



## TIP'S DE CORTES VACUNOS

Conocer los **cortes de carne de vacuno** es de gran valor para todos, para los que compramos, los que cocinamos o los que simplemente comemos. Tanto en la carnicería como en los lineales refrigerados de los supermercados encontramos los cortes con nombres que debemos reconocer por la parte a la que pertenece del animal, por sus cualidades nutritivas y por sus características a la hora de cocinarla.

Hay algunos nombres que varían según la región en la que nos encontremos, esta es una información también de gran interés tanto para los que compartimos nuestras recetas como para los que realizamos viajes de turismo gastronómico, así que podemos ampliarla entre todos, esperamos vuestra colaboración.

### TIPS PARA LA COMPRA:

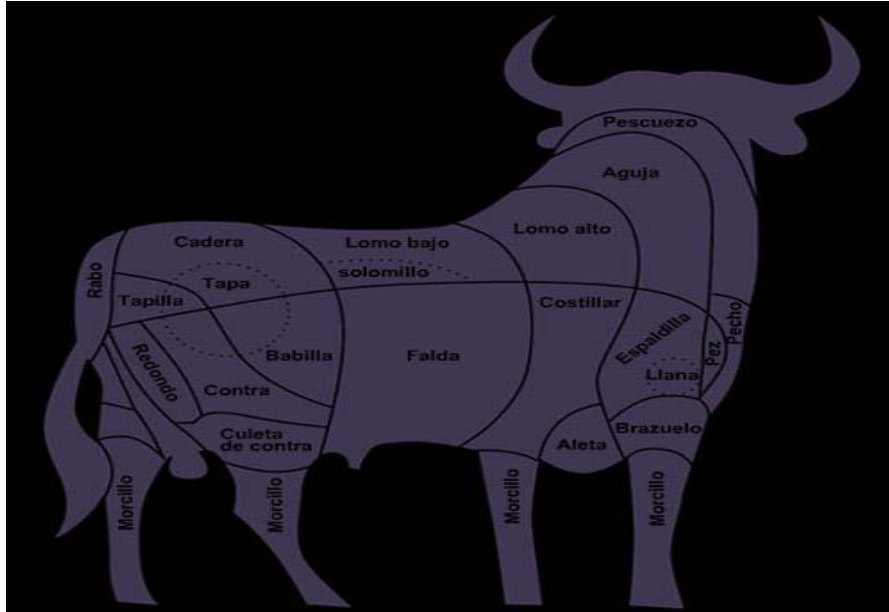
- Elija siempre puntos de venta de la carne higiénicos y seguros.
- Seleccione el corte de carne adecuado para los platillos ó recetas a preparar.
- Si compra la carne en supermercados deje la compra de carne para el final, de modo que no pierda el frío rápidamente y se afecte la calidad.
- No deje la carne expuesta al sol en su vehículo.
- Se recomienda la opción de llevar una hielera para mantener la cadena de frío de la carne.
- El tiempo transcurrido entre la compra y la refrigeración ó consumo de la carne NO debe ser mayor a 1 HORA, a menos que use una hielera ó bolso térmico.

### TIPS PARA EL EMPAQUE, ALMACENAMIENTO Y CONSERVACION DE LA CARNE

- No permita que la carne sea empacada con papel periódico.
- Asegúrese que el expendedor de carne ó carnicero, tome los cortes de carne con guantes ó pinzas y que NO toque dinero.
- Refrigere, congele ó cocine la carne inmediatamente que llegue a su casa. La temperatura de refrigeración óptima para la carne debe ser de 3º a 5 ºC y la de congelación de -10 ºC .
- Elija los cortes preparados en bandeja con plástico auto-adhesivo ó empacados al vacío, ya que son más higiénicos y se conservan por más tiempo.
- Si va de paseo y la carne se transporta en hielera, prefiera los cortes empacados al vacío ya que no se introduce el agua dentro de los mismos.
- La carne debe refrigerarse ó congelarse en forma plana para que el frío penetre bien hasta el centro del producto.
- Descongele de manera lenta, colocando la carne a descongelar en la parte inferior del refrigerador.
- Nunca descongele en forma violenta, a temperatura ambiente, bajo el chorro de agua ni introduciendo la carne en agua caliente. La forma correcta es bajar la carne del congelador al refrigerador para que sea una descongelación lenta.
- No recongelé la carne.



## TIP'S DE CORTES VACUNOS



**Aguayón:** Se localiza al principio de la pierna. Se utiliza para bistecs, ya sea asados al carbón o a la plancha, en milanesas y también en trozos.

**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.

**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.

**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.

**Bola:** Es una parte de la pierna. Se utiliza para milanesa, bistecs y en trocitos.

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

**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.

**Carne Molida:** Puede ser de aguayón, bola o espaldilla. Se utiliza en picadillos, rellenos, albóndigas, hamburguesas y guisos.



## TIP'S DE CORTES VACUNOS

**Chamberete:** Es una parte de la pierna, casi junto a la pata. Se usa en caldos, cocidos y guisados. En el centro tiene tuétano que se utiliza para hacer tacos.

**Centro de pierna:** Es la parte central interna de las piernas. Se corta en trozos y bistecs; y puede hacerse horneado, frito o guisado.

**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 es muy adecuada para escalopes, cordón blue o filetes en salsa.

**Costillar:** El costillar son la serie de huesos cartilaginosos que tienen parte de la carne de la falda, con él se elabora el tradicional churrasco. Se prepara al carbón, a la plancha, asado, frito o guisado.

**Cuete:** Se encuentra en la parte posterior de la pierna. Se hace en guisados, a la vinagreta, mechado y cocido

**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.

**Entrecorte:** Es un corte de tipo francés y se encuentra en la parte del alto lomo, entre las costillas. Se come asado al carbón o a la plancha y se corta en porciones de 225 a 250 grms.

**Espaldilla:** Es la parte superior de la pierna delantera 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 como carne molida, 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.

**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.

**Filete:** Está ubicado a un costado del lomo. Es carne muy blanda y jugosa. Se pueden hacer diferentes cortes con él, como filete mignon, a la tampiqueña, medallones, puntas de filete y bistecs.

**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*. Pieza muy jugosa, bien limpia es idónea para fondues. Hay que decir al carnicero que la limpie bien de nervios; resulta una carne de mucha calidad y más barata que el solomillo.



## TIP'S DE CORTES VACUNOS

**Lomo:** Carne muy apreciada para roast beef y entrecots, con hueso constituye el exquisito chuletón.

**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.

**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 osso buco.

**Osso Buco o chamorro:** Es la parte intermedia entre la pierna y la pata. Se utiliza al horno, cocido y en guisados.

**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.

**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.

**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.

**Pulpa:** Es la parte media de la pierna. Se pueden hacer diversos cortes con ella.

**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.

**Retazo con Hueso:** Se encuentra en la parte baja, donde termina el costillar. Se usa para preparar cocidos y caldos.

**Roast Beef:** Es la parte del alto lomo. Se hace asado, al horno o cocido con limón.



## TIP'S DE CORTES VACUNOS

**Sirloin:** Es parte del lomo y de la pierna. Se corta en porciones de 225 a 250 grms. Se hace asado al carbón o a la plancha

**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.

**Suadero:** Es la parte intermedia entre la panza y la pierna. Se corta en trozos y bistecs; puede prepararse en guisado o frito.

**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.

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

**T-bone:** Es la parte dl bajo lomo de la res y su hueso tiene forma de "t". Se como asado al carbón o a la plancha. Se corta en porciones de 350 a 400 grms.





# TIP'S DE CORTES VACUNOS

## TIPS PARA PREPARACION Y COCCION DE LA CARNE

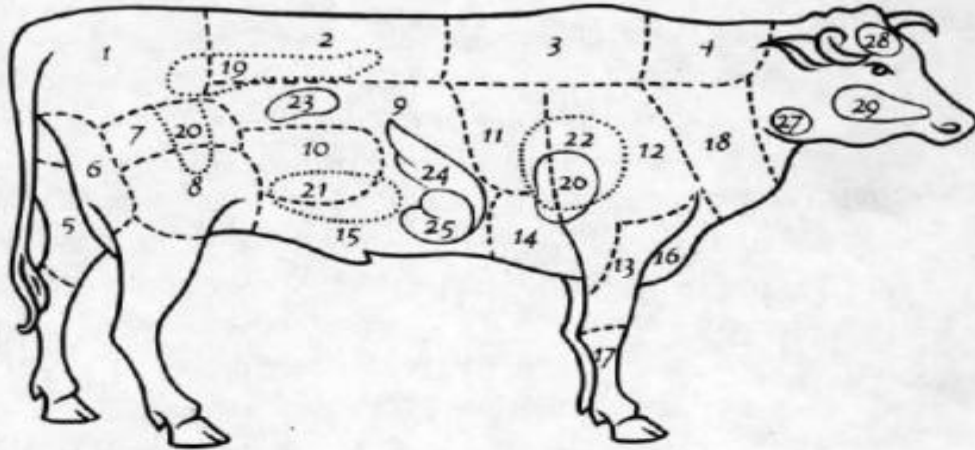
- La carne no es necesario lavarla, a menos que proceda de un lugar poco higiénico.
- Abra el paquete al vacío de carne por lo menos 15 minutos antes de cocinar para oxigenar la carne y recuperar características originales de color, sabor, textura.
- No punce la carne al cocinar con tenedor, dar vuelta con espátula ó pinzas.
- No utilizar tapa al cocinar con sartén.
- Colocar los bistecs según la capacidad del sartén, dejar espacio entre uno y otro.
- No punzar los cortes enteros para adobar ya que pierden la jugosidad natural.
- Lave bien la tabla en la que preparó y cortó la carne cruda para luego preparar y cortar la carne cocida. Utilice preferiblemente tablas diferentes.
- El término medio de la carne (65 ° C ) es recomendado para apreciar la suavidad, el sabor y la jugosidad de la carne.
- A la carne molida no se le da término, debe cocinarse bien siempre (71 ° C)
- Después de cocido un corte grueso y sacar de cocción, deje reposar unos minutos para evitar que al cortar se pierda mucha jugosidad.
- Agregar la sal a la carne al final de la preparación para evitar que se pierda la jugosidad.





# TIP'S DE CORTES VACUNOS

## CORTES DE CARNE "CHILENOS"



CORTES TRADICIONALES DE LA CARNE EN CHILE

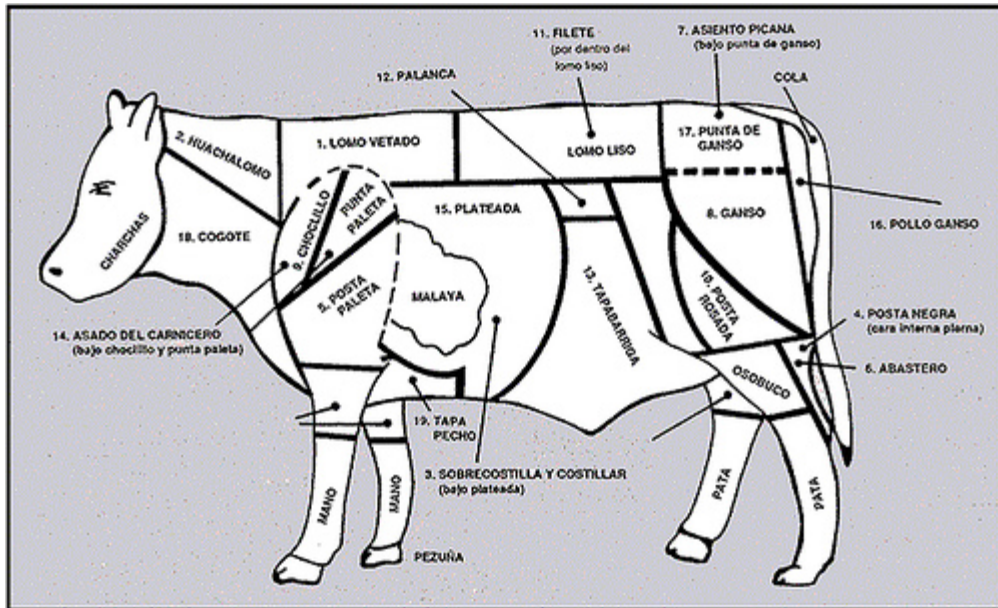
1	Asiento de picana	16	Osobuco o hueso con carne
2	Lomo	17	Hueso redondo
3	Guachalomo	18	Sobrecostilla
4	Guachecopote	19	Filete
5	Posta negra	20	Punta de picana
6	Pollo ganso	21	Manotilla
7	Ganso	22	Asado del carnicero y chochillo
8	Posta rosada	23	Riñón
9	Asado de tira o costilla derecha	24	Pana o hígado
10	Estomaguillo	25	Guatitas
11	Plateada	26	Corazón
12	Posta negra	27	Molleja
13	Punta de paleta	28	Sesos
14	Tapapecho	29	Lengua
15	Malaya		

1 -16 primeros cortes  
 17-20 cortes interiores  
 21-26 órganos aprovechables

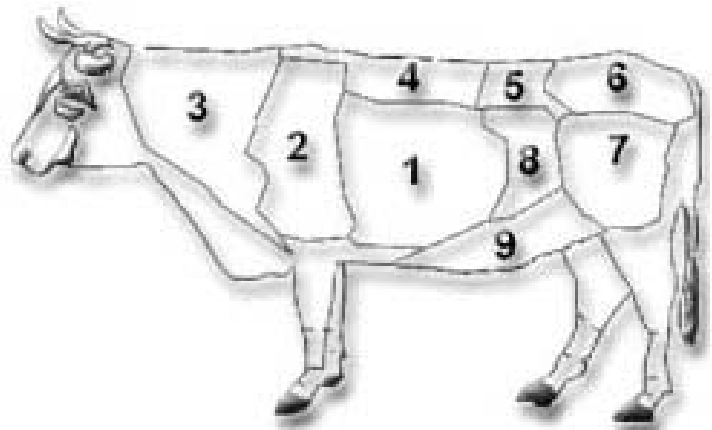


# TIP'S DE CORTES VACUNOS

## CORTES DE CARNE "ARGENTINOS"



- 1 Costillar
- 2 Marucha o Paleta
- 3 Azotillo
- 4 Bife de costilla
- 5 Lomo
- 6 Cuadril
- 7 Nalga
- 8 Vacío
- 9 Matambre



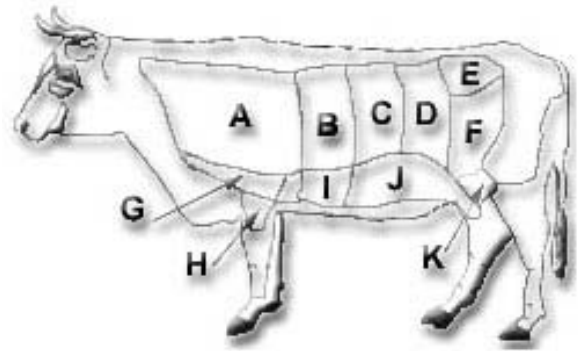




# TIP'S DE CORTES VACUNOS

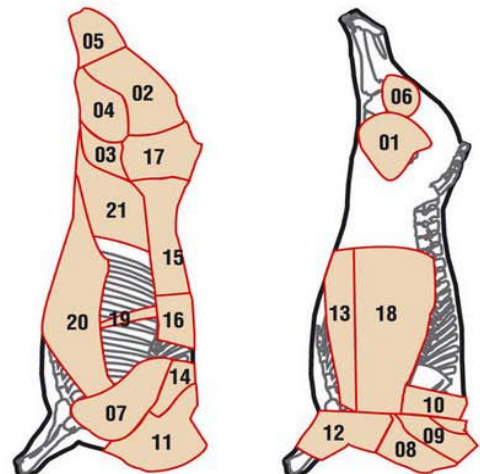
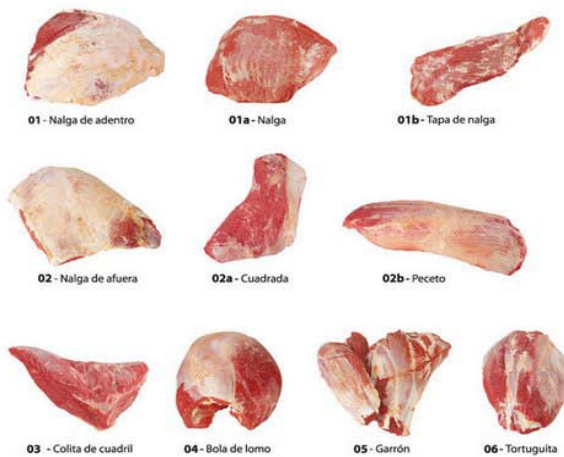
## CORTES DE CARNE "AMERICANOS - MEXICANOS"

- A Chuck
- B Ribs
- C Loin
- D Sirloin
- E Rump
- F Round
- G Brisket
- H Foreshank
- I Plate
- J Flank
- K Hind shank

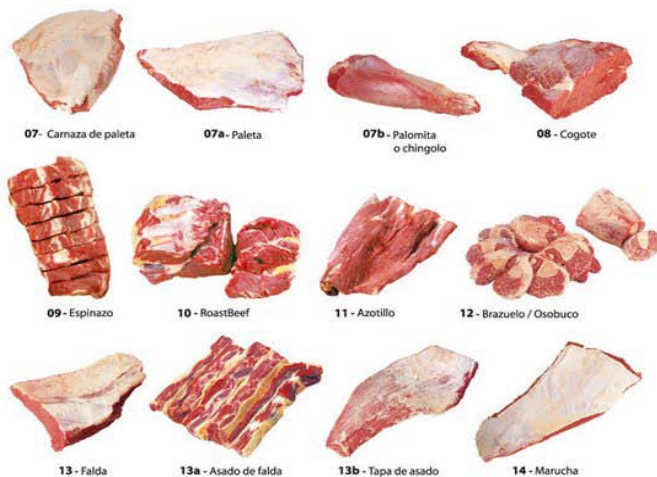


### Principales Cortes Vacunos

#### RUEDA



#### PECHO A TRES COSTILLAS CON FALDA

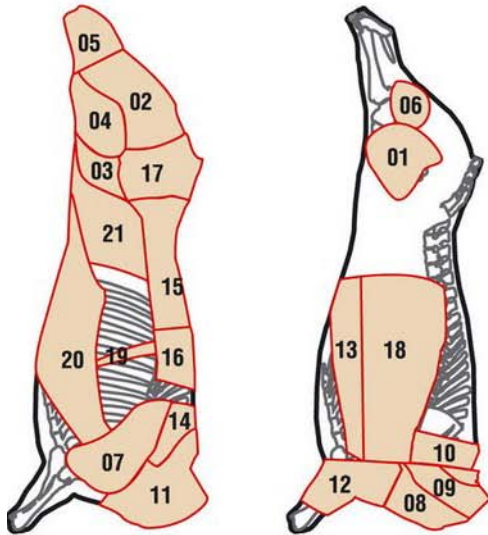


- 01 - Nalga de adentro
- 01a - Nalga
- 01b - Tapa de Nalga
- 02 - Nalga de afuera
- 02a - Cuadrada
- 02b - Peceto
- 03 - Colita de cuadril
- 04 - Bola de lomo
- 05 - Garrón
- 06 - Tortuguilla
- 07 - Carnaza de paleta
- 07a - Paleta
- 07b - Palomita / Chingolo
- 08 - Cogote
- 09 - Espinazo
- 10 - Roast Beef
- 11 - Azotillo
- 12 - Brazuelo / Osobuco
- 13 - Falda
- 13a - Tapa de asado
- 13b - Asado de falda
- 14 - Marucha
- 15 - Bife con lomo
- 15a - Bife angosto
- 15b - Lomo
- 16 - Bife ancho
- 16a - Ojo de bife ancho
- 16b - Tapa de bife ancho
- 17 - Cuadril
- 17a - Tapa de cuadril
- 17b - Corazón de cuadril
- 18 - Asado
- 19 - Entraña
- 20 - Matambre
- 21 - Vacío



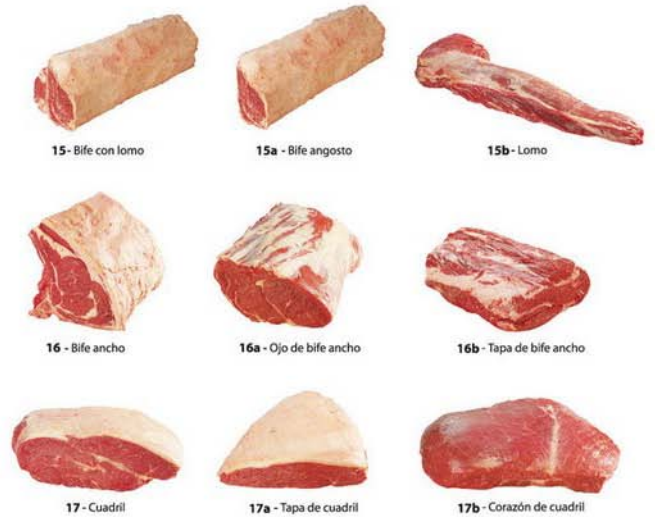
# TIP'S DE CORTES VACUNOS

## Principales Cortes Vacunos

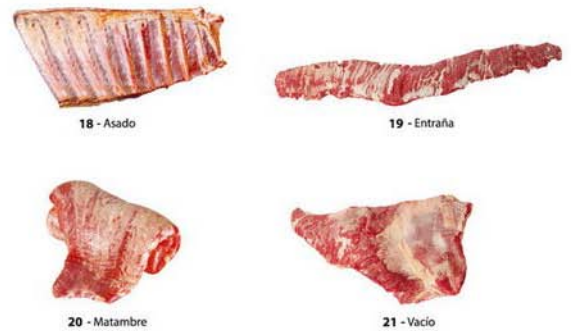


- |                                  |                                 |
|----------------------------------|---------------------------------|
| <b>01</b> - Nalga de adentro     | <b>13</b> - Falda               |
| <b>01a</b> - Nalga               | <b>13a</b> - Tapa de asado      |
| <b>01b</b> - Tapa de Nalga       | <b>13b</b> - Asado de falda     |
| <b>02</b> - Nalga de afuera      | <b>14</b> - Marucha             |
| <b>02a</b> - Cuadrada            | <b>15</b> - Bife con lomo       |
| <b>02b</b> - Peceto              | <b>15a</b> - Bife angosto       |
| <b>03</b> - Colita de cuadril    | <b>15b</b> - Lomo               |
| <b>04</b> - Bola de lomo         | <b>16</b> - Bife ancho          |
| <b>05</b> - Garrón               | <b>16a</b> - Ojo de bife ancho  |
| <b>06</b> - Tortuguita           | <b>16b</b> - Tapa de bife ancho |
| <b>07</b> - Carnaza de paleta    | <b>17</b> - Cuadril             |
| <b>07a</b> - Paleta              | <b>17a</b> - Tapa de cuadril    |
| <b>07b</b> - Palomita / Chingolo | <b>17b</b> - Corazón de cuadril |
| <b>08</b> - Cogote               | <b>18</b> - Asado               |
| <b>09</b> - Espinazo             | <b>19</b> - Entraña             |
| <b>10</b> - Roast Beef           | <b>20</b> - Matambre            |
| <b>11</b> - Azotillo             | <b>21</b> - Vacío               |
| <b>12</b> - Brazuelo / Osobuco   |                                 |

## R&L A DIEZ COSTILLAS



## COSTILLAR





# TIP'S DE CORTES VACUNOS

## DESPIECE

