

LEZIONE 9

CARNI ROSSE | CARNI NERE



Il termine “carne” indica tutte le masse muscolari scheletriche ed i tessuti commestibili annessi di animali da macello, da cortile e della selvaggina. L'**età** ed il **sesso** dell'animale ne determinano la denominazione. La vecchia legislazione classificava i bovini in: vitello, vitellone, manzo, bue, vacca, toro.

■ La legislazione attuale divide i bovini in due sole classi: *vitello* e *bovino adulto*.

CLASSIFICAZIONE

- **La classificazione delle carni** in vigore nella UE prevede due griglie di valutazione della mezzena, con 5 classi per la conformazione e 5 per lo stato di ingrassamento.
- La classificazione della **conformazione**, relativa allo sviluppo delle masse muscolari, è codificata con 5 lettere formanti la sigla EUROP.

CLASSIFICAZIONE

- **E - Eccellente** Tutti i profili sono convessi, muscolatura compatta e massiccia in tutte le sue parti.
- **U - Ottima** Profili nell'insieme convessi, muscolatura compatta.
- **R - Buona** Profili rettilinei, buon sviluppo muscolare.
- **O - Abbastanza Buona** Profili nell'insieme rettilinei, a volte concavi. Sviluppo muscolare medio.
- **P - Mediocre** Profili concavi, sviluppo muscolare ridotto.

CLASSIFICAZIONE

Il grasso sottocutaneo è l'indice di riferimento per lo **stato d'ingrassamento**, permettendo di attribuire maggiore o minore valore commerciale:

- **1 - MOLTO SCARSO** tutti i fasci muscolari sono evidenti e non sono affatto ricoperti di grasso;
- **2 - SCARSO** sono parzialmente ricoperte solo le parti della schiena, mentre tutti i muscoli della coscia e della spalla sono ancora evidenti;
- **3 - MEDIAMENTE IMPORTANTE** anche la coscia e la spalla risultano ricoperte da un sottile pannello di grasso, sono tuttavia riconoscibili i profili muscolari;
- **4 - ABBONDANTE** lo strato di grasso che ricopre i muscoli si fa più spesso, profili muscolari parzialmente riconoscibili;
- **5 - MOLTO ABBONDANTE** tranne la pancia, ricoperta dal lardo, tutta la mezzena si presenta ricoperta da uno spesso strato di grasso, i profili dei muscoli sono difficilmente evidenziabili.

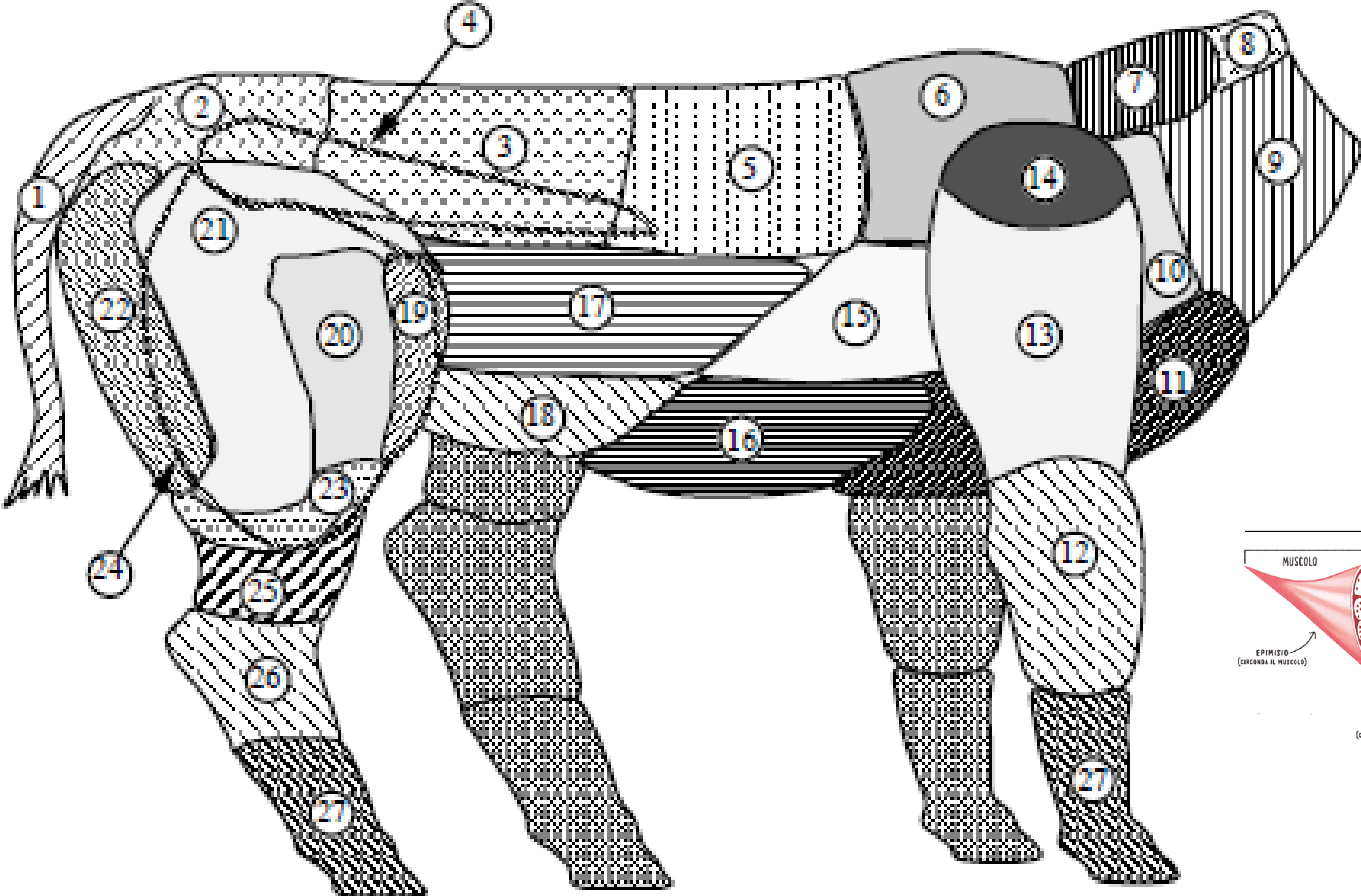
Il **grado di ingrassamento** dipende essenzialmente dalle condizioni di allevamento degli animali. Il tessuto adiposo è presente in varie parti dell'animale:

- **grasso viscerale**: riveste i visceri ed è il meno pregiato;
- **grasso sottocutaneo**: riveste la superficie esterna del corpo dell'animale diventando sempre più spesso con la crescita. È indice di buona nutrizione dell'animale. Nei suini costituisce il lardo, mentre negli altri animali fa parte integrante dei tagli;
- **grasso muscolare**: è il più pregiato, si infiltra nelle fibre muscolari e conferisce alle carni aspetti particolari, abbiamo quindi:

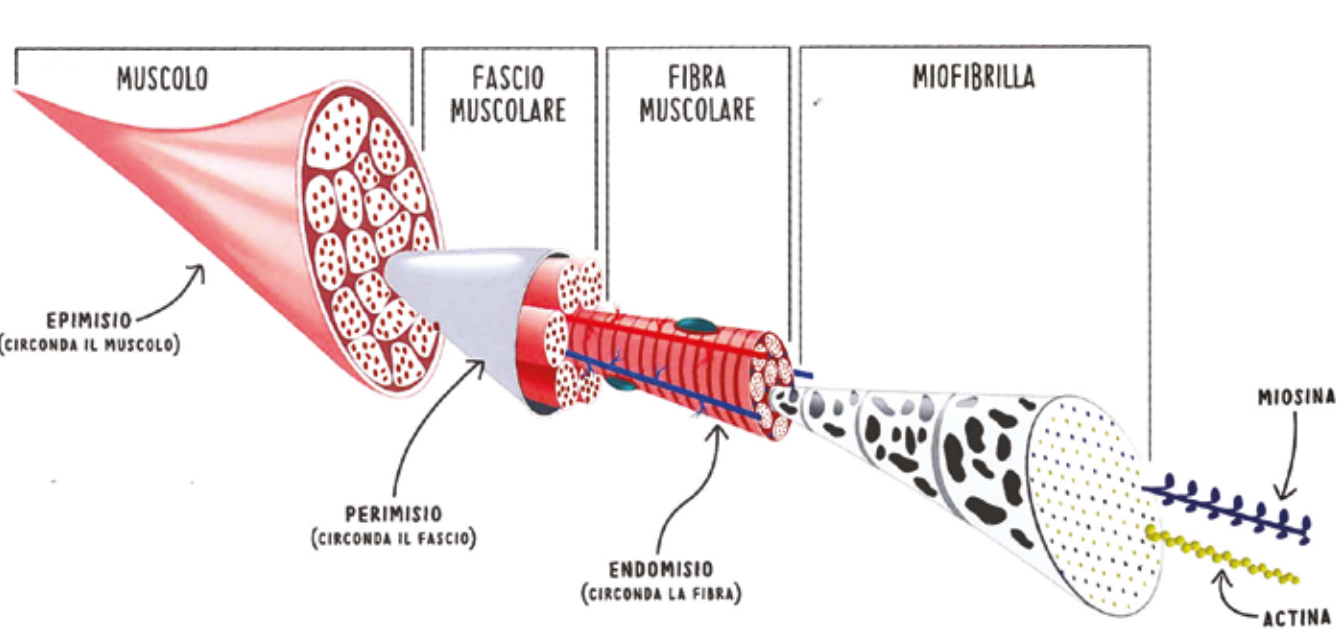
- **carni venate** se il grasso si trova tra i grandi fasci muscolari, avvolti da tessuto connettivo, detti del 3° ordine;
- **carni marezzate** o marmorizzate se l'infiltrazione è più profonda, tra le fibre del muscolo stesso, dette del 2° ordine;
- **carni prezzemolate** se il grasso è presente anche tra le fibrille più piccole dette del 1° ordine.

GRADI DI INGRASSAMENTO





STRUTTURA
GERARCHICA
DI UN **MUSCOLO**



I TAGLI

1 ■ Coda: 3^a qualità, indicata per bolliti che rende gustosi. Si impiega anche, nella cucina internazionale, per preparare la “Oxtail Soup”.

2 ■ Scamone - Pezza - Groppa di culaccio: 1^a qualità, adatto per scaloppe e arrosti nel vitello, se di manzo se ne possono ricavare le “Rump - Steak” oppure scaloppe, involtini o brasati. Taglio magro e tenero richiede cottura breve.

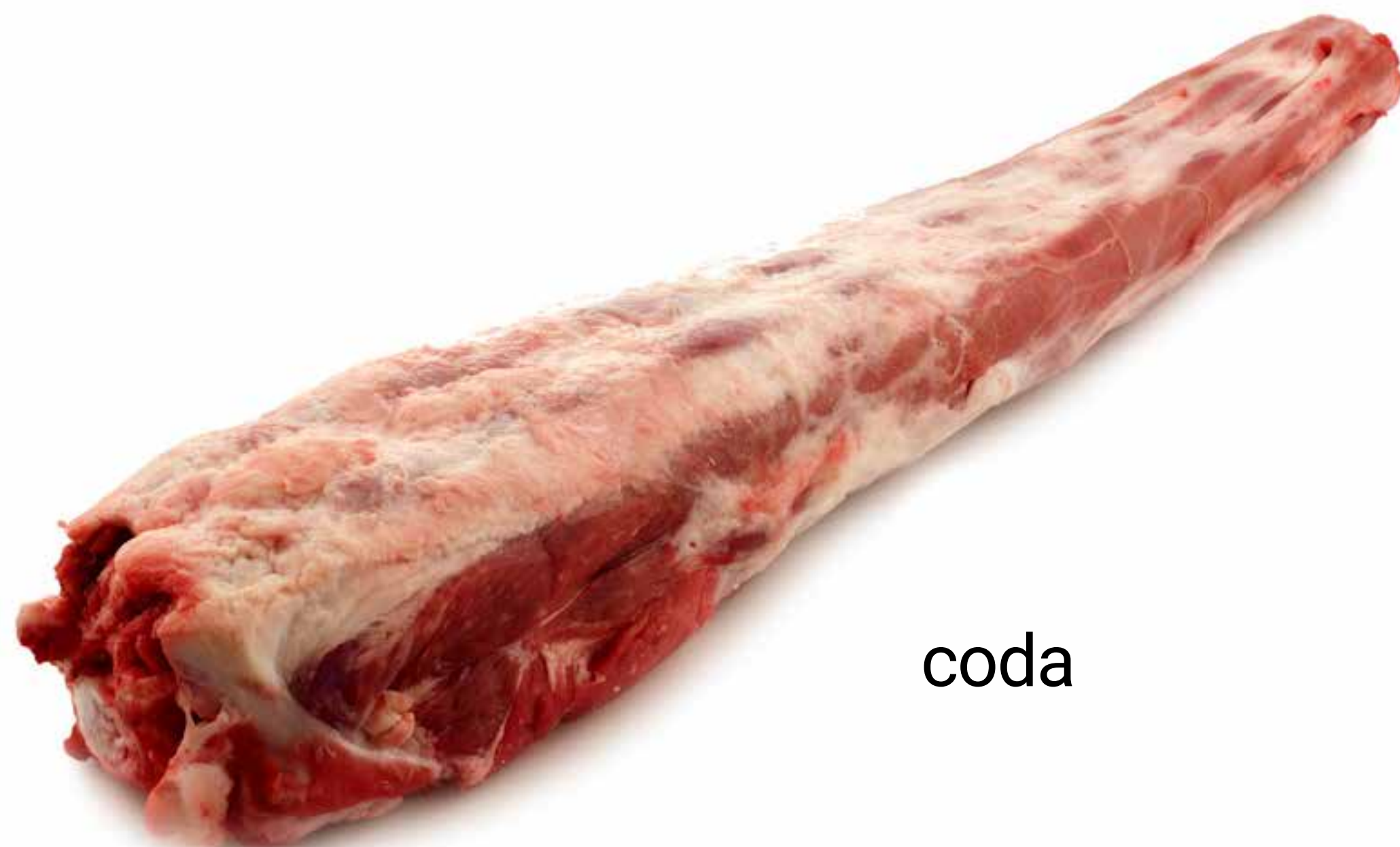
I TAGLI



filetto di manzo



entrecôte



coda

noce e scamone



I TAGLI

3 ■ Lombata: 1^a qualità. È costituita dal controfiletto e dal filetto. Se di manzo e non disossata fornisce le “T- Bone steaks”, in Italiano “Bistecche alla Fiorentina”, comprendenti appunto filetto e controfiletto. Le stesse bistecche, ma ottenute dal vitello si chiamano “Nodini”. Dal controfiletto di manzo disossato si ricavano bistecche dette “Entrecôtes”.

4 ■ Filetto: 1^a qualità. In assoluto il taglio più tenero. Richiede cotture brevi, preferibilmente al sangue. Data la forma a cono allungato, a seconda del diametro si ottengono diverse preparazioni al dettaglio. Dalla testa: Rump-steak o anche “Chateau - Briand” tagliati allo spessore di almeno 2-3 cm cotti alla griglia e serviti per 2 persone. Dal cuore: Medaglioni, spessore 1-2 cm cotti al burro o alla griglia, uno a persona. Dalla coda: Tournedos 1-2 cm, cotti al burro, 2 a persona.

I TAGLI

5 ■ Costata: 1^a qualità. È costituita dal prolungamento del controfiletto che va a innestarsi sotto le costole. Non disossata fornisce le classiche bistecche con l'osso dette appunto Costate. Se disossata vedi il controfiletto.

6 ■ Fracosta – Reale : 2^a qualità. Generalmente disossato, fornisce le bistecche di spalla, tagliate più sottili delle costate. Bene anche arrosto, brasato o anche per bolliti. Carne abbastanza tenera, anche se più ricca di tessuti connettivi.

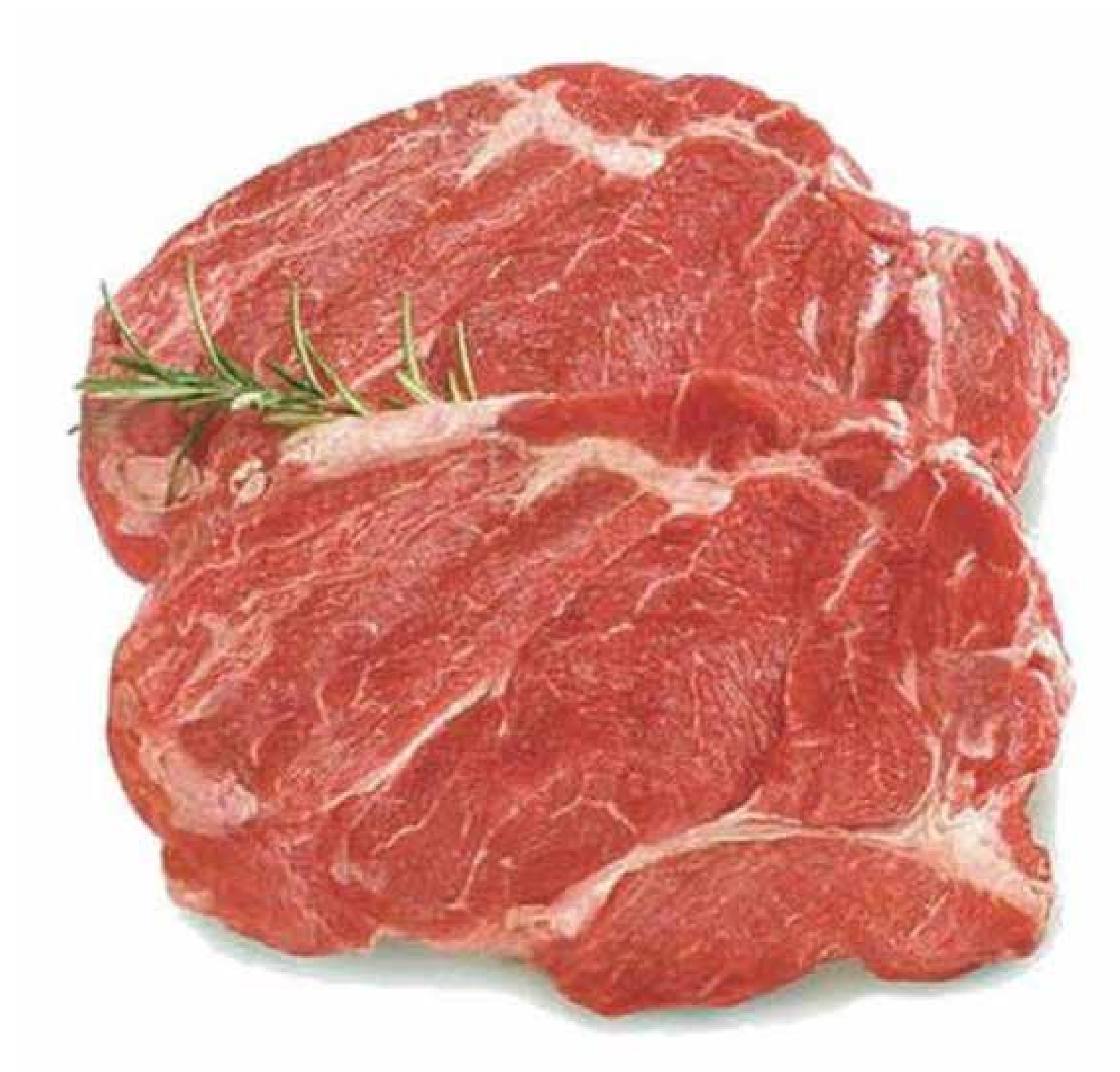
7 ■ Coppa- Giovara: 3^a qualità. Molto fibrosa, adatta solo per bolliti, stufati, oppure salmistrata.

8 ■ Perfilò: 3^a qualità . Piccolo pezzo molto vascolarizzato, aderente alle vertebre cervicali. Ottimo bollito o macinato.

I TAGLI



costata



reale o fracosta

I TAGLI

9 ■ Collo: 3^a qualità. Brodi, spezzati o macinati.

10 ■ Tallone del collo: 3^a qualità. Bolliti e stufati.

11 ■ Petto grosso - Punta - Fiocco: 3^a qualità. Molto adatto per bolliti, dà ottimi brodi .

12 ■ Stinco: 2^a - 3^a qualità. Non disossato e segato a fette dà gli ossibuchi. Disossato è ottimo per bolliti, stracotti o brasati che risultano molto succulenti e gustosi. Può essere trattato allo stesso modo anche non disossato.

13 ■ Spalla - Cannello: 2^a qualità. Polpa magra, ma meno tenera della coscia, si usa per bolliti, spezzati o stracotti.

14 ■ Paletta: 2^a qualità. Parte superiore della spalla ideale per spezzati, stracotti, bolliti.

15 ■ Spuntatura di costa - Bianco costato: 2^a qualità. Pezzo ottimo per bolliti, costituito da carne non troppo fibrosa, alternata a leggeri strati di grasso.

16 ■ Petto sottile: 3^a qualità. Solo per bolliti. È ricoperto da un sottile strato di carne molto fibrosa, chiamata, in Liguria, “Lampo”, che serve da involucri per la Cima alla Genovese.

17 ■ Spuntatura di lombo: 2^a qualità. Come la spuntatura di costa, ma meno grassa. Ideale per bolliti e macinati.

I TAGLI



stinco



bianco costato



collo

I TAGLI

18 ■ Pancia - Fianchetto: 3^a qualità. Più fibrosa della spuntatura di lombo, si utilizza allo stesso modo.

19 ■ Spinacino: 2^a qualità. Piccolo pezzo aderente alla parte anteriore della noce, può essere cucinato ugualmente.

20 ■ Noce - Rosa: 1^a qualità. Pezzo centrale della faccia esterna della coscia, aderente all'osso del femore. Cucinata intera é ottima arrosto o anche brasata. Nel servizio al dettaglio deve essere snerata, separando i tre fasci muscolari che la costituiscono, e fornisce scaloppe tenere.

21 ■ Controgirello (Lacerto - Fetta di mezzo): 1^a qualità. Leggermente meno tenero della noce, si presta alle stesse preparazioni.

22 ■ Girello - Rotondino - Magatello: 1^a qualità. Costituito da un unico fascio muscolare a sezione triangolare dalle fibre lunghe e molto magre, é adatto ad essere affettato sottile crudo per preparare il "Carpaccio". Può essere cucinato arrosto o brasato, opportunamente lardellato, non molto adatto a preparazioni minute perché ha la tendenza a restare fibroso.

23 ■ Sottonoce - Campanello: 1^a qualità. A forma di campana e di fibra simile alla noce, é adatto per brasati e arrosti o anche spezzatini

I TAGLI

- 24 ■ Fesa - Schenello:** 1^a qualità. Ricopre quasi interamente la faccia interna della coscia, di cui é il taglio più tenero e versatile. Composta da due grandi fasci muscolari paralleli, da altri tre piccoli pezzi teneri e da una coperta più coriacea che la ricopre (e che serve solo per spezzati o macinati), può essere impiegata sia per arrosti o brasati che scaloppata. Viene sezionata in senso longitudinale tra i due fasci principali. Richiede cotture a puntino.
- 25 ■ Chiave del garretto:** 2^a qualità. Adatto solo per spezzati, stufati o umidi.
- 26 ■ Garretto:** 3^a qualità. Parte adatta per brodi, in particolare quelli destinati a gelatine.
- 27 ■ Zampe:** 3^a qualità. Impiegate solo per fondi o brodi (in particolare se destinati a gelatine). Quelle di vitello, bollite e disossate danno i “nervetti”.

VALORE NUTRITIVO

Alimento di fondamentale importanza nella dieta come fonte di proteine ad alto valore biologico, cioè adatte alla ricostruzione di tessuti logorati e alla costruzione di nuove cellule; vitamine del gruppo B; sali minerali come ferro, potassio, fosforo e sodio; grassi in quantità variabile in base al tipo di carne (specie, età, sesso, nutrizione dell'animale, taglio). Tra i vari tipi di carni, quella di vitello è meno nutriente, perché più ricca di acqua e più povera di proteine, ma più tenera e di facile digestione. E' quindi indicata per bambini, anziani, convalescenti o persone con problemi digestivi. Alcuni tipi di tagli di carni presentano un particolare tessuto detto connettivo che con la cottura si trasforma in una sostanza gelatinosa che ammorbidisce la carne stessa(collagene). Le carni bianche in particolare ne contengono una quantità limitata.

COTTURA

Ogni taglio di carne bovina si presta in modo particolare a specifiche preparazioni, *le descrizioni delle tecniche già citate si trovano più avanti nel capitolo dedicato alle varie tecniche di cottura*. Vale la pena di ricordare un criterio generale da adottare in ogni caso:

- alcune carni rosse richiedono una cottura breve: **“al sangue”** o **“media”** sono gradi di cottura in cui la temperatura raggiunta al cuore del pezzo è ben sotto i fatidici 65° C. considerati come limite di sicurezza igienica. Un roast-beef (controfiletto cotto al sangue) od un filetto al sangue ad esempio, non si cuociono oltre i 45°-50°C al cuore.
- si tratta di preparazioni particolari, particolarmente delicate, che proprio in funzione della loro peculiare cottura richiedono la stretta osservanza della massima igiene nelle altre fasi della produzione: dallo stoccaggio della materia prima al servizio in tavola.

COTTURA

La regola generale è che le carni bianche e buona parte di quelle rosse devono sempre essere servite cotte “**al punto**”. Significa che secondo la natura della carne (animale da cui proviene) e del tipo di taglio (magro o grasso, ricco o povero di collagene) si deve raggiungere un grado di cottura tale da avere il giusto intenerimento con il minor calo possibile di contenuti nutritivi (e anche di peso). Per esempio: un arrosto di vitello è cotto quando raggiunge i 65° - 70°C al cuore: a questo grado di cottura risulta morbido e succoso. Se si prosegue oltre la cottura, la carne diviene più asciutta per la perdita di liquidi, risultando stopposa, ed i principi nutritivi presenti subiscono un parziale deterioramento.

COLORE E CONSISTENZA DELLA CARNE DI BOVINO A VARIE TEMPERATURE

°C	AL TOCCO	SUCCHI	COLORE	COTTURA
50	molle	contenuti	rosso scuro	blu/al sangue
55	molle	contenuti	rosso intenso	al sangue
	morbida			
60	morbida	media quantità	rosso pallido	media
	morbida			
65	semidura	scorrono	rosso chiaro	media/ben cotta
70	dura	scorrono	rosato (cenno)	ben cotta
75	durissima	scorrono	grigiastro	suola di scarpe

LE CARNI NERE

SELVAGGINA E CACCIAGIONE:

Molti usano i termini selvaggina e cacciagione come se si trattasse di sinonimi, ma in realtà con cacciagione s'intendono gli animali selvatici commestibili "da pelo"; con selvaggina, invece, gli animali selvatici e commestibili "da penna". Questi tipi di carne vanno sempre frollate prima di essere consumate; si tratta di un'operazione delicata che deve durare abbastanza a lungo da rendere le carni morbide, senza però eccedere, per non provocare fenomeni di putrefazione.

ALCUNE TIPOLOGIE

DA PIUME

■ **FAGIANO:** Il fagiano è un uccello originario dell'Asia apprezzato dai Romani, che appartiene alla famiglia dei gallinacei. Il maschio ha una carne molto saporita, ma quelle della femmina e dell'esemplare giovane sono sicuramente più tenere e pregiate. La carne di fagiano richiede una frollatura di circa 1 giorno in frigorifero.

■ **QUAGLIA:** I due tipi di quaglia che si possono consumare sono quella selvatica dalla carne grassa e saporita e quella d'allevamento, più magra e facile da digerire. Fra la selvaggina è particolarmente apprezzata perché le sue carni sono bianche e sode.

DA PELO

■ **Lepre:** la lepre non va confusa con il coniglio selvatico, che ha le carni più chiare, mentre quelle della lepre hanno un tipico colore rosso scuro. In cucina si devono preferire gli esemplari più giovani, con carni più tenere. La lepre viene tipicamente preparata arrosto o in salmì.

■ **Cinghiale:** progenitore del maiale domestico, il cinghiale è un animale grande e robusto che può raggiungere anche i 180 kg di peso. La sua carne è molto gustosa e ormai facilmente reperibile, spesso necessita di una marinatura per stemperare il suo tipico odore selvatico.

■ **Camoscio:** in commercio la carne di camoscio, di provenienza prevalentemente estera, è reperibile nei circuiti della grande distribuzione soprattutto surgelata, oppure può appartenere anche a soggetti nazionali per i quali la caccia è regolamentata.

■ **Capriolo:** la carne del capriolo, oltre che consumata al forno o allo spiedo, viene utilizzata anche per la preparazione di ottimi ragù.