ごのへ三大肉ガイド

KURAISHI BEEF　AOMORI SHAMO ROCK　HORSE MEAT

三大肉とは？

江戸時代、幕府直下の牧場を有していた五戸町。現在も、酪農や畜産を手がける農家が、きめこまやかな技術で良質な製品を生産しています。

数々の賞を受賞、ブランド牛としてその名を全国に轟かせた「倉石牛」や、市場から名古屋コーチン、比内地鶏と並び高い評価を受けている「シャモロック」、そして町の特産品として長く親しまれている「馬肉」。長い時間をかけつくりだされた高品質な美味しさをご堪能ください。

おんこちゃんとは？

© 東京ハイジ／五戸町
五戸町PRキャラクター

おんこの木は五戸町の木。おんこちゃんは、そのおんこの木の精、のようなもの。いつも友達のシロと一緒。神出鬼没で、おいしいものがあるところに現れ、おんこちゃんをみかけた人には幸せが訪れる。普段は目を細めて、にこかこして食べ物を前にすると、目をカーッと見開き、野生を解き放つ！いつも坂の付近で消えるらしい。

馬肉

五戸が誇る特産品

馬肉といえば五戸、と言われるほど、青森県内外問わず、高い知名度を誇る自慢の特産品です。別名「桜肉」とも呼ばれ、馬肉の赤身が桜の花を想像させることに由来しているとも。定番のお刺身や焼肉、しゃぶしゃぶもおススメです。低カロリーで低脂肪、低コレステロール、高たんぱく質な馬肉は、栄養価が高いうえに食べても太りにくいことから、ヘルシーで人気があります。また、鉄分が豊富でグリコーゲンも多く含んでいるため、貧血や肝臓にも良いと言われ、健康食品としても優れた食材です。

青森シャモロック

味良し、ダシ良し、歯ごたえ良し！

青森県畜産試験場が、20年の歳月をかけて交配した高品質な地鶏が、青森シャモロックです。全て平飼いで、通常の倍の時間をかけて、じっくりと育てます。肉に含まれるグルタミン酸とイノシン酸のバランスがとてもよく、肉質も繊細で、奥深く濃厚な味わいのダシの美味さも自慢です。味良し、ダシ良し、歯ごたえ良しの三拍子揃った青森シャモロックをご賞味ください。

倉石牛

脂身の旨さと良質な赤身が自慢！

豊かな自然に恵まれた青森県五戸町倉石。そこで産まれたみちのく青森の銘牛「あおもり倉石牛」は、脂身の旨さと良質な赤身、そして絶賛に値するほどの霜降肉の味と香りの絶妙なハーモニーが自慢です。適度な甘みと、口の中でとろけるまろやかさを持ちながら、大自然で育った野趣や奥深い味わいで、平成20年度全国肉用牛枝肉共励会名誉賞を受賞するなど、数多くの受賞歴を持つブランド牛です。

MAP D-2 レストランささ木
青森県三戸郡五戸町下モ沢向 13-162
TEL 0178-62-6401
食べられる 馬肉、シャモロックの焼肉

MAP D-2 佐々木精肉店
青森県三戸郡五戸町下モ沢向 13-129
TEL 0178-62-2413
買える 馬肉

MAP A-2 グローバルフィールド直売所
青森県三戸郡五戸町古舘下川原43
TEL 0178-62-7176
買える シャモロック焼き鳥、手羽先からあげ
食べられる シャモロックラーメン、シャモロックプリン等

MAP E-1 小林食堂
青森県三戸郡五戸町下大町 27-2
TEL 0178-62-2154
食べられる 桜鍋、桜井

MAP C-2 柊（ひいらぎ）
青森県三戸郡五戸町苗代沢 3-434
TEL 0178-20-0855
食べられる 馬肉ピザ

倉石エリア コミュニティストアよこさわ
青森県三戸郡五戸町倉石又重字太田 66-8
TEL 0178-77-2912
買える 倉石牛

MAP D-1 新井山精肉店
青森県三戸郡五戸町横丁 3-1
TEL 0178-62-3321
買える シャモロック

MAP D-1 割烹せがわ
青森県三戸郡五戸町下タノ沢 36-1
TEL 0178-62-3353
食べられる 倉石牛を使った料理(要予約)

MAP E-2 レストラン アピル
(五戸総合病院内)

MAP E-1 アピル五戸

MAP C-2 五戸まきば温泉

MAP E-1 尾形精肉店

MAP D-2 旨味家 戸の郷（とのさと）

こののぼり、またはシールがあるお店が目印！

尾形精肉店

直営牧場ならではの、新鮮で美味しい馬肉料理を召し上がれ

直営牧場ならではの、新鮮な馬肉が楽しめる馬肉専門店。人気メニューの「桜鍋」は、特注の“こうじ味噌”と自家製の青なんばんのしょうゆ漬が味の決め手で、シメに食べる馬肉の旨みが存分にしみ込んだせんべいもまた絶品です。また、馬タンやコーネ刺（たてがみ部分）などの珍しいメニューも味わえます。馬肉の販売や地方発送も行っています。

開発メニュー

倉石牛のキーマカレーランチ……1,200円(税込)
シャモロックのそぼろ丼ランチ……1,200円(税込)

宴会

三大肉が一度に味わえる！倉石牛すき焼き宴会コース
…5,000円(税込)（2名様以上で前々日までにご予約ください）

MAP E-1

青森県三戸郡五戸町博労町18-1
TEL 0178-62-3016 FAX 0178-62-6755
営業時間／〔飲食〕11:00～21:30
（L.O.21:00）〔販売〕8:30～21:00
定休日／年中無休

旨味家戸の郷（とさと）

地元の旬の素材や海鮮メニューも豊富な人気の居酒屋さん

倉石牛とシャモロック料理が楽しめる人気の居酒屋で、地元の旬の素材や、海鮮なども提供しています。宴会コースでは、にぎりや串揚げ、すき焼き等のシンプルな調理法で、シャモロックと倉石牛の本来の味を楽しむことができます。宴会コースから数品チョイス＋お酒付のミニコースもおススメです。予約に応じて法事等の料理、オードブルなどにも対応しています。

開発メニュー

シャモロックと倉石牛と海鮮のボリューム宴会コース……6,000円(税込)
※2日前までの予約が必要です。

MAP C-2

青森県三戸郡五戸町下モ沢向21-16
TEL 0178-80-7528
FAX 0178-80-7530
営業時間／17:30～22:00（L.O.21:30）
定休日／水曜日

三大肉が食べられるお店

アピル五戸

一味ちがうサービスと、美味しい料理が自慢です

結婚式、各種会合、パーティー、法事や展示会、折詰・仕出し料理の提供も行っている、地域に根ざした施設です。五戸総合病院内のレストランアピルも運営しており、シャモロックのかしわそばと親子丼は、レストランアピルで食べられます。そのほか、三大肉を利用した料理は、アピル五戸でも提供が可能。お気軽にご相談ください。

開発メニュー

シャモロックのかしわそば……600円(税込)
シャモロック親子丼……700円(税込)

MAP E-1

〔アピル五戸〕
青森県三戸郡
五戸町新町34-3
TEL 0178-62-2011
FAX 0178-62-5955

MAP E-2

〔レストラン アピル〕
青森県三戸郡五戸町沢向
17-3（五戸総合病院内）
TEL 0178-61-1211
営業時間／9:30～14:00（L.O.13:45）
定休日／土・日・祝日

五戸まきば温泉

素朴なおもてなしが心に残る南部の里に佇む隠れ宿

やわらかで美味しい「さくら（馬肉）鍋」や「馬刺し」の他、地元食材を使った季節の和食膳が好評です。また、倉石牛を使った「しゃぶしゃぶ」「陶板焼き」「すきやき」のいずれかを選べる、美味しくてお得な宿泊プランもあります。

開発メニュー

倉石牛カレーセット……1,300円(税込)
《要予約》三大肉のシチュー食べ比べ
（桜肉、倉石牛、青森シャモロック）……3,300円(税込)

MAP C-2

青森県三戸郡五戸町苗代沢3
TEL 0178-62-5511
FAX 0178-62-5512
営業時間／〔レストラン〕
11:30～14:00 17:30～20:00
定休日／無休