



PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

@ WWW.CUINANT.COM
✉ parlemdecuina@hotmail.com

Matèries primeres: la carn (II)

Hem de saber que no totes les carns serveixen pel mateix, ni podem aplicar els mateixos tipus de coccions

Seguint parlant de la carn i després d'haver-la comparada i conservada, avui encendrem els fogons i cuinarem una mica. Hem de saber que no totes les carns serveixen pel mateix ni podem aplicar els mateixos tipus de coccions a una peça grossa que a una de petita. Per això us faré una petita llista de les peces més conegudes i les seves aplicacions gastronòmiques més adients:

Vedella:

- La culata o part superior de la cuixa de darrera és una peça de bona qualitat. L'emprarem racionada per fer bistecs o escalopins per fer a la planxa o per fregir.

- La contra, una peça també del quart de darrera de l'animal, és una carn sense greix i pobre en teixits turgumentaris «tendrums». És una peça que sencera és ideal per a coccions lentes tals rostits o ofegats. També em podem fer escalops finets.

- Racó, també de la cuixa. És una carn melosa però que també demana coccions lentes. És la peça clau per a fer el Roastbeef.

- Garró, part inferior de les cuixes. Peça amb molts de tendons i teixit muscular, dura i tirosa si no es cou bé, però aporta molt de sabor als cuinats i brous. És la peça fonamental per realitzar l'osobuco i per a fer aguitat o bollits.

- Coll, amb les mateixes característiques que la coa. Són peses molt fibroses, però per contra molt sucoses i aromàtiques. Ideals per a fer brous, sopes o aguisats.

- El llom amb les seves sub-peces com l'entrecotte i els suletons, són peces tendres per a coccions ràpides. Planxa, a la brasa, a la pedra, fondue.

- El filet amb les seves sub-peces Tournedos, Chateaubriand i Filet mignon, és la peça reina de la vedella. És una peça sense greix ni massa muscular, tendra i delicada que emprarem per a fer a la planxa, amb salsa, crua per fer steak-tartare o carpaccio o per els famosos escalopins de la cuina italiana.

Porc:

- Cuixa. És la peça més compacta i rica en carn de totes les del porc. Se pot assonar amb sal i assecat-se a l'aire o fraccionar-se en peces per a la venda amb la denominació de carn magra. Ideal per a fer, fraccionada, escalops o bistecs per a fregir o torrar; i sencera molt sucosa al forn rostida amb verduretes.

- Garró i peus. Molt gelatinosos i de consistència molt melosa. Ideals per a donar cos als aguisats o bullits.

- Costellam, que en el cas del porc inclou les sub-peces de:

- Llom. Molt valorat però un poc sec, podem per bistecs.

- Relloms o part llarga i estreta de la zona superior del darrera. És la part més pobra en greix i més tendre i sucosa del porc. Planxa, fregit o a l'ast.

- Agulla. Part superior de darrera del coll. Té vetes de greix i es realitzem amb ella bons i saborosos rostits i aguisats.

- Costellam. Són les costelles, ideal per a arrebossar, fregir o torrar.

- Ventresca i falda, o part inferior de l'animal. En el mercat es pot trobar amb o sense os, fresca, fumada (amb el nom de bacó) o adobada. Excel·lent per a torrar o per a fer aguisat i bullits.

- Secret. És un tall que se localitza entre la paletilla i la panxeta. Té una forma característica de ventall i sol pesar un 200/300 grams. Per fer pulled pork es perfecte.

Xot:

- Cuixa. Està recoberta per una fina capa de greix que s'ha de coure molt lentament a fi de que no s'assequi. Rostida al forn amb ceba, pastanaga i un bon raig de cognac assaborirem molt be les seves qualitats organolèptiques.

- Espatlla, o part superior de la cuixa davantera. Amb unes aplicacions semblats a la cuixa, però més petita.

- La part superior de l'animal compren el llom, les costelles, i la part alta del coll. En el mercat la trobam sencera, amb la denominació de carré (veure fotografia), o bé fraccionada. Ideal per a torrar, fregir o arrebossar. El carré sencer és pot fer al fon.

- Pit i falda. Són les parts ventrals de l'animal. La falda forma una capa prima amb franges de greix que la travessen transversalment.

Indicada per a aguiats i estofats. El pit és una carn forta i amb greix que s'utilitza per a aguiar i fer sopa.



CUINA DE TEMPORADA:

Fricandó de vedella amb bolets

INGREDIENTS

- 1/2 kg de rodó de vedella
- 1 ceba
- 200 grams d'esclata-sangs
- 30 grams de cames seques
- 30 ml de brandi
- 100 grams de farina
- 15 cebetes franceses
- 750 ml d'aigua

ELABORACIÓ:

- Filetejar el rodó de vedella i enfarinar. Marcar-ho en una pella (pensau que després hi ha de caber l'aigua) amb oli d'oliva i retirar.
- Tallau les cebes en brunoise i daurar-les en la mateixa pella.
- Tallau bolets si són molt grossos i afegiu-los a la paella. Salteja-los bé i afegir-hi afegir el brandi.
- Flamejar i deixar evaporar l'alcohol.
- Afegir una altra vegada la carn a la paella i l'aigua i cuinar durant 20 minuts.



ESCOLA DE CUINA:

Curiositats de la vedella:

- Durant l'imperi Romà, quant més complicats i fastuosos eren els pastissos de carn, més reputació adquiria el cuiner.
- Però que el major repte era presentar les aus perfectament desossades i conservant la seva forma primigènia.
- Ja a l'any 1677 apareix un manual per a poder trinxar la carn a taula.
- De mitjana es consumeixen 75 quilograms per persona de carn de vaca a l'any?

Curiositats del xot:

- Que els antic egipcis apreciaven molt la carn d'aquests animals i usaven el seu greix per fer perfums i cremes?

Curiositats del porc:

- Que al llarg de la seva vida un porc haurà transformat el 35% de l'energia adquirida en l'alimentació en carn, front al 13% del xots o els 6,5% de les vedelles.
- Que les truges sols necessiten quatre mesos per a donar a llum a 8 porcelletes front als nou mesos que necessita una vaca per a parir un sol vedell.
- Que essent l'animal de granja més productiu per al consum humà, són moltes les cultures que tenen prohibit la seva ingestió, fins i tot a alguns pobles asiàtics tenen prohibit tocar-lo.