

一番消費されているのがチキンです

国内で消費される食肉は国産と輸入品を合わせて年間で約600万トン(農水省の平成26年度食料需給表から、以下同)ですが、このうち国産が占める量は約325万トン(全体の55%)です。この国産(我が国で生産供給される)食肉としては、鶏肉(チキン)が最も多いのです。平成26年度統計によれば、鶏肉149万4千トン、豚肉125万トン、牛肉50万2千トン、その他5千トンで、鶏肉の生産が最も多く、当然消費される国産食肉のなかでも最多のお肉となっています。

輸入品を含めても、食べられない部分を除いたお肉(純食料といいます)の中では、やはり鶏肉が最も多く、1人当たりの消費量(総供給量を人口で割った数値)は、食肉全体では年間30.2kgですが、このうち鶏肉が12.2kgで最も多く、次いで豚肉11.9kg、牛肉5.9kgとなっています。

1人当たりの食肉消費量(1年間)



鶏肉はこのように食肉の中で最も消費されているお肉ですが、単に牛肉、豚肉に 比べて価格が安いだけでなく、やはり**高タンパク・低脂肪のヘルシーなお肉**、料理に してもいろんなレシピに使いやすく馴染み深いお肉ということが受け入れられてい ると言えるようです。なにより、焼き鳥やから揚げなど圧倒的な人気をほこるメ ニューが人気を証明しています。

場げる手羽元のから揚げ





●材料 (4人分)

鶏肉(手羽元)・・・・・・・8~10本SBマジックソルト・・・・5~8g薄力粉・・・・・・ 大さじ3~4揚げ油・・・・・・ 適量

プリーツレタス······ 3~4枚 プチトマト····· 8~10個 ビニール袋····· 1枚

作り方 ① 鶏肉手羽元の骨に沿って切れ目を入れ、水気を丁寧にふき取る。

- ② ビニール袋に、マジックソルト、薄力粉を入れ、 良く混ぜ衣を作る。
- 3 ②に鶏肉を半量ずつ入れ、袋を軽く振って衣をつける。
- ⑷ 揚げ油を160度位に熱し、鶏肉にゆっくり火を通す。
- **⑤** 揚げ油を180度に上げて、鶏肉がカラッときつね色になったら バットに上げる。
- 6 器にプリーツレタスを敷きから揚げを盛り、 プチトマトを半分に切りあしらう。