

海外のスーパーマーケットで肉・魚を注文

→ 海外のスーパーではパック詰めの肉類や魚介類も売られています。中にお肉屋さんやお魚屋さんのコーナーがあり、カウンター越しに量り売りをしてくれるところもあります。お肉は塊でも買えますし、スライスしてもらうこともできます。小分けにして冷凍保存も良いかもしれません。スーパーで見かけるお肉の部位、魚の名称と、店員さんとの会話例を紹介します。

ポンドの単位で肉を注文する英会話

You

Hi, May I help you?

→ Yes.

→ Can I have one pound (1 lb) of prime rib?

→ Can I have a half pound (1/2 lb) of chicken thigh?

→ Can you do paper thin slice with this?

Here you go.

→ Thank you.

Clerk

あなた

いらっしゃいませ。ご注文をどうぞ。

→ はい。

→ 牛肉の特上リブロースを1ポンドください。

→ 鶏モモ肉を1/2ポンドください。

→ これを薄切りに出来ますか？

はい、どうぞ。

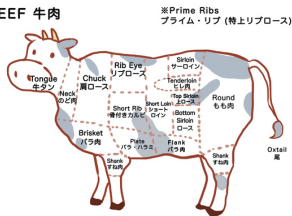
→ ありがとうございます。

店員

* 1lb(パウンド)は約454g、1oz(オンス)は約28g

BEEF (牛肉)の部位

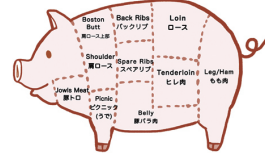
BEEF 牛肉



chuck = 肩ロース
brisket = 肩バラ肉
rib eye = リブロース
(リブロース肉の芯の部分)
short rib = 骨付きカルビ
sirloin = サーロイン
top sirloin = 上ロース
tenderloin = ヒレ肉
flank = バラ肉
shank = すね肉

PORK (豚肉)の部位

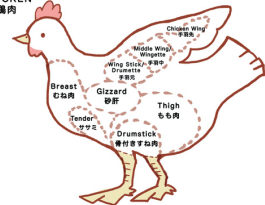
PORK 豚肉



pork loin = 豚ロース肉
tenderloin = ヒレ肉
pork belly = 豚バラ肉
pork butt (Boston butt) = 豚肩ロース
pork shoulder = 豚肩ロース(前足に近い)
back ribs = バックリブ(背の部分)
spare ribs = スペアリブ
(バックリブより下の部分)

CHICKEN (鶏肉)の部位

CHICKEN 鶏肉



breast = むね肉
thigh = もも肉
tender = ささ身
drumstick = 骨付きスネ肉
wings = 手羽先

お肉のパッケージによく見る表示

skinless/ skin on = 皮なし/ 皮つき
BL= Boneless = 骨なし / BI= Bone-in = 骨あり
Vac pack= Vacuumed Pack = 真空パック
CC= Center Cut = センターカット(真ん中の部分で厚みが均等)
ASST= Assort = 部位が混ざっている
grass fed = 草で育てられた肉
cage free = 自由に動き回れるくらいの場所で育った肉



牛ひき肉のパッケージに書いてある%は脂肪分量

ひき肉のパッケージを見ると、「73% Lean 23% fat」などと書かれていることがあります。これは「赤身率」と「脂肪率」の割合の事です。赤身率が高いほど、お肉の値段も少し高くなります。「Lean 90%」以上の物は、調理方法によってはけっこうバサツクので、料理によって選んでみましょう。



数を指定して魚の切り身を注文する英会話

You

→ I'd like to have two cod fillets.

→ I'd like to have four salmon fillets.

→ I'd like to have 8 flounder fillets.

→ Can you gut this trout?

→ Can you scale this yellowtail?

→ Can you skin and bone this sole?

→ Can you fillet this mackerel into three pieces?

Here you go.

→ Thank you.

Clerk

あなた

→ タラの切り身を2枚 お願いします。

→ 鮭の切り身を4枚 お願いします。

→ カレイの切り身を8枚 お願いします。

→ このマスの内臓を取り除いてもらえますか。

→ このブリのうろこを取ってもらえますか。

→ このヒラメの皮と骨を取ってもらえますか。

→ このサバを3枚におろしてもらえますか。

はい、どうぞ。

→ ありがとうございます。

店員

魚 (FISH)/ROE (魚卵)/SHELLFISH (貝/甲殻類)の名前

tuna = マグロ
sole = ヒラメの類
sardine = イワシ
yellowtail = ハマチ、ブリ
herring = ニシン
sea bass = スズキ
cod = タラ
tilapia = ティラピア(いずみ鯛)
flounder = ひらめ・カレイ
swai = ティラピアやナマズに似ている白身魚
salmon = 鮭
catfish = ナマズ
mackerel = 鯖
hairtail/ belt fish = 太刀魚

salmon roe = いくら
cod roe = たらこ

crab = カニ
shrimp = 小エビ
prawn = クルマエビの類
lobster = 伊勢エビの類
oyster = カキ
scallops = ホタテ



魚介類によくある表示

* farm raised = 養殖
* wild caught = 天然
* sushi grade = 刺身用・生食用