共進会に参加するのが好きな人だったので、牛の改良を積極的に応援してくれた。牛マニアであるすすむさんにとっては、夢のような世界が開けたことになる。

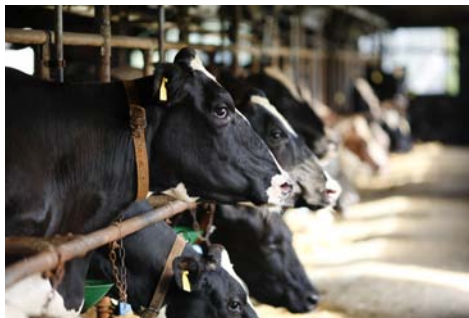
牧場訪問記

## 鈴木牧場

北海道芽室町



※各地方の酪農家が優秀な牛を持ち寄り、その優劣を競う催し。2011年に全国大会が北海道で開催される。  
<http://www.holsteingp.jp/>



こんな牛が生まれてくるはずだ

「雄牛のデータと雌牛のデータを読み込んで、こんな牛が生まれてくるはずだとイメージをふくらませるんですね。そして、いい牛が生まれれば、それを基礎にして次々にいろいろな組み合わせを考える。生きものですから、データだけでは結果は分かりません。偶然や運も大きく左右します。いい牛が必ず生まれるとは限らないけど、すばらしいものが生まれるかもしれない。それをいつも夢見ているんですよ。いい牛は生まれた瞬間に分かります。オーラがあるんです」

牛舎で、オーラがあるという子牛を見せてもらった。名前は「ジャスパ―エミー」。つぶらな瞳でかわいい顔をしているが、オーラまでは分からない。やはり見る人を選ぶのだろう。牛舎にはこの子の母親がいた。ダンディエミー」という名で、共進会用に育てた牛だという。共進会では、発育が

よくて全体にバランスが取れている牛が評価される。たしかにダンディエミーは、体に横幅があり、おっぱいも張りがある。つてきれいな形をしている。同じ牛舎に、今年の共進会用に育てた牛もいた。

「冬からみっちりラウンダー（牛のランニングマシン）を回して、共進会に備えたんですが、口蹄疫の影響で中止になってしまいました。この子のおばあさんは、ぼくが一〇年前にカナダへ行つて買ってきた牛なんです。価格は運搬費を含めて二〇〇万円。高かったけど、能力も高いし、姿形もよかったです。十勝の共進会では一位になりました。だから、この牛にも自信があつたんですけどね。残念ですが仕方ありません」

共進会用の牛は、普通の搾乳牛とは別な育てられ方をする。特別な飼料を与えて、コンディションを整える。美人コンテストの要素もあるから、毛を刈り揃えたり、ブラシをかけて毛つやを良くすることも欠かせない。牛舎のなかでも、この牛に対してだけは扇風機が回っていた。明らかな特別待遇だ。

共進会用で優秀な成績を得た牛は、その子孫を増やしてゆくことよって、牧場の牛全体の水準を引き上げることになる。いまは子孫を増やす方法として、「受精卵移植」を行うことが多い。これは優秀な精子と優秀な卵子を掛け合わせた受精卵を、代理母に移植して産ませるもので、優秀な一頭の牛からたくさんの子牛を生産できる。



「健全でしょ」  
そういたずらっぽく笑う視線の先には、茶色い小型の牛がいた。ジャージー種という牛で、濃い乳を出すことで知られている。白い柵で囲まれた専用の運動場を作るほど、いまはこの牛が可愛くてたまらないらしい。

てきて、働き手は三人になった。搾乳牛の数は五〇数頭。朝は五時から牛舎の掃除や搾乳、飼料の給与、子牛の哺乳等に三時間かかる。夕方は五時から二時間弱かけて搾乳。働き手が増えたことで、仕事には少し余裕ができた。しかし、牧草の収穫時期にはトラクターの仕事も加わるので、すすむさんは一日に一八時間働くことも少なくないという。



同じ道楽なら  
牛で遊んだほうがいい

いま牧場には、長男の豊さんが帰つ



## 秋の風味を生かした 目にも楽しいジェラート

●MILKISSIMO(ミルキッシモ)

函館の観光名所のひとつ金森赤レンガ倉庫内にあるイタリアンジェラート店「ミルキッシモ」。  
店名のミルキッシモとは、イタリア語で「上級」を表す「issimo」を含ませたもの。

原料となる牛乳には地元の駒ヶ岳牛乳を使用。低温殺菌でノンホモゲナイズ（均質化）の牛乳を使ったジェラートからは、ふんわりとミルクの風味が感じられる。  
シヨーケースには渦を巻くようにきれいに盛り付けられたジェラートが並び、素材として使われているフルーツや野菜が添えられている。目にも楽しく、どれを選ぶか思わず迷ってしまう。  
地元の「くりりんかぼちゃ」やとうもろこし、枝豆といった季節の味も登場するので、ジェラートで旬を感じるのも楽しい。



●MILKISSIMO(ミルキッシモ) 函館本店  
函館市末広町14-16 金森赤レンガ倉庫 函館ヒストリープラザ  
TEL(0138) 84-5350 FAX(0138) 84-5351  
<http://www.milkissimo.com>



## 秋の風に吹かれて 函館周辺を散策

エキゾチックな港町・函館や駒ヶ岳や湖の雄大な景色が広がる大沼。木の葉が色づきはしめるこの時期は、空気も澄みわたる。作物もゆたかな実りを迎えます。清々しい秋の風を感じながら、大地の滋味を味わいましょう。



- ① レストラン ワンデール
- ② MILKISSIMO(ミルキッシモ)
- ③ 末ひろ
- ④ ペイストリー スナッフルス
- ⑤ ピカタの森 アイス工房
- ⑥ みるくハウス



## ① レストランワンデール 静かな湖畔で スロウフードを楽しむ

大沼湖の周遊道路沿いにある「レストランワンデール」。峰清美さん・末美さん夫妻は、三〇年ほど前に函館市内で店を始めたが、静かな場所ですっきりとした時間を過ごせる店にしたい



と、七年ほど前に大沼の湖畔に店を移した。店の周囲には花畑や野菜畑が広がり、日常の喧噪を忘れてのんびりと過ごす時間を求めて、道外からもリピーターが訪れている。

●レストラン ワンデール  
亀田郡七飯町字軍川 21-4  
TEL&FAX (0138) 67-3909  
<http://wandale-onuma.info>

料理には地元の素材や自家製の野菜やハーブ類、手作りベーコンなどが使われ、ワンデールならではのスロウフードが楽しめる。生パスタのカルボナーラには生クリームやバターがたっぷり使われ、まるでやかでクリーミーな味わい。季節の素材を使ったスープやアイスクリームにも牛乳が使われ、北海道産の乳製品のおいしさを堪能できる。

テラス席にはペット用のヒッチ（リンド）の留め具があり、ペット同伴も可。

### ③末ひろ

函館だから  
和食も洋食も楽しみたい



●末ひろ  
函館市松風町3番20号  
TEL(0138) 26-3833



「歴史を感じさせる街並みに洋風の建物が共存する函館らしく、和食と洋食のいずれも味わえる店を」と店主の横山知彦さんが始めた「末ひろ」。メニューには地元で採れる旬の素材を使ったものが多く、刺身や焼き魚とともにヒレカツやビーフシチューなども。

人気の函館焼きは、ウニやイカ、カニをふんだんに使った洋風の茶碗蒸しで、中に入ったチーズがあっさりとした中にコクを引き出している。北海道産の牛乳をたっぷり使った海の幸のシチューは、魚介のエキースとミルクがとけ合いまるやかな味に。

食べていてほっとする居心地のよい雰囲気は、旅の疲れを癒してくれるよう。ゆっくりと地元のおいしさを堪能したい。

### ④ペイストリー スナッフルス

とろけるような舌触りのチーズオムレット



べるとまた次へと手が伸びてしまう。

二階にはカフェコーナーもある。ミルクレープやシュークリームなどを囲んでおいしい時間を。

新鮮な地元の素材を使ってスイーツを作っている「ペイストリー スナッフルス」。  
お土産として人気なのが、スフレタイプのチーズケーキ「チーズオムレット」。しっとりとした舌触りで、口の中でスフレがやわらかにとけていく。味の決め手は、なめらかさとほのかに漂うチーズの香り。地元の乳業メーカー・北海道乳業がこのケーキのために作っているチーズや七飯町の山川牧場の牛乳が、おいしさを支えている。  
店名の「スナッフルス」とは、テーブルにあるおいしいものをパクパクと食べてしまう様子を表現した言葉で、その名の通りひと口食



●ペイストリー スナッフルス 駅前店  
函館市若松町18-2  
TEL(0138) 22-4704 FAX(0138) 27-4707  
<http://www.snaffles.jp>



### ⑤ピカタの森アイス工房

スイーツで楽しむミルクと和のテイスト



国道5号線沿いにある「ピカタの森アイス工房」は、駒ヶ岳牛乳のアンテナショップで、オリジナルのジェラートやスイーツを販売している。ロゲハウス風の建物は車からでも目につき、ドライブの途中で立ち寄る人も多い。

季節の素材を使ったジェラートが人気で、一〇〇種類ほどあるフレーバーの中から、店頭には常時二〇種類が並ぶ。

この時期は、地元の「くりりんかぼちゃ」を使ったジェラートがお薦め。小豆が入った和のテイストで、秋の風味を楽しめる。シユ



●ピカタの森 アイス工房  
茅部郡森町字赤井川 81-3  
TEL&FAX (0137) 45-2323

ークリームやロールケーキなどは、コーヒーやミルクとセットにできるので、天気の良い日は心地良い秋の風に吹かれながらテラスで食べるのも気持ちよい。

### ⑥みるくハウス

ノンホモゲナイズの牛乳を  
振り混ぜて飲む



●みるくハウス  
茅部郡森町字白川 8-4  
TEL (0137) 42-7317

大沼国定公園にほど近い森町にある柴田牧場。山に囲まれたのどかな牧場では、牛たちがのんびりと過ごしている。牧場直営の「みるくハウス」では、搾りたての乳を使って隣接した工場で作られる「駒ヶ岳牛乳」をはじめ、ヨーグルトやソフトクリームなどを販売。

昔ながらの瓶に入った牛乳は、低温殺菌でノンホモゲナイズ。瓶の表面に生クリームが浮かんでおり、それを振り混ぜてから飲むと、さっぱりとした中に甘みを感じられる。

ここでは、手づくりバター体験も実施。体験時にはパンと牛乳、ミニソフトクリームを出してくれるので、その場で作りたてのバターを味わうことができる。五人以上で三日前までに要予約。



カキのミルク炊き込み飯

●材料(4~6人分)

- 米 … 3カップ(洗って水気を切っておく)
- A 牛乳・だし汁 …… 各1・1/2カップ
- 酒 …… 大さじ1
- しょうが …… 1片(千切り)
- B 塩 …… 小さじ1/3
- 白ゴマ …… 大さじ2
- カキ …… 12~18個(塩水で洗っておく)
- 大葉 …… 4枚(千切り)

●作り方

- ① 炊飯器にAを入れて15分位おき、Bを全面に散らしてスイッチを入れる。
- ② スイッチが切れたらすぐにザルにあげておいたカキを平均に入れ、フタをして15分蒸らす。
- ③ 混ぜ合わせてから器に盛り、大葉をのせる。

【ワンポイント】

魚介類をごはんと一緒に炊き込まないのがポイント。ごはんと一緒に炊くと魚介の臭みが移ってしまうので、炊き上がったから炊飯器の中で蒸し上げましょう。

フライや炊き込みごはんの隠し味に牛乳を使ったり…。牛乳・乳製品をプラスすることで美味しさがぐんとアップ。良質なタンパク質を豊富に含む牛乳は栄養価が高く毎日の食生活で不足しがちなカルシウムも補ってくれます。いつもの料理に牛乳や乳製品を取り入れて秋の味覚を楽しみましょう!

※レシピに使用している計量カップは、すべて1カップ200cc



エビフライに  
チーズミルクの味噌ソース

●材料(4人分)

- キャベツ(小サイズ) … 1/4個(太い千切り)
- ベーコン …… 4枚(1cm角)
- A チキンコンソメ …… 2カップ
- 白ワイン …… 大さじ2
- 塩・コショウ …… 各適量
- B 牛乳 …… 1カップ(常温)
- クリームチーズ(常温) …… 100g
- 小ネギ …… 6本(2cmに切る)

●作り方

- ① スープ鍋でベーコンを軽く炒め、キャベツとAを入れて煮る。
- ② 煮立ってきたらよく混ぜ合わせたBを加え、火を小さくしてなめらかにし、あさつきを入れて火を切る。
- ③ 器に盛る。



【ワンポイント】

冷やして食べても美味しいです。キャベツの代わりに白菜を使ったり、Aにカレー粉(小さじ1弱)を入れると違った味が楽しめます。

●材料(4人分)

- エビ(大) … 12尾(殻をむいて背わたを取る)
- 塩・コショウ …… 各少々
- A 粉チーズ …… 大さじ3
- 溶き卵 …… 1個分
- 生パン粉 …… 適量(ザルで2度びきする)
- 揚げ油 …… 適量
- B カマンベールチーズ …… 1個(外皮を取って常温にする)
- 牛乳 …… 1/2カップ
- 白ゴマ …… 大さじ1
- みそ …… 大さじ1・1/2
- レモン汁 …… 小さじ2
- クレソン …… 適量
- レモン …… 適量

●作り方

- ① エビを背開きにして、よく混ぜ合わせたAをすり込んでおく。
  - ② 溶き卵と生パン粉をまぶし、からりと揚げる。
  - ③ Bをなめらかになるまで混ぜ合わせて②に添える。
- ※ 付け合わせには、クレソンやレモンなど好みのものを。

【ワンポイント】

Bのソースは、フライはもちろん魚のムニエルや肉のソテーなど、いろいろな料理に使えるので覚えておくと便利。好みでブルーチーズを足してもOK。

●材料(4人分)

- A 粉チーズ …………… 1カップ  
薄力粉又はそば粉 …… 大さじ1・1/2  
牛乳 …………… 大さじ1・1/2  
白ゴマ …………… 小さじ2  
白コショウ・カレー粉 …… 各少々  
バター …………… 20g

●作り方

- ① フライパンにバターを熱し、Aをよく混ぜ合わせて大さじ1杯分を広げ、弱火でカリッとするまで焼き、裏返して裏面にも薄く焼き色をつける。
- ② 木のまな板などにのせて粗熱を取る。

●材料(4人分)

- カボチャ(皮なし) …………… 300g  
(3cm角にしてゆでる)  
片栗粉 …………… 100~120g  
A 小豆(ゆでたもの) …… 1・1/2カップ  
牛乳 …………… 2カップ  
砂糖 …………… 1/2カップ  
B 牛乳 …………… 1/4カップ  
片栗粉 …………… 大さじ1

●作り方

- ① カボチャをひと肌まで蒸して、片栗粉を混ぜながら耳たぶくらいの硬さにし、3~4cmの平らな団子にする。
- ② Aを鍋に入れて煮合わせておく。
- ③ ①を別鍋の熱湯でゆで、浮き上がってきたら②に入れ、Bを混ぜ合わせてから少しずつ加えて好みのとろみをつける。

【ワンポイント】

パリッと焼き上げるには、焼いている面に焼き色がつくまで触らないこと。何度もひっくり返すとバラバラになってしまいます。



チーズガレット



かぼちゃのミルクゼンザイ

【ワンポイント】

カボチャ団子を作る時間がない時は、皮つきのまま茹でたカボチャをそのまま入れてもOK。



メキシカンチーズオムレツ

●材料(4人分)

- A 玉ねぎ …………… 1/4個(乱切り)  
ピーマン …… 1個(ヘタと種を取って乱切り)  
B トマト(小) …… 1個(ヘタを取って乱切り)  
コーン(冷凍) …………… 1/2カップ  
スライスハム …… 4枚(8等分に切る)  
バター …………… 20g  
C 卵 …………… 4個  
生クリーム …………… 1/4カップ  
ピザ用チーズ …………… 1/2カップ  
粉チーズ …………… 大さじ2  
塩 …………… 小さじ1/4  
コショウ・一味とうがらし …… 各少々

●作り方

- ① フライパンにバターを熱し、Aを炒める。
- ② Cをボールに入れてよく混ぜ合わせ、Bを加え①に注ぎ入れ、軽く混ぜて弱火にし、フタをする。
- ③ 蒸し煮にするようにゆっくりと火を通し、焼き上がった皿に移して切り分ける。

【ワンポイント】

Aのような火が通るのに時間がかかる野菜は、あらかじめ炒めておくのがポイント。Bのような生でも食べられるものは、卵と一緒に蒸すだけでOK。



細うどんのヨーグルトソース和え

●材料(4人分)

- 細うどん(乾麺) …………… 200g  
A 粉チーズ …………… 1/4カップ  
バター …………… 30g  
プレーンヨーグルト …… 1カップ  
ショウガ汁 …………… 小さじ2  
B 玉ねぎ(すりおろし) …… 大さじ1  
塩・コショウ …………… 各適量  
C 鮭のそぼろ …………… 1/2カップ  
あさつき(小口切り) …… 1/2カップ

●作り方

- ① たっぶりの湯で細うどんを硬めにゆで、水気を切って熱いうちによく混ぜ合わせておいたAを混ぜ込む。
- ② 混ぜ合わせておいたBを①に混ぜるか、かけて器に盛る。
- ③ Cをかける。

【ワンポイント】

麺にバターをなじませるには、麺が熱いうちにAを混ぜ合わせるのがポイント。Bのソースはさっぱりとした味なので、サラダのドレッシングとしても利用できます。



# ほっかいどう牛乳だより

## vol.28



北海道は広大な草地から質のよい牧草がたくさん穫れ、  
きれいな水にも恵まれています。  
暑さに弱く寒さに強いホルスタインにとって、  
もっとも居心地のいい環境といえるでしょう。  
ここで伸びのび育った牛だからこそ、  
その乳は風味ゆたかなのです。  
このミルクランド北海道のマークは、  
おいしい北海道牛乳の証です。

ほっかいどう牛乳だよりのバックナンバーは  
ミルクランド北海道のホームページで  
ご覧になれます。

ホームページアドレス

<http://www.milkland-hokkaido.com>

ミルクランド北海道



発行

北海道指定生乳生産者団体  
ホクレン農業協同組合連合会

札幌市中央区北4条西1丁目 電話011-232-6189