

Continue



Cottura carne bleu

9 aprile 2021
Quante volte ti sei sentito chiedere dal cameriere “al sangue o ben cotta?” dopo aver ordinato una bistecca, un filetto o una tagliata? Avrai quindi fatto caso che in pochissimi utilizzano il termine “cottura blue” che però indica un particolare tipo di cottura... molto amata dagli amanti della carne! D'altronde, anche se il gusto della carne dipende dalla sua qualità, anche la cottura influisce in modo determinante! Andiamo allora a scoprire cos'è la cottura blue.
Cottura blue della carne: cos'è e come ottenerla
Con cottura bleu s'intende la cottura molto al sangue: per ottenerla basta cuocere, ad esempio il filetto di manzo, un minuto per parte, mentre occorrono 2 minuti per parte se invece si utilizza un taglio di carne come la bistecca, che ha uno spessore compreso tra 2,5-3 cm. La temperatura al cuore, in ogni caso, è quella che conta, e deve raggiungere, ma non superare, i 30° gradi. La cottura bleu è quella perfetta per conservare al massimo il sapore originale della carne e dei suoi succhi, ma deve essere effettuata su un taglio di carne tenerissimo e di qualità. Come scegliere la carne adatta alla cottura blue? La cottura breve e “sanguigna” permette quindi di ottenere una carne molto morbida e saporita, ma è molto importante saper scegliere la materia prima che può essere esaltata da questo tipo di cottura. La qualità dipende in gran parte dalla marezzatura della carne, ovvero l'infiltrazione e la distribuzione di grasso all'interno del tessuto muscolare. La qualità della carne marezzata è scientifica: il grasso, infatti, funge da indicatore del livello di salute e dello stato nutrizionale dell'animale e, per la fase di cottura è fondamentale, in quanto incide su due fattori: Sapore: il grasso è la parte più saporita della carne, quindi la marezzatura ne incrementa il gusto. Tenerezza: il grasso agisce da elemento idratante, aiutando a preservare la morbidezza e succosità. Infatti, tende a sciogliersi durante la cottura, rendendo la carne molto più tenera, ma anche gustosa. Non solo al sangue o ben cotta: ecco i 5 gradi di cottura della carne! Ebbene si, non esistono solo due gradi di cottura della carne, ma come il carnivoro ben informato sa, sono ben 5. Blue: Il primo lo abbiamo già visto ed è la cottura più breve. Al sangue: è un po' più intensa della precedente, con 40-50° gradi al cuore. Media al sangue: la temperatura di cottura dovrà assestarsi tra i 56-63° gradi e il cuore non rimane più completamente rosso ma vira più verso il rosato. Media ben cotta. La temperatura al cuore si assesta tra i 73° e i 76° gradi. Ben cotta. Fa da contraltro alla cottura blue, ma bisogna star attenti a non esagerare, non superando i 78° gradi al cuore. Dove trovare la carne di qualità? Soprattutto se ami la cottura bleu al sangue, scegli la carne di prima qualità! Su Marchese Store trovi quella selezionata all'origine, marezzata e frollata a dovere, che sottoponiamo alla procedura di surgelamento industriale, per mantenerla fresca, morbida e succosa! Dai un'occhiata allo shop online dove troverai le linee di alta gamma El Macho e Génisse... e sperimenta il grado di cottura che preferisci! Scarica la nostra nuova App sia per iPhone sia per Android. Ordina la miglior carne disponibile Online e in 24h sarà a casa vostra! Prova anche la nostra nuova Web App: www.marchesestore.com
Blue – Tempo di cottura: un minuto per lato. ... Il nome deriva dal francese “bleu” perché la carne ha un colore blu violaceo che vira al rosso con l'esposizione all'aria. L'esterno è appena rosolato e l'interno è decisamente crudo. Quanti tipi di cottura della carne? I livelli di cottura della carne di manzo sono infatti sei, così suddivisi: blue, al sangue, media/al sangue, media, media/ben cotta e ben cotta. Quanti gradi la carne al sangue? Per le carni bovine, le temperature approssimative sono 48-50°C per la cottura al sangue, 51-53°C per le medio sangue, 54-57°C per le medie e 63°C o superiori per il ben cotto. Queste temperature si applicano solo ai teneri tagli di carne bovina. Come deve essere la carne al sangue? Alla vista la bistecca è leggermente scottata all'esterno e praticamente cruda all'interno. Leggermente più cotta della blue è la carne al sangue. In questo caso la temperatura al cuore è tra i 50-52°C, che corrispondono a circa 2 minuti per lato per una bistecca di circa due dita/due dita e mezzo. Come va cotta la carne rossa? Se lasciate rosolare la vostra fetta di carne rossa un minuto in più (quindi 2 minuti in totale per lato) otterrete una cottura al sangue: rossa al 75% e rosolata esternamente. La temperatura al cuore dovrà raggiungere i 40-50°C. Se la battaglia dei dolci natalizi divide chi ama il pandoro da chi ama il panettone, nel campo dei secondi di carne la divisione riguarda invece il grado di cottura: al sangue o ben cotta, con poche vie di mezzo. I puristi del sapore della carne non transigono e vogliono vedere ancora il colore rosato all'interno della loro fetta di carne, qualsiasi sia il taglio. Dall'altra parte c'è chi sostiene che un buon grado di cottura sia capace di esaltare il vero sapore, servendosi dei giusti condimenti. Ebbene, oggi sfatiamo un mito. Tra carne al sangue e carne ben cotta esistono sei diversi gradi di cottura, che si adattano meglio ad esaltare il sapore di determinati tipi di tagli. Vediamo quali sono. È la fase più cruda di tutte, ancor prima della carne al sangue. La cottura bleu ha una rosolata all'esterno della durata di un minuto per lato ed è lasciata completamente cruda all'interno. Per ottenere questo risultato, la temperatura al cuore della carne deve raggiungere al massimo i 30°. Rispetto alla cottura bleu, per lasciare la carne al sangue si deve far rosolare l'esterno per due minuti per lato, e raggiungere la temperatura interna di 45° e non oltre. Con questa cottura, la carne raggiunge la massima esaltazione del suo sapore. La cottura esterna arriva a 3-4 minuti per lato, raggiungendo quindi anche uno strato maggiore all'interno della fetta senza però cuocere il cuore della carne. Con una temperatura interna di circa 60°, la carne diventa molto tenera e ricca di succhi, a contrasto della nota croccante esterna. Una cottura media della carne esalta soprattutto la consistenza della fibra, con un esterno croccante e friabile e un cuore interno estremamente morbido. La fetta deve rosolare per circa 4 minuti per lato, e l'interno raggiunge circa 68°. Si ottiene con una rosolata di cinque minuti per lato: la carne è così cotta in profondità, il calore penetra fino a toccare quasi il cuore della fetta, che rimane un po' rosato e più morbido rispetto all'esterno. Questa cottura è adatta alle carni più grasse, per sciogliere bene i piccoli filamenti e creare un sapore coinvolgente. Una fetta di carne, per essere ben cotta, richiede 6 minuti di rosolata per lato e una temperatura interna di circa 80°. La carne risulta cotta a tutto strato: è una soluzione ideale solo per tagli di carni alte e grasse, altrimenti si rischia di indurire troppo le fibre e rovinare un bel taglio di carne. “Al sangue o ben cotta?”. Bleu, grazie. Ebbene si, nonostante la domanda suoni familiare, gli amatori della carne sanno bene che le tipologie di cottura sono più di due. Oggi parliamo difatti dei cinque gradi di cottura da seguire per una preparazione ideale e le temperature ottimali perché la preparazione sia perfetta. Se non avete a disposizione un termometro adatto, potrete affidarvi al colore della carne per indovinare la consistenza desiderata. BLEU, carne appena scottata ad una temperatura di 45-48°C dove le parti interne rimangono crude. AL SANGUE, con una temperatura compresa tra i 50-52°C ma ancora quasi cruda. MEDIA, con temperatura intorno ai 55°C ed interno ormai rosato. AL PUNTO, con temperatura intorno ai 58°C ed interno uniforme, al momento del taglio non fuoriesce più sangue. BEN COTTA, con temperatura dai 62°C in su. Adatta alle lunghe cotture di carni rosse e selvaggina o anche per carni rosate e bianche, così da ridurre la vostra batteria. Il pollo e il maiale raggiungono la loro temperatura ottimale intorno ai 75-80°C, mentre il manzo e l'agnello sfiorano i 61°C. Qualunque sia la vostra preferenza, non vi resta che correre nel nostro Reparto Macelleria e seguire la cottura corretta per gustarle al meglio, con la tranquillità che ci assicuriamo sempre la migliore qualità per tutte le carni dei nostri punti vendita. Una curiosità legata alla carne che troverete contraddistinta dal bollino del Progetto Be.A è che si tratta di carne proveniente da allevamenti che rientrano all'interno nel progetto B.e.A: la collaborazione con il Dipartimento di Medicina Veterinaria e Produzioni Animali dell'Università di Napoli Federico II nata con l'obiettivo di valorizzare la relazione tra i cibi provenienti da alimenti di origine animale e la salute umana, ben sapendo quanto le tecniche di allevamento e la trasformazione degli alimenti incidono sulla qualità del prodotto finale. Arrosto o saltata, lessa o stufata: una breve guida alla scoperta dei metodi di cottura più adeguati per ciascun taglio di carne e dei migliori calici di vino di accompagnamento. Portare in tavola un gustoso secondo piatto di carne può rivelarsi una sfida ardua e complessa. Sono molti gli elementi da tenere presenti prima di accendere i fornelli: innanzitutto, è necessario conoscere i tagli di carne più adatti per ciascuna preparazione e metodo di cottura. Una volta scelto il giusto taglio al banco del macellaio, è bene ricordare alcuni appunti preliminari sempre validi, relativi, in modo particolare, alla temperatura di cottura. La nomenclatura specifica usata dagli addetti ai lavori individua quattro gradi di cottura principali, riconoscibili con l'aiuto di un termometro alimentare o, più semplicemente, allenando l'occhio. - Cottura al bleu: è un tipo di cottura molto veloce che sfrutta le alte temperature; al tatto la carne risulterà molle e nel cuore sarà rossa e leggermente tiepida (40° C) - Cottura al sangue: leggermente più prolungata, produce un sottile crosta intorno alla carne che nel cuore sarà ancora rossa, anche se più calda (50° C) - Cottura al punto: la carne dovrà essere girata quando inizieranno ad apparire delle piccole goccioline sulla parte superiore, e sarà servita non appena le goccioline appariranno anche sull'altro lato. All'interno il colore sarà rosato e la temperatura ben calda (60° C) - Cottura ben cotta: metodo di cottura lento e prolungato che genera una carne dura, dal colore scuro e molto calda all'interno (70° C) Partendo da queste brevi considerazioni di base, si illustrano, di seguito, i principali metodi di cottura della carne bovina. - Arrosto: la cottura arrostita può essere fatta sia allo spiedo che al forno. Nel primo caso si utilizza un calore secco e si unge la carne con liquidi grassi per evitare la formazione di una crosta eccessivamente dura in superficie; nel secondo, sia i grassi che l'aria calda del forno agiscono come conduttori di calore. Scegliendo questo metodo si cerca di conservare all'interno della carne quanto più possibile del suo sugo. I tagli più adatti a questa cottura sono fesa, noce, girello, scamone, muscolo posteriore, fessone di spalla e girello di spalla. ABBINAMENTO VINO: si abbina al meglio con vini di medio corpo ma morbidi, come Valpolicella, Marzemino e Sangiovese di Romagna. - Brasato: si tratta di un metodo di cottura dalle umili origini. I contadini piemontesi cuocevano la carne in una casseruola ricoperta dal fuoco dolce delle brasi, le braci, dal mattino fino alla sera. Oggi, dopo aver rosolato la carne, si lascia proseguire la cottura in forno all'interno di un contenitore chiuso dal suo coperchio così da permettere al prodotto di rimanere in immersione nel liquido formato dal vapore e dal condimento caldo. Tra i tagli consigliati si ricordano campanello, taglio reale e geretto. ABBINAMENTO VINO: per quanto riguarda i vini, che dovranno essere di buona struttura, ideali saranno Barolo, Barbaresco, Brunello di Montalcino, Aglianico, Cannonau, Chianti classico e Taurasi. - Frittura: in questo caso il grado di cottura dovrà essere molto caldo, in modo da sigillare subito la carne senza che essa lo assorba in cottura. I tagli più adatti alla frittura sono costoletta, fesa, sottofesa, noce del quarto posteriore e girello di spalla. ABBINAMENTO VINO: i vini di accompagnamento saranno frizzanti, Bonarda, Barbera vivace, Lambrusco e Letetere. - Alla griglia (o ai ferri): le griglie più utilizzate sono a legna e a carbonella, oltre che elettriche. La carne (preferibilmente costata, scamone, fesa, noce, filetto e roast-beef) andrà leggermente unita in superficie prima di iniziare la cottura. ABBINAMENTO VINO: si abbinano vini rossi secchi ma morbidi come Rossese di Dolceacqua, Grignolino, Dolcetto, Chianti d'annata, Ciro. - Lesso (o bollito): in questo caso l'unico conduttore di calore è costituito dall'acqua riscaldata dal fuoco. La cottura è molto lenta (circa 3 ore) e la proporzione è di circa 3 litri di acqua ogni chilogrammo di carne, con aggiunta di 15 grammi di sale grosso e verdure aromatiche. I tagli da utilizzare saranno muscolo posteriore, sottospalla, polpa di spalla, petto, collo e muscolo anteriore. ABBINAMENTO VINO: si abbina a vini rossi giovani, leggeri e di medio corpo, secchi e briosi, come Lambrusco, San Colombano, Freisa, Bonarda, Gragnano. - Al salto: è una cottura rapida da fare in padella con olio o burro ben caldi. Si presta particolarmente alla preparazione di scaloppine e lombatine, dunque i tagli da preferire saranno sottofesa e fessone di spalla. ABBINAMENTO VINO: si consigliano Valpolicella, Lagrein, Bardolino e Valdadige Schiava. - Stufato: metodo a lunga cottura. Prevede la presenza di due principali conduttori di calore: il vapore, prodotto all'interno del recipiente chiuso da coperchio, e il vino, i grassi, i fondi d'acqua e gli aromi utilizzati per dare sapore alla carne. I tagli indicati sono spalla, taglio reale del quarto anteriore, sottofesa e campanello. ABBINAMENTO VINO: si accompagna a vini rossi di medio corpo: Torgiano rosso, Montepulciano d'Abruzzo, Rosso Conero, Rosso Piacentino, Chianti. Accanto a queste preparazioni principali, la carne si presta, in effetti, anche a molte altre cotture: dallo spezzatino alla tagliata, dalla pizzaiola alla Bourguignonne, tutti piatti che si rifanno alle cotture sopra elencate, lasciando una grande libertà di inventiva davanti ai fornelli. Si è anche visto quanto sia importante indovinare il giusto abbinamento con il vino. Per portare in tavola il giusto calice di nettare degli dei, un primo consiglio da seguire è cercare l'equilibrio negli abbinamenti: così come un piatto dal sapore delicato richiederà un vino tenue, un piatto dal sapore forte e deciso preferirà un vino importante e corposo. Tuttavia oggi si percorre spesso anche la via della contrapposizione dei sapori, indicata dal Metodo Mercadini dell'Associazione Italiana Sommelier: a un alimento particolarmente acido si potrà anche abbinare, quindi, un vino morbido volto ad attenuarne l'acidità, mentre un piatto particolarmente grasso potrà essere accompagnato da un vino fresco (dunque più acido). Saira Stopponi Cuocere la carne è una vera e propria arte, che sia in padella, al forno o sul barbecue, è una fase molto importante per evitare di rovinare un bel taglio e, allo stesso tempo, per garantire un prodotto sicuro sotto il punto di vista alimentare. Quando si parla di carne al sangue, di cottura media o di carne ben cotta, generalmente si fa riferimento al bovino, in quanto per pollo e maiale il consiglio è sempre quello di non consumarli mai crudi, al fine di tutelarsi da eventuali contaminazioni. Con il manzo, invece, le opportunità si moltiplicano, tanto che al ristorante è praticamente obbligatorio per il cameriere chiedere al cliente come preferisce che venga servita una bistecca o un hamburger. Vediamo nel dettaglio cosa significano per la carne queste diverse cotture, che incidono su colore, consistenza e anche sapore. Carne al sangue: per veri intenditori Si tratta di una delle cotture preferite da molti amanti della carne ed è particolarmente adatta a tagli di alta qualità, come il filetto e il controfiletto di una bistecca alla fiorentina, che mantengono un colore rosso vivo all'interno sigillandosi perfettamente all'esterno, formando la caratteristica crosticina. Una volta pronta, prima di servire intera o tagliata la carne, il consiglio è quello di farla riposare per alcuni minuti, in modo che i succhi possano distribuirsi in modo uniforme, così da garantire un risultato succulento e gustoso. In questa categoria si riconoscono, in realtà, due diverse varianti. La cottura bleu, con la carne che viene praticamente solo scottata per due minuti per lato al fine di ottenere la reazione di Maillard, e che al cuore mantiene una temperatura tra 40-45 °C, e la cottura al sangue, con il termometro che raggiunge i 50-52 °C e un paio di minuti totali di permanenza in più in padella del manzo. Insomma, non proprio cruda, ma quasi. Se sei alla ricerca di un buon equilibrio tra consistenza morbida e umidità, questa tipologia di cottura è una tra le più gettonate. L'interno si presenta rosato e l'esterno rosolato. In questo caso la carne viene cotta per un periodo leggermente più lungo rispetto al precedente, ed è adatta a una vasta gamma di tagli, donando tenerezza e sapore: non è un caso, infatti, se incontra il favore della maggior parte delle persone. Ci sono due opzioni a cui puoi fare riferimento: quella media al sangue, con una temperatura che si aggira tra i 55 °C e i 58 °C, cuocendo per 3 minuti per lato e quella media propriamente detta (ideale per l'hamburger) che al cuore segna tra i 60 °C e i 63 °C, massimo 65°C, ma non di più, per 3-4 minuti. Come procedere al meglio? Tieni la fiamma medio-alta, gira ogni tanto e anche qui lascia riposare 5 minuti prima di portare in tavola. Carne ben cotta: se proprio devi Consistenza soda, colore uniforme che vira sul grigio-marroncino, nessuna fuoriuscita di liquidi: la carne ben cotta è perfetta per coloro che non amano avere goccioline nel piatto. Si cuoce per un periodo di tempo più lungo, sui 6-7 minuti. Regola bene la fiamma, così da evitare bruciature: la temperatura massima al cuore è di 70 °C, non andare oltre, altrimenti si rischia di produrre l'effetto "suola di scarpe", con una carne completamente asciutta e insapore. Tipo di cottura Temperatura Tempo Al sangue bleu 40 - 45 °C 1-2 minuti per lato Al sangue 50 - 52 °C 2 minuti per lato Media al sangue 55 - 58 °C 3 minuti per lato Media 60 - 63 °C 3-4 minuti per lato Ben cotta max 70 °C 6-7 minuti per lato Continua a leggere su Cookist Quali sono le 4 cotture della carne? La carne può essere cucinata secondo diversi punti di cottura, ognuno dei quali offre una diversa esperienza gustativa. Ecco una panoramica dei principali punti di cottura: Bleu/Rare: Questa è la cottura più delicata e prevede una breve esposizione al calore. La carne risulterà rosso vivo all'interno, con una consistenza morbida e succosa. Al sangue/Medium rare: In questa cottura, la carne è rosso-rosa all'interno ed è ancora molto succosa. E uno dei punti di cottura più popolari per chi desidera gustare una carne tenera e succulenta. A puntino/Medium: La carne è cotta in modo uniforme con un leggero rosato al centro. Ha una consistenza più soda rispetto alle cotture precedenti, ma conserva comunque una buona tenerezza. Ben cotta/Well done: Questa cottura porta la carne a una colorazione uniforme e priva di rosa all'interno. La carne sarà più soda e asciutta rispetto alle cotture precedenti, ma alcune persone preferiscono questa cottura per ragioni di sicurezza o per il gusto personale. Come si capisce se la carne è cotta senza termometro? Un metodo pratico per valutare il punto di cottura della carne è il test della resistenza. Ecco come puoi utilizzarlo: Avvicina il pollice a un dito della stessa mano senza fare troppa pressione. Tasta con l'altra mano la resistenza della parte di polmo sotto al pollice. Individuare il punto di cottura con un termometro da carne Un altro metodo affidabile per riconoscere il punto di cottura della carne è l'uso di un termometro da carne. Ecco le temperature interne raccomandate per i diversi punti di cottura - attenzione sono temperature indicative perché tutto dipende dal taglio di carne che stiamo cuocendo: Bleu/Rare: circa 46 °C Al sangue/Medium rare: circa 51 °C A puntino/Medium: circa 60 °C Ben cotta/Well done: circa 70 °C Utilizzando un termometro da carne, puoi misurare con precisione la temperatura interna della carne e assicurarti di raggiungere il punto di cottura desiderato. È importante ricordare che la scelta del punto di cottura della carne è una questione di preferenze personali. Alcune persone preferiscono una carne più succosa e rosata, mentre altre la preferiscono più cotta e ben cotta. Tuttavia, è essenziale assicurarsi che la carne raggiunga una temperatura interna sicura per garantire la salute. Oltre ai metodi sopra descritti, esistono anche altri segni visivi e tattili che possono aiutarti a valutare la cottura della carne. Ad esempio, la consistenza della superficie della carne può fornire indizi sul grado di cottura. Una crosta dorata e croccante può indicare una cottura più elevata, mentre una superficie più morbida può indicare una cottura meno intensa. Quale carne deve essere ben cotta? Inoltre, alcune persone preferiscono anche cucinare completamente carni di maiale e pollame, come salsicce, pollo intero o cosce di pollo, per garantire una cottura sicura e completa. Tuttavia, è importante ricordare che la cottura delle carni fino a quando sono ben cotte può comportare una riduzione della tenerezza e succosità della carne. Pertanto, se stai utilizzando carne di alta qualità e freschezza e seguendo adeguate pratiche di sicurezza alimentare, puoi scegliere di cuocere la carne a puntino o al sangue se lo preferisci. In ogni caso, per garantire una cottura sicura e prevenire eventuali rischi per la salute, è sempre consigliabile seguire le linee guida di sicurezza alimentare, come cuocere la carne a una temperatura interna raccomandata e manipolare e conservare la carne in modo igienico. Giusta cottura della carne In conclusione, capire il punto di cottura della carne è un'arte che richiede pratica e sperimentazione. Utilizzando metodi come il test della resistenza e il termometro da carne, puoi raggiungere una cottura perfetta, soddisfacendo le tue preferenze personali e garantendo al contempo la sicurezza alimentare. Quindi, sperimenta con diverse cotture e scopri quale punto di cottura della carne ti soddisfa di più. Buon appetito!