**Αρνίσιο**

**Ορισμός**

Αρνίσιο λέγεται το κρέας που προέρχεται από ζώο κάτω του ενός έτους. Ενώ πρόβειο ονομάζεται το κρέας από μεγαλύτερο ζώο.

**Χαρακτηριστικά Καλής Ποιότητας**

* Να έχει αρκετό ψαχνό το οποίο να είναι συμμαζεμένο και όχι χαλαρό.
* Το κρέας να έχει απαλό κόκκινο χρώμα.
* Οι ίνες του κρέατος να είναι λεπτές.
* Να έχει σφιχτό, άσπρο λίπος σε όλη την εξωτερική του επιφάνια.
* Τα κόκαλα στα νεαρά ζώα είναι λεπτά πορώδη και ροδοκόκκινα.

**Διατήρηση**

* Στο ψυγείο, το κρέας διατηρείται για 3-4 ημέρες ενώ τα εντόσθια για 1-2 ημέρες.
* Για διατήρηση μεγαλύτερης διάρκειας βάζουμε στη κατάψυξη ή μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε μεθόδους όπως η αφυδάτωση και αλιπάστωση.

**Παράγοντες που επηρεάζουν την ποιότητα του κρέατος**

* Το είδος του ζώου
* Η ποικιλία του ζώου
* Η ηλικία του ζώου
* Η διατροφή του ζώου
* Ο τρόπος ζωής του ζώου
* Το γένος του ζώου
* Ο χρόνος από τη θανάτωση μέχρι την κατανάλωση

**Ποσότητα στη μερίδα**

160γρ. Χωρίς κόκαλο

200γρ. Με κόκαλο

**Συνοδευτικές σάλτσες**

* Γκρέιβι
* Σάλτσα δυόσμου

**Εσωτερικές Θερμοκρασίες Ψησίματος**

* Ρέαρ (Rare): 49°c-60°c
* Μήντιουμ Ρέαρ (Medium Rare): 60°c-63°c
* Μήντιουμ (Medium): 63°c-66°c
* Μήντιουμ Γουέλ (Medium-Well): 66°c-68°c
* Γουέλ / Τοστ Well (Toast): 68°c και υψηλότερα

****



 **Φυλλάδιο εργασίας - Αρνίσιο Κρέας**

1. Να ονομάσετε τα μέρη στα οποία μπορεί να τεμαχιστεί το αρνίσιο κρέας, την κατηγορία κάθε μέρους και πως μπορεί να μαγειρευτεί (μέθοδος μαγειρέματος) το κάθε τεμάχιο κρέατος.

 

|  |
| --- |
| Τεμάχια |
| 1 |
| 2 |
| 3 |
| 4 |
| 5 |
| 6 |
| 7 |

 2. Να εξηγήσετε τι θεωρείται αρνίσιο και τι θεωρείται πρόβειο κρέας σύμφωνα με την ηλικία του ζώου.

 ............................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

 3. Με το αρνίσιο κρέας συνήθως σερβίρουμε σάλτσα δυόσμου.

**Σωστό / Λάθος**

4. Για την ετοιμασία αρνίσιου στιού χρησιμοποιώ τεμάχια αρνιού κατηγορίας Α

**Σωστό / Λάθος**

5. Για την ετοιμασία αρνιού σχάρας χρησιμοποιώ τεμάχια αρνιού κατηγορίας Β

**Σωστό / Λάθος**

 6. Να συσχετίσετε τις ακόλουθες παρασκευές των πιο κάτω φαγητών (στήλη Α) με τα τεμάχια του κρέατος (στήλη Β).

|  |  |
| --- | --- |
| **ΣΤΗΛΗ Α** | **ΣΤΗΛΗ Β** |
| 1. Μπάρπεκιου σπέαρ ρίπς |  Α) Κεφάλι και πόδια (κότσι) χοιρινά |
| 2. Κοτολέτες σαρκουτιέρ |  Β) Καρέ (best end) χοιρινό |
| 3. Ζαλατίνα |  Γ) Καρέ (best end) αρνίσιο |
| 4. Αφέλια |  Δ) Σπάλα (κουτάλα) ή κοιλιά χοιρινή |
| 5. Παϊδάκια αρνίσια σχάρας  |  Ε) Κοκαλάκια από το στήθος  |
| 6. Σκούρο αρνίσιο στιού  | ΣΤ) Σπάλα (κουτάλα) αρνιού |
| 7. Κλέφτικο  |  Ι) Χοιρινό ψαρονέφρι  |
| 8. Χοιρινό τέντερλοϊν σοτέ με κρασί  |  Κ) Πρόβειο ή αιγινό (κατσίκας) |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΤΗΛΗ Α** |  1 |  2 |  3 |  4 |  5 |  6 |  7 |  8 |
| **ΣΤΗΛΗ Β** |  |  |  |  |  |  |  |  |