Farmer's FILE 5

弓削牧場 Yuge Farm

トレードマークは弓削牧場で生まれ育った子供たち。「自分のこどもにも安心して食べさせられる」そんな想いが込められた30年変わらない素敵なマークです。今では3人の子供たちも大人になり、それぞれの形で牧場に関わっています。
神戸の市街地から車で３０分、風にゆれる牧草、小鳥のさえずり、時おり聞こえる牛のなきごえ。ゲートを抜けるとそこは別世界。標高４００mの裏六甲の豊かな自然に囲まれた弓削牧場は、実は驚くほど都市と近いところにあります。

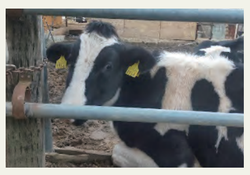
バイオガスについて

弓削牧場さんは住宅街に囲まれながら酪農をしています。そうするとどうしても臭気が流れてしまうことに対策を考えました。それが牛糞尿や野菜くずを加温、攪拌して発酵させて作るバイオガスです。そのバイオガスを施設内の照明や熱源として使用しています。写真のヒーターもバイオガスを利用して稼働しています。それだけでなく、バイオガスユニットでの発酵によって発生する「消化液」は弓削牧場さんにとって「宝」だそうです。消化液は農場内で栽培する野菜の液肥として利用しています。その消化液を利用して育てたハーブや野菜はどれも香りが高く立派なものばかりでした。これは牛さんたちがいる弓削牧場さんだからこそできることだなと強く感じました。弓削牧場に行ったらぜひ乳製品だけでなく野菜やハーブの味も味わってほしいです！

牛さんのこと

弓削牧場は9ヘクタール程もある牧場です。その中に牛さんは50頭程もいて、中高生クラスの牛さんは足腰を鍛えるために山の中で自由に過ごしています。餌を食べる時間や搾乳の時間も牛さんがしたい時間にします。搾乳ロボットに牛さんが自分で機械に入っていき、約38℃の牛乳が空気に触れずに5分程度で4℃まで冷やされます。ストレスフリーで育ち、最新の機械でとれた牛乳は普段私たちが飲んでいる牛乳よりもとても甘かったです。子供の頃の牛さんで40kg→大人になると600kg程にもなるそうです。子供の牛たちはお揃いのマフラーをつけており、とても可愛かったです。

取材をさせて頂いて



弓削牧場さんでは牛乳からチーズへ、チーズから料理やお菓子へ、ふん尿から消化液・バイオガスへ、消化液から無農薬野菜へ、バイオガスからは熱源や電気へと牛さんからの恵みを最大限に活用しており牛さん・人間・環境と全てに優しい牧場です。
また、牛さんの健康を第一に考えており、よくある一般の方も参加できる乳搾り体験を行うと、感染症にかかりやすくなってしまうそうなので実施していません。乳搾りは貴重な体験ではありますが、実施しないことは牛さんが快適に過ごすための重要なポイントだと思い、牛さんのことを一番に考えている弓削牧場さんは素敵だなと私たちは感じました。そんな弓削牧場さんのチーズや牛乳、それを使ったおいしい商品を皆さんにぜひ知って頂きたいです！

フロマージュ・フレ

熟成する前の生のチーズで、カロリー控えめ、塩分無添加。カロリー・塩分が気になる方も、安心して召し上がっていただけます。

カマンベールチーズ

塩分控えめで、日本人の味覚に合わせた弓削牧場のカマンベール。クセがなく、ミルク本来のうまみを感じることができるミルキーさが特徴です。

フロマージュ・プチタロー

カマンベールより個性的な味の小さな白カビチーズです。熟成が若いうちは適度の酸味がありフレッシュ、賞味期限に近づき熟成が進んでくると、ミルキーでよりなめらかな食感に変化してとろとろになります。熟成による、味の変化をお楽しみください。

カイエ・フレ

オリジナル配合の乳酸菌を使用したヨーグルトで、さわやかな酸味とその深い味わいが人気です。

弓削牧場のはちみつ

弓削牧場で採れた、純牧場産のはちみつです。季節によって取れるはちみつの味がかわります。春はさくら、初夏はあかしあ、初夏の百花蜜などの季節の香りを楽しめます。

低温殺菌ノンホモ牛乳

元気に放牧場を走りまわる牛たちのミルクです。自然な状態に近いので、牛乳本来の風味をそこなわず甘みの強い牛乳です。

recipe

弓削牧場のおいしい牛乳・チーズを使った、私たちのオリジナルレシピ！

カマンベールチーズの生ハム巻き

生ハムとチーズの定番の組み合わせで！

材料（2人前）	分量
生ハム	適量
カマンベールチーズ	適量

作り方

1. カマンベールチーズを棒状に切り、生ハムで巻く。
2. お好みでオリーブオイルなどをかけて召し上がれ！

特製ミルクスープ

甘みのある牛乳をストレートに味わうスープ

材料（3人前）	分量
マッシュルーム	4個
エリンギ	1本
弓削牧場の牛乳	500ml
ベーコン	40g
バター	適量

作り方

1. お鍋でミルクを煮詰める、味見しながら塩を適量入れる。
2. ベーコンをスライスし、フライパンでこんがりと焼く。
3. エリンギとマッシュルームを薄くスライスし、②と同じフライパンでバターソテーする。
4. 材料をすべて入れ煮詰めて完成。

プチタロウとはちみつナッツの出会い

弓削牧場のプチタロウの濃厚さを
ダイレクトに感じられる一品

材料（2人前）	分量
フロマージュ	
プチタロウ	1/2個
はちみつ	適量
ミックスナッツ	適量
黒コショウ	適量

作り方

1. フロマージュ・プチタロウを食べやすい大きさにカットし、お皿に盛りつける。
2. 上に砕いたミックスナッツをのせて、上からはちみつと黒コショウをお好みでかけて完成。

弓削牧場ミルクパスタ

牛乳の“本来の甘さ”を引き立てた
老若男女から愛される一品

材料（2人前）	分量
スパゲティ	200g
お湯（ゆで用）	1L
塩（ゆで用）	小さじ2
弓削牧場の牛乳	250ml
粉チーズ	大さじ3
塩胡椒	大さじ2
粉チーズ	大さじ1
あらびき黒胡椒	適量

作り方

1. ゆで用のお湯と塩を沸かす。沸いたらパスタを時間通りに茹でる。
2. ①を茹でている間に牛乳と粉チーズでソースを作る。塩味を出すために塩コショウを加える
3. ①が茹で上がったら水気を切り②に入れる。
4. ソースとパスタがよく絡んだら皿に盛り付けてあらびき黒胡椒をトッピングしたら完成！

贅沢まるごとチーズフォンデュ

弓削牧場のカマンベールチーズを
まるごと1個使った贅沢な一品

材料（2人前）	分量
弓削牧場の	
カマンベールチーズ	1個
お好みの具材	適量
・パン	
・ベーコン	
・かぼちゃ	
・パプリカ	
・マッシュルーム	

作り方

1. カマンベールチーズの上部を3㎜程度水平にカットして薄く剥がす。
2. 常温で10分程度置いておく。
3. 180℃で予熱したオーブンに5分程度入れて、中が柔らかくなるまで加熱する。
4. お好みの具材をチーズにつけてお召し上がれ！

ガトー・オ・フロマージュ・フレ

フロマージュ・フレを贅沢に使った
甘みと酸味を感じられるチーズケーキ

材料（15㎝丸型一台）	分量
フロマージュ・フレ	200g
グラニュー糖	30g
卵黄	2個分
生クリーム	30g
レモン汁	15g
薄力粉	50g
［メレンゲ］	
卵白	2個分
塩	1g
グラニュー糖	40g

作り方

1. ボウルにフロマージュ・フレを入れ、ゴムベラで滑らかになるまで混ぜる。グラニュー糖を加えてすり混ぜる。
2. 卵黄、生クリーム、レモン汁、ふるった薄力粉を順番に加えて、そのつど泡だて器でよく混ぜる。
3. 冷やしておいた卵白に塩を加え、ハンドミキサーで攪拌する。白っぽくふんわりしてきたら、グラニュー糖を2回に分けて加え、そのつど攪拌する。メレンゲがおじぎするくらいまで泡立てる。
4. ②に③を2回に分けて加え、さっくりと混ぜる。シートをひいた型に流し、150℃に予熱したオーブンで60分湯煎焼きする。

安田 有作です！
お気に入りの商品は弓削牧場の「ノンホモ牛乳」です。それで作るミルクスープが好きです。

前田 高輔です！
ホテルの料理人という夢を追って頑張っている専門学生です。お気に入りの商品は弓削牧場のカマンベールチーズです！そのままでも美味しくて、溶かしてチーズフォンデュにしても最高です。

芝辻 佳寛です！
お気に入りの商品は地鶏と食べる「フロマージュ・フレ」が大好きです！

山下 三喜です！
ハンバーグ大好きです！
お気に入りの商品は地鶏と食べる「フロマージュ・フレ」が好きです！

神川 莉乃です！
和食と出汁と煮卵が好きです！お気に入りの商品は「フロマージュ・プチタロー」でパンやクラッカーに乗せて食べるのがおすすめです！

中島 みそらです！
食べることが大好きです！お気に入りの商品は熟成させた「フロマージュ・プチタロー」で、バゲットにのせてはちみつと黒胡椒をかけて食べるのが大好きです！