

Το καθάρισμα της βοδινής ουράς

1. Συνήθως τα κομμάτια που χρειάζονται καθάρισμα από το λίπος είναι αυτά που αποτελούν το πάνω μέρος της ουράς με το περισσότερο μαζινό.



2. Εδώ φαίνονται τα κομμάτια της ουράς έτοιμα και καθαρισμένα. Στο μικρό πιάτο αριστερά φαίνονται τα λίπη που καθαρίστηκαν.



3. Χωρίζετε το ρολό σε τουαζέτες, κόβοντάς το κάθετα ανάμεσα στα δασύματα με ένα μακρύ, κοσμητικό μαχαίρι.



Πώς αφαιρείται το κόκαλο από ένα μπούτι αρνιού
1. Πιάνετε σταθερά το πλατύ και κυρλωτό κόκαλο της λεκάνης, που εξέρχεται από το μπούτι στο πάνω μέρος, το ξεχωρίζετε προσεκτικά με ένα κοσμητικό μαχαίρι και το τραβάτε έξω.

Πώς φτιάχνονται οι νουαζέτες από αρνί

1. Παίρνετε ένα κομμάτι άκοπες μπιζόλες, καθαρισμένο από τα περιττά λίπη και το κόκαλο της σπονδυλικής στήλης, και αφαιρείτε τα κόκαλα των πλευρών με ένα μαχαίρι.



2. Αφού αφαιρέσετε όλα τα κόκαλα των πλευρών, τυλίγετε το κρέας σε ρολό, αρχίζοντας από το πιο γοντρό άκρο. Αφαιρέστε τυχόν περιττά λίπη από το λεπτό άκρο και δέστε το ρολό με σπάγγο και σε διαστήματα γύρω στα 2½ εκ.



2. Από την άλλη άκρη τώρα, πιάνετε σταθερά το κόκαλο του ποδισού, το αποσπώνετε προσεκτικά από το ψαχνό γύρω του και το βγάζετε.



3. Γυρίζετε το κρέας με την πλατιά μεριά προς τα πάνω και, προχωρώντας μέσα από την τρύπα που έχει αφήσει το κόκαλο της λεκάνης, κόβετε γύρω-γύρω και κοντά στο μεσαίο κόκαλο (μηριαίο).



**Αφαίρεση
των κοκάλων
και γέμισμα
μοσχαρίσιου
στήθους**

1. Αρχίζοντας από κάποια γωνία του κομματιού, τραβάτε το αρκετά χοντρό δέρμα, χρησιμοποιώντας και ένα μαχαίρι όπου χρειάζεται.



2. Κόβετε οριζόντια και σηκώνετε ένα μέρος από το στρώμα του φαχνού, έτσι που να φανούν 3-4 παιδιά.



5. Βεβαιωθείτε ότι έχουν βγει όλα τα κόκαλα. Ψηλασήστε προσεκτικά το κρέας μήπως έχουν μείνει τίποτα μικρά κοκαλάκια.

6. Απλώνετε τη γέμιση που θα έχετε φτιάξει με αρωματικά χόρτα πάνω σε όλο το κομμάτι.



3. Αφαιρείτε
τα πρώτα αυτά
κόκαλα, κόβοντας
το γύρω κρέας με
τη μύτη
του μαχαιριού.



4. Συντρίβετε όμοια
και στο υπόλοιπο
κομμάτι, αφαιρώντας
τα μακριά, λεπτά
κόκαλα
των πλευρών.



7. Τυλίγετε
προσεκτικά το κρέας
σε ρολό, έτσι ώστε
η μία άκρη να
καλύπτει την άλλη.



8. Δένετε καλά
το ρολό και είναι
έτοιμο για
τον φούρνο.



ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΧΡΗΣΕΙ ΣΤΟ ΒΟΔΙΝΟ & ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΡΕΑΣ

Πρέπει να γνωρίζουμε ότι κάποια κομμάτια κρέατος είναι πιο νόστιμα όταν μαγειρεύονται με τον ένα τρόπο και εντελώς διαφορετικά όταν μαγειρεύονται με άλλο τρόπο.

Σε αυτή τη διαπίστωση στηρίχτηκε και η εφαρμογή του Π.Δ. 186 / 81 στο οποίο λέει ότι το σφάγιο ορίζεται σε 18 τεμάχια.

Συμπεριφορά του κάθε τεμαχίου στο μαγείρεμα

Περιληπτικά θα πούμε ότι το σφάγιο αποτελείται από διάφορα στοιχεία όπως:

- Λίπος.
- Οστά.
- Χόνδροι.
- Μύες.

Επιστημονικά αυτά τα στοιχεία τα ονομάζουμε ιστούς. Εμάς μας ενδιαφέρουν οι μύες (το κρέας) και το λίπος.

Πως μαγειρεύονται τα διάφορα κομμάτια του κρέατος

Τα κομμάτια κρέατος μαγειρεύονται ανάλογα με τον συνδετικό ιστό που έχουν:

Πολύς συνδετικός ιστός = σκληρά κομμάτια.

Λίγος συνδετικός ιστός = τρυφερά κομμάτια.

Ανάλογα με το τεμάχιο του κρέατος χωρίζουμε το μαγείρεμά του σε δύο κατηγορίες

- 1) Δια συγκεντρώσεως.
- 2) Δια διαλύσεως.

Δια συγκεντρώσεως

Κυρίως κάνουμε ήδη τρυφερά κομμάτια κρέατος.

Π.χ. όταν θωρακίζουμε το κρέας με το σοτάρισμα, το ψήσιμο στη σχάρα, στο μπλανσίρ.

Δια διαλύσεως

Όταν σιγοβράζουμε ένα κομμάτι κρέας μέχρι να τρυφεροποιηθεί.

Με αυτόν τον τρόπο κυρίως κάνουμε κομμάτια κρέατος με πολύ συνδετικό ιστό και πολύ κολλαγόνο.

Η βαθμίδων μείωση της θερμοκρασίας κατά το μαγείρεμα του κρέατος
Ξεκινάμε σε δυνατή θερμοκρασία και μετά χαμηλώνουμε και σιγοβράζουμε το κρέας και το φαγητό γενικά. Αυτός ο τρόπος ευνοεί το βράσιμο του κρέατος.

Ποια κρέατα κάνουμε μπραιζέ

Κρέατα σκούρα μεγάλα και σκληρά.

Καλό είναι να τα μαρινάρουμε από πριν.

Ποια κρέατα κάνουμε ποαλέ

Κρέατα κυρίως άσπρα μεγάλα και σκληρά.

Πως παρασκευάζουμε τα ελληνικά ψητά
Κυρίως τα κάνουμε μεταξύ μπραιζέ και ποαλέ.

Ποια κρέατα κάνουμε σοτέ
Κρέατα ευαίσθητα και τρυφερά.

Τα ψητά σούβλας

Η κρούστα που δημιουργείται στα ψητά, οφείλετε στην αύξηση της αφυδάτωσης.
Όσο αυξάνεται η αφυδάτωση τόσο δημιουργείται η κρούστα.

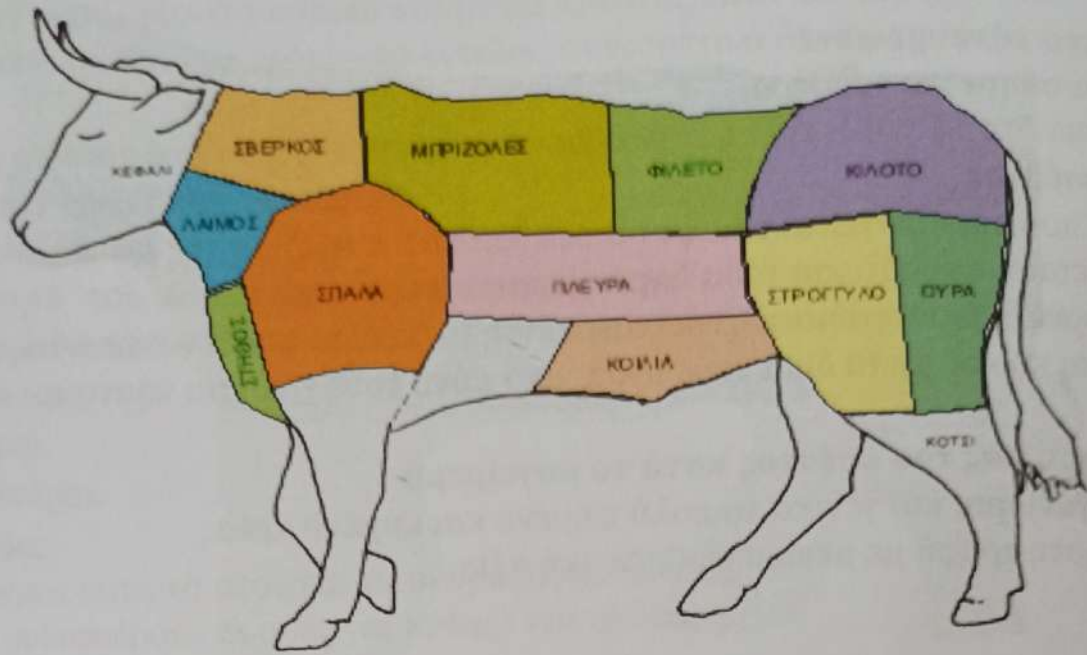
Κάποιες φορές δημιουργούμε τεχνική θωράκιση με λιπαρά ουσία αλείφοντας τα,
και ψήνονται κύριος με τα δικά τους υγρά, από μόνα τους γίνονται νόστιμα.

Μείωση της αξίας του κρέατος κατά το μαγείρεμα

Το πολύ τηγάνισμα, και γενικά το πολύ ψημένο και καμένο κρέας.

Γίνετε άχρηστη τροφή με μειωμένη θρεπτική αξία.

ΒΑΣΙΚΗ ΤΡΟΠΟΙ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ ΤΟΥ ΜΟΣΧΟΥ ΑΝΑ ΤΕΜΑΧΙΟ



Τεμάχιο από εμπρόσθιο τεταρτημόριο



Λαιμός τράχηλος η' σβέρκος



Μαγειρεύεται με ή χωρίς κόκαλο κομμένο σε μερίδες.

- Κοκκινιστό.
- Μπλανγκέτ.
- Ραγού.
- Γιουβέτσι.
- Βραστό.

Σημείωση:

Όσο τα κομμάτια είναι από τον κορμό του σφάγειου προς το κεφάλι έχουμε χαμηλότερης ποιότητας κρέατος.

Τα κότσια η' Ζαρέ No 1 & No 2



Παρασκευάζονται σε φέτες Όσο μπούκο.

- Διάφορα μαγειρευτά.
- Βραστά που δίνουν πολύ πλούσιο ζωμό.
- Πουαλέ.
- Και άλλες πολλές παρασκευές.

Σπάλα η' ρακέτα



Οι μύς γενικά του εμπρόσθιου τεταρτημόριου είναι πλουσιότεροι σε υγρασία, σε σχέση με το οπίσθιο τεταρτημόριο.
Το χρησιμοποιούμε κυρίως για παρασκευές σε μαγειρευτά.

Νουά της σπάλας η' σπαλομίτα



- Μαγειρεύεται όπως και το νουά από το μπούτι.
- Δεν έχει όμως την εμφάνιση που έχει το νουά από το μπούτι.

Υπόλοιπο της σπάλας



- Μαγειρεύεται κομμένο σε μερίδες.
- Κοκκινιστό.
- Μπλανγκέτ.
- Ραγού.
- Γιουβέτσι.
- Βραστό.
- Επίσης μαγειρεύεται όπως και το νουά.

Κότσι της σπάλας – ποντίκι η' τουρτουκίτα



- Βραστό.
- Όσο μπούκο.
- Κομμένο σε μερίδες για:
- Κοκκινιστό.
- Ραγού.
- Γιουβέτσι.
- Σε κάποιες παρασκευές κιμά.