



I quaderni del



QUADERNO I

I tagli del Bovino

a cura di Filippo Bizzarri



indice

Tagli dell'anteriore

1. Collo	pag. 8
2. Taglio Reale e Biancostato di Reale.....	pag. 9
3. Costa della Croce o Fracosta o Sottospalla.....	pag.10
4. Girello di spalla.....	pag.11
5. Cappello del Prete o Copertina di spalla.....	pag.12
6. Fesone di spalla.....	pag.14
7. Copertina di sotto	pag.15
8. Brione o polpa di spalla.....	pag.16
9. Gerretto anteriore.....	pag.17
10. Punta di petto.....	pag.18
11. Fiocco.....	pag.20
12. E 13. Biancostato e pancia.....	pag.21
13. Bis. Il Diaframma.....	pag.22
14. Scalfo o spuntatura di lombo.....	pag.22

Tagli della pistola (posteriore)

15. Costata.....	pag.24
16. Lombo – roast beef	pag.25
17. Filetto.....	pag.27
18. Scamone.....	pag.29
19. Spinacino o fianchetto.....	pag.30
20. Noce.....	pag.31
21. Fesa estrena.....	pag.32
22. Codone o Punta di Culatta o Picanha o Punta di Fesa...pag.33	
23. Girello o magatello.....	pag.34
24. Fesa esterna.....	pag.35
25. Campanello o Pesce o Piccione.....	pag.35
26. Gerreto posteriore.....	pag.36



**SCHEDE DI
SEZIONAMENTO.....pag.38**

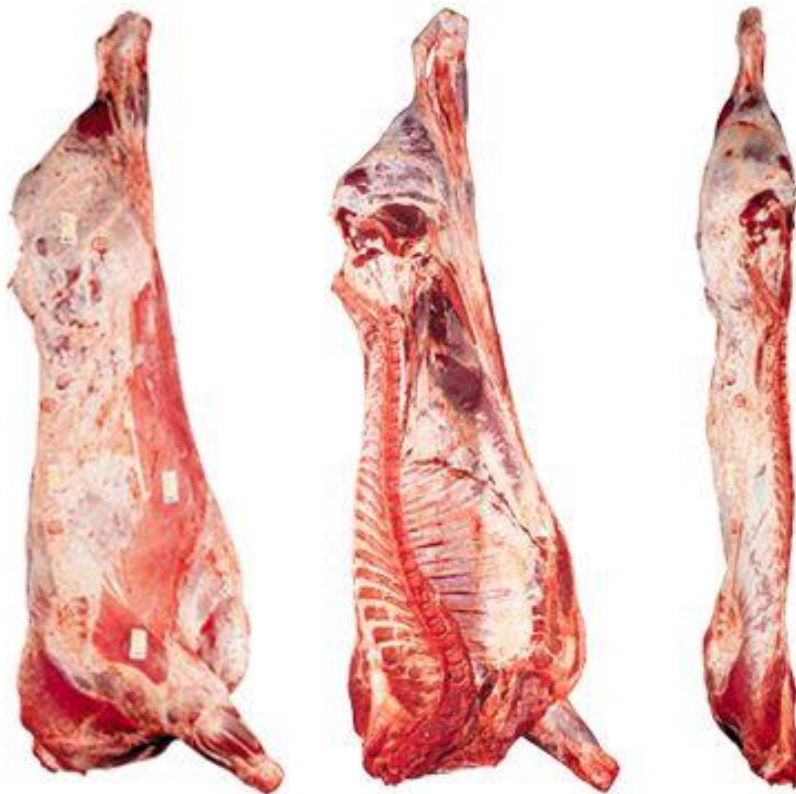
1. QUARTO ANTERIORE.....pag.41

2. PISTOLA (quarto posteriore).....pag.45

3. QUINTO QUARTO.....pag.48



La mezzena





Fig, 1 anteriore con Pancia



Fig, 2 pistola



Tagli dell'anteriore

1. Collo



Roma: Collo - Gioara
Categoria: terza
Cottura: lunga

3. Costa della croce



Roma: Fracosta



Categoria: seconda
Cottura: media

8. Brione



Roma: Muscolo anteriore
Categoria: terza
Cottura: lunga

5. Cappello da prete

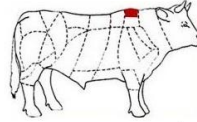


Roma: Pulcio
Categoria: seconda
Cottura: media

2. Reale



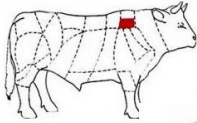
Reale o Spuntatura.
Taglio di seconda categoria. Disossato serve per bolliti, umidi e carne tritata, è molto economico.
Ha bisogno di una lunga cottura, meglio in umido o per bollito.



Roma: Spuntature
Categoria: terza
Cottura: lunga



Biancostato di reale o Spuntatura.
Taglio del bovino di seconda scelta, è una carne saporita ideale per bollito, spezzatino, brasato e stracotto.
Col reale si ottiene un brodo squisito.



4. Girello di spalla



Roma: Sbordone
Categoria: seconda
Cottura: lunga

6. Fesone di spalla



Roma: Polpa di spalla
Categoria: seconda
Cottura: media

7. Copertina di sotto



Roma: Spalla
Categoria: seconda
Cottura: media

9. Geretto anteriore



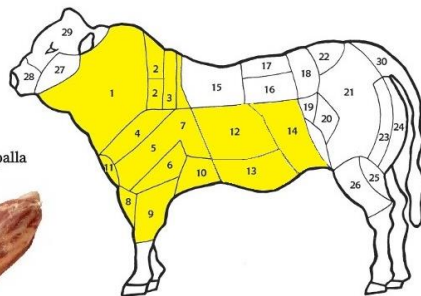
Categoria: terza
Cottura: lunga

10. Petto



Roma: Petto grosso
Categoria: terza
Cottura: lunga

11. Fiocco di punta



12. Biancostato o scaramella & 13. Pancia



Roma: Pancetta
Categoria: seconda
Cottura: lunga

14. Scalfio



Categoria: seconda
Cottura: media





1. Collo

Il collo è un taglio di carne bovina di terza categoria.

E' un taglio di medie dimensioni, poco pregiato, situato subito dietro alla testa.

Anatomia del collo

Il collo è un taglio a forma di trapezio, situato immediatamente dietro la testa. Confina con la testa anteriormente, con il petto e la spalla inferiormente, con il sottospalla e le costate posteriormente.

È composta da ben **undici muscoli**: il romboide (*Rhomboideus*), il trapezio (*Trapezius*), lo splenio (*Splenius*), il semispinoso del dorso (*Semispinalis thoracis*), il gran complesso (*Semispinalis capiti*), il piccolo complesso (*Longissimus atlantis et capiti*), il lungo del collo (*Longus colli*), il gran dentato del collo (*Serratus ventralis cervicis*), il braccio-cefalico (*Brachiocefalicus*), lo sterno-cefalico (*Sternocefalicus*) e gli intrasversali del collo (*Intrasversarii cervicis*).

Questo taglio ha per base ossea le prime sette vertebre cervicali

Si lavora in punta di coltello da disosso e a lama stretta in quanto la polpa infremezzata dall'osso e ai corpi vertebrali.

Caratteristiche del collo

Il collo è un taglio di terza categoria, e a ragione, visto che i principali muscoli che lo compongono sono classificati come duri (Non viene dunque utilizzato per preparazioni pregiate).



Calorie del collo

Il collo è un taglio semigrasso: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 120-150 kcal/hg.

Utilizzo del collo

Il collo viene principalmente utilizzato per preparare il **macinato**, oppure come **carne da bollito**. Solo in seconda istanza, viene proposto come carne da spezzatino, oppure per preparare bistecche da cuocere in padella (scaloppine, cotolette).



2. Taglio Reale e Biancostato di Reale

Anatomia del taglio reale

Il taglio reale fa parte del costato, ed è localizzato tra la pancia e il sottospalla, nella parte anteriore del bovino. È formato dai muscoli che ricoprono le prime quattro vertebre dorsali anteriori

È composto da due muscoli: l'intercostale (Intercostales) e il gran dorsale (Latissimus dorsi).

Si lavora con un coltello a lama media.



Caratteristiche del taglio reale

Il taglio reale è un taglio di seconda categoria. A volte non viene utilizzato da solo, ma può essere lasciato unito al petto oppure alle costate.

Il taglio reale è formato da muscoli abbastanza duri (vedi articolo sulla tenerezza della carne), che giustifica il fatto di essere considerato un taglio di seconda categoria.

Calorie del taglio reale

Il taglio reale è un taglio semigrasso: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 120-150 kcal/hg.

Utilizzo del taglio reale

Il reale può essere lavorato e proposto in molti modi, ovviamente quando si tratta di animali con grasso limitato e tono muscolare sviluppato, come il torello da carne.

Il taglio reale può, quindi, essere utilizzato con l'osso, come carne da bollito (questo durante l'inverno); oppure disossato (rimuovendo le costole), ricavandone il muscolo principale, il gran dorsale, che può essere utilizzato sempre come polpa famiglia e quindi essere affettato in scaloppe. Da questo punto di vista, il taglio delle scaloppe deve essere fatto con cura, in quanto il muscolo non è compatto e la fetta si divide, pertanto la fetta non



deve essere tagliata fine. Ed ancora, vista la sua forma piatta, può anche essere utilizzato come fetta da farcire, o ancora può essere utilizzato per preparare lo spezzatino o per il macinato. Il taglio reale è adatto per le lunghe cotture in umido. Oppure tagliato come scaloppa, essere destinato a cotture semilente, tipo pizzaiola.

Biancostato di Reale.

Il Biancostato di Reale, è composto dalle ultime 4 coste della cassa toracica una volta che si è staccato il Reale. E' ottimo per un bollito morbido e magro. Se il bollito va poco (soprattutto nei mesi caldi), si può disossare per farne spezzatino, trito di vario uso (hamburger, polpette, sughi).

3. Costa della Croce o Fracosta o Sottospalla

La costa della Croce o Sottospalla è un taglio di carne bovina di seconda categoria.

È un taglio molto interessante, perché contiene la porzione adiacente all'entrecote (costata), che possiede caratteristiche molto simili e quindi è ottimo per confezionare bistecche, in osso, dal costo molto contenuto ma di alta qualità.

In alternativa è ottimo per ottenere polpa famiglia per ottenerne fettine, arrostiti, ovvero per spezzatino ed infine per macinati.

La costa della croce, si ottiene come segue: dopo aver asportato le punte, si devono contare 4 coste a partire dalla prima in basso e praticare un taglio netto con la sega e poi con un coltello lungo a lama larga in modo dritto per ottenere una superficie ben compatta e molto figurativa.

Per fare questo taglio è necessario avere merce di buona qualità con contenuto di grasso giusto e con muscolatura ben rassodata; è da sconsigliare con merci di qualità mediocre e povere di grasso o con carni poco consistenti e flaccide.

Questo taglio è molto usato per fare esposizione in vetrina, in quanto di grande effetto visivo.



Anatomia della Costa della Croce o sottospalla

La Costa della Croce o sottospalla è una parte della schiena, quindi è collegato alle prime vertebre e alle rispettive costole. Ha forma rettangolare ed è piuttosto grande (può arrivare a 10 kg).

È composto da molti muscoli: il romboide (Rhomboides), il trapezio (Trapezius), lo splenio (Splenius), il semispinoso del dorso (Semispinalis thoracis), il lungo costale (Longissimus costalis), il gran dorsale (Latissimus dorsi), il grande dentato toracico (Serratus ventralis thoracis), il lungo dorsale (Longissimus lumborum et thoracis), il lungo spinoso (Spinalis thoracis) e gli intercostali (Intercostales).

Caratteristiche del sottospalla

La Costa della Croce o sottospalla è un taglio molto versatile, che contiene alcuni tra i muscoli più teneri (vedi articolo sulla tenerezza della carne), come il multifidus dorsi e lo spinalis dorsi, che fanno parte del cuore del sottospalla, la parte centrale adiacente alla lombata.

Contiene anche muscoli più duri, più adatti alle lunghe cotture: bisogna quindi conoscere bene questo taglio per poterlo sfruttare al meglio.

Calorie della Croce o Sottospalla

La Costa della Croce o sottospalla è un taglio semigrasso, soprattutto nella porzione adatta a confezionare le bistecche. In questa zona ha circa il 7-10% di grasso, e una densità calorica intorno alle 150 kcal/hg.

Utilizzo della Costa della Croce o Sottospalla

La Costa della Croce o sottospalla viene utilizzato per confezionare bistecche tipo costata o fiorentina, con o senza osso, di grande valore ma dal costo decisamente più contenuto. La prima parte del sottospalla, quella adiacente all'entrecote, è adatta per bistecche e arrosti (in inglese questa parte è chiamata chuck eye); la parte terminale, vicina al collo, è più indicata per bistecche sottili, per esempio per le scaloppine.

È un taglio adatto per bolliti e per brasati; tuttavia, disossato e arrotolato, può dare anche un buon arrosto. Tuttavia può essere anche tagliato a costata.



4. Girello di spalla

Anatomia del girello di spalla

Il girello di spalla è una parte della spalla, è collegato alla cavità piccola e laterale della scapola.

È formata da due muscoli anteriori della spalla: la il sopraspinato (Supraspinatus) e il brachiocefalico (Brachiocephalicus).



Caratteristiche del girello di spalla

Il girello di spalla è un taglio di seconda categoria, dunque non taglio considerato di "medio pregio".

Il girello di spalla è formato da due muscoli molto duri, e questo è forse il primo caso in cui un taglio considerato di medio pregio, in realtà dovrebbe essere considerato di terza categoria. Il brachiocefalico è addirittura considerato il muscolo più duro in assoluto, tra quelli considerati dallo studio!

Tra i tagli della spalla, molti dei quali sono insospettabilmente tra i più teneri, il girello è di certo quello meno pregiato.

Calorie del girello di spalla

Il girello di spalla è un taglio magro: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dall'1 al 4%, con una densità calorica intorno alle 100-120 kcal/hg.

Utilizzo del girello di spalla

Il girello di spalla viene utilizzato principalmente in preparazioni a cottura lunga, come il bollito, lo spezzatino o il brasato, oppure per il macinato. È altamente sconsigliato per le preparazioni a breve cottura, data la durezza dei muscoli che lo compongono. Nel caso in cui si volessero ricavare bistecche, o arrostiti, è fondamentale separare i due muscoli e utilizzare solo il sopraspinato.



5. Cappello del Prete o Copertina di spalla

Anatomia del Cappello del prete

Il Cappello del prete o copertina di spalla è situato nella cavità grande della scapola, anteriormente è unito al girello di spalla e inferiormente alla polpa di spalla (o brione). Lateralmente confina col fesone di spalla.

È composto da due muscoli: il sottospinato (Infraspinatus) e il piccolo rotondo (Teres minor). Sono due muscoli morbidi e gustosi che possono essere proposti in vari modi.



Caratteristiche del Cappello del prete

Il Cappello del prete o copertina di spalla è composto principalmente dal muscolo sottospinato che è il più tenero dopo il filetto. Tuttavia, questo taglio è universalmente considerato come il più adatto per le lunghe cotture, e non a caso viene commercializzato con la dicitura "carne gommosa" o "gommosa da brodo", ecc. Effettivamente con questo taglio, se cotto a lungo, anche grazie alla discreta quantità di grasso, diventa molto tenero e per niente stopposo (ovviamente in dipendenza dalla razza della carne e dal tipo di animale). La presenza all'interno del muscolo di una venatura di collagene contribuisce, in una lunga cottura, a renderlo morbido e gustoso.

A Roma questo taglio viene chiamato Armone, e viene proposto a fette.

Ma negli USA e nei paesi anglosassoni in genere, viene anche utilizzato per preparare bistecche, con il nome di "flat iron steak". Per preparare questo tipo di bistecca si può semplicemente cuocere la copertina di spalla così com'è, oppure si può sezionare in due parti nel senso della lunghezza, rimuovendo la vena di connettivo, molto spessa, che divide più o meno in due parti il muscolo. Si ottengono quindi due bei pezzi di carne piatti, di 2-3 cm di altezza, ottimi per preparare la tagliata, con cottura breve, al sangue, sulla griglia o sulla piastra.

Calorie della copertina di spalla



La copertina di spalla è un taglio semigrasso: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 130-150 kcal/hg.

Utilizzo del cappello del Prete

La copertina di spalla, come abbiamo visto, può essere utilizzata per cotture lunghe in umido (spezzatino, brasato, bollito) oppure per cotture brevi, alla griglia o sulla piastra.

6. Fesone di spalla

Il fesone di spalla è un taglio di carne bovina di seconda categoria.

È uno dei tagli della spalla, ha forma triangolare e si presta a svariati utilizzi, dall'arrosto al macinato.

Anatomia del fesone di spalla

Il fesone di spalla è posizionato nella cavità formata dall'articolazione scapolo-omerale.

È composto da tre muscoli cinque muscoli: il pettorale superficiale (*Pectus superficialis*), il tricipite brachiale (*Tricipitis brachialis*) e dal coracobrachiale (*Coracobrachialis*).



Caratteristiche del fesone di spalla

Il fesone di spalla è considerato un taglio di seconda categoria, cioè un taglio mediamente pregiato, adatto sia per le lunghe cotture che per quelle brevi.

Molto dipende dalla bravura del macellaio: il fesone di spalla, infatti, contiene un muscolo piuttosto duro, come il pettorale, e uno di tenerezza intermedia, il tricipite brachiale (vedere l'articolo sulla tenerezza della carne): sta dunque al macellaio sezionare in modo opportuno questi muscoli e utilizzarli per un uso appropriato.



Calorie del fesone di spalla

Il fesone di spalla è un taglio magro: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dall'1 al 4%, con una densità calorica intorno alle 100-120 kcal/hg.

Utilizzo del fesone di spalla

Il fesone di spalla può essere utilizzato per preparare cotolette, spezzatino o macinato, ma anche roast-beef o carpaccio, avendo l'accortezza di utilizzarne la parte più tenera. Può dunque essere utilizzato per cotture in umido o cotture brevi, a seconda della qualità dell'animale e della porzione che si utilizza.

7. Copertina di sotto

La copertina di sotto è un taglio di carne bovina di seconda categoria.

È un taglio poco conosciuto, che difficilmente si trova dal macellaio, in vendita tal quale, a causa della sua forma particolare, piatta e frastagliata.

Anatomia della copertina di sotto

La copertina di sotto copre completamente la superficie interna della scapola, e confina direttamente con la Costa della Croce o sottospalla, il girello di spalla, la polpa di spalla.

È composta da due muscoli: il sottoscapolare (Subscapularis) e il gran rotondo (Teres major).



Caratteristiche della copertina di sotto

La copertina di sotto è considerata un taglio di seconda categoria, ma come vedremo possiede delle caratteristiche interessanti anche per preparazioni più pregiate.

I muscoli che la compongono, infatti, sono tra i più teneri (sono gli ultimi due muscoli classificati come teneri), come abbiamo visto nell'articolo sulla tenerezza della carne.



Calorie della copertina di sotto

La copertina di sotto è un taglio semigrasso: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 120-150 kcal/hg.

Utilizzo della copertina di sotto

La copertina di sotto può essere utilizzata per confezionare bistecche, per una cottura alla pizzaiola; ma anche per cotture più veloci, in padella o alla brace, opportunamente tagliata: abbiamo infatti visto come i muscoli che la compongono sono tra i più teneri.

8. Brione o Polpa di spalla

Il Brione o Polpa di Spalla è un taglio di carne bovina di seconda categoria.

È un taglio poco conosciuto e che difficilmente si trova dal macellaio, che in genere utilizza nel macinato o mette insieme alla carne che viene venduta sotto la denominazione "gommosa da brodo".



Anatomia del Brione o Polpa di Spalla

Il Brione o Polpa di Spalla non fa esattamente parte della spalla, bensì del braccio (l'omero, l'osso adiacente alla spalla, situato tra la spalla e il gomito).

È composto da due muscoli: il bicipite brachiale (Biceps brachii) e il pettorale profondo (Pectus profundus).

Caratteristiche del Brione o Polpa di Spalla

Il Brione o Polpa di Spalla è un taglio di seconda categoria, ma i muscoli che la compongono sono molto diversi tra loro e per questo motivo vengono sempre divisi dal macellaio, che li destina ad usi diversi.

Il muscolo bicipite brachiale, infatti, è piuttosto tenero, come abbiamo visto nell'articolo sulla tenerezza della carne, e molto ricco di connettivo soprattutto in corrispondenza del



tendine. Ha una forma particolare, tipica dei muscoli pennati, che lo fa assomigliare molto al campanello.

Il pettorale profondo, invece, è molto duro e non presenta caratteristiche particolarmente interessanti.

Calorie del Brione o Polpa di Spalla

La Brione o Polpa di Spalla è un taglio semigrasso: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 100-120 kcal/hg.

Utilizzo del Brione o Polpa di Spalla

La parte della Brione o Polpa di Spalla relativa al pettorale profondo viene utilizzata abitualmente come carne da brodo oppure per il macinato.

Il bicipite brachiale, anche chiamato passerotto di spalla o brione, è indicato come carne per il bollito, o anche per preparare lo stracotto o lo spezzatino.

9. Gerreto anteriore

Geretto anteriore e posteriore

Il geretto è un taglio di carne bovina di terza categoria.

È il taglio che viene utilizzato per preparare l'ossobuco e rappresenta lo stinco del bovino, può essere anteriore o posteriore.

Anatomia del geretto

Il geretto anteriore è il "braccio" del bovino, comprende una parte ossea, rappresentata dal radio e dall'ulna.

Il geretto posteriore rappresenta lo stinco del bovino, privato del muscolo del polpaccio (che forma un altro taglio, il campanello o pesce): comprende quindi una parte ossea, rappresentata dalla tibia.

È composto da molti muscoli, tutti gli estensori delle dita e i flessori del piede: l'estensore comune delle dita (Extensor digitorum longus), l'estensore del dito mediale (Extensor digitorum medius), l'estensore del dito laterale (Extensor digitorum lateralis), il flessore laterale delle dita (Flexor digitorum lateralis), il tibiale caudale (Tibialis caudalis), il flessore mediale delle dita (Flexor digitorum medialis), il tibiale craniale (Tibialis cranialis) e il flessore del piede (Flexor digitorum).



È composto da molti muscoli, tutti gli estensori del carpo e delle dita: l'estensore radiale del carpo (Extensor carpi radialis), estensore del dito mediale (Extensor digitorum medialis), estensore comune delle dita (Extensor digitorum communis), estensore obliquo del carpo (Extensor pollicis brevis), estensore del dito laterale (Extensor digitorum lateralis), ulnare laterale (Ulnaris lateralis), flessore profondo delle dita (Flexor digitorum profundus), flessore superficiale delle dita (Flexor digitorum superficialis), ulnare mediale (Flexor carpi ulnaris) e grande palmare (Flexor carpi radialis).

Caratteristiche del geretto

Il geretto è uno dei tagli meno pregiati, perché contiene tessuto osseo, e i muscoli che lo compongono sono ricchi di tessuto connettivo. Questo non significa che non sia un taglio interessante, anzi, per le preparazioni a lunga cottura è sicuramente uno dei tagli migliori.

La particolarità del geretto è quello di contenere un osso ricco di midollo, e questo lo rende particolare e molto apprezzato dagli amanti di questo alimento, così grasso e succulento.

Calorie del geretto

Il geretto è un taglio semigrasso, anche se il grasso che contiene è abbastanza localizzato e lo si può facilmente rimuovere: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 130-150 kcal/hg.

Il midollo è molto più calorico, attestandosi intorno alle 300 kcal/hg, ma c'è da dire che la quantità di midollo per 100 g di geretto è molto piccola (meno del 10%).

Utilizzo del geretto

Il geretto è particolarmente adatto alle cotture in umido, vista la ricchezza in tessuto connettivo dei suoi muscoli. Viene principalmente utilizzato per preparare l'ossobuco (con piselli, o alla milanese), in questo caso viene tagliato trasversalmente, a fette di spessore di 3 cm circa. Può anche essere disossato, in questo caso si ottiene della polpa che può essere utilizzata per bollito o macinato.



10. Punta di petto o petto

La punta di petto è un taglio di carne bovina di seconda categoria.

È un taglio che viene prevalentemente utilizzato per il brodo, almeno in Italia, perché la sua carne è piuttosto dura e stopposa, e il contenuto di grasso visibile è notevole e quindi anche lo scarto.



Anatomia della punta di petto

La punta di petto, insieme al fiocco del petto, costituisce il taglio chiamato genericamente petto, che è situato nella parte anteriore dell'animale, adiacente al taglio reale, alla spalla e alla zampa anteriore.

La punta di petto è composta da due gruppi muscolari: i pettorali profondi (Pectorales profundi) e i pettorali superficiali (Pectorales superficiales).

Una parte dei pettorali profondi fanno parte del fiocco del petto.

Caratteristiche della punta di petto

Il petto è un taglio di seconda categoria, è caratterizzato da una parte muscolare magra, e una parte abbastanza importante di grasso visibile, che può essere facilmente rimosso.

In Italia la punta di petto è utilizzata prevalentemente come carne da brodo, oppure come macinato. La parte muscolare della punta di petto può essere isolata, ottenendo un pezzo di carne col quale si possono ricavare bistecche per cottura alla pizzaiola. In genere, tuttavia, è sconsigliabile utilizzarla per le bistecche, perché il rischio che siano comunque molto dure sarebbe troppo alto. Analizzando i muscoli che costituiscono il petto, si scopre non a caso che sono tra i più duri in assoluto (vedi articolo sulla tenerezza della carne).

Negli USA questo pezzo di carne (brisket) viene cucinato con cottura lunga al barbecue, tagliato a fettine (o più raramente sfilacciato) e utilizzato per preparare panini o servito tal quale. Su amazingribs.com trovate un vero e proprio trattato su come cucinare la punta di petto all'americana.



È possibile replicare questo tipo di cottura preparando la punta di petto brasata, in padella o al forno, tuttavia bisogna sapere che è praticamente impossibile, in Italia, trovare la carne adatta per questo tipo di preparazione. L'animale deve essere, infatti, molto grasso, altrimenti la carne risulterà essere dura e stopposa, a prescindere dal tempo di cottura. In alternativa, si può usare la punta di petto di vitello, che avrà un gusto inferiore ma almeno sarà più tenera.

Calorie della punta di petto

La punta di petto è un taglio magro: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 100-120 kcal/hg.

Utilizzo della punta di petto

La punta di petto, come abbiamo accennato in precedenza, è un taglio di seconda categoria che viene spesso venduto come carne da brodo, oppure utilizzato per preparare il macinato.

Può essere utilizzato per le cotture in umido, anche se la carne, anche dopo una lunga cottura spesso risulta abbastanza stopposa: è necessario che le caratteristiche dell'animale di provenienza siano ottimali per utilizzare la punta di petto per preparazioni particolari.

11. Fiocco

È un taglio grasso del quarto anteriore che segue la punta del petto. È considerato di seconda e terza categoria, composto da muscoli e tessuto connettivale ricco di venature di grasso. In cucina è adatto per i bolliti e i brasati al forno, per fare il brodo e talvolta come sostitutivo della punta di petto. Esiste nelle varietà di manzo, vitello e vitellone.



Il termine fiocco è tipico della macelleria del Nord Italia, in particolare di Mantova, Padova, Parma, Rovigo, Treviso e Verona. In altre località italiane assume diverse denominazioni



locali, tra cui bruschetto a Palermo; cima di petto a Potenza; petto grosso a Roma; pettoscoronatura a Firenze; polpa di petto a Foggia; punta di petto a Bari, Bologna, Genova, L'Aquila, Messina, Milano, Napoli e Torino; retu pettu a Reggio Calabria; zoia a Treviso. A Padova, Belluno, Macerata, Perugia, Trento, Venezia, Padova e Vicenza è talvolta indicato come semplice petto.

12. e 13. Il Biancostato & Pancia

Il Biancostato è un taglio di carne bovina di terza categoria.

È uno dei tagli più grandi in assoluto, può arrivare ad oltre 50 kg e da esso si ricavano diversi tagli di carne, con i più svariati utilizzi.



Anatomia del Biancostato

Il Biancostato è un taglio formato dal ventre dell'animale, unito ad una porzione del costato. Può essere più o meno grande, a seconda del taglio.

Il Biancostato è formato dai seguenti muscoli: l'obliquo esterno dell'addome (*Obliquus externus abdominis*); l'obliquo interno dell'addome (*Obliquus internus abdominis*); il trasverso dell'addome (*Trasversus abdominis*) e il retto dell'addome (*Rectus abdominis*).

Caratteristiche del Biancostato

Il Biancostato è un taglio di terza categoria, utilizzato abitualmente per preparazioni di poco pregio: carne da brodo, bollito, ecc.

Tuttavia, se analizziamo i muscoli che la compongono (vedi articolo sulla tenerezza della carne), scopriamo che ci sono notevoli differenze: obliquo interno dell'addome è piuttosto tenero, paragonabile (se non migliore) ai muscoli che compongono tagli ben più pregiati del quarto posteriore, mentre gli altri muscoli sono decisamente più duri. Isolando questo muscolo si possono ricavare delle ottime bistecche da cuocere alla brace o in padella, a breve cottura, lasciandole al sangue come se fossero fiorentine.

Calorie del Biancostato

Il Biancostato, eliminando il grasso visibile (che è veramente tanto), è un taglio semigrasso: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 100-120 kcal/hg.



Le parti più grasse hanno una percentuale di grasso dal 7 al 10%, con una densità calorica tra le 150 e le 180 kcal/hg.

La quantità di grasso è comunque molto variabile a seconda dei vari tagli che a sua volta si possono ottenere dalla pancia: la parte del vuoto di pancia, per esempio, è piuttosto magra, se si sezionano i vari muscoli e si puliscono dal grasso visibile.

Utilizzo del Biancostato

Il Biancostato è un taglio di terza categoria e dunque viene quasi sempre utilizzata per fare il brodo di carne o il macinato, o eventualmente lo spezzatino; ma può essere utilizzata per altre preparazioni a lunga cottura come la tasca o la fetta da farcire.

Isolando i muscoli più teneri, è possibile anche utilizzare questo taglio per preparare bistecche da cuocere alla griglia.

Nel mondo anglosassone il Biancostato viene utilizzato per preparare diversi tipi di bistecche. La Flank steak è la più conosciuta, e viene ottenuta isolando il muscolo retto dell'addome, mentre la Flap steak viene ottenuta isolando l'obliquo interno, più tenero. Questo tipo di bistecche possono beneficiare di vari tipi di intenerimento, meccanico o enzimatico

13 Bis. Il Diaframma

Il diaframma (chiamato anche cartella), il principale muscolo respiratorio, fa parte anatomicamente delil Biancostato ma in genere viene separato e venduto a parte.

14. Scallo o Spuntatura di lombo.

Taglio di terza categoria. Adatto per spezzatini, o carne trita.

Anatomia dello scalfo

È situato nella parte anteriore della coscia.

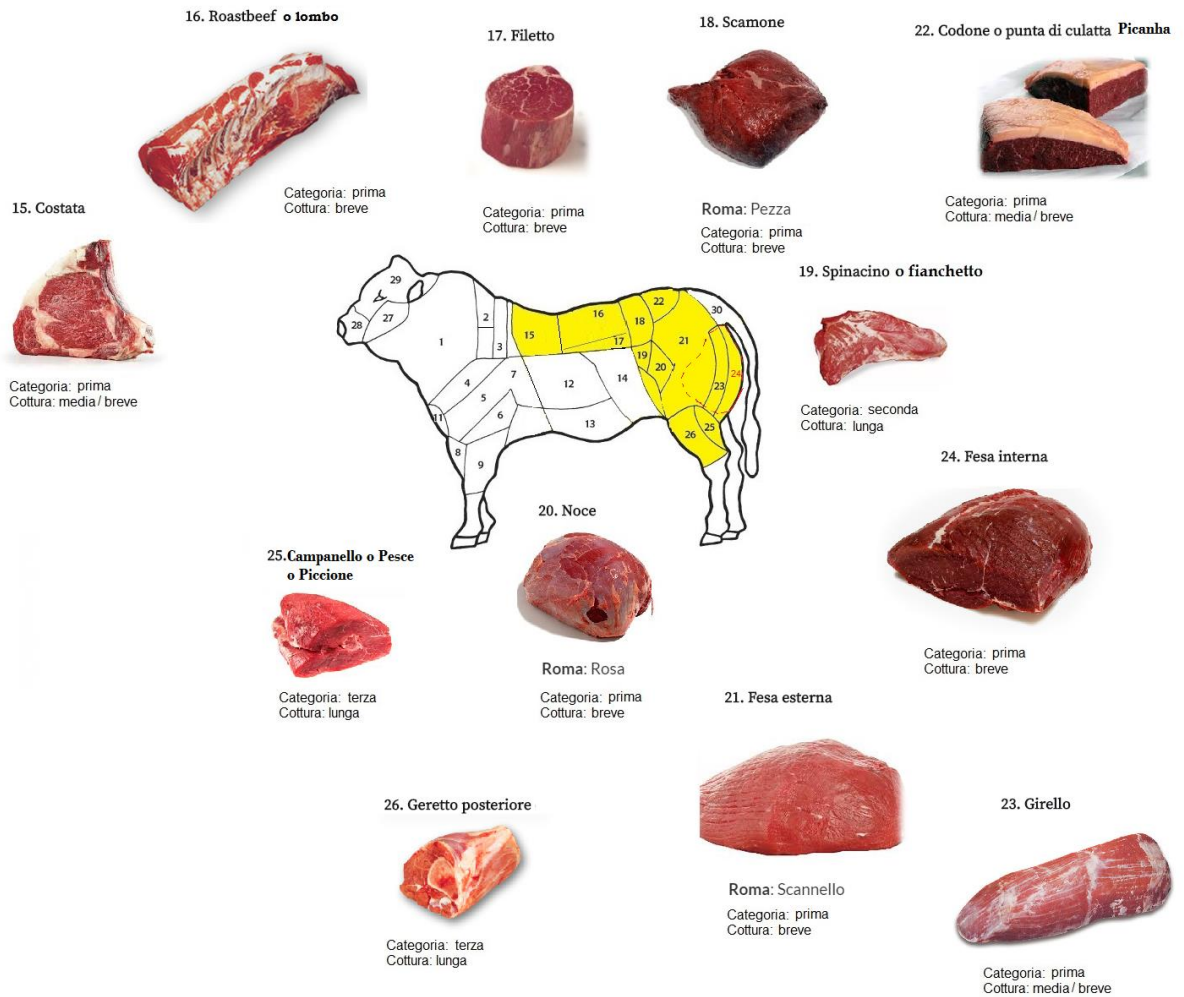


Utilizzo

E' ricco di membrane e grasso. Adatto per spezzatini, brasato, oppure per carne tritata.



Tagli della Pistola (posteriore)



15. Costata.

La costata di vitello è un taglio di carne che si ricava dalla parte anteriore della lombata, che a sua volta è una parte ricavata dal quarto posteriore dei bovini. Si tratta di uno dei tagli più pregiati del vitello dopo filetto e fiorentina. Le costate di vitello, che disossate assumono il nome francese di entrecôte, si ricavano solitamente dalle ultime 6 costole del bovino.



Nella versione americana invece, assumono il nome di prime rib eye steak, e vengono ricavate soltanto dalle ultime tre diventando un taglio ancor più pregiato.

La costata di vitello comprende anche una parte di osso e in genere anche una piccolissima porzione di filetto. A differenza della fiorentina e della lombata in genere, la costata include anche parte del muscolo lunghissimo, chiamato lombo.

Costate di vitello: come si riconoscono

Dalla lombata di vitello si ricavano i tagli di carne più pregiati. Costata, filetto, fiorentina e controfiletto, sono sempre irresistibili. Ma come si fa a distinguere fiorentine e costate? L'evidenza maggiore è la forma dell'osso: nelle costate di vitello c'è un osso molto grande che avvolge tutto il perimetro della carne.

Mentre nella fiorentina, l'osso ha una forma a T e attraversa in mezzo la bistecca. Non solo. Lo spessore contraddistingue nettamente i due tagli di carne, che, dopo la cottura, avranno la consistenza simile ma comunque diversa:

Le costate sono più sottili quindi rimangono sicuramente meno morbide, inoltre c'è una parte più fibrosa, che è proprio il lombo

Invece nella fiorentina, spessa almeno sei centimetri, trionfa la morbidezza, questo perché comprende in sé i morbidissimi filetto e contro filetto.

16. Lombo – Roast-beef

Il lombo è un taglio di carne bovina di prima categoria.

È uno dei tagli più grandi, dato che comprende tutta la schiena del bovino, ed contiene i tagli più pregiati in assoluto, tra cui il filetto.

Anatomia del lombo

Il lombo, come accennato, rappresenta quasi tutta la parte della schiena del bovino: inizia dall'ottava costola (la quinta per un taglio moderno) e finisce all'inizio dello scamone. Il lombo viene generalmente suddiviso in due parti: la lombata, composta dalle prime sei



vertebre lombari, e la costata, composta dalle ultime cinque o otto costole, e le relative vertebre.

Il lombo è composto da ben nove muscoli: il lungo dorsale (Longissimus lumborum et thoracis), il lungo spinoso (Spinalis thoracis), il trapezio (Trapezius), il trasverso spinoso (Trasversus thoracis), gli intercostali (Intercostales), l'elevatore delle costole (Levatores costarum), il lungo costale (Longissimus costarum), il piccolo dentato (Serratus dorsalis) e il gran dorsale (Latissimus dorsi).

Caratteristiche del lombo

Il lombo è il taglio in assoluto più pregiato: contiene il filetto, che può essere asportato e venduto tal quale, oppure lasciato nelle bistecche alla fiorentina; e le costate, cugine della fiorentina, ma senza filetto.

Analizzando i singoli muscoli che la compongono (vedi articolo sulla tenerezza della carne), si scopre che in effetti le fasce muscolari che compongono il lombo sono particolarmente tenere, inoltre il contenuto abbastanza elevato di grasso le rendono anche molto saporite.



Calorie del lombo

Il lombo è un taglio semigrasso: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 7 al 10%, con una densità calorica intorno alle 130-150 kcal/hg. La maggior parte del grasso, tuttavia, è visibile e quindi facilmente asportabile.

Utilizzo del lombo

Il lombo può essere utilizzato per ricavare fiorentine con filetto e costate. Altrimenti, se viene disossato, dà origine ad altri tagli: il controfiletto, il cosiddetto "rib eye" (la parte centrale delle costate), e ovviamente il filetto. Dunque, la "morte sua" è la cottura alla griglia, al sangue, ma si può anche preparare il roastbeef, sia col controfiletto, che con il cuore della costata ("rib-eye"), o addirittura preparare il roastbeef "vero", con la costata con osso.



17. Filetto.

Il filetto di manzo è il taglio di carne bovina più costoso, con un costo che in Italia varia dai 35 ai 50 euro al kg a seconda del punto vendita e della qualità dell'animale.

Si tratta di una porzione del muscolo psoas major, quella inserita sulla colonna vertebrale. Si trova nella parte posteriore della lombata, inizia più o meno in corrispondenza dei reni, dopo le costole, e percorre tutta la colonna vertebrale fino alla coscia.

Il filetto è presente in tutti i quadrupedi ma quello di manzo è senz'altro il più pregiato. Il muscolo psoas major lavora pochissimo e quindi il filetto è poverissimo di tessuto connettivo, questo lo rende il taglio di carne più tenero in assoluto.

Non è solo la tenerezza a determinare il costo del filetto, ma anche il fatto si tratta di uno dei tagli più piccoli: in ogni bovino adulto non ci sono che pochi kg di filetto dunque si tratta di uno dei tagli più rari.

Il filetto di manzo è un taglio abbastanza povero di grassi, non a caso viene impiegato molto spesso per preparazioni elaborate, che prevedono tipicamente l'uso di salse a base di burro, panna e ristretti di carne.

Considerando che la carne italiana è mediamente più magra di quella estera, tanto che anche i tagli mediamente grassi risultano quasi sempre troppo magri, purtroppo il filetto di manzo di carne italiana è un taglio abbastanza insapore che non vale di certo il costo al kg. Ovviamente esistono le eccezioni, perché anche in Italia esiste l'eccellenza, ma trovarla non è per niente semplice, diciamo che è molto più facile trovare un buon filetto di carne irlandese, scozzese, americana o argentina, ormai abbastanza diffusa anche nei supermercati.

Un filetto "normale" dovrebbe avere una marezza leggera, ma evidente (come quella della foto), ricordo che il grasso di marezza garantisce sempre che la carne non sia insapore e dunque è fondamentale che la carne presenti qualche vena di grasso.



Le varie sezioni del filetto di manzo

Il filetto di manzo che si trova in macelleria o al supermercato è sempre pulito dalla pelle di tessuto connettivo e dal grasso di copertura. L'operazione di pulitura è tutt'altro che



semplice e quindi consiglio di verificare che sia già stata eseguita nel caso in cui si acquistasse un filetto intero. Il filetto di manzo non è un taglio uniforme, ma presenta una testa, un corpo e una coda.

La testa è la parte più larga e da essa non è possibile ricavare bistecche monoporzione (sarebbero troppo grandi), dunque si possono ricavare delle fettine sottili, per esempio per il carpaccio, o dei bocconcini da cuocere in padella o per gli spiedini.

Il corpo, la parte centrale, è quella più interessante perché consente di ricavare fette spesse circa 3 cm, di 200 g circa di peso, ideali per una porzione e molto belle da vedere perché perfettamente rotonde. Da qui si ricavano i "tournedos" o le bistecche per il "chateaubriand" francese, e le classiche bistecche per le ricette tradizionali: filetto al pepe verde, filetto all'aceto balsamico, ecc.

La coda del filetto è sottile ed è indicata per la preparazione di tartare, straccetti o bocconcini.

Le ricette del filetto di manzo

Il filetto di manzo non è indicato per la preparazione alla griglia, per i motivi di cui abbiamo parlato: esistono tagli leggermente meno teneri, ma molto più saporiti, come l'entrecote, la costata o il controfiletto, più indicati per la cottura alla griglia.

Il filetto di manzo alla griglia ha senso solo se insieme al controfiletto e all'osso... Cioè nella bistecca alla fiorentina.

Tutte le altre preparazioni tradizionali sono molto salsate e appartenenti a una scuola di cucina di origine soprattutto francese abbastanza in disuso, non a caso queste preparazioni si trovano nei grandi ristoranti di hotel che fanno cucina internazionale, non di certo nei ristoranti di cucina moderna o creativa.

Per quanto alcune di queste ricette siano ottime, anche se un po' troppo caloriche, di certo non seguono il moderno trend della valorizzazione del prodotto, perché l'uso di burro, panna, senape, ristretti di carne, coprono completamente il gusto della materia prima, relegando di fatto il filetto a comprimario, utilizzato solo per la sua fama e la sua tenerezza. Un motivo in più per puntare su tagli meno pregiati ma più interessanti dal punto di vista gustativo e di rapporto qualità/prezzo.



18.Scamone.

Lo scamone di manzo è un taglio di carne bovina di prima categoria.

È situato nella parte posteriore dell'animale, posteriormente alla lombata, per questo motivo in alcune zone d'Italia è anche chiamato (in modo improprio) controfiletto (il vero controfiletto dovrebbe essere la lombata disossata, molto più pregiata e costosa) oppure (più propriamente) sottofiletto, perché è situato posteriormente al filetto.

Anatomia dello scamone

Lo scamone è una parte della coscia, e più precisamente è il gluteo, si inserisce sul bacino e sul femore.

È composto da cinque muscoli: il gluteo medio (*Gluteus medius*), il gluteo superficiale (*Gluteus superficialis*), il gluteo profondo (*Gluteus profundus*), il gluteo accessorio (*Gluteus accessorius*) e una parte del tensore della fascia lata (*Tensor fasciae latae*).



Caratteristiche dello scamone

Lo scamone è uno dei tagli più pregiati, dopo il filetto e la costata, anche se le ricerche scientifiche sulla tenerezza della carne hanno dimostrato che il gluteo medio, che rappresenta il muscolo principale di questo taglio, non ha caratteristiche di morbidezza e succosità così buone come gli si attribuiscono.

Utilizzo in cucina

Lo scamone viene utilizzato per molte preparazioni tipiche delle carni di prima categoria, dunque per bistecche, arrosti, roastbeef, adatti alla cottura alla griglia, in padella o al forno, viene anche utilizzato per il macinato di qualità.

Non è particolarmente adatto alle cotture in umido, nè per il bollito.



19. Spinacino o Fianchetto

Lo Spinacino o fianchetto è un taglio di carne bovina di seconda categoria.

È un taglio di piccole dimensioni, che ha una forma molto tipica e particolare, a triangolo. Viene principalmente utilizzato per fare bistecche o macinato, ma il suo utilizzo più particolare è probabilmente quello della tasca da farcire.

Anatomia del fianchetto

Lo Spinacino o fianchetto è una parte della coscia, adiacente alla noce e allo scamone, e allo strato di grasso del connettivo adiposo della zona precurale.

È composto da un solo muscolo: il tensore della fascia lata (Tensor fasciae latae).

Caratteristiche del fianchetto

Lo Spinacino o fianchetto è un taglio di seconda categoria, anche se la sua tenerezza lo dovrebbe inserire di diritto tra i tagli di prima categoria. Infatti, come abbiamo visto nell'articolo sulla tenerezza della carne, il tensore della fascia lata è considerato un muscolo di durezza intermedia, ma situato appena sotto i muscoli più teneri.



Calorie del fianchetto

Lo Spinacino o fianchetto è un taglio magro: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 100-120 kcal/hg.

Utilizzo del fianchetto

Lo Spinacino o fianchetto, grazie alla sua particolare forma, è il taglio maggiormente utilizzato per preparare la tasca da farcire, una preparazione diffusa in alcune regioni d'Italia, che consiste nel ricavare un incavo all'interno del pezzo di carne, che poi verrà farcito (in genere con il polpettone) e legato con ago e filo, per poi essere cotto in umido.

Se non viene utilizzato per la tasca, Lo Spinacino o fianchetto viene usato prevalentemente per confezionare bistecche o finisce nel macinato, ma essendo piuttosto tenero, può anche essere cotto al forno o utilizzato per il roastbeef.



20.Noce

La noce è un taglio di carne bovina di prima categoria.

È situato nella parte posteriore dell'animale, adiacente al fianchetto, lo scamone, la sottofesa e la fesa.

Anatomia della noce

La noce è una parte della coscia, in pratica è il corrispondente del nostro quadricipite, si inserisce sul ginocchio e sul bacino.

È composto da quattro muscoli: il retto craniale della coscia (Rectus femoris), il vasto intermedio (Vastus intermedius), il vasto laterale (Vastus lateralis) e il vasto mediale (Vastus medialis).



Caratteristiche della noce

La noce è uno dei tagli più pregiati, dopo la lombata e il filetto: insieme allo scamone e alla fesa è ritenuto uno dei tagli pregiati del posteriore, quelli più teneri.

La fama della noce è solo in parte confermata dalle ricerche scientifiche: infatti analizzando i singoli muscoli che la compongono (vedi articolo sulla tenerezza della carne), scopriamo che solo il retto femorale è tra i primi in classifica (anche se viene già considerato di tenerezza intermedia), seguito a qualche lunghezza (quasi a metà classifica) dal vasto mediale, mentre il vasto laterale è in fondo alla classifica, classificato come duro.

Calorie della noce

La noce è un taglio particolarmente magro, come quasi tutti i tagli della coscia: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, può avere una percentuale di grasso variabile dall'1 al 4%, mediamente, con una densità calorica intorno alle 100-120 kcal/hg.

Utilizzo della noce

La noce viene venduta come taglio di prima categoria e viene quindi utilizzata per produrre le classiche preparazioni dedicate a questi tagli: bistecche, arrostiti, roastbeef, preparazioni



adatte alla cottura alla griglia, in padella o al forno, viene anche utilizzato per il macinato di qualità. Non è particolarmente adatto alle cotture in umido, né per il bollito.

21. Fesa Esterna

È uno dei tagli più grandi, sicuramente il taglio più grande della parte posteriore dell'animale. È situato nella parte posteriore dell'animale, e rappresenta la parte interna della coscia.

Anatomia della fesa

La fesa si inserisce sul bacino e sul femore, ha una forma vagamente triangolare.

È composta da cinque muscoli: il semimembranoso (Semimembranosus), l'adduttore della coscia (Adductor femoris), il pectineo (Pectineus), il sartorio (Sartorius) e il gracile (Gracilis).

Caratteristiche della fesa

La fesa è un taglio di prima categoria, dunque uno dei più pregiati, insieme agli altri della coscia (scamone e noce).

La fama della fesa è decisamente sovrastimata: analizzando i singoli muscoli che la compongono (vedi articolo sulla tenerezza della carne), scopriamo che quelli principali (semimembranoso e adduttore) sono classificati quasi come duri, e sono decisamente lontani rispetto ai tagli più teneri.



Calorie della fesa

La fesa è un taglio magro (e probabilmente anche per questo non è tra i più teneri): dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dall'1 al 4%, con una densità calorica intorno alle 100-120 kcal/hg.



Utilizzo della fesa

La fesa è un taglio di prima categoria e dunque viene quasi sempre utilizzata per confezionare bistecche e roastbeef, e preparazioni a breve cottura in genere, e solo in seconda battuta come macinato di qualità. Non è particolarmente adatto alle cotture in umido, nè per il bollito.

22.Codone o Punta di Culatta o Picanha o Punta di Fesa

E' un taglio di prima categoria situato a fianco della coda, sui glutei.

Si tratta di un taglio di peso massimo 1~2 kg, dalla forma triangolare.

Un buon taglio dovrebbe presentare su uno dei due lati il caratteristico strato di grasso spesso un centimetro, ma questo può variare a seconda dell'animale.



E' conosciuto con molti nomi: codone, copertina dello scamone o punta di sottofesa.

Utilizzo del Codone

Usato spesso in Italia per la preparazione di brasati, bolliti, roast beef e scaloppine.

In Brasile questo taglio particolare viene chiamato Picanha ed è molto usato nella preparazione del churrasco (la classica grigliata brasiliana).



23. Girello o Magatello

È un taglio del posteriore dell'animale, e quindi un taglio pregiato, di prima categoria.

Anatomia del girello

Il girello è situato posteriormente alla coscia, è adiacente alla fesa e al sottofesa.

È composto da un solo muscolo: il semitendinoso (Semitendinosus).



Caratteristiche del girello

Il girello è un taglio di prima categoria, fa parte di quei tagli magri e pregiati situati posteriormente alla lombata.

La fama del girello è in realtà abbastanza sovrastimata, perché il muscolo semitendinoso è classificato in realtà come duro, situandosi poco dopo la metà della classifica dei muscoli più teneri.

Calorie del girello

Il girello o magatello è un taglio magro: ha un contenuto di grasso variabile dall'1 al 4%, con una densità calorica intorno alle 100-120 kcal/hg, la variabilità è ampia perché dipende dalle caratteristiche dell'animale.

Utilizzo del girello

Il girello è utilizzato per confezionare bistecche, roastbeef all'italiana, fette da farcire, arrosti, ma anche come macinato di qualità, o per cotture brevi in padella.

In genere è il taglio più utilizzato per preparare il vitello tonnato, una preparazione che prevede di bollire la carne fino a completa cottura, per poi essere tagliata a fette sottili.



24. Fesa interna

È un muscolo che si trova nella parte superiore interna della coscia e presenta una carne magra; con la fesa interna si possono realizzare delle fettine, spezzatino, fettine impanate e alla pizzaiola, cotolette; se viene acquistata intera, con la parte esterna si prepara lo spezzatino e con la parte centrale si fanno bistecche al sangue.



25. Campanello o Pesce o Piccione

Il campanello è un taglio di carne bovina di terza categoria.

È un taglio del posteriore del bovino, situato dietro la tibia. Sta tra il magatello e il geretto, arriva al massimo a un chilo di peso. Insieme alla copertina di spalla, è il taglio che viene venduto con la denominazione "carne gommosa da brodo" o da spezzatino.

Anatomia del campanello

Il campanello è costituito dal polpaccio del bovino. È formato dal tendine di Achille, e dai muscoli che coprono la parte posteriore della tibia.

È composta da quattro muscoli: il gastrocnemio laterale e mediale (*Gastrocnemius caput*), il soleo (*Soleus*) e il flessore superficiale delle falangi (*Flexor digitorum superficialis*).





Caratteristiche del campanello

Il campanello è un taglio di terza categoria, ricco di tessuto connettivo. In realtà i muscoli che compongono il campanello hanno caratteristiche abbastanza diverse, infatti il flessore superficiale delle falangi, situato al centro del taglio di carne, ha forma affusolata ed è molto ricco di tessuto connettivo, con la presenza di tendini abbastanza spessi, che è effettivamente adatto per un utilizzo da spezzatino o bollito.

Il muscolo gastrocnemio, invece, non è particolarmente ricco di connettivo e soprattutto, ha una durezza media, risultando più tenero di molti muscoli che compongono tagli di carne più pregiati (vedi articolo sulla tenerezza della carne). Per questo motivo alcuni macellai lo utilizzano per confezionare bistecche alla pizzaiola.

Calorie del campanello

Il campanello è un taglio magro: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dall'1 al 4%, con una densità calorica intorno alle 100 kcal/hg.

Utilizzo del campanello

Il campanello è generalmente venduto come spezzatino, tagliato a cubetti o a tranci per bollito o brasato. Macinato per la preparazione di polpette, polpettoni e ripieni. Tuttavia, un macellaio esperto può separare il muscolo gastrocnemio e utilizzarlo per preparare bistecche.

26. Gerreto posteriore

Il geretto è un taglio di carne bovina di terza categoria.

È il taglio che viene utilizzato per preparare l'ossobuco e rappresenta lo stinco del bovino, può essere anteriore o posteriore.

Anatomia del geretto

Il geretto posteriore rappresenta lo stinco del bovino, privato del muscolo del polpaccio (che forma un altro taglio, il campanello o pesce): comprende quindi una parte ossea, rappresentata dalla tibia.

È composto da molti muscoli, tutti gli estensori delle dita e i flessori del piede: l'estensore comune delle dita (Extensor digitorum longus), l'estensore del dito mediale (Extensor digitorum medius), l'estensore del dito laterale (Extensor digitorum lateralis), il flessore laterale delle dita (Flexor digitorum lateralis), il tibiale caudale (Tibialis caudalis), il flessore



mediale delle dita (Flexor digitorum medialis), il tibiale craniale (Tibialis cranialis) e il flessore del piede (Flexor digitorum).



Caratteristiche del geretto

Il geretto è uno dei tagli meno pregiati, perché contiene tessuto osseo, e i muscoli che lo compongono sono ricchi di tessuto connettivo. Questo non significa che non sia un taglio interessante, anzi, per le preparazioni a lunga cottura è sicuramente uno dei tagli migliori.

La particolarità del geretto è quello di contenere un osso ricco di midollo, e questo lo rende particolare e molto apprezzato dagli amanti di questo alimento, così grasso e succulento.

Calorie del geretto

Il geretto è un taglio semigrasso, anche se il grasso che contiene è abbastanza localizzato e lo si può facilmente rimuovere: dipendentemente dalle caratteristiche dell'animale, ha un contenuto di grasso variabile dal 4 al 7%, con una densità calorica intorno alle 130-150 kcal/hg.

Il midollo è molto più calorico, attestandosi intorno alle 300 kcal/hg, ma c'è da dire che la quantità di midollo per 100 g di geretto è molto piccola (meno del 10%).

Utilizzo del geretto

Il geretto è particolarmente adatto alle cotture in umido, vista la ricchezza in tessuto connettivo dei suoi muscoli. Viene principalmente utilizzato per preparare l'ossobuco (con piselli, o alla milanese), in questo caso viene tagliato trasversalmente, a fette di spessore di 3 cm circa. Può anche essere disossato, in questo caso si ottiene della polpa che può essere utilizzata per bollito o macinato.



SCHEDE DI SEZIONAMENTO

Nelle Illustrazioni che seguono procederemo al sezionamento per gradi del Bovino adulto.
Partendo dalla carcassa intera per arrivare ai singoli tagli principali.



fig. A carcassa intera



fig. B due mezzene



Fig. C mezzena

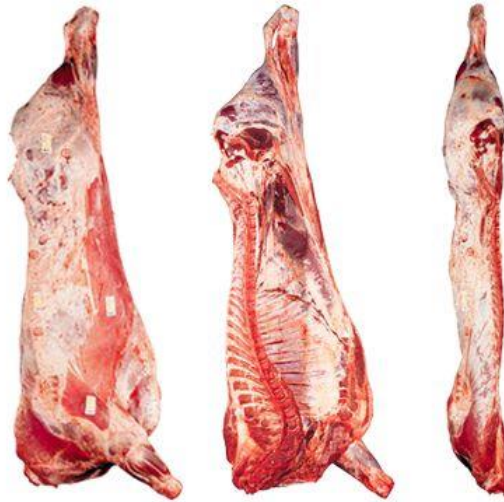


Fig. C mezzena



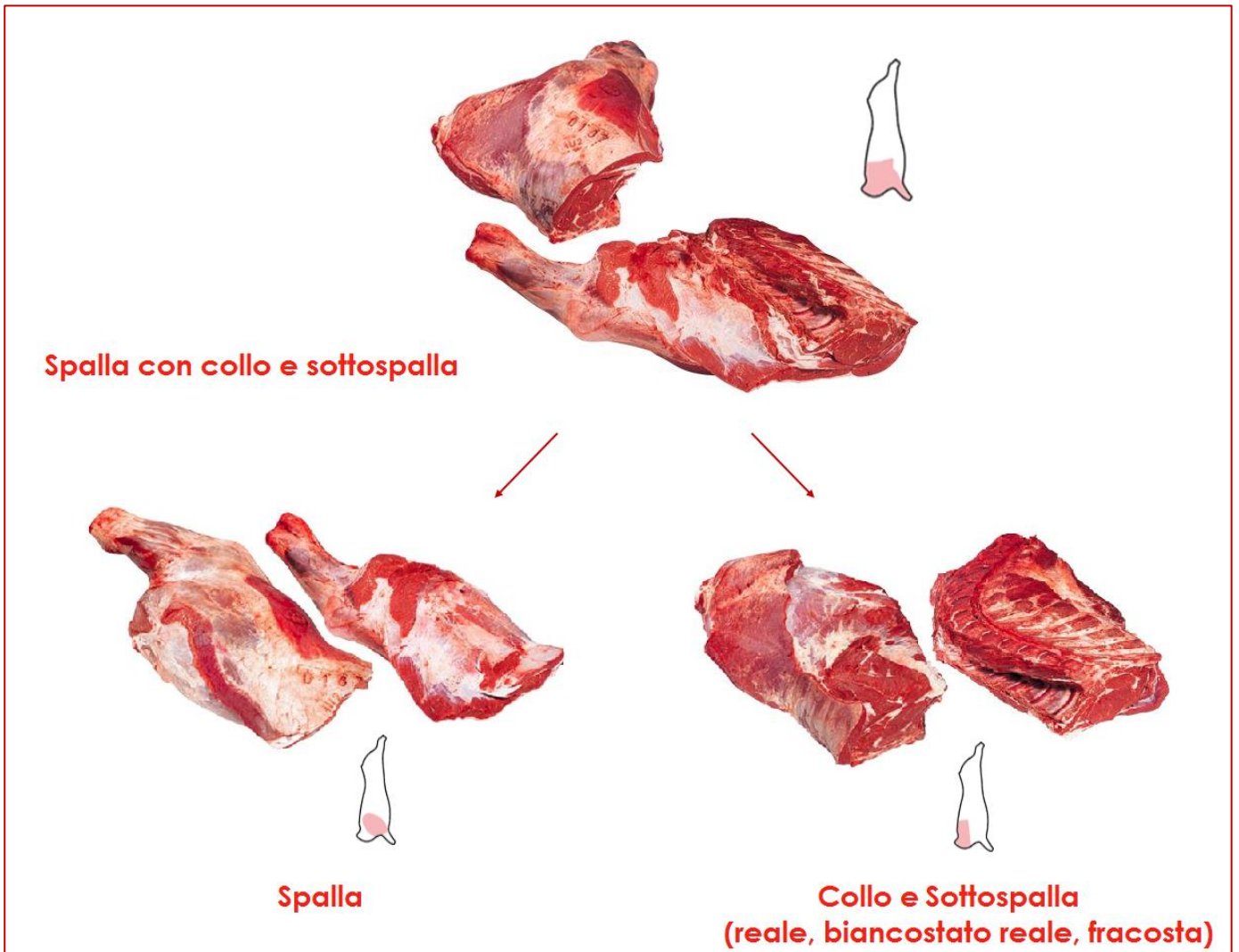
fig. D quarto anteriore con pancia



Fig.E Pistola



1. Quarto Anteriore





Spalla in osso



Spalla disossata



Fesone di spalla



Girello di Spalla



Cappello del prete

Quarto anteriore



**Collo- Reale-Fracosta
in osso**



**Collo - Reale-Fracosta
disossato
(anche se la fracosta
si preferisce in Italia
lasciarla in osso)**



Collo

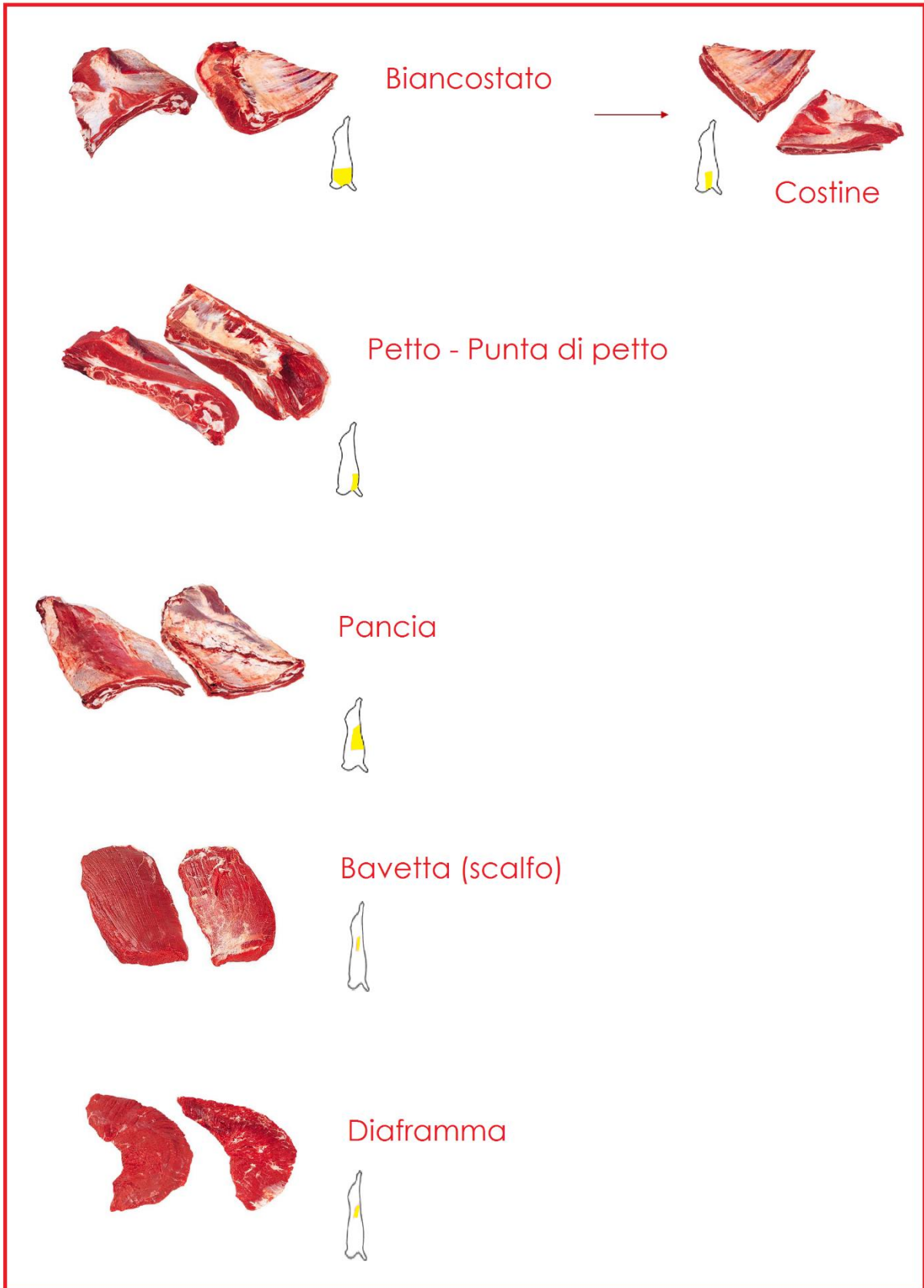


Reale



Fracosta in osso

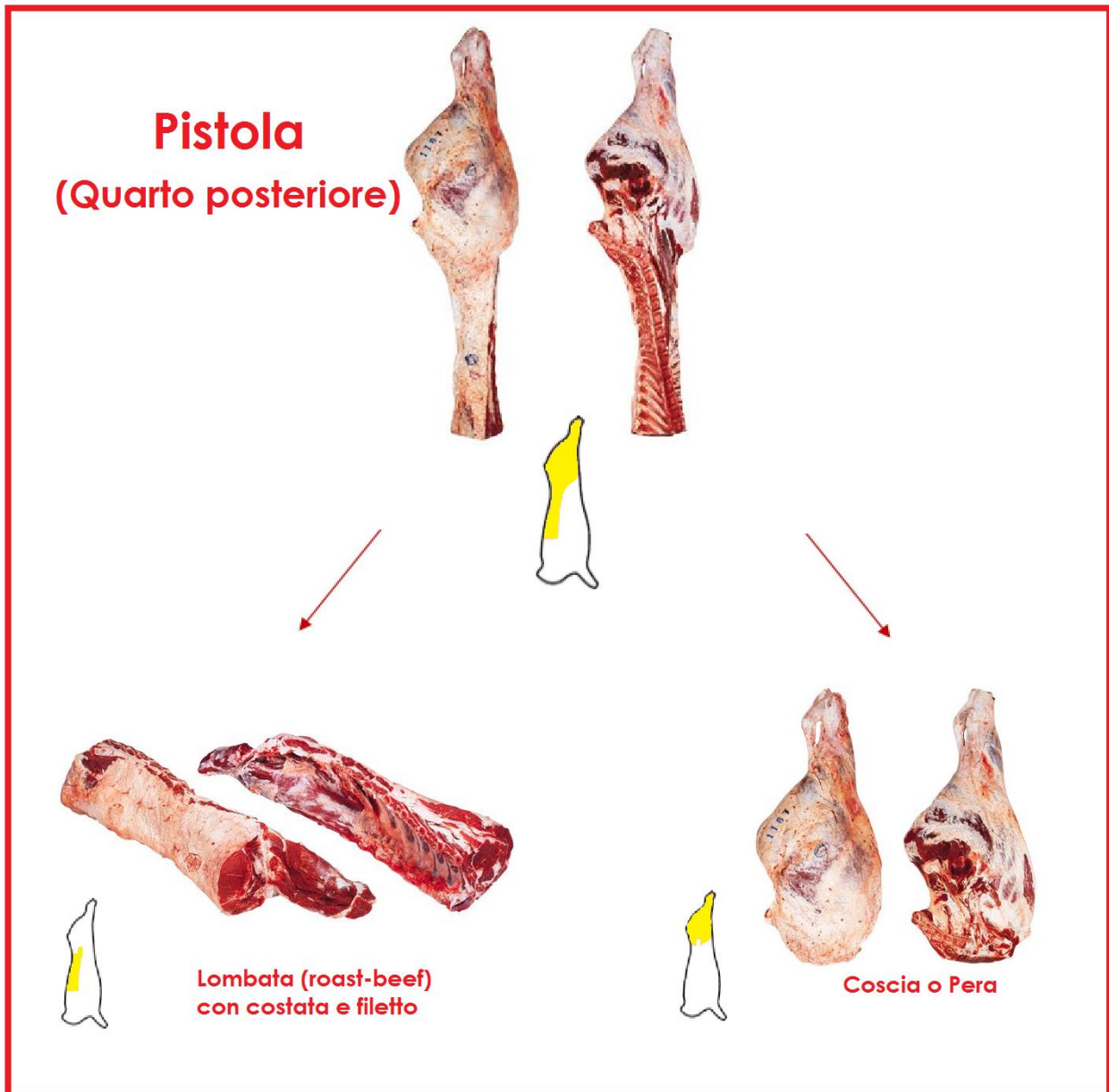
Quarto anteriore

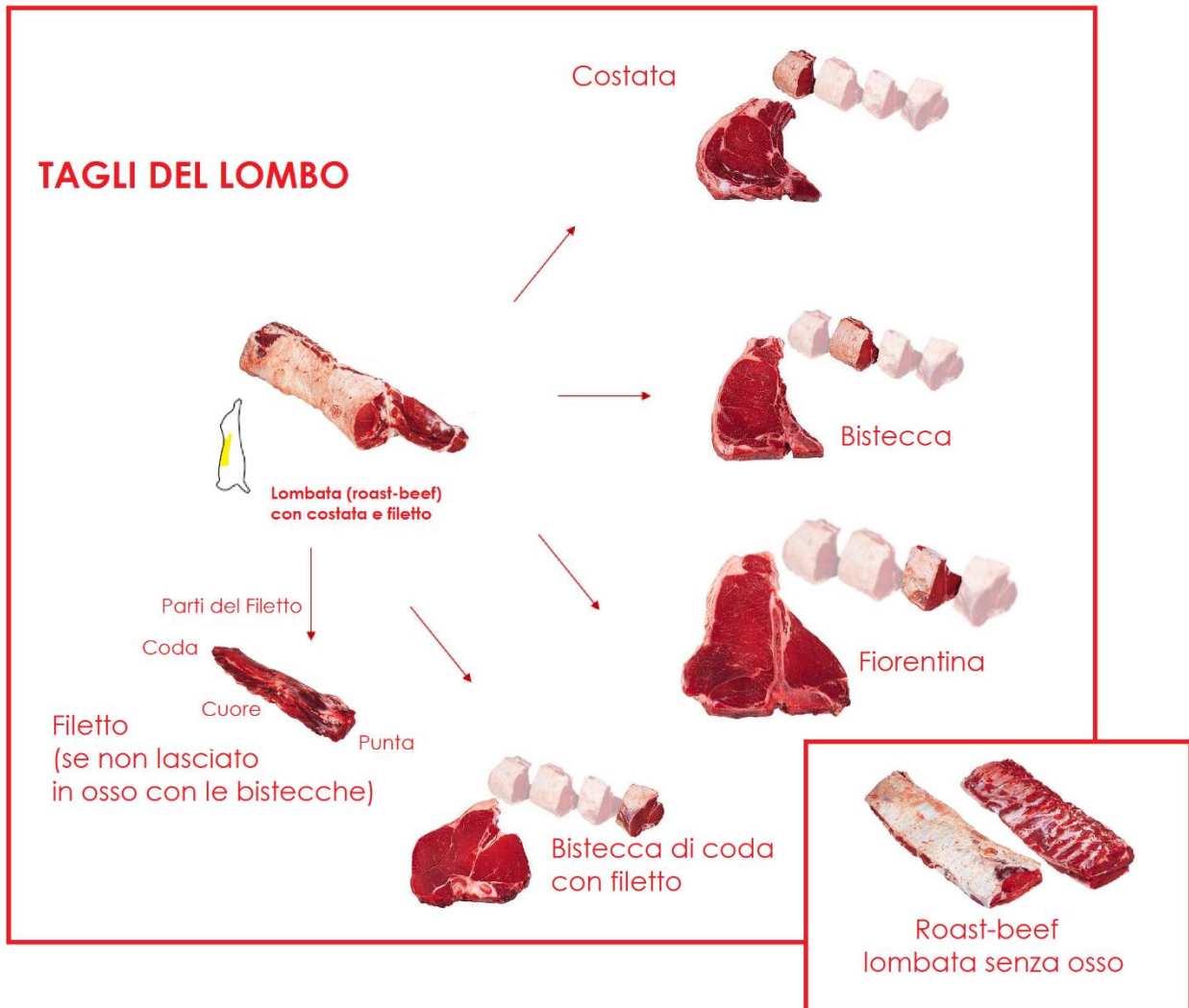


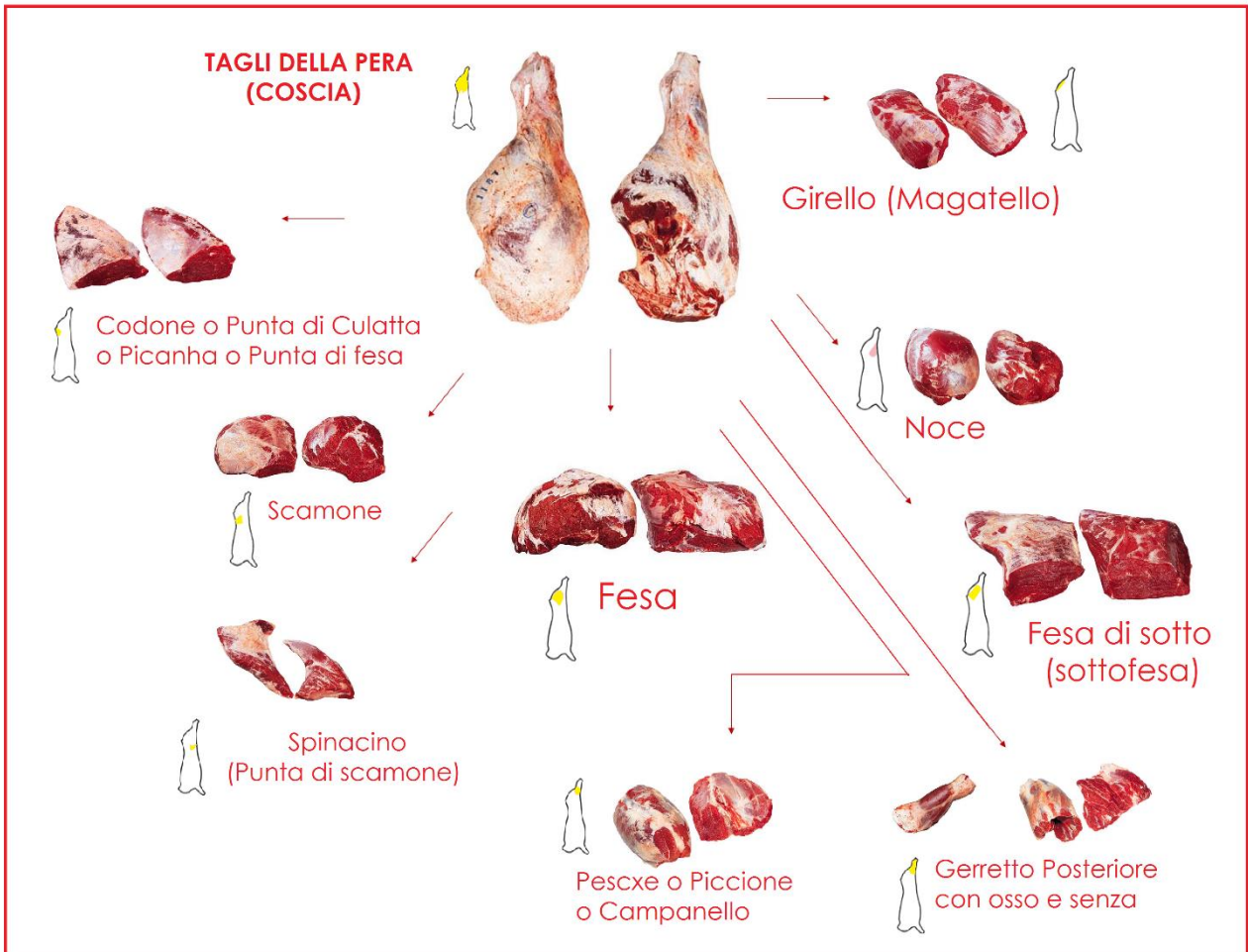


2. Pistola

(quarto posteriore)









3. Quinto quarto

Quinto Quarto Ritagli



Pipistrello

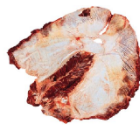


Musello



Lingua

Coda



Lombatello e lombatello sottile



Lombatello sottile



Lombatello



Quinto Quarto Frattaglie



Trippa



Cuore



Polmoni



Fegato



Rognoni



Milza