

TALLER DE PRUEBAS GASTRONÓMICAS

Introducción a la Cocción y Asado de carne de vacuno en parrilla

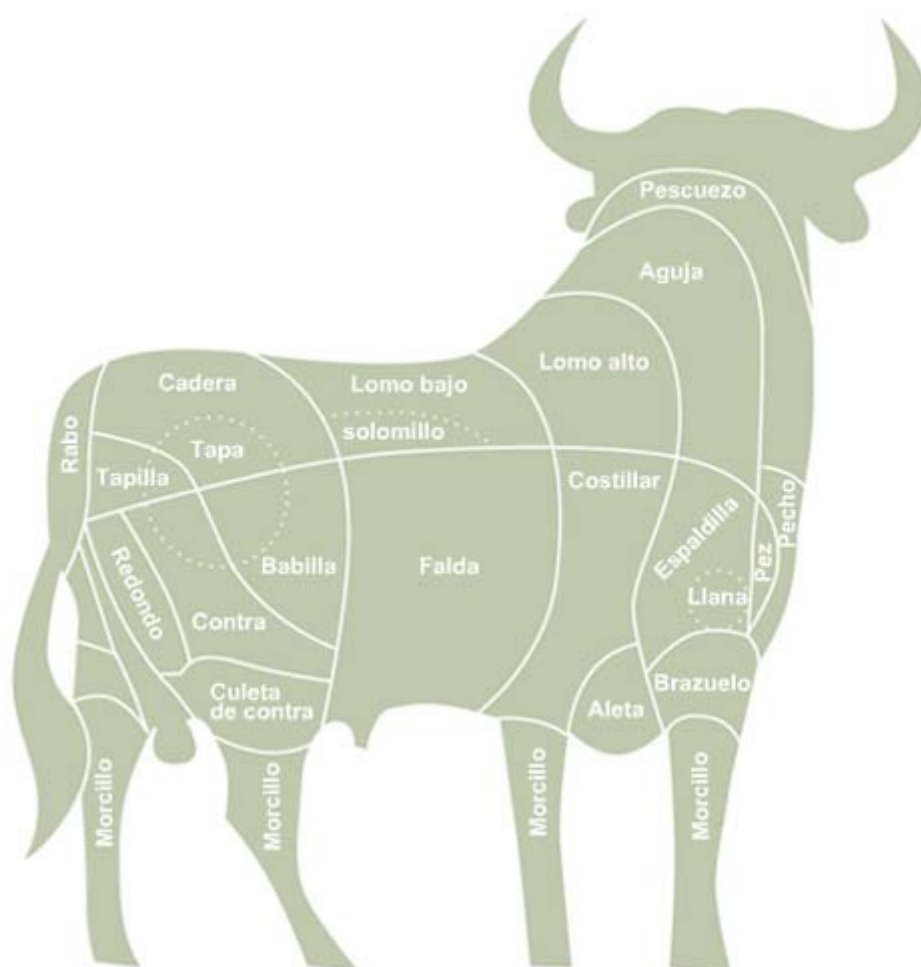
Sociedad Gastronómica Los Enmallados

Fuengirola 08/12/11

TÉCNICA DE COCCIÓN POR ASADO EN PARRILLA: Cocción en elemento gaseoso y con tostado. Consiste en cocer un alimento exponiéndolo a la acción directa del calor radiante de unas brasas. Uno de los puntos más importantes será decidir cuándo se debe dar la vuelta a los alimentos que estamos asando en la parrilla y controlar el fuego durante la cocción. Con esta técnica se consigue:

- Coagular rápidamente las proteínas de la superficie y caramelizar los almidones.
- Debido a lo anterior, se producen las reacciones de Maillard dando lugar a los compuestos responsables del gusto típico de los alimentos asados a altas temperaturas.

PIEZAS DE LA CARNE DE VACUNO:



Pescuezo: Es una carne que une la cabeza con el tronco del animal, es seca, con mucho nervio y tejido conjuntivo, ideal para caldos, estofados o guisos.

Aguja: También conocido como filete de pobre, ocupa las cinco primeras vértebras dorsales uniendo el pescuezo con el lomo. Esta pieza es tierna, jugosa y adecuada para hacer a la plancha, frita, empanada e igualmente apta para guisos.

Pecho: Este corte es poco valorado por su gran proporción de huesos, tendones y tejido conjuntivo, posee mucha grasa, lo que ayuda a que sea sabrosa, por eso se utiliza generalmente en la elaboración de caldos y algunos guisos.

Pez: Esta pieza alargada también es tierna y jugosa, el nervio que la recorre es fácil de extraer. Ideal para asar o para hacer rellena.

Espaldilla: Es una carne grasa y jugosa, se divide en cantero y plana, del cantero suelen hacerse filetes y del final que es más duro se hace carne picada y de la plana, que se conoce también como solomillo de carnicero, se hacen filetes para freír, aunque en general la espaldilla es apropiada para asar entera en el horno o elaborar guisos y estofados.

Llana: Este corte magro es plano y está recubierto por una tela blanquecina que se llama tez, su sabor es muy agradable y bien guisado, en [ragús](#) y asados la llana resulta tierna y jugosa. Con la llana también se elabora el *steak tartar*.

Brazuelo: Ideal para guisar y hacer caldos, es una carne gelatinosa y con menos nervios que el morcillo.

Lomo alto: Carne limpia, jugosa y tierna que une la aguja con la quinta o séptima costilla, es la parte delantera del lomo y sus cortes son muy valorados, por ejemplo, el [entrecot](#) son los filetes que están entre las costillas, con el corte deshuesado se elabora el conocido roast-beef y con los huesos se disfruta de los succulentos chuletones. Es ideal para freír, hacer a la plancha, a la brasa o a la parrilla.

Lomo bajo: La parte trasera del lomo es también magra, jugosa y tierna. Mientras el lomo alto son las cintas de las costillas largas, estas son las de las costillas cortas, su uso culinario es el mismo.

Solomillo: Uno de los cortes más valorados es el solomillo, situado en la cara interna del lomo bajo, se puede dividir en cabeza, centro y punta, además de otras partes más pequeñas como oreja, cordón y rosario. De la punta se obtiene el *filet mignon*, con los filetes gruesos del centro el *tournedó* y con la cabeza el *chateaubriand*. También se vende la pieza entera para asar. Se puede cocinar a la plancha, a la parrilla o frito, no se recomienda un asado demasiado prolongado.

Costillar: El costillar son la serie de huesos cartilagosos que tienen parte de la carne de la falda, con él se elabora el tradicional churrasco.

Aleta: Corte muscular situado en la cavidad torácica, apoyada en el esternón. Es una carne dura y seca que requiere una cocción prolongada y para que resulte mejor, se hace rellena de ingredientes jugosos como la panceta.

Falda: La zona abdominal se conoce también como vacío y matambre. Aunque es un corte con bastante nervio es gelatinosa y muy sabrosa. Se cocina en rellenos, guisos y estofados, además de obtener de ella la carne picada con la que elaborar hamburguesas o albóndigas.

Cadera: La parte más alta de la pierna trasera se divide en rabillo, cantero y corazón. Es un corte jugoso, tierno y con poca grasa, muy valorado también para hacer a la plancha, resultarán tiernos si están bien cortados, en perpendicular a la fibra.

Tapa: Como su nombre indica, tapa todos los cortes de la pierna, también muy apreciada para hacer a la plancha o para [freír](#). De buena presentación con zonas magras, es una carne tierna de la que se extraen los escalopes y escalopines, ideal para hacer a la plancha o rebozada.

Babilla: Este corte de forma ovoide es más jugoso cuanto más cercano está a la cadera, de esta parte se obtienen buenos medallones y filetes ideales para todo tipo de cocción, la parte más cercana a la rodilla es más dura y se utiliza para guisar.

Tapilla: Corte muy bueno para filetes, sin infiltraciones de grasa resultando un poco seca, ideal para rebozar.

Contra: Es una de las grandes piezas que también resulta algo seca y dura por la poca grasa que contiene, ofrece filetes de calidad y de buena presencia, pero lo ideal es utilizarla para guisar y asar.

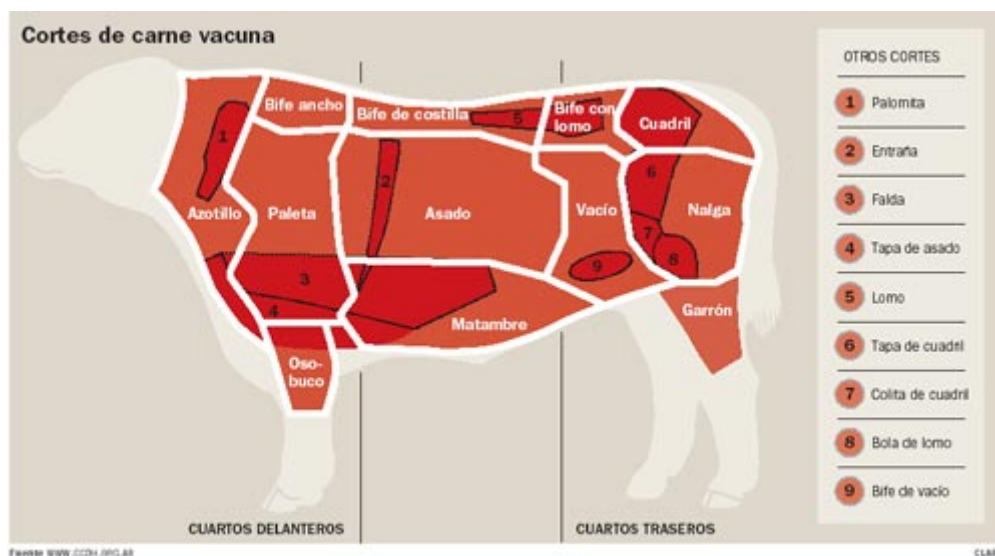
Culata: La culata de contra es una pieza jugosa, tierna y tendinosa. El corte se puede dividir por una membrana que apenas se aprecia en la degustación. Es un corte ideal para hacer filetes y [brochetas](#) o guisos como el fricandó.

Redondo: El redondo, que recibe este nombre por su forma, es una carne tierna, sin nervios y con poca grasa, es algo seca según su elaboración, pero menos que la contra. Acepta asados, guisos, mechados y en la elaboración de productos con carne picada.

Rabo: El rabo ofrece una carne gelatinosa pegada a las vértebras finales de la cola del animal. Contiene grasa y resulta muy sabrosa, es ideal para guisos largos y caldos. El plato más popular es el guiso de rabo de toro.

Morcillo: También llamado jarrete o zancarrón, es la parte baja de las patas que ofrece una forma irregular de carne magra, melosa y con muchas fibras. Con él se elabora el tradicional *cocido madrileño* y muchos otros guisos y estofados. Su corte transversal es el conocido ossobuco.

PRINCIPALES CORTES ARGENTINOS Y CARNES A DEGUSTAR:



Bifes: El bife de chorizo es la costeleta sin hueso ubicada en la cara externa del lomo del animal. Al ser separado del hueso, antes de cortarse en bifos, tiene forma triangular y cilíndrica. El bife angosto lleva adherido el hueso y proviene de la parte trasera, en cambio el bife ancho se saca de la parte delantera de la vaca. El corte equivalente *en España del bife de chorizo es la chuleta o lomo alto, del bife angosto es el lomo bajo y del bife angosto deshuesado es el entrecot.*

Tira de asado: Costillar vacuno cortado con sierra eléctrica en tiras de 3 a 5 cm. de espesor en sentido perpendicular a los huesos. Corte de la parte externa de la vaca. Las primeras costillas son más sabrosas porque tienen menos grasa. De la cuarta costilla en adelante son más gruesas y grasosas.

Vacío: Es el corte ubicado en la región lateral del cuarto trasero de la res, entre las costillas falsas y los huecos de las caderas. De carne fibrosa y jugosa, cuando se asa a la parrilla se le deja un cuerito o membrana que lo recubre.

Lomo: Músculo alargado y cónico ubicado junto al espinazo y bajo las costillas. El corte debe ser perpendicular a las hebras de la carne para que sea tierna y jugosa. Muy apreciada por su suave sabor. El corte equivalente *en España del lomo es el solomillo.*

Matambre: Corte típicamente argentino, es la capa de carne magra que se saca de entre el cuero y el costillar de la vaca. Se limpia la grasa gruesa y sobrante y está listo para ser incluido dentro de la parrillada.

Tapa de asado: Cubre la parte alta y delantera del costillar. Carne algo dura y si lo desea puede ser adquirida con el costillar.

Entraña: Parte del diafragma pegado a las costillas. Es un corte muy popular en el exterior por su rápida cocción pero se debe hacer bien jugosa. Los argentinos prefieren otros cortes como la tira de asado o el vacío.

Costillar: Pieza entera que abarca todas las costillas de la vaca con poca carne, se lleva entero a la parrilla o al asador. Como el vacío, suele estar recubierto por una membrana o cuerito que una vez cocido resulta crocante y muy sabroso. El corte equivalente *en España del costillar es la parte central de la falda.*

Adicionalmente se degustará como entrante Chorizos Criollos y al finalizar Mollejas al Limón

OTROS CORTES ARGENTINOS:

Colita de cuadril: El cuadril es una pieza de carne sin hueso de la parte baja, externa y transversalmente del cuarto trasero de la res. La colita de cuadril es el músculo alargado que se recorta del cuadril entero. Cuando su tamaño es pequeño resulta más tierna y es muy apreciada para el horno y la parrilla.

Pechito de ternera deshuesado: La parte más delgada y deshuesada de la falda. Manjar exquisito a la parrilla.

Paleta: Pieza que se obtiene de desechar huesos, omoplato y húmero y cortando el garrón delantero (cubito y radio. De la parte central salen bifés para asa a la plancha. También se la utiliza para la carne picada magra. El corte equivalente *en España de la paleta es la espaldilla.*

Palomita de paleta: Ubicada al costado interior y delantero de la paleta entera, es la parte más gruesa pegada al húmero y la punta al omoplato. Sirve para preparar en guisos, estofada o hervida en pucheros. El corte equivalente *en España de la palomita es la llana.*

Falda con hueso: Se obtiene del recorte del pecho del costillar. Usualmente se utiliza en el puchero. El corte equivalente en España de la falda con hueso es el costillar central a lo largo.

Aguja: Costillas que corresponden al cuarto delantero del animal. Excelente como carne picada, en sabrosísimos bifés a la plancha o sartén. El corte equivalente *en España se lo conoce con el mismo nombre.*

Marucha: Tapa que cubre la parte de los bifés anchos.

Bola de lomo: Pieza que recubre el fémur del lado de la panza, pegado al vacío. Carne tierna especial para las milanesas.

SALSAS DE ACOMPAÑAMIENTO

Frías: Llagua (Tomate, Cilantro y Ají) Alioli (Mayonesa con Ajo)

Templadas o Calientes: Romescu (Salsa de la cocina tradicional catalana, originario de Tarragona compuesta por almendras, avellanas, ajos, pimientos, tomates, ñoras) y Salsa a la Pimienta

Algunos Links:

http://www.pasqualinonet.com.ar/los_cortes.htm

<http://www.euroresidentes.com/Recetas/cocina-argentina/cortes-de-carne-argentina.htm>