

牛肉

特集2

牛肉の品質はさまざまな点から評価されています。牛肉の格付からさまざまな部位、その食べ方までをご紹介します。

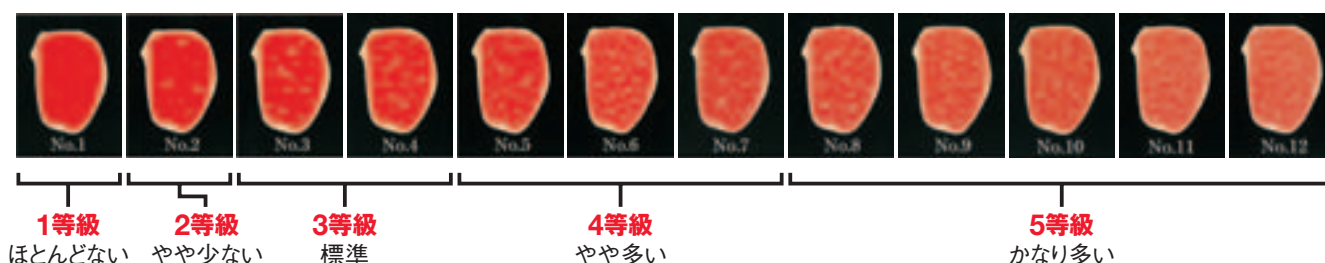
取材・文／音部美穂（P14～15）、大沼聡子（P16～18）、三浦良江（P17、19） イラスト／立原圭子（P16、18）



格付は、公益社団法人日本食肉格付協会が全国の食肉卸売市場や産地食肉センターなどで実施している。

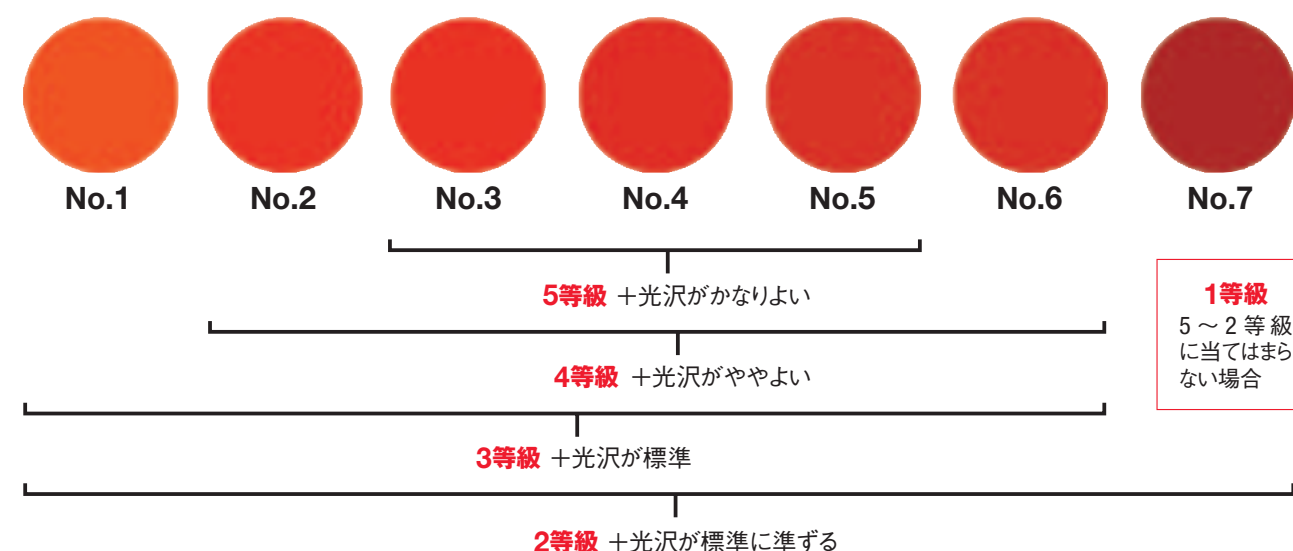
1 脂肪交雑

脂肪交雑とは霜降りの度合いのことで、脂肪交雑基準（B.M.S.）によって12段階で評価し、等級を決定します。



2 肉の色沢

肉色と光沢で複合的に判定します。肉色は牛肉色基準（B.C.S.）に基づき7段階で評価します。光沢は肉眼で判定し、等級を決定します。

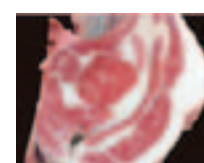


3 肉の締まりおよびきめ

肉眼で締まりときめを判定し、等級を決定します。きめが細かく肉が締まっているものほど等級が高いと判定します。



5等級の例。



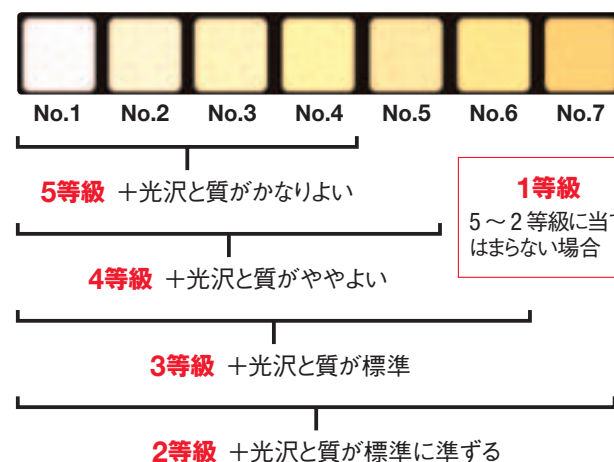
3等級の例。

等級	締まり	きめ
5	かなりよい	かなり細かい
4	ややよい	やや細かい
3	標準	標準
2	標準に準ずる	標準に準ずる
1	劣る	粗い

写真協力／公益社団法人日本食肉格付協会

4 脂肪の色沢と質

脂肪色と光沢および質で複合的に判定します。脂肪色は牛脂肪色基準（B.F.S.）により7段階で評価。光沢および質は肉眼で判定します。



牛肉の格付

A5

ランクって何？

極上肉の代名詞にもなっている「A5ランク」という名称。これは、アルファベットと数字の組み合わせで表示される牛肉の「格付」を表すものです。牛肉の品質を示す目安でもあり、公正な流通の推進に役立っています。この格付がどのように決められているのかを解説します。

肉質等級

数字は「肉質等級」を表します。肉質は、「脂肪交雑」「肉の色沢」「肉の締まりおよびきめ」「脂肪の色沢と質」の4項目それぞれを1～5の等級で評価し、その最も低い等級で決定されます。

肉質等級	3
① 脂肪交雑	4
② 肉の色沢	4
③ 肉の締まりおよびきめ	3
④ 脂肪の色沢と質	4

4つの項目から等級を決定

4項目の等級をもとに肉質等級を決定します。4項目のうち最も低かった数値が肉質等級になります。

歩留等級

アルファベットは「歩留等級」を表します。歩留まりは、牛一頭からどれだけ肉が取れるかということを、決められた計算方法で算出します。数値が高いものほど多くの牛肉が取れることになり、A、B、Cの3段階で評価します。

等級	歩留	歩留基準値
A	標準よりよい	72 以上
B	標準	69 以上 72 未満
C	標準より劣る	69 未満