

かい けつ
ペロツと解決!

たん てい
ハムソベ探偵

~怪盗団の挑戦状~

かいとうだん

ちよう せん

じよう



ハム・ソーセージ・ベーコンでハムソベ!

もくじ

● 目次 ●

めいろ

● ハムソベ迷路クイズ

- ハムの仲間を調査せよ p4~p5
- ソーセージの仲間を調査せよ p6~p7
- ベーコンの仲間を調査せよ p8~p9

ちょう さ ほう こく

● ハムソベの調査報告

しゅるい ちょう さ ほう こく

● ハムソベの種類についての調査報告 p10~p11

たんてい ちょう さ

● 探偵チップの調査ボード1

し

● もっと知りたいハムソベのあれこれ p12~p13

ちょう せん じょう

● ハムソベクロスワードクイズ

ちょう せん じょう

● さらなる挑戦状 p14~p17

さが え

● ハムソベ探し絵クイズ

- ハムができるまで p18~p19
- ソーセージができるまで p20~p21
- ベーコンができるまで p22~p23

たんてい ちょう さ

● 探偵チップの調査ボード2

し

● もっと知りたいハムソベのあれこれ p24~p25

かんたん

● 簡単でおいしいハムソベレシピ

- ハムのレシピ p28~p29
- ソーセージのレシピ p30~p31
- ベーコンのレシピ p32~p33

とうじょうじんぶつ

● 登場人物 ●

チップ



たんていがっこう かよ
探偵学校に通う
みなら たんてい
見習い探偵

ナーウィン



あいぼうけん
チップの相棒犬

なぞ かいとうだん
謎の怪盗団ハムソベーズ



ベーコム ハムス ソー・セイジ

ある日、見習い探偵チップのもとに、
怪盗団ハムソベーズから挑戦状が届いた。



ちょう せん じょう

挑戦状

探偵学校は、順調かね。
見習い探偵のチップくん。

君に残念なお知らせだ。
大切な探偵7つ道具は、私たち

怪盗団ハムソベーズがいただいた。
7つ道具を返して欲しければ、

ハムソベ(ハム、ソーセージ、ベーコン)
についてのクイズを解き、

私たちが捕まえてみよ。
まあ、せいぜい頑張りたまえ。

怪盗団 ハムソベーズ

たんてい どうぐ

探偵7つ道具



ハムソベのことを調べれば、
奴らの居場所がわかるかも
しれないな!

奪われた探偵7つ道具を取り戻すために、
見習い探偵のチップと相棒のナーウィン
はさっそく調査をはじめたのであった。

ハムの仲間を調査せよ

ハムにはこんなにいろんな種類があるのか。

ハムのクイズに答えて、「**迷宮ハムの館**」を進もう。もしかすると、ハムスの手がかりが見つかるかも!?



私の正体が知りたければ、
全問正解することだ!

Q.1 ハム・ソーセージ・ベーコンの主な原料は?

- 1 豚肉
- 2 牛肉
- 3 鶏肉

A.1 豚肉

さまざまな部位がハムソベに使われています。

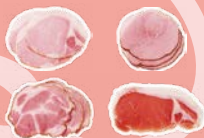


Q.2 日本でつくられるハムは、何種類くらいに分けられる?

- 1 2種類
- 2 3種類
- 3 4種類以上

A.2 4種類以上

「ロースハム」「ボンレスハム」「ショルダーハム」「ラックスハム」などに分けられます。



A.3 豚肉の部位

ロースハムはロース肉、ボンレスハムはもも肉を使います。ハムの中でいちばん生産量が多いのはロースハムです。

Q.3 ロースハムとボンレスハムのちがいは何?

- 1 つくり方
- 2 豚肉の部位
- 3 実は同じ

Q.4 生ハムは、ロースハムとどこがちがう?

- 1 お肉の切り方
- 2 使う部位
- 3 加熱するかしないか

A.4 加熱するかしないか

生ハムはお肉を低温で乾燥熟成させた「非加熱食肉製品」で、一般的なハムは加熱してつくる「加熱食肉製品」です。

探偵メモ

生ハムが塩辛いのはなぜ?

答え & 解説

菌の活動を抑えるために、一般的なハムよりも食塩量を増やしているからです。

よくここまで来たな!
では、次のステージへ案内しよう!

めいる
ハムソベ迷路クイズ なかま ちょうさ

ソーセージの仲間を調査せよ



ソーセージとウィンナー
は同じ？違う？

つぎ やかた めいきゅう
次の館は「ソーセージの迷宮ミュージアム」だ。クイズに答えて、ソー・セイジのあとをおの後を追え！

Q.1 ウィナーは、ソーセージとどんな関係？

- 1 別もの 2 ソーセージの一種 3 全く同じ

1

2

3

A.2 食べられる

羊の腸の他、コラーゲンなど食べられる素材が使われているので、安心して食べることができます。

※ごく一部、ビニール包装のものは外して食べてください。

Q.3 次のうち、実際にあるソーセージはどれ？

- 1 リペアソーセージ 2 リストソーセージ
3 リオナソーセージ

1

3

2

A.3 リオナソーセージ

ひき肉などにピーマンやにんじんなどを加えた製品。つくり方はウィンナーと同じです。



さあ、ソーセージの知識がどれだけあるかな？

Q.4 サラミはどの食肉加工品の仲間？

- 1 ハム 2 ソーセージ 3 ベーコン

1

2

3

A.1 ソーセージの一種

正式名称は「ウィンナーソーセージ」。ソーセージは、お肉を詰める皮(ケーシング)の種類や太さによって、種類が変わります。

A.4 ソーセージ

サラミは乾燥させてつくる「ドライソーセージ」の一種です。

Q.2 ウィナーは皮(ケーシング)ごと食べられる？

- 1 食べられる 2 食べられない

1

2

なかなかやるな！

でも、まだまだハムソベの迷宮は続くぞ！

探偵メモ

日本のソーセージ生産量のうち、ウィンナーの割合は？

答え & 解説

答えは80%近く。日本人がいかにかウィンナー好きかわかります。



ベーコンの仲間を調査せよ



ベーコンはおいしいだけじゃないんだな!

さいご
最後は「ベーコンの迷宮トンネル」だ。
ベーコンの裏に気をつけて、問題を解こう!

Q.1 日本のベーコンには、**ばら肉**の他に**豚肉**のどの部位が使われている?

- 1 ほほ肉
- 2 すね肉
- 3 かたにく 肩肉

1

2

3

A.3 ケーシングを使うか

ハムはハム用のケーシングで包んで加熱しますが、ベーコンはむき出しのまま加熱します。

Q.4 豚肉の脂肪による良い効果とは?

- 1 頭が良くなる
- 2 良質な脂肪酸が豊富に含まれている
- 3 視力が回復する

1

3

2

探偵メモ

ベーコンはどこで生まれた?

答え & 解説

答えは海上。紀元前、海賊が塩漬けした豚肉を偶然煙でいぶしたものが原型だといわれています。

A.1 肩肉

日本では、**ばら肉**を使っているものを「ベーコン」、**肩肉**を使っているものを「**ショルダーベーコン**」と呼びます。

Q.2 ベーコンの特徴は、次のうちどれ?

- 1 脂肪のうまみ
- 2 かたい食感
- 3 スパイスの香り

1

3

2

A.2 脂肪のうまみ

脂肪のうまみがベーコンの特徴です。柔らかく香りも良いので、スープなどの煮込み料理やパスタなどによく使われます。



Q.3 ショルダーハムとショルダーベーコンのちがいは何?

- 1 そのまま食べられるか
- 2 ケーシングを使うか
- 3 原料肉

1

2

3

A.4 良質な脂肪酸が豊富に含まれている

ベーコンに使われる豚肉の脂には、悪玉コレステロールを必要以上に上昇させないとされるオレイン酸やステアリン酸などの脂肪酸が含まれています。



まだ捕まるわけにはいかないわ!
製造工場までおいで!

私を捕まえたのなら
よしく情報収集する
ことね!



ハムソベの種類についての調査報告

ハムソベになる豚肉の部位

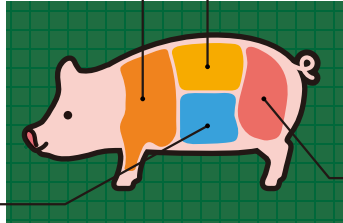
肩肉(うでを含む)
肉質が締まり、脂肪もほどよい部位。うまみがしっかりしている。

- ・ショルダーベーコン
- ・ソーセージ
- ・ラックスハム

ばら肉

一般的にベーコンの素材になる部位。柔らかく、脂肪が多め。

- ・ベーコン



ロース肉

肉のきめが細かいのが特徴で、適度な脂肪がのっている。

- ・ロースハム
- ・ラックスハム

もも肉

脂肪が少ない部位で、さっぱりしている。

- ・ボンレスハム
- ・ラックスハム
- ・ソーセージ

ハムの仲間

ハムは、日本では主にロース肉、もも肉を使っているんだな！



ロースハム



豚のロース肉の塊を加工したもの。きめが細かく柔らかいのが特徴。

ボンレスハム



豚のもも肉の塊から骨を外し、加工したもの。あっさりした味わい。

プレスハム



豚肉と牛肉などを合わせてひと塊にした、日本オリジナルのハム。

ラックスハム



豚のロース肉などを低い温度で熟成させたもの。通称「生ハム」。

ハム・ソーセージ・ベーコンにはどんな種類があるのか基本情報をまとめてみたぞ。

ソーセージの仲間

ウィンナーソーセージ

ひき肉などを羊の腸に詰めて加工したもの。
(人工ケーシングの場合 直径20mm未満)

ボロニアソーセージ

ひき肉などを牛の腸に詰めて加工したもの。
(人工ケーシングの場合 直径36mm以上)

ドライソーセージ

ひき肉などを「ケーシング」に入れて加工し、水分が35%以下になるまで乾燥させたもの。サラミはこの仲間。

フランクフルトソーセージ

ひき肉などを豚の腸に詰めて加工したもの。
(人工ケーシングの場合 直径20mm以上36mm未満)

リオナソーセージ

ひき肉などに、ピーマンやにんにくなどを加えて加工したもの。

無塩せきソーセージ

げんりょう肉を調味液に漬け込む際に発色剤を使用しないで製造したもの。

ソーセージは、ひき肉などを「ケーシング」という袋状のものに詰めてつくるよ！「ケーシング」には動物の腸と人工のものがある、人工のものを使う場合は、太さで種類が変わるんだ！



ベーコンの仲間

「くん煙」は、木材をくだいたもの(チップ)などを加熱した時に出る煙で、肉をいぶすこと。保存性が高まって、特有の色と香りがおいしさを引き立てるんだ！



ベーコン



豚のばら肉の塊を「くん煙」したものの。ジューシーな脂を堪能できる。

ショルダーベーコン



豚の肩肉を「くん煙」したものの。脂肪がほどよく、うまみがしっかりしている。

他にもいろいろな種類があるから調べてみよう！

ハムソベ 検索

探偵チップの 調査ボード1

もっと知りたいハムソベのあれこれ

調査でわかったことが
他にもこんなにあったぞ。

Q. 世界三大生ハムといわれている生ハムは?

A. 以下の3種類が、世界三大生ハムといわれています。

プロシュート・ディ・パルマ (イタリア) ハモン・セラノ (スペイン) 金華火腿 (中国)



ハムソベには
栄養もたっぷり
なのか!

Q. ハム・ソーセージ・ベーコンの中で、日本での生産数量がいちばん多いのはどれ?

A. ソーセージがいちばん多く生産されています。令和2年の生産数量は、ソーセージが約318,000トン(約58%)、ハムが約133,000トン(約24%)、ベーコンが約98,000トン(約18%)です。

〈参考〉: <https://hamukumi.or.jp/data/O2shokunikukakou/>

Q. ハムソベにはどんな栄養素が含まれている?

A. 豚肉には、主に動物性たんぱく質と脂質、ビタミンB₁が多く含まれています。その他に、各種ビタミンやミネラルも豊富です。

たんぱく質

脂質

ビタミンB₁

Q. 原料の豚肉は、国産と外国産どちらが多い?

A. 外国産のものが多く、全体のおよそ8割を占めています。アメリカやカナダ、スペイン、デンマークなどから輸入されています。

Q. つるしベーコンとは?

A. 通常のベーコンよりも、薫り豊かに仕上げられたベーコンです。お肉を細長く切り、表面積を広げた状態でつるすことで、くん煙の効果を高めています。

Q. ハム・ソーセージ・ベーコンは何語?

A. 英語。ドイツ語やフランス語では、ちがう呼び方になります。

かいとうだん
怪盗団ハムソベーズを追いかけ、ハムソベ
せいぞうこうじょう
の製造工場へたどり着いたチップ。すると、
あいぼうけん
相棒犬のナーウィンが自慢の嗅覚を使って、
じゅうよう て み だ
なにやら重要な手がかりを見つけ出した！



これは！
かいとうだん
怪盗団からの
あら ちようせんじょう
新たな挑戦状だ！

なんもん と
この難問を解くことが
できるかな!?



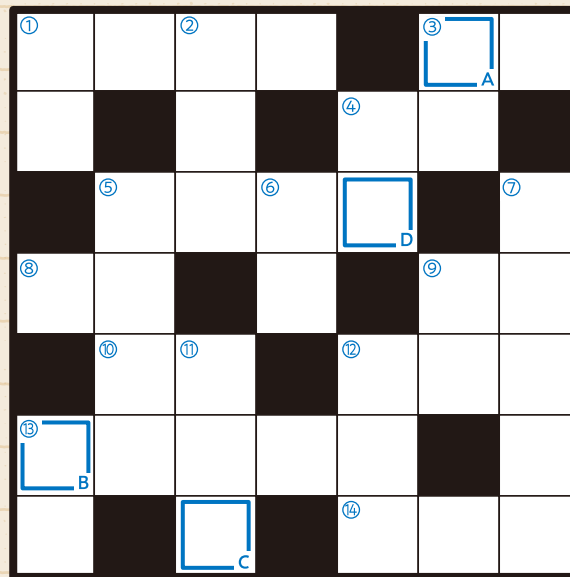
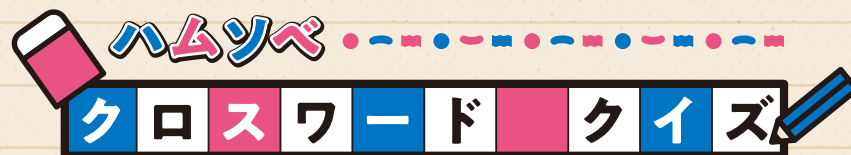
ちようせんじょう
さらなる挑戦状

よくここまで来たね。
せいぞうこうじょう なか お
製造工場の中まで追ってきて、
どうぐ み
7つ道具を見つけることはできるかな？

さて、かしこい君に
わたし
私たちからちょっとしたプレゼントだ。

みぎ と
右のクロスワードを解けば、
さき さき みらい
もしかすると、君のちょっと先の未来が
わかるかもしれないよ。

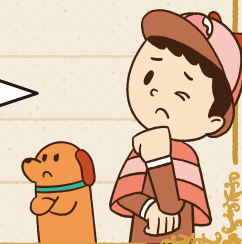
がんば と
頑張って解いてみてくれたまえ。



かく
隠されたメッセージは・・・

Four empty boxes labeled A, B, C, and D for the hidden message.

どういことだろう？
ちようさ つづ ひつよう
調査を続ける必要が
あるな！



ハムソベの種類と、製造工程 についてのクロスワードだ！

問題の答えをカタカナで白いマスに入れていこう。わからない時は、他のページがヒントになるぞ！



タテのカギ

- ① ハムソベになる豚肉の〇〇は、肩・ロース・ばら・ももなどです。(ヒントはP10)
- ② ハム・ソーセージ・ベーコンの中で、〇〇〇で生産量がいちばん多いのはソーセージ。(ヒントはP12)
- ③ ゴル〇〇ゾーラはブルーチーズの一種で、ハムソベとの相性もバッチリ。
- ④ ベーコンの原料は豚のばら〇〇です。(ヒントはP22)
- ⑤ 見習い〇〇〇〇のチップが、ハムソベの謎を解き明かしていく。
- ⑥ ハムソベを焼く時によく使うのはフライ〇〇。
- ⑦ ソーセージやハムをつくる時に使われる、ひき肉などを詰める袋状のものを何という？ (ヒントはP11)
- ⑧ ウィンナーとソーセージは〇〇の食べ物ではなく、ソーセージの一種がウィンナーです。(ヒントはP6)
- ⑨ 世界三大生ハムといわれているのは、プロシュート・ディ・パルマ、ハモン・セラーノ、〇〇〇火腿。(ヒントはP12)
- ⑩ お肉のことを英語でいうと？
- ⑪ ハムソベの主な原料は、〇〇や鶏の肉でなく豚肉です。(ヒントはP4)

4 6 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100



ヨコのカギ

- ① ハムをつくる時は、はじめに〇〇〇〇の余分な脂肪などを取り除いて形を整える「整形」を行う。(ヒントはP18)
- ② ソーセージの製造工程において、混〇〇・調味・細切を行ってから充てんを行う。(ヒントはP20)
- ③ リオナソーセージとは、ひき肉などにピーマンや〇〇じんなどを加えた製品のこと。(ヒントはP11)
- ④ ハムソベには〇〇〇〇質、脂質、ビタミンB1などの栄養素が含まれている。(ヒントはP13)
- ⑤ 豚肉には良質な脂肪〇〇が豊富に含まれている。(ヒントはP9)
- ⑥ ハムはもちろん、ソーセージや〇〇コンは、一般的なものであれば、そのまま食べても大丈夫です。(ヒントはP25)
- ⑦ 豚肉のステーキのことを「トン〇〇」という。
- ⑧ 任務や目的のことを英語で。チップの〇〇〇〇ンは探偵7つ道具を取り返すこと。
- ⑨ ひき肉を羊の腸に詰めて加工したソーセージを何という？ (ヒントはP11)
- ⑩ 肉やパン、パスタなどをつかむ道具の名称は？

6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100

ハムができるまで



ハムの製造工程を学びながら、怪盗ハムスを追いかけてよう！隠されている7つ道具を見つけると、問題が解きやすくなるぞ！

この道具がある場所がある場所がヒント！



Q.1 「塩せき」は、豚肉のなにに漬け込む工程？

Q.2 発色剤の主な働きは？
(下の探偵メモを参考にしてね)

この道具がある場所がヒント！



Q.3 ハムをつくる時、殺菌はどの工程で行っている？

この道具がある場所がヒント！



Q.4 ハムを冷却する工程で、気をつけるべきことは？

① 整形

原料となる豚肉は、余分な脂肪などを取り除いて形を整えます。

- ロース肉 (背中の肉)
- もも肉
- 肩肉

④ 乾燥・くん煙・蒸煮

中心部までしっかり加熱します。くん煙は行わない場合があります。

⑥ 計量・包装・検品・出荷

衛生的な環境のもとで計量・包装・検品し、出荷します。

⑤ 冷却

直ちに急速冷却して、衛生状態を保つようにします。

② 塩せき

食塩や発色剤などを溶かした調味液に漬けます。

③ 充てん

ハム用のケーシングに詰めたり、綿糸で巻いたりして形を整えます。

探偵メモ

- 塩せきの始まりは岩塩？

答え&解説

ハムが誕生した頃は、岩塩を使ってお肉を漬けていました。岩塩にはボツリヌス菌の生育を抑えたり肉の赤みを引き出したり、獣臭を抑える発色剤の役割があります。

※キャラクターの服装などはイメージです。実際の工場では、安全な製品をお届けするために、厳重な衛生環境のもとでいくつもの検査を行い、厳しく品質を管理しています。

A.1 食塩や発色剤などを溶かした調味液に漬けます。「無塩せき」とは、発色剤を使っていない調味液に豚肉を漬け込むことをいいます。

A.2 大きく以下の3つ。①食中毒を引き起こすボツリヌス菌の生育を抑える。②お肉の赤みを引き出し固定する。③原料肉の獣臭を抑え風味を与える。

A.3 「蒸煮」という蒸気で加熱する工程で殺菌を行います。生ハム(ラックスハム)は、加熱するかわりに「乾燥」することで菌の増殖を防いでいます。

A.4 冷却装置で速やかに作業を行うこと。細菌が繁殖しやすい温度(10~50℃)になる時間をできるだけ短くします。

ソーセージができるまで



つぎ せいぞうこうてい まな かいとう
次はソーセージの製造工程を学びながら、怪盗
ソー・セイジを追いかけよう！どこに隠れているか、
わかるかな？

① 整形
げんりょうにく ちい
原料肉を小さな
肉片にします。
かたにく
肩肉など

② 肉ひき
にくひきき
チョッパー（肉挽機）
おまかにひき肉
にします。

④ 充てん
ね あ にく てんねん
練り上げた肉を天然
腸などのケーシング
に詰めます。

③ 混合・調味・細切
しお ほっしょくざい ちようみりよう
塩、発色剤、調味料
などを入れ、均一に
なるように練り上げ
ます。

⑤ 乾燥・くん煙・蒸煮
ちゆうしんぶ
中心部までしっか
り加熱します。くん
煙は行わない場合
もあります。

⑥ 冷却
ただ
直ちに急速冷却し
て、衛生状態を保つ
ようにします。

⑦ 計量・包装・検品・出荷
えいせいでき かんきよう
衛生的な環境のも
とで計量・包装・
検品し、出荷します。

※キャラクターの服装などはイメージです。実際の工場では、安全な製品をお届けするために、
厳重な衛生環境のもとでいくつもの検査を行い、厳しく品質を管理しています。

どうく
この道具が
ある場所が
ヒント！



どうぐ
この道具が
ある場所がヒント！



Q.1
ソーセージは、
原料肉を小さな
肉片にした後
どうする？

Q.2
「混合・調味・細切」
と「充てん」、どちらが
先に行われる？

Q.3
ソーセージの「乾燥」
や「冷却」は、つるして
行う？それとも台に置いて
行う？

Q.4
ソーセージをつくる
時は「くん煙」を
必ず行う？

探偵メモ

- たんてい
- 天然のケーシングと人工ケーシング、それぞれの特徴は？
- こた かいせつ 答え&解説
- ひつじ ぶた どうぶつ ちよう つか や 羊や豚などの動物の腸を使うと、焼いてもゆでても、パリッとした食感が得られます。人工ケーシングは、均一な形の製品をつくるのに適しています。

A.1 チョッパーでひき肉にされます。ハムとベーコンの場合は、原料肉を塊のまま使います。

A.2 「混合・調味・細切」が先に行われます。お肉に味をつけ、練り上げてからケーシングに詰めます。

A.3 イラストのように、つり下げられた状態で「乾燥」や「冷却」を行います。

A.4 種類によっては「くん煙」を行わない場合もあります。ベーコンをつくる時は、必ず「くん煙」を行います。

ベーコンができるまで



さいご
最後はベーコンの製造工程を学びながら、怪盗ベー
コムを追いかけよう！7つ道具を全て取り戻せる
まで、あと少し！



① 整形

げんりよう ふたにく
原料となる豚肉は、
よぶん しぼう
余分な脂肪などを
と のぞ かつち ととの
取り除いて形を整
えます。

にく なか にく
ばら肉 (お腹の肉)

② 塩せき

しょくえん はっしょくざい
食塩や発色剤など
を溶かした調味液
に漬けます。

③ 乾燥・くん煙

ちゅうしんぶ
中心部までしっか
り加熱します。くん
煙は必ず行います。

④ 冷却

ただ きゅうそくれいきやく
直ちに急速冷却し
て、衛生状態を保
つようにします。

⑤ 計量・包装・検品・出荷

えいせいとき かんきよう
衛生的な環境のもと
で計量・包装・検品し、
出荷します。

やったー！
7つ道具を
取り戻したぞ！

※キャラクターの服装などはイメージです。実際の工場では、安全な製品をお届けするために、
厳重な衛生環境のもとでいくつもの検査を行い、厳しく品質を管理しています。

A.1 余分な脂肪などを取り除きます。
お肉の形を整えて、次の工程に
進みます。

A.2 「充てん」。ハムやソーセージとは
異なり、「塩せき」の後、お肉がむき
出しのまま「乾燥・くん煙」します。

A.3 特有の色と香りをつけ、保存性を高め
る効果があります。詳しくは P11 へ。

A.4 「検品」。異物が混入してい
ないかを、機械を通して確
認します。

Q.1 「整形」では、
原料肉の何を
取り除く？



Q.2 ベーコンでのみ、
行っていない
工程は？

Q.3 ベーコンづくりで
欠かせない「くん煙」
には、どんな効果がある？

Q.4 出荷する前に行うのは
「計量」と「包装」、
もうひとつは？



探偵メモ

- 日本ではじめてベーコンが
つくられた時期はいつ？

答え & 解説

1874年(明治7年)に、当時の神奈川県鎌倉
郡川上村にて、英国人のウィリアム・カーティス
が製造を開始したといわれています。

探偵チップの 調査ボード2

もっと知りたいハムソベのあれこれ

調査でわかったことが
他にもこんなにあったぞ。

Q. ハムソベの原料肉は豚肉だけ？

A. 主に豚肉が使われていますが、ソーセージには牛肉や鶏肉も使われることがあります。

Q. ハムソベは冷凍保存しても大丈夫？

A. ハムは冷凍の影響を受けやすく、品質が落ちるのであまりおすすめできません。香辛料が練り合わされたソーセージや脂肪の多いベーコンは大丈夫です。

Q. 生ハムは加熱しないほうが良い？

A. 生ハムは菌の活動を抑えるためももとの塩分量が高いため、加熱するとさらに水分が無くなり、塩辛くなってしまいます。

Q. 赤みのうすい色のハムがあるのはなぜ？

A. 発色剤を使っていないものは、加熱するとお肉そのものをゆでたような色に仕上がるためです。

Q. ハムソベに食品添加物を使う理由は？

A. ハムソベの保存性や品質を高めるだけでなく、味や香り、食感を良くするために使われています。全て国が安全性を確認しているものだけを使用しているので安心です。

色味を保ち、
菌の増殖を抑える
発色剤
(亜硝酸 Na)

変色や風味の
悪化を防ぐ
酸化防止剤
(ビタミンC)

なめらかな
食感を保つ
リン酸塩
(K)

Q. ウィナーソーセージの袋が膨らんでいるのはなぜ？

A. 窒素などの安全な気体が入っています。袋の中の酸素を無くすることで、商品が酸化したり細菌が増えるのを防いでいます。

Q. ハムソベはそのまま食べても大丈夫？

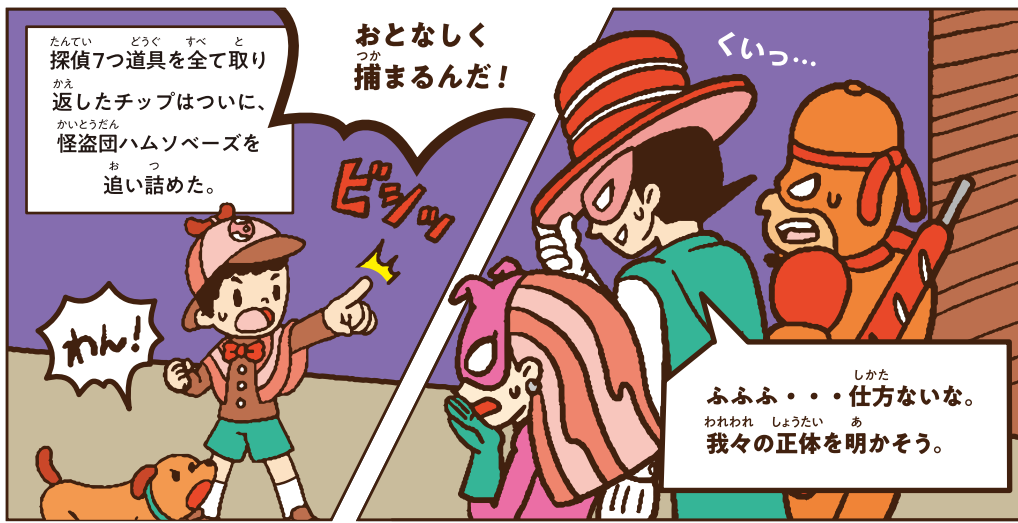
A. ハムソベは全てそのまま食べられます。生ソーセージは「食肉」なので加熱が必要です。注意書きを読んでください。

Q. 開封せずに冷蔵庫に入れておけば、賞味期限を過ぎても大丈夫？

A. 期限を過ぎたらすぐに食べられなくなるわけではありませんが、おいしく食べるためには、賞味期限を守りましょう。

いろんな工夫で
おいしくなっ
ているんだね！





たんてい どうぐ すべ と
探偵7つ道具を全て取り
かえ
返したチップはついに、
かいどうだん
怪盗団ハムソベズを
お
つ
追い詰めた。

おとなしく
つか
捕まるんだ!

くいつ...

わん!

しかた
ふふふ・・・仕方ないな。
われわれ しょうたい あ
我々の正体を明かそう。

ごうかく あかし あたら たんていでちょう
合格の証として新しい探偵手帳を
あげよう! 探偵学校に伝わるハム
ソベの
の
ソベのレシピも載っているよ。

やったー!
ありがとうございます!

わん!

たん てい がっ こう
た、探偵学校の
せん せい
先生たち!?

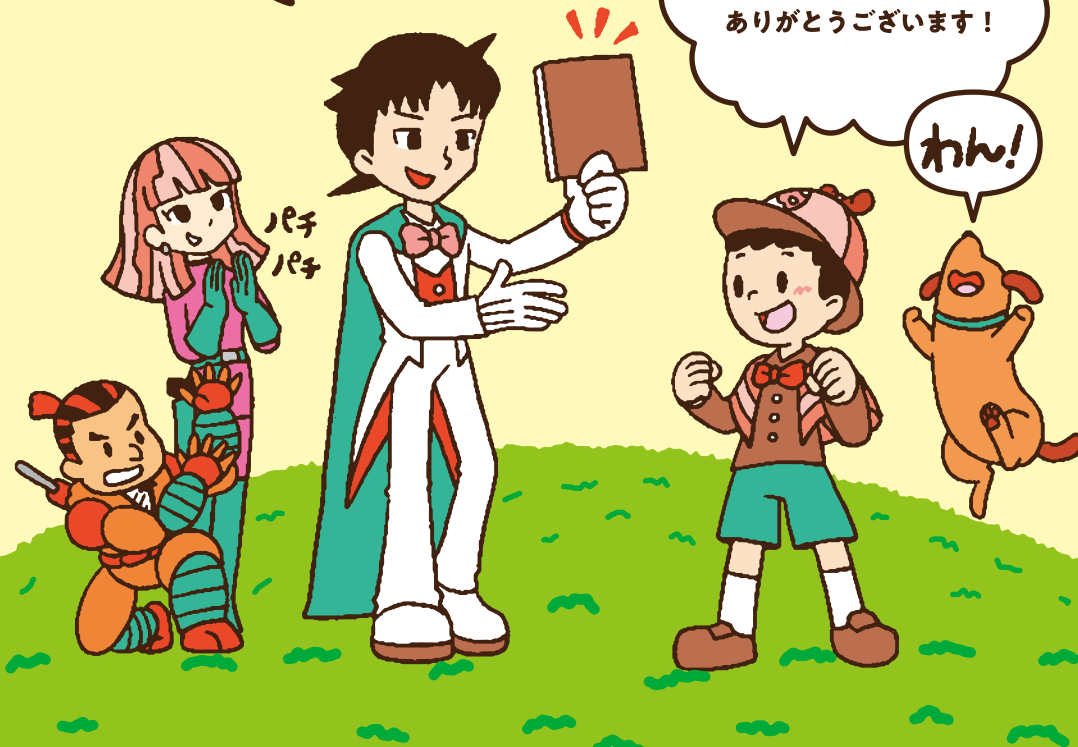
かいどう
怪盗ハムス
あらため
せんせい
ハームズ先生

かいどう
怪盗ソー・セイジ
あらため
せんせい
セイジ先生

かいどう
怪盗ベーコム
あらため
せんせい
ベーコ先生

たん てい し けん ごうかく
おめでとう! 探偵試験は合格だ!

きみ
君がハムソベのことをどれだけ知っているか、
ため
試してみたんだ。



パチ
パチ

いちにんまえ たんてい
こうしてチップは一人前の探偵に
なり今日もどこかでハムソベの
ちょうさ はげ
調査に励んでいる。

ハムソベのことをもっと知りたくなったら、
このサイトにアクセスしよう!



にほん
日本ハム・ソーセージ工業協同組合

こうぎょうきょうどうくみあい
<https://content.hamukumi.or.jp/>

もち ハム餅きんちゃく

もち餅がとろ～り！
から さいこう
ハムとの絡みも最高。

み
ハムを見つけたぞ！
た まんてん
食べごたえ満点だ！



ひとりぶん
1人分 215kcal
えんぶん
塩分 2.5g

なま 生ハムのユッケ風サンド

おも
思いきりかぶりつきたい！
なま あまから
生ハムと甘辛だれがマッチ。

かたて た
片手で食べられて
ちようさちゆう
調査中にもいいね！



ひとりぶん
1人分 427kcal
えんぶん
塩分 2.3g

ざいりよう ふたり ぶん 材料(2人分)

- ・ロースハム…4枚
- ・油揚げ…2枚
- ・餅…2個 (1個33gの丸餅使用)
- ・ネギ…30g
- ・しいたけ…2枚
- ・水…1カップ (200ml)

- A
- ・白だし…大さじ 2
 - ・醤油…少々
 - ・おろし生姜…小さじ 1/2

かた つくり方

- ① 油揚げは半分に切り袋状にする。
餅は半分、ネギは小口切り、しいたけは薄切りにする。
- ② 油揚げにハムを入れ、その内側に餅、しいたけ、ネギを入れて爪楊枝で口を閉じる。
- ③ 小さめのフライパンを熱して②を入れ、両面に焼色をつける。
- ④ 水とAをフライパンに加える。
- ⑤ フタをして中火弱で約10分蒸し煮にする。

ざいりよう ふたり ぶん 材料(2人分)

- ・生ハム…8枚
 - ・きゅうり…1/2本
- A
- ・コチュジャン…小さじ 2
 - ・酢…小さじ 1/2
 - ・ごま油…小さじ 1
 - ・すりごま…小さじ 1
 - ・食パン(8枚切) …4枚
 - ・レタス類…適量(約100g)
 - ・カイワレ…1パック
 - ・ゆで卵…2個

かた つくり方

- ① きゅうりを斜め薄切りにする。
生ハムは半分の長さに切ってほぐす。
- ② Aと生ハムを混ぜ合わせる。
- ③ トーストした食パンにマヨネーズ(分量外)を塗る。ゆで卵などのトッピングを小皿などに用意しておく。
- ④ 食パンにきゅうり、レタス類、生ハム、カイワレ、スライスしたゆで卵、レタス類(2回目)の順にのせてサンドし、カットする。

どうが
レシピ動画は
こちら▶▶▶▶



どうが
レシピ動画は
こちら▶▶▶▶



ひとりぶん
1人分 766kcal
えんぶん
塩分 2.8g

ソーセージとかぼちゃのカレーグラタン

ホワイトソースをつくらずできる！
でがる
お手軽なグラタン。

かた
まさに華麗なる
あじ
味のマジック！



ひとりぶん
1人分 480kcal
えんぶん
塩分 1.6g

ソーセージとチーズのケーキサレ

しおけ
ソーセージの塩気がアクセントの
おやつケーキ。

これはおいすぎる
わな
ソーセージの長だ！



ざいりょう ふたりぶん 材料(2人分)

- ・ウインナーソーセージ…6本
- ・かぼちゃ…1/4カット(正味約400g)
- ・玉ねぎ…1/2個
- ・小麦粉…大さじ 1/2

- A
- ・ピザ用チーズ…70g
 - ・牛乳…1/2カップ(100ml)
 - ・マヨネーズ…50g
 - ・カレー粉…小さじ 2
 - ・コンソメ…小さじ 1
 - ・はちみつ…小さじ 1
 - ・パセリ…適宜

つくり方

- ① 玉ねぎは薄切り、ソーセージは斜め3等分に切る。かぼちゃは種を取り除いて一口大(幅は1.5cm)に切る。
- ② 耐熱容器にかぼちゃを皮を下にして並べ、玉ねぎとソーセージをのせて、ふんわりとラップをかける。電子レンジで約7分加熱する。
- ③ 耐熱容器を電子レンジから出し、小麦粉を全体にざっくりと混ぜ合わせる。
- ④ Aを混ぜ合わせる。
- ⑤ 別の耐熱容器に③を移し替え、④を上からかける。190度に予熱したオーブンで10～20分こんがりとした色がつくまで焼く。お好みでパセリをふる。

ざいりょう にんぶん やく かた 材料(4人分) ※約17×4cmの紙型1台分

- ・ウインナーソーセージ…6本
- ・卵…1個
- ・牛乳…1/2カップ(100ml)
- ・サラダ油…大さじ 4
- ・ホットケーキミックス…200g
- ・カレー粉…大さじ 1/2
- ・コンソメ…小さじ 1/2
- ・ピザ用チーズ…40g
- ・ミックスベジタブル…50g
- ・パセリ…適宜

つくり方

- ① ボウルに卵を割りほぐし、牛乳と油を混ぜる。
- ② ホットケーキミックス、カレー粉、コンソメを入れて粉っぽさがなくなるまで混ぜ合わせ、ピザ用チーズとミックスベジタブル(冷凍のままでも良い)を加える。
- ③ 型に生地を半分程度入れ、ソーセージをまんべんなく並べる。
- ④ 残りの生地をフタをするように流し入れる。
- ⑤ 180度に予熱しておいたオーブンで約35～40分焼く。焼き上がった粗熱を取り、型から外し、切る。お好みでパセリを添える。

どうが
レシピ動画は
こちら▶▶▶▶



どうが
レシピ動画は
こちら▶▶▶▶



ひとりぶん
1人分 593kcal
えんぶん
塩分 1.7g

ベーコンのカルボナーラリゾット

ベーコンが主役の
お手軽リゾット。

リゾットの迷宮から
逃れられなさそうだ…



ひとりぶん
1人分 372kcal
えんぶん
塩分 0.7g

こねないでつくるベーコンエピ

パリパリの皮の中には
ジューシーなベーコンが!

春巻きの皮で!?
すごいトリック!



材料(2人分)

- 厚切りベーコン…50g
- しめじ…100g

A

- ご飯…300g
- 牛乳…1カップ(200ml)
- コンソメ…小さじ1 黒胡椒…少々
- ピザ用チーズ…40g
- 温泉卵…2個
- 粉チーズ…適宜
- 黒胡椒…適宜

作り方

- 厚切りベーコンを1cm幅に切る。
しめじは石づきを除去して小房に分ける。
- フライパンに①を入れて焼き色がつくまで
焼き炒める。
- Aを加えひと煮立ちさせる。
- 1～2分煮込んだらピザ用チーズを入れて
さっと混ぜ合わせ、お好みで塩(分量外)
で味を整え、器に盛る。
- お好みで粉チーズと黒胡椒をふり、
最後に温泉卵をのせる。

材料(2人分)

- ベーコン…4枚
- (ハーフサイズなら8枚)
- 春巻きの皮…4枚
- 油揚げ…2枚
- オリーブオイル…大さじ1と1/2
- 黒胡椒…小さじ1/3

作り方

- 油揚げの端にハサミで切り込みを入れ、
切り開いて1枚に広げる。
- 春巻きの皮2枚(くつついた状態で良い)
に油揚げ、ベーコン、黒胡椒の順にのせ、
奥側に水(分量外)をつけて手前から巻く。
巻き終わりを下にして置き、もう1本も巻く。
- アルミホイルの上に②を縦に置き、オリーブ
オイルを全体にかけてコロコロとこがし、
巻き終わりを下にして置く。
- ハサミを斜め45度くらいにしながらかり
込みを入れ、両脇に生地を寄せながらエピ
の形をつくる。
- トースターで5～10分様子を見ながら
こんがり焼く。

レシピ動画は
こちら▶▶▶▶



レシピ動画は
こちら▶▶▶▶



かぞく
が
あそぶ
で
うら
ら
い
な
ら
う
!

かん たん

簡単でおいしい

ハムソベレシピ

ほぞんばん
保存版



日本ハム・ソーセージ工業協同組合
東京都渋谷区恵比寿 1-5-6 ハム・ソーセージ会館
令和3年度食肉情報等普及・啓発事業
後援/公益社団法人日本食肉協議会 料理制作・栄養監修/田村つぼみ

ハム・ソーセージ・ベーコンの
たの やくだ じょうほう
楽しい役立つ情報がいっぱい!

▶ <https://content.hamukumi.or.jp/>

ハムソベ

検索