



# “Fake Meat”



■ 代替肉を使った料理

- ・代替肉とはどのようなものですか。
- ・代替肉は、環境面でどのような利点がありますか。

41 Today meat alternatives, or “fake meat,” are very popular. These foods do not come from cows, pigs, or chickens. They are made from soybeans and vegetable oil. You can find many meat alternatives in supermarkets in the U.S. and Europe. There are fake hamburgers, fake sausage, and fake chicken. They look and feel like real meat, and they are delicious.

NOTES

- ▶ fake meat 「フェイク・ミート（代替肉）」
- ▶ alternative 「代わりになるもの」
- ▶ soybean 「大豆」
- ▶ the U.S. 「アメリカ合衆国（United States）」
- ▶ Europe 「ヨーロッパ」

42 Many different kinds of people like meat alternatives. These foods are lower in calories and fat than real meat. Many people say that meat alternatives are also better for the Earth. For example, cows make methane in their stomachs. When they release methane, it is bad for the environment. We know that CO<sub>2</sub> warms the planet. But methane warms the planet even faster. Around 20 to 30% of methane comes from farm animals. The world's population is getting bigger, so we have to find Earth-friendly foods.

43 Meat alternatives are also available in Japan. The macrobiotic diet has been popular in Japan for many years. Today, Mos Burger sells soy patties made from soybeans and vegetables. Family Mart also sells a soy-patty burger bowl. And some supermarkets have fake ham, chicken, and beef. Please try these fake meats if you have a chance!

NOTES

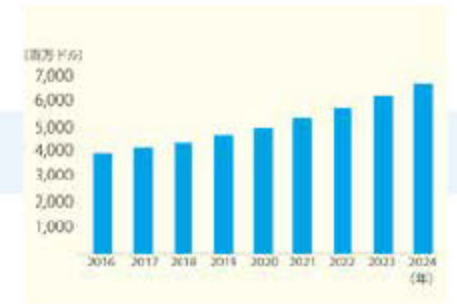
- ▶ calorie 「カロリー」
- ▶ fat 「脂肪」
- ▶ methane 「メタン」
- ▶ farm animal 「家畜」
- ▶ Earth-friendly 「地球にやさしい」
- ▶ available 「手に入る」
- ▶ macrobiotic 「自然食の」
- ▶ diet 「食事」
- ▶ patty 「パテ」
- ▶ bowl 「丼」

代替肉販売店



ドイツのベルリンにあるこの販売店では、ハンバーガーのパテやソーセージ、ひき肉などの様々な代替肉を販売しています。日本でも、日本ハムが代替肉市場に参入し、イトーヨーカドー横浜別所店では「大豆ミート」専用売り場が設けられています。

代替肉市場の推移予測（出典：Mordor Intelligence）



代替肉は、環境問題や社会問題に関心が強いとされるミレニアル世代（2020年代に成人になる世代）に人気があり、今後も市場は大きくなると予測されています。2019年の調査では、米国の25～34歳の25%がベジタリアンまたはビーガン（完全菜食主義者）であることがわかっています。