

I tagli della carne e le cotture consigliate

*La carne è una delle principali fonti di proteine, vitamine (principalmente **A** e **B**) e sali minerali quali principalmente il ferro.*

Si è soliti suddividere le carni in tre classi: quelle rosse e quelle bianche e quelle nere.

Le carni bianche sono tipiche degli animali giovani: vitello, capretto, agnello, maiale, pollo, tacchino, coniglio e quelle dei pesci.

Le carni bianche, data la natura delle fibre muscolari più piccole e meno filamentose, risultano però generalmente più masticabili e digeribili, e quindi particolarmente adatte nelle diete di bambini, anziani e convalescenti.

Non richiedono per il loro consumo nessun tempo di maturazione e possono essere consumate immediatamente dopo la macellazione.

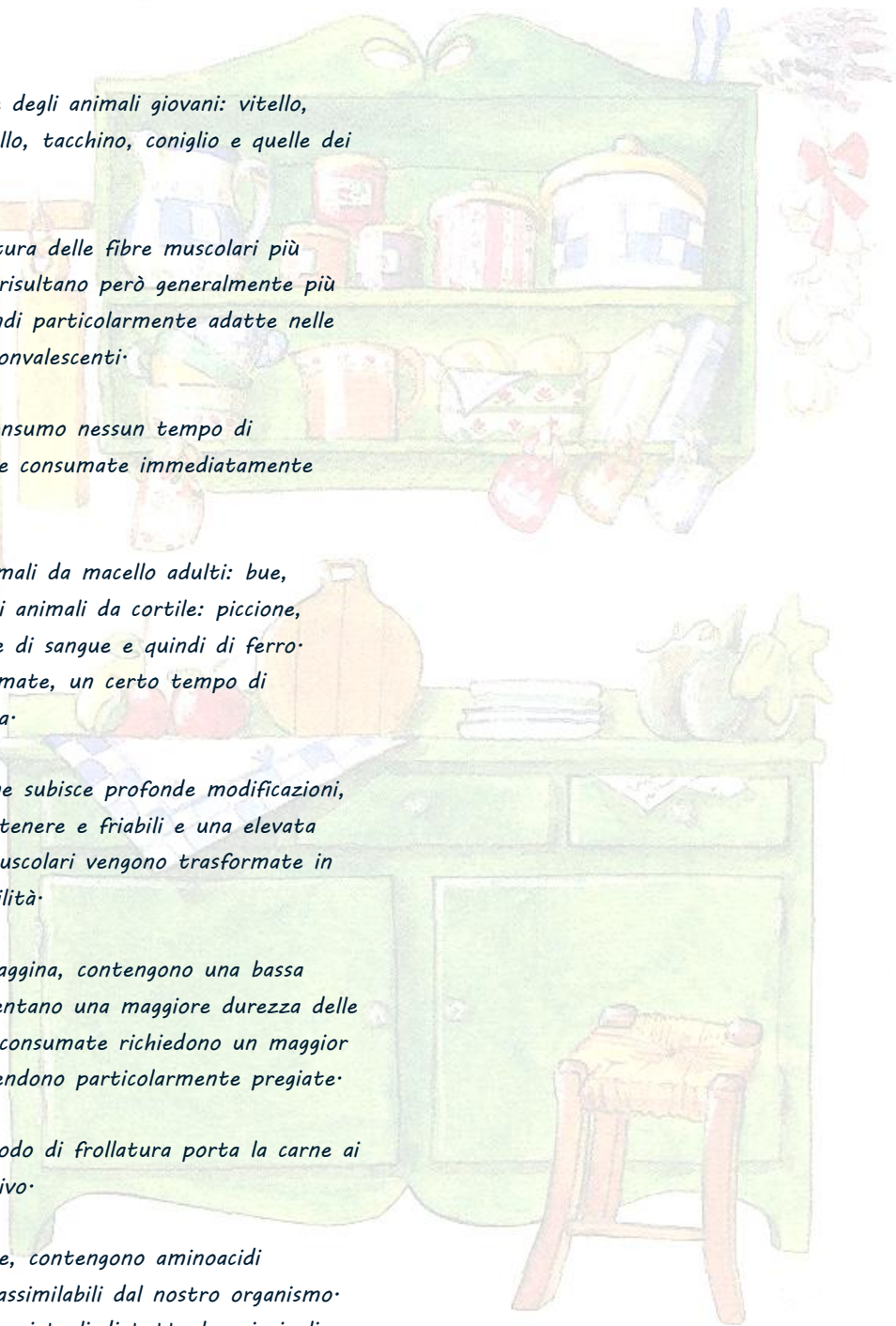
Le carni rosse sono degli animali da macello adulti: bue, montone e cavallo e di alcuni animali da cortile: piccione, faraona e anitra. Sono ricche di sangue e quindi di ferro. Richiedono, per essere consumate, un certo tempo di maturazione, detta frollatura.

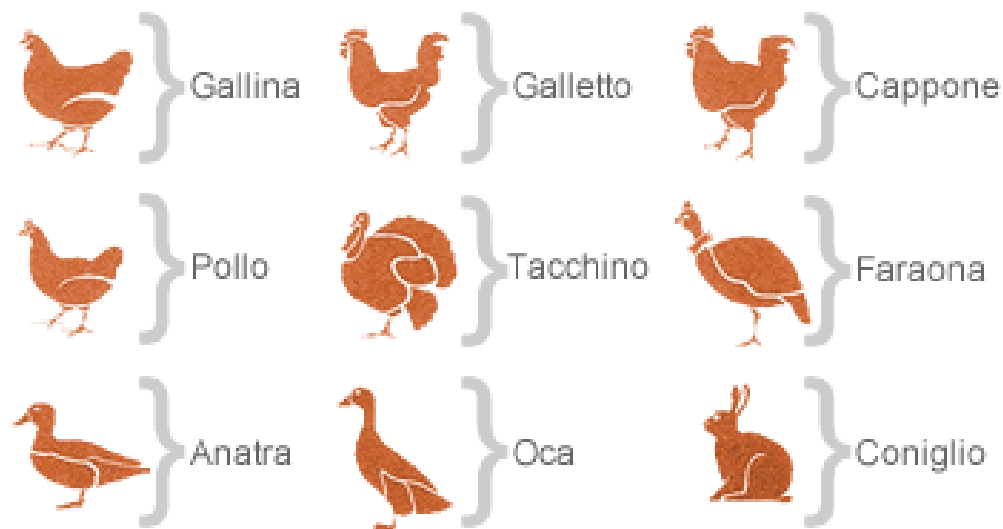
Con la frollatura questa carne subisce profonde modificazioni, le fibre muscolari diventano tenere e friabili e una elevata percentuale delle proteine muscolari vengono trasformate in composti di maggiore digeribilità.

Le carni nere sono della selvaggina, contengono una bassa percentuale di grasso e presentano una maggiore durezza delle fibre muscolari e per essere consumate richiedono un maggior tempo di frollatura che le rendono particolarmente pregiate.

In questo ultimo caso il periodo di frollatura porta la carne ai limiti del processo putrefattivo.

Tutte e due le classi di carne, contengono aminoacidi essenziali e sono facilmente assimilabili dal nostro organismo. In questa sezione vi forniremo i tagli di tutte le principali carni abitualmente consumate nelle nostre tavole.





1. Gallina

2. Galletto

3. Cappone

4. Pollo

5. Tacchino

6. faraona

7. Anatra

8. Oca

9. Coniglio

2



GALLETTO

adatto a tutte le cotture

3



POLLO

adatto a tutte le cotture

1



GALLINA

brodo, lessa

Animali da cortile

4



CAPPONE

lessato, arrostito, farcito

7



ANATRA

arrostita, allo spiedo, in umido pat , terrine

5



TACCHINO

arrostito, farcito, in padella, in casseruola

8



OCA

arrostita, allo spiedo, brasata

6



FARAONA

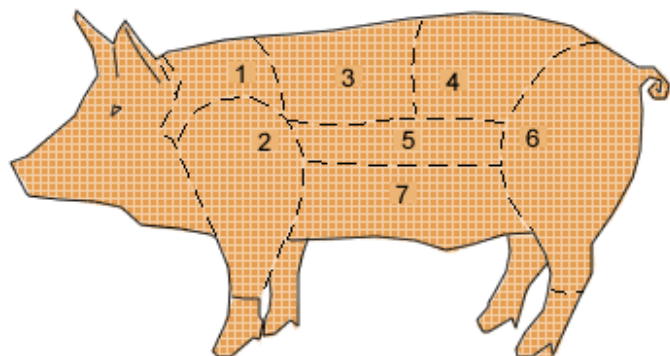
arrostita, in umido, alla creta

9



CONIGLIO

in padella, arrostito, farcito in umido, salmi, civet



1• Collo

2• Spalla

3• Carrè

4• Filetto

5• Cosciotto

6• Puntine

7• Pancetta

• Lonza o Lombata

• Geretto posteriore

• Guanciale

• Lardo

• Rete

• Sugna

• Piedini



COLLO

arrosto, brasato



SPALLA

arrosto, brasato



CARRE'

arrosto

4



FILETTO

arrosto, scaloppine

7



PANCETTA

fresca: arrosto; stagionata: soffritti; bardatura, lardellatura

5



COSCIOTTO

arrosto



LONZA O LOMBATA

arrosto, medaglioni, scaloppine

6



PUNTINE O COSTINE

arrosto, alla griglia in padella, piatti regionali



GERETTO POSTERIORE

arrosto, ossibuchi

Maiale



GUANCIALE

fresco: brasato, arrosto; stagionato: per sughi



SUGNA

grasso per friggere



LARDO

soffritti, bardature, lardellature



PIEDINI

gli anteriori: bolliti; posteriori: contenitori per zamponi

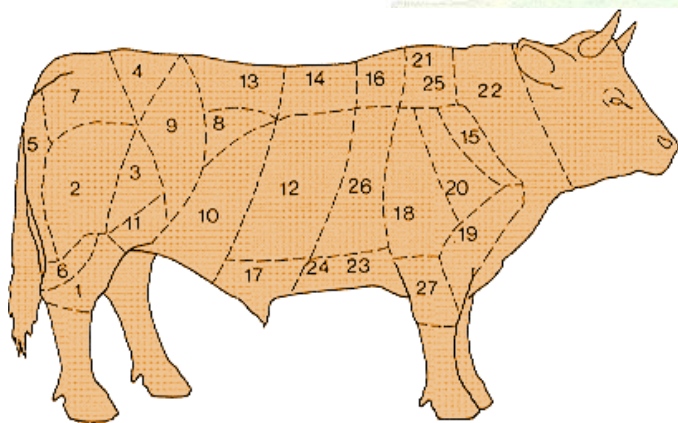


RETE

per avvolgere



Secondo la tecnica in vigore nel nostro paese, il manzo viene sezionato in due mezzene ed ogni mezzena viene sezionata in due quarti: l'anteriore (meno pregiata) e la posteriore (chiamata anche quarto pistola per la sua configurazione che la fa assomigliare a quest'arma). I quarti vengono poi suddivisi in tagli che, a seconda delle provenienze possono essere di prima, seconda o terza categoria. I tagli sono più o meno simili in tutta Italia: cambiano invece i loro nomi a seconda delle regioni.



1. Geretto posteriore

2. Rosa

3. Noce

4. Codone

5. Magatello o Girello

6. Pesce o Piccione

7. Fetta di mezzo

8. Filetto

9. Scamone

10. Scalfo

11. Spinacino

12. Bianco costato di pancia

13. Controfiletto

14. Costate

15. Fudello

16. Coste della croce

17. Pancia

18. Fesone di spalla

19. Brione

20. Cappello del prete

21. Reale

22. Collo

23. Punta di petto

24. Fiocco

25. Bianco costato di reale

26. Bianco costato della croce

27. Geretto anteriore



ossibuchi, brodo

Manzo

▲ Torna su

2



ROSA

bistecche

6



PESCE O PICCIONE

bollito, stracotto

3



NOCE

arrosto, bollito misto

7



FETTA DI MEZZO

arrosto, brasato, involtini

4



CODONE

arrosto, bollito misto

8



FILETTO

medaglioni, tartare, costate, bistecche

5



MAGATELLO

scaloppine

9



SCAMONE

bistecca, arrosto

10



SCALFO

brasato, stufato, polpa tritata

11



SPINACINO

tasca ripiena

13



ROAST BEEF

bistecca arrosto

14



COSTATE

bistecche

15



FUSELLO

bollito, brasato, polpette, farce

16



COSTE DELLA CROCE

bollito

20



CAPPELLO DEL PRETE

brasato, bollito, spezzatino, polpette, farce

18



FESONE DI SPALLA

brasato, bistecche, scaloppine

21



REALE

brasato, bollito

19



BRIONE

brasato, bollito, spezzatino, polpette, farce

22



COLLO

spezzatino, polpa tritata

23



PUNTA DI PETTO

tasca ripiena, arrosto al forno

27



GERETTO ANTERIORE

ossobuco, bollito, brodo

24



FIOCCO

tasca ripiena, arrosto

25

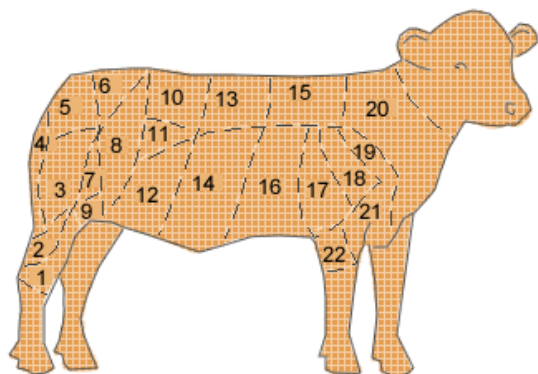
26



BIANCO COSTATO DELLA CROCE E REALE

brodo, bollito

Vitello



16• *Fiocco*

17• *Fesa di spalla*

18• *Cappello del prete*

19• *Fusello*

20• *Collo*

21• *Brione*

22• *Geretto anteriore*

1• *Geretto posteriore*

2• *Pesce o Piccione*

3• *Noce*

4• *Magatello*

5• *Fesa Francese*

6• *Codone*

7• *Sottofesa*

8• *Scamone*

9• *Spinacino*

10• *Nodini*

11• *Filetto*

12• *Pancetta*

13• *Costolette*

14• *Punta di petto*

15• *Reale*

1



GERETTO POSTERIORE

ossibuchi, brodo

2



PESCE O PICCIONE

polpettone ripieno, bollito misto

Vitello

3



NOCE

arrosto, bollito misto

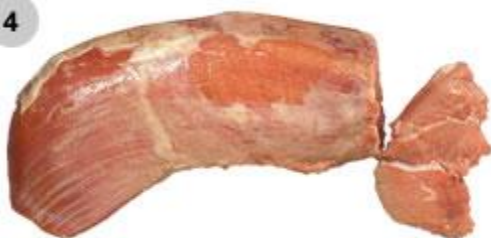
6



CODONE

scaloppe, cotolette, involtini, arrosto

4



MAGATELLO

scaloppine, vitello tonnato

7



SOTTOFESA

arrosto, fettine, scaloppine

5



FESA FRANCESE

fettine, involtini, paillardes

8



SCAMONE

arrosto, scaloppine

Vitello

9



SPINACINO

tasca ripiena

12



PANCETTA

tasca ripiena

10



NODINI

alla griglia, in padella

13



COSTOLETTE

arrosto, impanate

11



FILETTO

arrosto medaglioni

14



PUNTA DI PETTO

arrosto, tasca ripiena

15



REALE

bollito, umido, polpette, polpettoni, farce

Vitello

16



FIOCCO

bollito misto

19



FUSELLO

Spezzatino polpette, farce

17



FESA DI SPALLA

scaloppe, arrosto arrotolato, spezzatino

20



COLLO

Spezzatino

18



CAPPELLO DEL PRETE

Spezzatino

21



BRIONE

Spezzatino

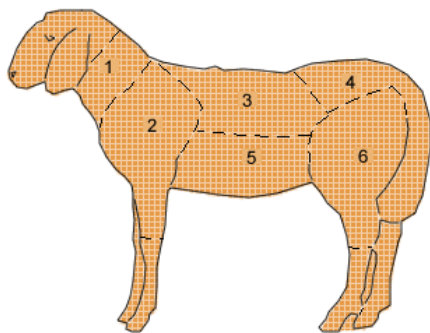
22



GERETTO NTERIORE

ossibuchi, brodo

Agnello



1• Collo

2• Spalla

3• Carrè

4• Sella

5• Petto

6• Cosciotto

7• Baron

8• Coratella



SPALLA

arrosto, in umido



CARRE'

arrosto, costolette



SELLA

Arrosto

1



COLLO

Spezzatino



5



PETTO

brasato, arrosto

7



COSCIOTTO

arrosto



BARON

arrosto

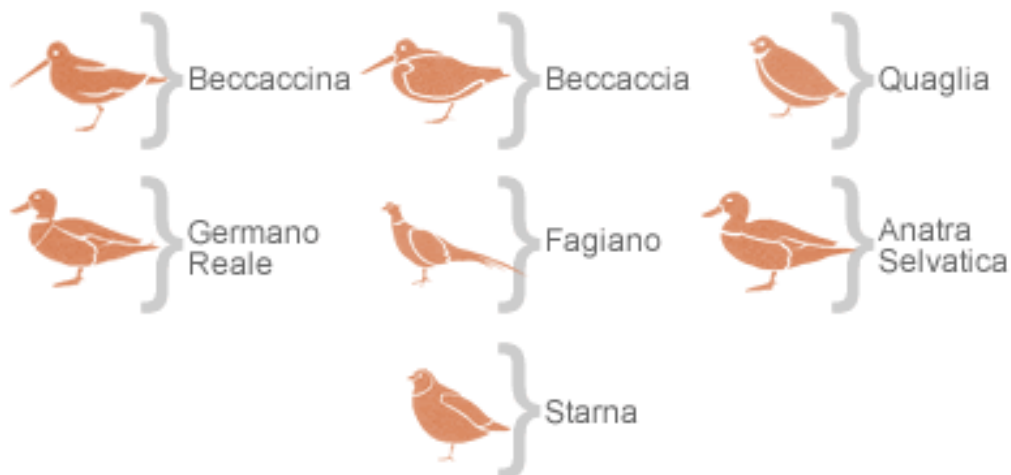


CORATELLA

in padella



Selvaggina da piuma



1. *Beccaccina*

2. *Germano reale*

3. *Beccaccia*

4. *Anatra selvatica*

5. *fagiano*

6. *Starna*

7. *Quaglia*

2



GERMANO REALE

allo spiedo, arrosto

3



BECCACCIA

arrosto in forno, allo spiedo

1



BECCACCINA

arrosto, spiedini

4



ANATRA SELVATICA

arrosto, allo spiedo, in salmì

5



FAGIANO

arrosto, allo spiedo, in padella terrina, patè

6



STARNA

arrosto, allo spiedo, terrina, patè

7



QUAGLIA

alla griglia, arrosto, in spiedini, farcita, in padella



Selvaggina da pelo



Cervo



Cinghiale



Capriolo



Lepre

1. Cervo

2. Capriolo

3. Cinghiale

4. Lepre

3



CINGHIALE

arrosto, arrosto con marinatura, in umido

1



CERVO

arrosto, stufato, in salmì

4



LEPRE

arrosto, salmì, civet

2



CAPRIOLO

arrosto, in umido