



# Блюда из мяса

*Подготовила Савельева Т.Н.*

*Учитель технологии*

*МБУ «Школа №31»*

# Пищевая ценность

- Пищевая ценность этого полезного продукта определяется прежде всего тем, что он является носителем полноценного животного белка.
- Мясо, кроме того, считается одним из основных источников фосфора. Оно богато железом и микроэлементами. Витамины в мясе представлены главным образом комплексом витамина В (В1, В2, РР и В12).

# Минеральные и экстрактивные вещества.

- В мясе содержатся в небольшом количестве минеральные вещества (соли калия, натрия, железа, кальция и др.) и экстрактивные вещества. Последние обладают способностью переходить в отвар.  
Экстрактивные вещества благоприятно влияют на вкус и аромат мясных блюд, что способствует выделению пищеварительных соков, а следовательно, и хорошему усвоению пищи. В мясе, в особенности в печени, содержатся и витамины - витамин А, витамины группы В и др.

# Мясо

остывшее

мороженое

охлажденное

размораживание

защитка поверхности от загрязнений и клеев

обмывание водой

обсушивание

разделка туш

деление на отруба

обвалка отрубов

мякоть

кости

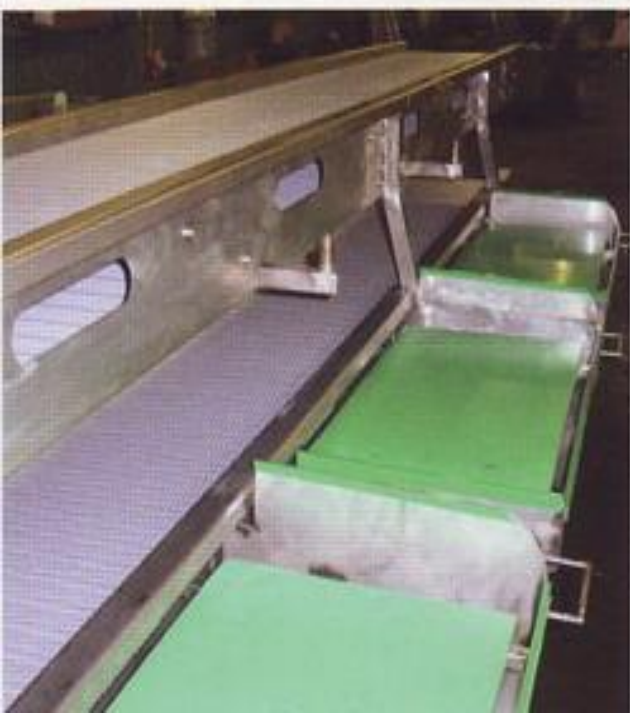
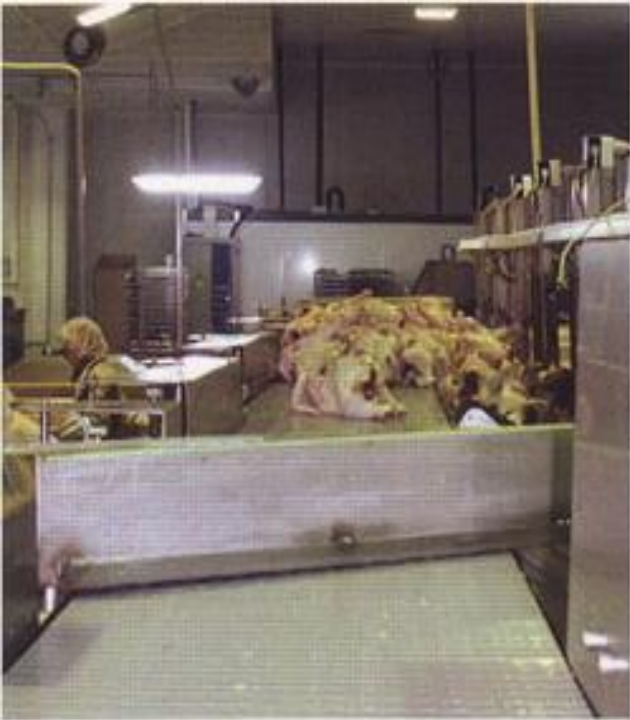
жиловка

котлетное  
мясо

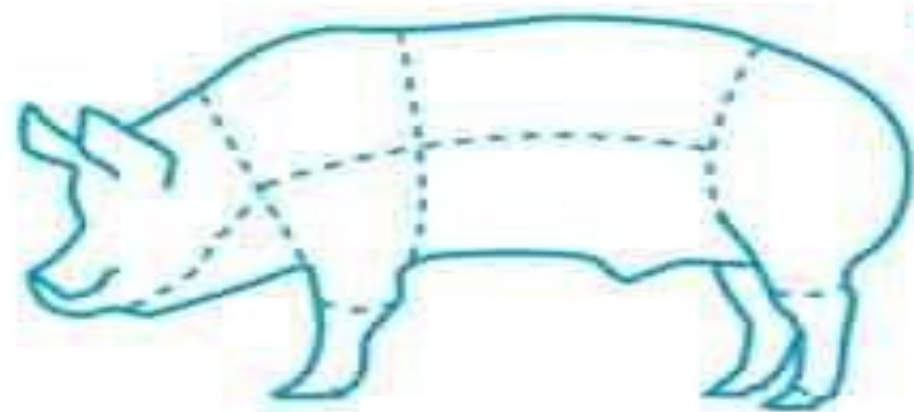
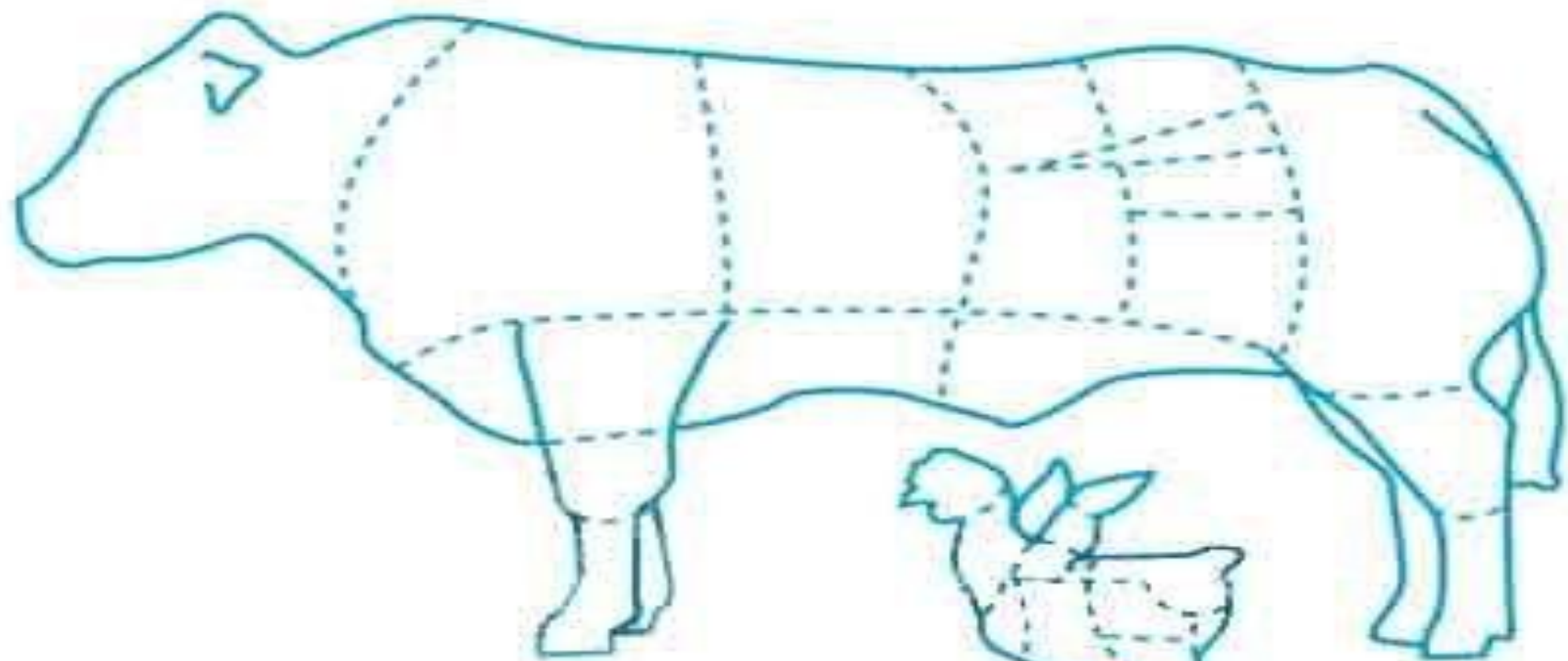
крупнокусковые  
полуфабрикаты

хрящи,  
сухожилия

защитка







**Шея** – для фарша, котлет, супа

**Покромка** – для фарша, котлет, супа

**Спинка (толстый край, тонкий край)** – для жарки и запекания крупными кусками

**Кострец** – для жарки, фарша, котлет, супа

**Хвост** – для холодца, супа

**Вырезка** – для жарки и запекания крупными кусками

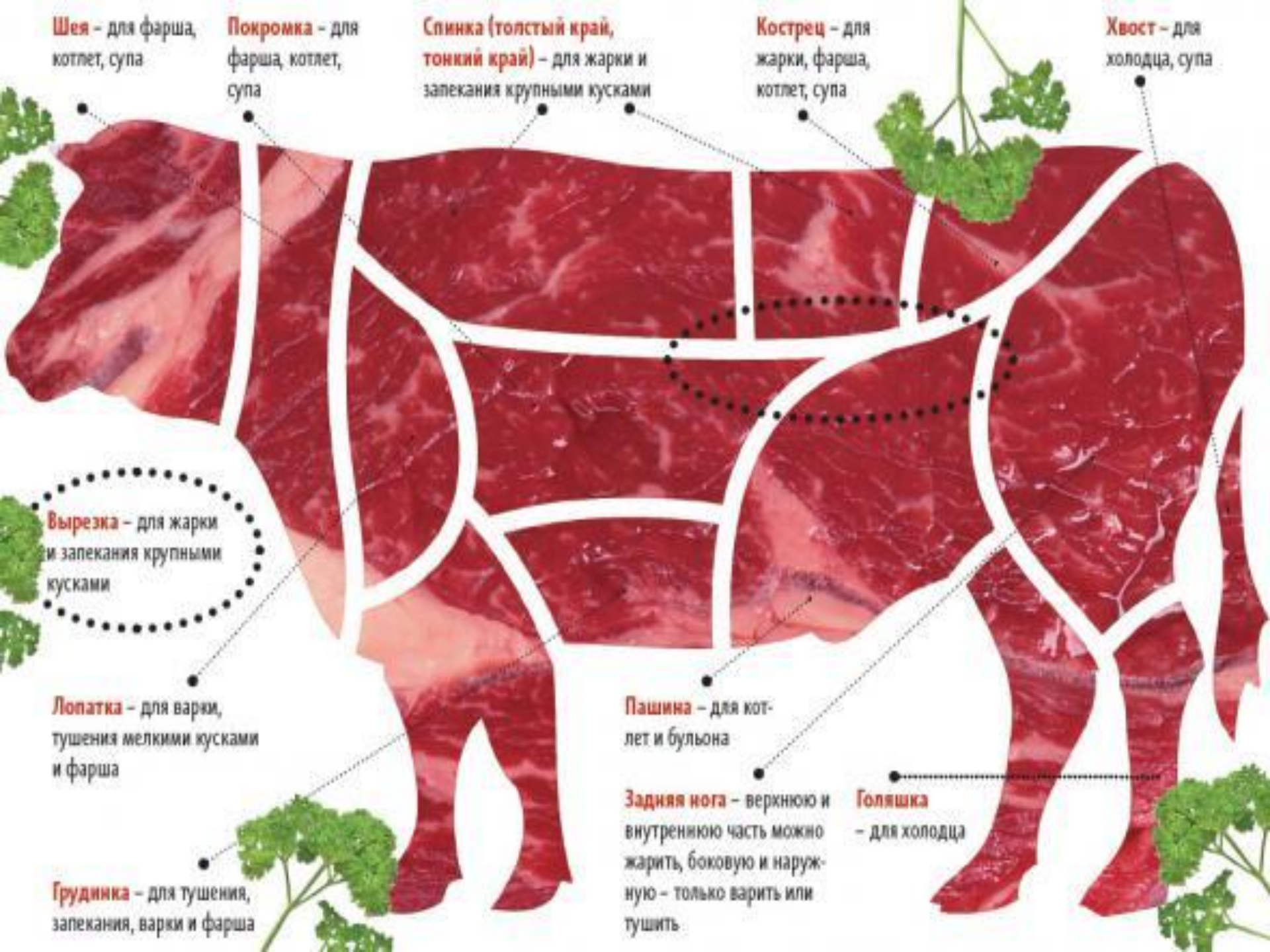
**Лопатка** – для варки, тушения мелкими кусками и фарша

**Грудинка** – для тушения, запекания, варки и фарша

**Пашина** – для котлет и бульона

**Задняя нога** – верхнюю и внутреннюю часть можно жарить, боковую и наружную – только варить или тушить

**Голяшка** – для холодца





# СВИНИНА PORK

**Leg Boneless**  
Окорок

**Leg**  
Нога

**Hindshank**  
Рулька

**Leg Set**  
Тазобедренный отруб

**Collar Boneless**  
Шея бескостная

**Tenderloin**  
Вырезка

**Loin Bone-in**  
Корейка на кости

**Loin Cutlets**  
(Pork Chops)  
Котлеты свиные

**Shoulder Boneless**  
Лопатка бескостная

**Shoulder Square Cut**  
Лопаточно-шейный  
отруб

**Belly**  
Грудинка

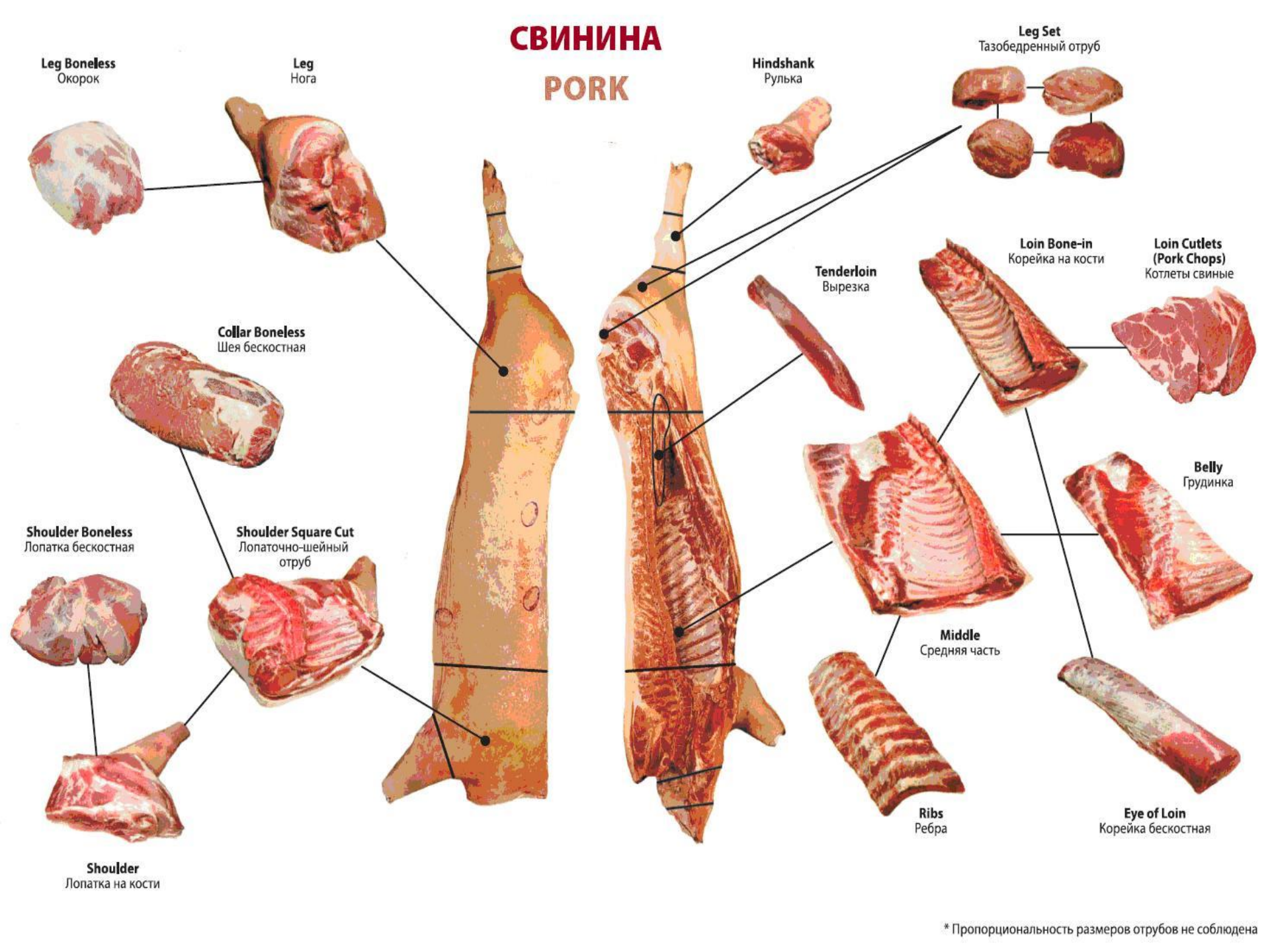
**Middle**  
Средняя часть

**Ribs**  
Ребра

**Eye of Loin**  
Корейка бескостная

**Shoulder**  
Лопатка на кости

\* Пропорциональность размеров отрубов не соблюдена



# порционные ломтики жареной говяжьей вырезки...

Для лангета отрезать от тонкой части вырезки по 2 куса на порцию толщиной 15-20мм и отбить их. Форма отбитых кусков для лангета должна быть такой же, как у бифштекса, но толщиной вдвое меньше. После этого мясо посолить и поперчить, положить на горячую крышку барбекю с сильно нагретым топленным салом и поджарить с обеих сторон до образования поджаристой корочки.



**Ромштексы - это свиные отбивные, обжаренные в сухарях.**





● Котлеты



БИТОЧКИ



● Тефтели



loravo









