A person wearing a white and grey baseball-style shirt is holding a large, shallow bowl filled with various cuts of raw meat. The background is a plain, light-colored wall.

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΠΑΤΡΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΘΕΜΑ: «ΤΟ ΚΡΕΑΣ ΣΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ
ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ»

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΚΡΟΥΣΤΗ

ΕΠΟΠΤΕΥΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: Κ^α ΔΗΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ

ΠΑΤΡΑ, 2010

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Από τα αρχαία χρόνια ο άνθρωπος κυνηγούσε με ποικίλους τρόπους όλα τα ζώα, για να τραφεί. Στην σημερινή εποχή κυνηγά με διαφορετικό τρόπο ίσως όχι με ακόντια ή πέτρες αλλά με την δύναμη της τεχνολογίας η οποία έχει κάνει τεράστια βήματα όσον αφορά το κρέας.

Τα είδη κρέατος που αναλύουμε στα παρακάτω κεφάλαια, είναι τα κρέατα που προτιμάει ο άνθρωπος και μπορεί να δημιουργήσει με αυτά διάφορα παρασκευάσματα. Αυτά είναι: τα βοοειδή, το μοσχάρι, τα αμνοερίφια, το χοιρινό, τα ψάρια, τα πουλερικά και τα κυνήγια.

Σύμφωνα με συνεργασία με την κτηνοτροφία μπορούμε να παράγουμε όλα τα είδη στην αγορά με προσοχή πάντα στην διατροφή και την ανατροφή του ζώου. Τα χαρακτηριστικά κάποιων κρεάτων είναι ότι έχουν ιδιαίτερα νοστιμιά και μπορούμε αναμιγνύοντας και αλλά υλικά να δημιουργήσουμε αμέτρητες συνταγές.

Τα κρέατα επίσης μπορούν να φέρουν αλλοιώσεις και ασθένειες στον άνθρωπο, που μπορεί να γίνουν επικίνδυνες για την υγεία του ανθρώπου. Πρέπει λοιπόν να λαμβάνουμε τα μέτρα μας στην αποθήκευση, την ψύξη, την απόψυξη την συντήρηση και την μεταφορά. Τέλος θα πρέπει να τηρούνται οι κανονισμοί υγιεινής και όχι στις χημικές ουσίες, που τα τελευταία χρόνια αρχίζουν να εμφανίζονται σε πρωταγωνιστικό ρόλο στα κρέατα .

Το κρέας το βρίσκουμε σε κάθε χώρα με διαφορετικό τρόπο μαγειρεμένο με άλλη κουλτούρα επίσης το χρησιμοποιούν και για θρησκευτικούς λόγους. Θα δούμε παρακάτω τις ηλικίες, τα γένη, πως διαχωρίζονται, τρόπους παρασκευής, τεμαχισμός κ.α.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Περίληψη.....σελ.1
Εισαγωγή.....σελ.5

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

1.Βοοειδή.....σελ.8
1.1.Ποικιλίες παραγωγής.....σελ.9
1.2.Βοδινό-παράγοντες ποιότητας.....σελ.9
1.3.Σύνθεση και εικόνα κρέατος.....σελ.10
1.4.Τα τεμάχια του βοδινού-κατηγορίες.....σελ.10
1.5.Μπροστινό τεταρτημόριοσελ.11
1.6.Οπίσθιο τεταρτημόριο.....σελ.11

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

2.Μοσχάρι.....σελ.14
2.1.Μοσχάρι-Παράγοντες ποιότητας.....σελ.14
2.2.Σύνθεση και εικόνα κρέατος.....σελ.14
2.3.Τα τεμάχια του μόσχου-Κατηγορίες-Τεμαχισμός.....σελ.15
2.4.Μπροστινό τεταρτημόριο.....σελ.15
2.5.Οπίσθιο τεταρτημόριο.....σελ.16
2.6.Υποπροϊόντα βοδινό-μοσχάρι.....σελ.16
2.7.Προτεινόμενοι τρόποι μαγειρικής βοδινού-μόσχου.....σελ.16

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

3.Αμνοερίφια (πρόβατο-κατσίκι).....σελ.19
3.1.Ποικιλίες εκτροφής-ράτσες (αρνί-πρόβατο).....σελ.19
3.2.Ερίφια-κατσίκια.....σελ.20
3.3.Ποικιλίες εκτροφής-ράτσες (ερίφια-κατσίκια).....σελ.21
3.4.Αρνί-Κατσίκι-Παράγοντες ποιότητας.....σελ.22
3.5.Τα τεμάχια του πρόβατου-Τεμαχισμός.....σελ.23
3.6.Μπροστινό ημιμόριο.....σελ.23
3.7.Οπίσθιο ημιμόριο.....σελ.24
3.8.Υποπροϊόντα αρνιού-κατσικιού.....σελ.24
3.9.Προτεινόμενοι τρόποι μαγειρικής αρνιού-κατσικιού.....σελ.24

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

4.Χοιρινό-γουρούνι.....σελ.27
4.1.Ποικιλίες εκτροφής-ράτσες.....σελ.27
4.2.Χοιρινό παράγοντες ποιότητας.....σελ.28
4.3.Τα τεμάχια του χοιρινού-Τεμαχισμός.....σελ.30
4.4.Το ημιμόριο του χοιρινού.....σελ.30
4.5.Υποπροϊόντα χοιρινού.....σελ.31
4.6.Προτεινόμενοι τρόποι μαγειρικής χοιρινού.....σελ.31

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

5. Πουλερικά.....	σελ.34
5.1.Στοιχεία για την αναγνώριση της ηλικίας και του γένους των πουλερικών.....	σελ.38
5.2.Σφαγή πουλερικών και επεξεργασία σφαγίων.....	σελ.39
5.3.Τα τεμάχια των πουλερικών.....	σελ.39
5.4.Κατανομή και κοπή των τεμαχίων	σελ.39
5.4.1.Προετοιμασία και τεμαχισμός πουλερικών για γκαλαντίνα.....	σελ.40
5.4.2. Προετοιμασία και τεμαχισμός πουλερικών για σχάρα.....	σελ.41
5.5.Υποπροϊόντα πουλερικών.....	σελ.41
5.6.Τρόποι παρασκευής των τεμαχίων των πουλερικών.....	σελ.42
5.7.Στρουθοκάμηλος.....	σελ.42

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

6.Κυνήγια.....	σελ.45
6.1.Επιθεώρηση και έλεγχος κυνηγιού.....	σελ.46
6.2.Σίτεμα και ωρίμανση.....	σελ.46
6.3.Η μαρινάδα στα κυνήγια.....	σελ.47
6.4.Τεμαχισμός κυνηγιών.....	σελ.47
6.5.Προτεινόμενοι τρόποι παρασκευής των κυνηγιών.....	σελ.47
6.6.Περιγραφή των τριχωτών.....	σελ.47
6.7.Περιγραφή των φτερωτών.....	σελ.49

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

7.Ψάρια-Αλιεύματα.....	σελ.53
7.1.Κατηγορίες ψαριών (βάση περιβάλλοντος που ζουν, βάση της αξίας τους και της θρεπτικής τους αξία).....	σελ.54
7.2.Συντήρηση ψαριών.....	σελ.56
7.3.Υποπροϊόντα ψαριού.....	σελ.56

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8

8.Ασθένειες ζώων.....	σελ.58
-----------------------	--------

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9

9.Αλλοιώσεις του κρέατος.....	σελ.61
9.1.Η αποθήκευση του κρέατος.....	σελ.62
9.1.1.Αποθήκευση έτοιμων παρασκευασμάτων και φαγητών.....	σελ.63
9.2.Η διατήρηση του κρέατος.....	σελ.64
9.3.Προφυλάξεις του κρέατος από τη ρύπανση.....	σελ.67

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10

10.Κιμάδες.....	σελ.70
10.1.Μοσχαρίσιος.....	σελ.70

10.2.Χοιρινός.....σελ.71
10.3.Αρνίσιος & Πρόβειος.....σελ.71
10.4.Κοτόπουλο & Γαλοπούλα.....σελ.72
10.5.Στρουθοκάμηλος.....σελ.72

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11

11.Κτηνοτροφία.....σελ.75
11.1Χρήση και κατανάλωση του κρέατος.....σελ.77
11.2ΣΥΝΤΑΓΗ: Κουνελάκι μυρωδάτο στο φούρνο με κριθαράκι.....σελ.78
Επίλογος.....σελ.80

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12

12.Συμπεράσματα.....σελ.81

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13

13.Βιβλιογραφία.....σελ.83
13.1.Παραρτημα-φωτογραφίες.....σελ.86

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Προϊστορικά, η τροφή του ανθρώπου συμπεριλάμβανε φρούτα, χορταρικά, μικρά ζώδια ή ερπετά, αυγά πουλιών, ψάρια-οστρακοειδή και άλλα. Με την ανακάλυψη της δυνατότητας να φτιάχνουν όπλα, άρχισαν να κυνηγούν πιο συχνά και να σκοτώνουν ζώα πιο εύκολα. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα να τρώνε περισσότερο κρέας παρά χόρτα. Κρέας όμως ονομάζεται η σάρκα των θηλαστικών που εκτρέφονται για να αποτελέσουν τροφή για τον άνθρωπο.

Στη μετέπειτα εποχή και συγκεκριμένα στην αρχαία Ελλάδα, παρότι η κυρίως τροφή ήταν τα σιτηρά, το λάδι, τα δημητριακά, οι ξηροί καρποί και τα φρούτα με το μέλι, οι αρχαίοι Έλληνες συχνά κατανάλωναν κρέας ψαριών, κυνηγιού, πουλερικών και ιδιαίτερα καπόνια. Το κρέας όμως δεν αποτελεί μέρος της καθημερινής τους διαίτας. Το καταναλώνουν μόνο κατά την διάρκεια θρησκευτικών εορτών, για τον δωδεκάθεο του Ολύμπου και επετείους. Γνωρίζουμε επίσης καλά από την Ηλιάδα του Ομήρου τις θυσίες των εκατοντάδων ζώων για τους θεούς .

Οι γιατροί της αρχαιότητας ιδιαίτερα ασχολήθηκαν και με τα θέματα της διαίτας των αρρώστων και της διατροφής γενικά των ανθρώπων. Διάφορες γραπτές πηγές και αρχαιολογικά ευρήματα, επιγραφές, πάπυροι, παραστάσεις σε αγγεία και άλλα συμπληρώνουν τις γνώσεις μας για τη διατροφή των αρχαίων στην οποία τα τρόφιμα ζωικής προέλευσης κατείχαν σημαντική θέση.

Χαρακτηριστικά μυθολογείται πως ο ήρωας του τρωικού πολέμου Αχιλλέας από μικρός ακόμα, τρεφόταν αποκλειστικά με σπλάχνα λιονταριών και κάπρων και με μυαλό αρκούδας. Γι 'αυτό και το όνομα του οι αρχαίοι το ετυμολογούσαν από το α το στερητικό και το *χίλος* που σημαίνει ότι δεν κατανάλωνε ποτέ τρόφιμα φυτικής προέλευσης. (Πηγή: www.hvms.gr/el/general-information/history.html)

Στην διατροφή των ανθρώπων κατά την Ρωμαϊκή εποχή δεν υπάρχουν διαφορές από αυτή των Ελλήνων. Και εδώ το κρέας το έτρωγαν οι πλούσιοι (Λουκούλλεια γεύματα) και ήταν συνήθως άφθονο κατά την διάρκεια εορτών προς τιμή των θεών. Στη διάρκεια του Μεσαίωνα τρώγεται κυρίως το κυνήγι του αγριόχοιρου και του ελαφιού, με συνοδεία κρασιού που ταίριαζε με το έδεσμα.

Η σύγχρονη μαγειρική, που οφείλεται στην γαλλική νοοτροπία, μας έφερε την συνήθεια να τρώμε πιο πολλά λαχανικά και λιγότερο κρέας. Ο λόγος ήταν η συστηματική καλλιέργεια των σιτηρών και γενικά η έμφαση στα γεωργικά προϊόντα.

Παρ όλα αυτά ο άνθρωπος ασχολήθηκε και με την κτηνοτροφία που σήμερα σε πολλές χώρες του κόσμου έχει τεράστια ανάπτυξη. Παράλληλα με την κτηνοτροφία έχουν δημιουργηθεί τεράστιες βιομηχανίες επεξεργασίας και συντήρησης του κρέατος και γενικά των ζωικών τροφών. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:83-84)

Όπως θα δούμε και παρακάτω αναλύουμε ξεχωριστά το κάθε είδους κρέατος στα επόμενα κεφάλαια όπως είναι τα βοοειδή-μοσχάρι-αγελάδα-ταύρος κ.λπ., αμνοερίφια- πρόβατο- κατσίκι- κριάρι κ.λπ., χοιρινό-γουρούνι, πουλερικά-χήνες-κότες-πάπιες-κοκόρια-γαλοπούλες-γάλοι, κ.λπ., κυνήγια-ελάφι-λαγός-αγριοκούνελο-ορτύκια-μπεκάτσες-φασιανοί κ.λπ., ψάρια.

Όλα αυτά που αναφέραμε θα τα δούμε παρακάτω πιο αναλυτικά. Επίσης θα μάθουμε τον τρόπο που τεμαχίζουμε το κρέας σε οποιοδήποτε μέγεθος η σχήμα θέλουμε. Προτείνουμε τρόπους που θα μπορούσαμε να μαγειρέψουμε το κρέας είτε σε ένα εστιατόριο είτε για ένα οικογενειακό δείπνο. Τι πρέπει να αποφεύγουμε στα κρέατα, πως μπορούμε να τα συντηρήσουμε, τι αλλοιώσεις παθαίνουν αν δεν τηρούμε τους κανόνες υγιεινής και ποιες ασθένειες μπορεί να μεταδώσει το κρέας στον άνθρωπο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΒΟΟΕΙΔΗ

1. ΒΟΟΕΙΔΗ

Γενικά χαρακτηριστικά βοοειδών

Τα βοοειδή ανήκουν στην οικογένεια μηρυκαστικών και είναι από τα πιο χαρακτηριστικά και τα πιο σπουδαία. Εκτρέφονται σε όλο τον κόσμο και διακρίνονται σε αρκετές υποοικογένειες. Σε μια από αυτές ανήκουν τα βουβάλια και οι βίσωνες. Εμείς θα ασχοληθούμε με τα των βοοειδή, που διακρίνονται βάση φύλου και ηλικίας στις εξής κατηγορίες:

α)Μοσχάρι αρσενικό-μοσχάρι θηλυκό

Ονομάζονται τα μικρά βοοειδή μέχρι την ηλικία των 20-24 μηνών. Ενώ μέχρι την ηλικία των 12-14 μηνών ονομάζονται «γάλακτος». Τα τελευταία δε σφάζονται στις ημέρες μας γιατί προτιμάται η εκτροφή τους για πάχυνση (οικονομικοί λόγοι).

β)Δαμάλι αρσενικό-δάμαλις θηλυκό

Το αρσενικό (δαμάλι) είναι το μοσχάρι ηλικίας 20-30 μηνών που χρησιμοποιείται για αναπαραγωγή και το αντίστοιχο θηλυκό (δάμαλις) χρησιμοποιείται για γέννα.

γ)Βόδι

Ονομάζεται το αρσενικό βοοειδές το οποίο έχει ευνουχιστεί μετά την ενηλικίωση του και χρησιμοποιείται για πάχυνση ή σε ορισμένες χώρες για αγροτικές εργασίες (χώρες τρίτου κόσμου).

δ)Αγελάδα

Είναι το θηλυκό βοοειδές το οποίο αφού ενηλικιωθεί, γεννάει και θηλάζει τα μικρά του.

ε) Ταύρος

Είναι το αρσενικό βοοειδές το οποίο δεν έχει ευνουχιστεί, εκτρέφεται και χρησιμοποιείται με σκοπό την αναπαραγωγή. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:97-98)

1.1. ΠΟΙΚΙΛΙΕΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

- Οι γνωστότερες ποικιλίες παραγωγής είναι:
- Ελβετική (καφέ χρώματος): εκτρέφονται για παραγωγή γάλακτος και κρέατος.
- Αγγλικές-Η.Π.Α και αργεντινή (Aberdeen Angus-Longhorn Herdford): έχουν την καλύτερη ποιότητα κρέατος.
- Αυστραλίας (Braham): εκτρέφονται για παραγωγή γάλακτος και κρέατος.
- Γαλλίας (Limousine-Charolaise-Blonde D' Aquitaine-Maine Anjou)

1.2. ΒΟΔΙΝΟ-ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

Είναι τα χαρακτηρίστηκα που προσδιορίζουν την αξία του κρέατος. Εξαρτώνται από:

α) τη διατροφή, η οποία πρέπει να γίνεται σε στάβλους, σε λιβάδια ή με μεικτό σύστημα.

β) την αναλογία και την ποιότητα του λίπους. Έτσι έχουμε ως εξής:

- Πολύ μικρή, με μικρό ή σχεδόν ανύπαρκτο εξωτερικό στρώμα λίπους και καθόλου εσωτερικό.
- Μικρή με ελαφρό στρώμα λίπους και μυς που φαίνονται σχεδόν παντού εξωτερικά. Εσωτερικά διακρίνονται καλά οι μύες του θώρακα.
- Μέτρια, με εξαίρεση το μηρό και την ωμοπλάτη, υπάρχει λίπος σε όλους τους μύες εξωτερικά. Εσωτερικά οι μύες ανάμεσα από τις πλευρές διακρίνονται καλά.
- Μεγάλη, όπου το λίπος έχει καλύψει σχεδόν όλους τους μύες του σώματος εξωτερικά, εκτός του μηρού και της ωμοπλάτης που φαίνονται ακόμα λίγο. Εσωτερικά οι μύες ανάμεσα από την πλευρά έχουν καλυφθεί από λίπος.
- Πολύ μεγάλη, καλύπτει όλη την εξωτερική επιφάνεια και το λίπος είναι εμφανές. Στο εσωτερικό του οι μύες είναι τελείως καλυμμένοι από το λίπος.

γ) Τη διάπλαση του ζώου. Πρέπει να είναι εξαιρετική (στρογγυλεμένος μηρός, φαρδιά με πολύ χοντρή ράχη έως το ύψος της ωμοπλάτης και στρογγυλεμένη ωμο-πλάτη). Όσο λιγότερο το σφαγείο δίνει αυτή την εικόνα, τόσο είναι αντίστοιχα και κατώτερης ποιότητας.

δ) Αυτή πρέπει να είναι για τα μπροστινά τεταρτημόρια 2-3 εβδομάδες, για τα δε πίσω 1,5-3 εβδομάδες. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:98-101)

1.3. ΣΥΝΘΕΣΗ ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΑ ΚΡΕΑΤΟΣ

Όλοι οι προηγούμενοι παράγοντες συνθέτουν την εικόνα καλής ή κακής ποιότητας του σφαγίου.

Καλή ποιότητα

Έντονο λαμπερό κόκκινο χρώμα με γυαλιστερό και μαλακό ψαχνό (λίπος ανάμεσα στις μυϊκές ίνες), λίπος λευκού χρώματος με ευωδιαστή μυρωδιά σαν φρέσκο βούτυρο και λεία, σφιχτή και σωστά θρεμμένη σάρκα.

Κακή ποιότητα

Σκούρο κόκκινο χρώμα με γλιστρισμένη επιφάνεια, λίπος ελάχιστο και ανομοιόμορφα στρωμένο (που εάν είναι κίτρινο υποδηλώνει μεγάλα σε ηλικία ζώα π.χ αγελάδα ή άλλο βοοειδές) και σάρκα που είναι μαλακή στην αφή και όταν πατηθεί με τα δάχτυλα αφήνει αποτύπωμα. (Αλεξιάδης, Α., 2005, σελ:101)

1.4. ΤΑ ΤΕΜΑΧΙΑ ΤΟΥ ΒΟΛΙΝΟΥ-ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Η διάκριση στις παρακάτω κατηγορίες γίνεται με βάση το κριτήριο της τρυφερότητας (ευκολία μαγειρέματος).

1^η κατηγορία: Αλούγιο (κόντρα, φιλέτο, ραμπστέικ), μπριζόλες (entrecote, μεσαίο τμήμα), μηρός (μπούτι).

2^η κατηγορία: σπάλα, μπριζόλες (πλα ντε κοτ πεπλατυσμένες) και ξεσκεπαστες μπριζόλες.

3^η κατηγορία: λαιμός, στήθος, λάπα (κοιλιά), κότσια, ουρά κινητή.

4^η κατηγορία: κεφάλι (γλώσσα, μάγουλα), εντόσθια (συκώτι, νεφρά, καρδιά, στομάχι, σπλήνα), γλυκάδια και πόδια.

1.5. ΜΠΡΟΣΤΙΝΟ ΤΕΤΑΡΤΗΜΟΡΙΟ

Υπάρχουν δύο μέθοδοι τεμαχισμού και αξιοποίησης του μπροστινού τεταρτημόριου. Το «μπροστινό τεταρτημόριο με 13 πλευρές» (πεπλατυσμένες) χωρίς το κόντρα και τις μεσαίες μπριζόλες (το τελευταίο τμήμα). Περιλαμβάνει:

- α) τη σπάλα (ωμοπλάτη) με στηθοπλευρές και τράχηλο,
- β) τις σπαλομπριζόλες (Τρεν ντε κοτ ξεσκέπαστες) και
- γ) το στήθος με τη λάπα (όχι ολόκληρη, ένα μέρος της).

Το «μπροστινό τεταρτημόριο με 5 πλευρές» περιλαμβάνει:

- α) τη σπάλα (εμπρόσθιο άκρο) με στηθοπλευρές και τράχηλο,
- β) τις σπαλομπριζόλες (entrecote ξεσκέπαστες) και
- γ) μέρος του στήθους.

1.6. ΟΠΙΣΘΙΟ ΤΕΤΑΡΤΗΜΟΡΙΟ

Υπάρχουν δύο τρόποι τεμαχισμού και σε αυτό το τεταρτημόριο του ζώου. Ο πρώτος τρόπος τεμαχισμού η «πιστόλα», που περιλαμβάνει τα εξής:

- α) Μπούτι (κιλότο, μηρός, κότσι)
- β) Κόντρα, φιλέτο και ράχη στις πρώτες μπριζόλες (Entrecote).

Για να διαχωρίσουμε τα τεμάχια της πιστόλας παίρνουμε μαχαίρι ανατομίας και χαράσσουμε το κρέας στο σημείο της ένωσης μηρού και λεκάνης (κλείδα). Με αυτό τον τρόπο παίρνουμε τα τεμάχια της πιστόλας που προαναφέραμε. Το μπούτι περιλαμβάνει το κότσι, το κιλότο με το καπάκι του και το μηρό.

Ο μηρός διαχωρίζεται ως εξής: βγάζοντας με μαχαίρι ανατομίας την κλείδα παρουσιάζεται στην εσωτερική πλευρά του μπουτιού το κομμάτι που λέγεται τρανς. Συνεχίζοντας προς το μηριαίο κόκαλο και ακολουθώντας τους διαχωριστικούς συνδετικούς ιστούς αφαιρούμε το κομμάτι που λέγεται στρογγυλό. Πηγαίνοντας από την άλλη πλευρά αφαιρούμε το επόμενο κομμάτι που λέγεται ουρά με το νουά (πούρο).

- Το κιλότο η ράμπστερκ έχει μείνει μόνο του κάτω από την κλείδα-λεκάνη.
- Το κότσι αποχωρίζεται από το μηριαίο κόκαλο στο σημείο της επιγονατίδας.

- Η κόντρα αποδίδεται εάν τεμαχίσουμε παράλληλα με το κόκαλο της σπονδυλικής στήλης στο σημείο του T.

Το δε φιλέτο με το παραφιλέτο βγαίνει από την εσωτερική πλευρά της σπονδυλικής στήλης. Αφαιρώντας προσεκτικά και παράλληλα με τη σπονδυλική στήλη τη λάπα, προκύπτει η πιστόλα.

Διάνοιξη του αλουαγιό

Βάζουμε το κομμάτι σε πάγκο εργασίας με την πλευρά της σπονδυλικής στήλης να ενώνεται. Εκτός από τον τρόπο να το κόψουμε παράλληλα με την σπονδυλική στήλη, υπάρχει και ο κάθετος τρόπος προς την σπονδυλική στήλη και τα κομμάτια που δημιουργούνται αφαιρώντας το ράμπστεηκ είναι ένα κόκαλο της σπονδυλικής στήλης σε σχήμα T και είναι τα εξής:

- α) Porterhouse steak, είναι το καλύτερο κομμάτι της ράχης και βρίσκεται στο μέσο της,
- β) T-bone steak , είναι μετά το porterhouse steak και έχει την καρδιά του φιλέτου και μεγαλύτερο κόντρα. Ονομάστηκε έτσι γιατί το κόκαλο με το γράμμα T.
- γ) Club steak, κόβεται στο σημείο της ουράς του φιλέτου και έχει περισσότερο κομμάτι του κόντρα. Βρίσκεται πλησίον στις μπριζόλες(entrecote-μεσαίες μπριζόλες) και είναι ένα κομμάτι αρκετά γευστικό. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:101-110)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΜΟΣΧΑΡΙ

2. ΜΟΣΧΑΡΙ

2.1. ΜΟΣΧΑΡΙ- ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

Είναι τα στοιχεία που καθορίζουν την αξία του κρέατος.

Εξαρτώνται από:

α) Τη διατροφή, η οποία πρέπει να γίνεται σε λιβάδια, στάβλους ή με μεικτό σύστημα.

β) Την αναλογία και την ποιότητα του λίπους.

Οι παράγοντες ποιότητας ισχύει ότι και στα βοοειδή δηλαδή:

- Πολύ μικρή, δεν υπάρχει καθόλου λίπος ούτε εσωτερικά αλλά ούτε και εξωτερικά.
- Μικρή, με ελαφρύ στρώμα λίπους εσωτερικά και εξωτερικά.
- Μέτρια, υπάρχει λίπος και διακρίνεται στους μύες.
- Μεγάλη, καλύπτονται οι μύες με λίπος εσωτερικά και εξωτερικά.
- Πολύ μεγάλη, καλύπτεται εξ ολοκλήρου με λίπος είτε εσωτερικά είτε εξωτερικά
-

γ) Τη διάπλαση του ζώου:

Πρέπει να είναι εξαιρετική (στρογγυλεμένοι και συμπαγείς μύες σε όλα τα μέρη, μηρός κοντός, πολύ στρογγυλός και χονδρός, ώμο-πλάτη στρογγυλεμένη χονδρή και μώδης, σπαλομπριζόλες ευρείες και χονδρές). Όσο λιγότερο το σφάγιο προσεγγίζει αυτή την εικόνα τόσο είναι αντίστοιχα και κατώτερες ποιότητας.

δ) Την περίοδο ωρίμανσης:

Για το μισό μοσχάρι πρέπει να είναι 10 ημέρες. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:113)

2.2. ΣΥΝΘΕΣΗ ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΑ ΚΡΕΑΤΟΣ

Όλοι οι προηγούμενοι παράγοντες συνθέτουν την εικόνα καλής ή κακής ποιότητας του σφαγίου.

Καλή ποιότητα

Χρώμα ροζέ καθαρό και λαμπερό, λίπος λευκό και σφιχτό, σάρκα σκληρή και ευλύγιστη.

Κακή ποιότητα

Έντονο κόκκινο χρώμα με γλιτσιασμένη επιφάνεια, λίπος σκούρο και όχι ισομερώς στρωμένο, σάρκα μαλακή στην αφή που αν πατηθεί με το δάχτυλο αφήνει αποτύπωμα.

(Αλεξιάδης, 2005, σελ:113)

2.3. ΤΑ ΤΕΜΑΧΙΑ ΤΟΥ ΜΟΣΧΟΥ-ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ – ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ

Η διάκριση στις παρακάτω κατηγορίες γίνεται με βάση το κριτήριο της τρυφερότητας και την ευκολία μαγειρέματος.

1^η Κατηγορία: Καρέ (μπριζόλες), σέλα (κόντρα –φιλέτο), ασίκι (μύτη κιλότο), κιλότο, μηρός.

2η Κατηγορία: Σπάλα, στήθος, κοιλιά.

3η Κατηγορία: Λαιμός, κότσια.

Τεμαχισμός

Το μοσχάρι τεμαχίζεται σε τεταρτημόριο, πιο συγκεκριμένα έχουμε: α) το μπροστινό με τη λάπα και το στήθος, β) το οπίσθιο χωρίς λάπα που λέγεται πιστόλα και περιλαμβάνει το καρέ (σέλα και μπριζόλες πρώτες και δεύτερες) και το κότσι.

2.4. ΜΠΡΟΣΤΙΝΟ ΤΕΤΑΡΤΗΜΟΡΙΟ

Από τον τεμαχισμό παίρνουμε τα εξής κομμάτια:

α) Το στήθος με τη λάπα και το κόκαλο του στήθους. Το τεμάχιο αυτό το βάζουμε σε πάγκο ανατομίας και με σωστές κινήσεις με κοφτερό μαχαίρι ανατομίας παίρνουμε το στήθος με τη λάπα αφαιρώντας τα κόκαλα του θώρακα.

β) Την σπάλα με το κόκαλο από την οποία με σωστές κινήσεις αφαιρούμε τα κόκαλα,

γ) το λαιμό με κόκαλο και χωρίς κόκαλο,

δ) το στήθος με κόκαλο και χωρίς κόκαλο,

ε) οι σπαλομπριζόλες οι οποίες είναι κάτω από τη σπάλα και είναι ξεσκεπάστες.

2.5. ΟΠΙΣΘΙΟ ΤΕΤΑΡΤΗΜΟΡΙΟ

Ο τεμαχισμός του θα μας δώσει τα εξής κομμάτια:

α) τη σέλα που περιλαμβάνει την κόντρα και το φιλέτο και τις μπριζόλες πρώτες και δεύτερες (σκεπασμένες). Αυτό το κομμάτι όταν το ξεκοκαλίσουμε μας δίνει το κόντρα ακαθάριστο από συνδετικούς ιστούς και λίπη και καθαρισμένο καθώς επίσης και το φιλέτο ακαθάριστο (με το παραφιλέτο) και καθαρισμένο χωρίς παραφιλέτο.

β) Το μπούτι με τα τεμάχια του.

Το μπούτι περιλαμβάνει το κότσι, το κιλότο με το καπάκι του και το μηρό. Ο μηρός διαχωρίζεται ως εξής: αφαιρώντας με το μαχαίρι την κλείδα εμφανίζεται στην εσωτερική πλευρά του μπουτιού ένα κομμάτι που λέγεται τρανς (νουα). Συνεχίζοντας προς το μηριαίο κόκαλο και ακολουθώντας του διαχωριστικές συνδετικούς ιστούς βγάζουμε το κομμάτι που λέγεται στρογγυλό. Συνεχίζοντας από την άλλη πλευρά αφαιρούμε το επόμενο κομμάτι που λέγεται ουρά με το πούρο.

Το κιλότο (Quasi) έχει μείνει μόνο του κάτω από την κλείδα. Το κότσι αποχωρίζεται από το μηριαίο κόκαλο στο σημείο της επιγονατίδας.

2.6. ΥΠΟΠΡΟΙΟΝΤΑ ΒΟΔΙΝΟ – ΜΟΣΧΑΡΙ

α) **Βοδινό:** ουρά, νεφρό(ολόκληρο, ανοιγμένο), καρδιά, γλώσσα, συκώτι, στομάχι(πατσάς), σπλήνα.

β) **Μοσχάρι:** ουρά, νεφρό (καθαρό, με λίπος), καρδιά, γλώσσα, συκώτι, στομάχι (πατσάς), γλυκάδια. (Αλεξιάδης, 2005,σελ:113-121)

2.7. ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΒΟΔΙΝΟΥ-ΜΟΣΧΑΡΙΟΥ

Το **φιλέτο** μπορούμε να το κάνουμε ψητό ή σε σχάρα κομμένο σε τεμάχια και μας δίνει εξαιρετικές φέτες κρέατος. Η άκρη του φιλέτου γίνεται ψητή ή φιλέ μινιόν σος μαδέρα.

Οι **μπριζόλες** συχνά τις ψήνουμε στα κάρβουνα ή τις κάνουμε κρασάτες στο τηγάνι ή τυλιγμένες σε λαδόχαρτο στο φούρνο.

Το **κιλότο** μπορεί είτε να μαγειρευτεί στο φούρνο, στο τηγάνι ή στην σχάρα είτε με οποιοδήποτε άλλο τρόπο θέλουμε εμείς.

Το **τράνς** συνηθίζεται σε παρασκευές ραγκού, μπραιζέ¹, πουαλέ².

Το **στρογγυλό** είναι από τα καλύτερα κομμάτια του μόσχου μας δίνει εξαιρετικές φέτες κρέατος και μπορούμε να το κάνουμε ψητό η κοκκινιστό.

Η **ουρά** γίνεται εξαιρετικό γιαχνί.

Το **νουά ουράς** το καλύτερο φυσικό σχήμα για ψητά φούρνου και μπραιζέ¹.

Η **σπάλα** διαιρείται σε πολλά κομμάτια άλλα τα κάνουμε βραστά και άλλα τηγανητά.

Οι **σπαλομπριζόλες** είναι τα γευστικότερα κομμάτια του βοδιού και μπορούμε να τα ψήσουμε, να τα κάνουμε βραστά είτε κιμά.

Τα **κότσια** γίνονται ψητά κοκκινιστά ή ψητό της κατσαρόλας.

Ο **σβέρκος- λαιμός** γίνεται η βραστός ή κοκκινιστός.

Το **στήθος** μπορεί να γίνει γεμιστό ή βραστό. (Σπηλιόπουλος, 2001, σελ:12-17)

μπραιζέ^[1]: Μέθοδος μαγειρέματος κρεάτων, ψαριών ή λαχανικών, με λίγο ζωμό ή νερό σε ειδικό σκεύος, τη μπρεζιέρα.

πουαλέ^[2]: Είναι η μέθοδος μαγειρέματος μεγάλων κομματιών κρέατος ή πουλερικών με βούτυρο στο τηγάκι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΑΜΝΟΕΡΙΦΙΑ

3. ΑΜΝΟΕΡΙΦΙΑ (ΠΡΟΒΑΤΟ-ΚΑΤΣΙΚΙ)

Γενικά χαρακτηριστικά αμνοεριφίων

Αμνός (πρόβατο): είναι μηρυκαστικό και ανήκει στην οικογένεια των βοοειδών. Τα πρόβατα έχουν συγγενική σχέση με τους αίγαγρους, υποοικογένεια των αιγοειδών της οικογένειας των βοοειδών. Είναι εξημερωμένα ζώα που μας δίνουν το μαλλί, το γάλα, το κρέας και το δέρμα τους.

Ερίφιο (κατσίκι): είναι και αυτά τετράποδα θηλαστικά και ανήκουν στην υποοικογένεια των καπρίνων (ή κάπρων) της οικογένειας των βοοειδών. Στην επιστημονική γλώσσα λέγεται «αιξ» (αίγα)η κατοικίδιος, γιατί τα έχουν εξημερωθεί από την Νεολιθική εποχή. Έχουμε λοιπόν διάκριση και κατηγορίες βάση του γένους. Τα γένη των αρνιών με βάση την ηλικία και το φύλο τους είναι:

- Αρνάκι γάλακτος (αρσενικό ή θηλυκό) από 5- 6 μηνών.
- Αρνί (αρσενικό ή θηλυκό) από 6-12 μηνών.
- Ζυγούρι (αρσενικό), ζυγούρα (θηλυκό) από 12-18 μηνών
- Πρόβατο (ευνουχισμένο αρσενικό) από 18 μηνών και άνω το οποίο εκτρέφεται για το κρέας του.
- Προβατίνα (θηλυκό) από 18 μηνών και άνω την οποία τη χρησιμοποιούν για το γάλα και αναπαραγωγή.
- Κριάρι (αρσενικό ζυγούρι) από 18 μηνών και άνω το οποίο το χρησιμοποιούν για αναπαραγωγή.

Τα αρνιά μέχρι 12 μηνών έχουν σάρκα ανοιχτού ροζ-κόκκινου χρώματος. Με τον καιρό εφόσον μεγαλώσουν έχουν πιο σκούρα σάρκα. Το βάρος των ζωντανών προβάτων βρίσκεται στα 30-150 κιλά. Η απόδοση καθαρού κρέατος είναι από 40-70% ανάλογα με την ράτσα. Η ετήσια παραγωγή μαλλιού ποικίλλει από 2-5 κιλά και γάλακτος κυμαίνεται από 100-1000 κιλά. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:123-124)

3.1. ΠΟΙΚΙΛΙΕΣ ΕΚΤΡΟΦΗΣ-ΡΑΤΣΕΣ (ΑΡΝΙ-ΠΡΟΒΑΤΟ)

Τα σημερινά πρόβατα προέρχονται κυρίως από τη ράτσα Μουφλόν της Αρμενίας ή της Σαρδηνίας και τη ράτσα Αργκαλί ή Αμμόνας. Στην Ελλάδα οι ποικιλίες που εκτρέφονται είναι:

- Η Βλάχικη, η οποία είναι πολύ ανθεκτική στα ορεινά και δύσβατα μέρη

- Η Γκέκι, η οποία έχει χαρακτηριστικό κατσαρό τρίχωμα και εκτρέφεται στη Θράκη, τη Μακεδονία και την Ήπειρο.
- Η Καρμάνικη, η οποία έχει χαρακτηριστική πλατιά και λιπαρή ουρά και στην Ηπειρωτική Ελλάδα, στο Αιγαίο και την Κρήτη.
- Η Σκυριανή, η οποία είναι μικρόσωμη.
- Η Χιώτικη, η οποία είναι μεγαλόσωμη αν και προέρχεται από την Σκυριανή.
- Η Σκοπελίτικη, με μεγαλόσωμες και πολύ γαλακτοπαραγωγικές προβατίνες.
- Η Κρητική, η οποία διακρίνεται για τα μικρόσωμα, λιτοδίαιτα αλλά ανθεκτικά πρόβατα της.
- Η Ζακυνθινή, η οποία διακρίνεται από τα μεγαλόσωμα και γαλακτοπαραγωγικά που μοιάζουν με τα πρόβατα της Ιταλίας.

Οι ποικιλίες του εξωτερικού είναι:

- Pres Sale. Είναι η πιο γνωστή όλων και προέρχεται από την βόρεια Γαλλία.
- Νορμανδία. Εκτρέφεται σε λιβάδια κοντά στη θάλασσα και έτσι η σάρκα τους είναι πλούσια σε αλάτι και ιώδιο.
- Kurdiuk. Το πλατύμυρο.
- Onis Amnon –Onis Cavadensis. Είναι τα ορεισίβια στην βορειοανατολική Τουρκία, στο όρος Αραράτ.
- Merinos. Εκτρέφεται κυρίως για το μαλλί τους.
- *Νέας Ζηλανδίας*. Είναι μεγαλόσωμα με σκούρα σάρκα και πολλά λιπαρά και έρχονται στην Ελλάδα σε κατεψυγμένες συσκευασίες. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:124)

3.2. ΕΡΙΦΙΑ-ΚΑΤΣΙΚΙΑ

Διάκριση και κατηγορίες βάση γένους

Τα γένη των εριφίων με βάση την ηλικία και το φύλο τους είναι:

- Ερίφιο (κατσικάκι) γάλακτος (αρσενικό ή θηλυκό) από 5-6 μηνών.
- Κατσίκι (αρσενικό ή θηλυκό) από 6-12 μηνών.
- Βεργάδι ή Βετούλι (αρσενικό ή θηλυκό) από 12-18 μηνών. Από 18 μηνών και άνω τα αρσενικά τα ευνουχίζουν για παραγωγή κρέατος.

- Κατσίκια ή Γίδα (θηλυκό) από 18 μηνών και άνω που εκτρέφεται για παραγωγή γάλακτος και αναπαραγωγή.
- Τράγος (αρσενικό) άνω των 18 μηνών που δεν ευνουχίζεται και εκτρέφεται για αναπαραγωγή.

Τα κατσίκια μέχρι 12 μηνών έχουν ανοιχτόχρωμη ροζέ σάρκα. Μεγαλώνοντας τα βετούλια και οι γίδες γίνονται πιο σκουρόχρωμα. Είναι πολύ σπουδαία για τον κλάδο της κτηνοτροφίας και αυτό φαίνεται από την χρησιμοποιημένη παραγωγή σε μαλλί, γάλα, κρέας και δέρμα. Δίνει στην χώρα μας το 15% του συνόλου της κτηνοτροφικής παραγωγής.

3.3. ΠΟΙΚΙΛΙΕΣ ΕΚΤΡΟΦΗΣ-ΡΑΤΣΕΣ (ΕΡΙΦΙΑ-ΚΑΤΣΙΚΙΑ)

Στις πιο γνωστές που εκτρέφονται στην Ελλάδα συγκαταλέγονται οι εξής:

- Οι Ελβετικές.
- Της Μάλτας για το πολύ και το καταπληκτικό γάλα τους.
- Η Ελληνική ράτσα που έχει δημιουργηθεί από τη διασταύρωση κάποιων ξένων, έχει μικρή παραγωγή γάλακτος αλλά νόστιμο κρέας. Φημισμένα είναι τα Κυκλαδίτικα ερίφια και η ιδιαίτερη ράτσα των ψηλών βουνών της Κρήτης τα γνωστά κρι-κρι (αγριοκάτσικα, τα οποία προστατεύονται από τη σχετική νομοθεσία).

Οι ποικιλίες του εξωτερικού είναι:

- Η αίγα της άγκυρας με το λεπτό κάτασπρο μαλλί σαν μετάξι.
- Η αίγα του Κασμίρ ή Μαλλοφόρα η οποία ζει βορειοδυτικά της Ινδίας.
- Η Μάμβρικη που ζει στην Συρία.
- Οι Ελβετικές του Τόγκενμπουργκ και του Ζάανεν.
- Η Νουβιανή (αιγυπτιακή) γνωστή για το πολύ γάλα της. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:125)

3.4. ΑΡΝΙ-ΚΑΤΣΙΚΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

Είναι τα στοιχεία που μας καθορίζουν την ποιότητα του κρέατος των αμνοεριφίων και εξαρτώνται από:

α) *τη σωστή διατροφή*, που πρέπει να γίνεται σε ανοικτούς χώρους, λεκανοπέδια και λιβάδια για τα πρόβατα, ή στους πρόποδες των βουνών με πυκνή βλάστηση για τα κατσίκια. Χαρακτηριστικό των νησιώτικων κατσικιών και αρνιών είναι η νοστιμότερη γεύση του κρέατος λόγω του ότι εκτρέφονται δίπλα στην θάλασσα.

Οι εποχές αλλάζουν και οι κτηνοτρόφοι αναγκάζονται να βρουν νέες τοποθεσίες βλάστησης για τα αμνοερίφια. Έτσι τους ζεστούς μήνες ανεβαίνουν στα ορεινά και τους χειμερινούς στα πεδινά. Η διαφορά στον τρόπο διατροφής των κατσικιών από τα πρόβατα είναι ότι τα μεν πρώτα βοσκούν με το κεφάλι ψηλά ενώ τα δεύτερα πάντα με σκυμμένο το κεφάλι.

β) *την αναλογία και ποιότητα του λίπους*.

Έτσι έχουμε:

- Πολύ μεγάλη, όπου υπάρχει μεγάλη ποσότητα λίπους το οποίο καλύπτει εξ ολοκλήρου το σφάγιο και δημιουργεί εξογκώματα. Στο εσωτερικό δημιουργούνται μείγματα λίπους που ονομάζονται «τσαμπιά». Ανάμεσα των πλευρών οι μύες είναι βαθιά μέσα στο λίπος.
- Μεγάλη, όπου υπάρχει λιγότερη ποσότητα λίπους από την προηγούμενη στα διάφορα μέρη.
- Μέτρια, όπου υπάρχει λίπος ομοιόμορφα κατανεμημένο σε όλους τους μύες του σφαγίου. Στο εσωτερικό του θώρακα οι μύες ανάμεσα στις πλευρές είναι εμφανείς. Για τα πιο μεγάλα σφάγια (π.χ. προβατίνα) οι μύες ανάμεσα στις πλευρές είναι λιγότερο εμφανείς.
- Μικρή, όπου υπάρχει ένα ελαφρό στρώμα λίπους που καλύπτει το μισό σφάγιο και διακρίνονται καλά οι μύες της ωμοπλάτης και του μπουτιού.
- Πολύ μικρή, όπου δεν υπάρχει κανένα ίχνος λίπους είτε εσωτερικά, είτε εξωτερικά και οι μύες φαίνονται πολύ καλά.

γ) *Τη διάπλαση του ζώου*. Πρέπει να είναι εξαιρετική (μεγάλη μυϊκή ανάπτυξη και η πλαϊνή του εικόνα με καμπύλες, μπούτι με νεφραμιά στρογγυλά και κοντόχοντρα, ωμοπλάτη στρογγυλεμένη και χοντρή, ράχη ευρεία και κοντή). Όσο λιγότερο το σφάγιο προσεγγίζει αυτή την εικόνα τόσο είναι αντίστοιχα και κατώτερης ποιότητας.

δ) Την περίοδο ωρίμανσης. Αυτή πρέπει να είναι από 3-6 μέρες. Ειδικά για τα αρνιά μπορούμε να πούμε ότι παρόλο που δεν ωριμάζουν καλά σε κενό αέρος στη Νέα Ζηλανδία τα συσκευάζουν με αυτό τον τρόπο και μετά τα καταψύχουν. Αυτό γίνεται για να μην αφυδατωθούν και ειδικά για τις εξαγωγές. (Αλεξιάδης, 2005,σελ:126)

3.5. ΤΑ ΤΕΜΑΧΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΒΑΤΟΥ-ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ

Κατηγορίες τεμαχίων σφαγίων αμνοεριφίων

1^η Κατηγορία: το μπούτι, η σέλα και το καρέ

2η Κατηγορία: η σπάλα (μπροστινό χεράκι)

3η Κατηγορία: σβέρκος, θώρακας- στήθος με κοιλιά(με τα ενδιάμεσα πλευρά).

4η Κατηγορία: υποπροϊόντα: Κεφάλι (γλώσσα), εντόσθια(σुकώτι, νεφρά, καρδιά, στομάχι, έντερα.), γλυκάδια και πόδια.

Τεμαχισμός προβάτου η εριφίου

Ο τεμαχισμός και για τα δύο ζώα γίνεται με τον ίδιο τρόπο. Τα πρόβατα και τα κατσίκια τα δίνουν ολόκληρα στην αγορά αλλά μπορούν να βγουν διάφορα κομμάτια για παρασκευές με τον εξής τρόπο κοπής: όπως το περνούμε ολόκληρο το κρεμάμε στο τσιγκέλι ή το ακουμπάμε στο πάγκο. Κόβουμε την κοιλιά παράλληλα με τη σέλα και το καρέ. Χαράσσουμε και κόβουμε με το μπαλτά στο σημείο που ξεχωρίζει η σέλα και το καρέ. Παίρνουμε το μπροστινό ημιμόριο και το οπίσθιο ημιμόριο.

3.6. ΜΠΡΟΣΤΙΝΟ ΗΜΙΜΟΡΙΟ

Κόβουμε και αφαιρούμε το ημιμόριο από την κοιλιά με τις πλευρές του στήθους (τα πέτα). Κρεμάμε το σφάγιο από ένα τσιγκέλι και με μπαλτά στο σημείο του θώρακα κόβουμε προς το λαιμό. Προχωρώντας κατά μήκος της σπονδυλικής στήλης και κόβουμε μέχρι το σβέρκο. Έτσι έχουμε τα χεράκια με το στήθος που τα διαχωρίζουμε με κόψιμο μαχαιριού κάτω από τη μασχάλη του ζώου. Παίρνουμε τότε τα εξής κομμάτια:

α) χεράκι με κόκαλο (εσωτερική και εξωτερική όψη), το οποίο χαράσοντας σωστά με το μαχαίρι, του αφαιρούμε το κόκαλο,

- β) το στήθος με το κομμάτι της κοιλιάς,
- γ) το σβέρκο με το κόκαλο του και
- δ) τις μπριζόλες της σπάλας.

3.7. ΟΠΙΣΘΙΟ ΗΜΙΜΟΡΙΟ

Στο ημιμόριο αυτό έχουμε τα εξής κομμάτια:

- α) το καρέ με τις μπριζόλες (παϊδάκια),
- β) τη σέλα με το φιλέτο, την οποία όταν την κόψουμε κάθετα με μεγάλο μαχαίρι μας δίνει τα παϊδάκια της σέλας. Εάν καθαρίσουμε τη σέλα με το φιλέτο από το κόκαλο της σπονδυλικής στήλης με το μαχαίρι παίρνουμε ξεχωριστά το φιλέτο και το κόντρα (καρεδάκι).

Στο ημιμόριο έχουμε τα δύο μπούτια που τα χωρίζουμε με μπαλτά στο σημείο της ουράς. Το κάθε μπούτι έχει τον μηρό με τον γοφό του και το κότσι. Το μπούτι το απαλλάσσουμε από το κότσι στο σημείο του γόνατος με μπαλτά. Ξεκοκαλίζουμε το μηρό βγάζοντας την κλείδα της λεκάνης και το μηριαίο κόκαλο. Ανοίγουμε το κομμάτι στα εμφανή σημεία συνδετικού ιστού ο οποίος ενώνεται με τα εξής κομμάτια: τρανς, ουρά και νουά, κιλοτό και στρογγυλό. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:128-130)

3.8. ΥΠΟΠΡΟΙΟΝΤΑ ΑΡΝΙΟΥ-ΚΑΤΣΙΚΙΟΥ

Κεφάλι, Γλώσσα, Καρδιά, Συκώτι, Νεφρά, Γλυκάδια, Πατσάς, Έντερα

3.9. ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΑΡΝΙΟΥ- ΚΑΤΣΙΚΙΟΥ

Το **μπούτι**: μπορούμε να το μαγειρέψουμε ψητό στο φούρνο, στη σούβλα, ή στη σχάρα, επίσης μαγειρευτό στην κατσαρόλα, ραγκού ή φρικασέ.

Η **σπάλα**: μπορούμε να την μαγειρέψουμε ψητή στο φούρνο ξεκοκαλισμένη ή ολόκληρη για ντεκουπάζ, κομμένη σε παιδάκια ψητή στη σχάρα.

Ο **σβέρκος**: τον κάνουμε ψητό ολόκληρο ή τεμαχισμένο σε ροζέτες στη σχάρα.

Το **στήθος** (πέτα): με την κοιλιά μπορούμε να τον κόψουμε σε παϊδάκια ή να το ξεκοκαλίσουμε να το ρολάρουμε και να το ψήσουμε στο φούρνο.

Η **σέλα**: μπορούμε να την ψήσουμε ολόκληρη ή ξεκοκαλισμένη, μπριζολάκια (κοτολέτες³) στη σχάρα ή νουαζέτες σε σουβλάκι.

Το **καρέ**: μπορούμε να το κάνουμε ρολό δεμένο με σπάγκο ψητό στο φούρνο ή στη σούβλα, κομμένο σε παϊδάκια για τη σχάρα ή πανέ⁴ τηγανητά. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:132-135)

κοτολέτες^[3]: Είναι το παρασκεύασμα αποστεωμένου και ψιλοκομμένου κρέατος, δεμένο με σάλτσα ή άμυλο.

πανέ^[4]: Είναι το πέρασμα ενός τροφίμου στο αλεύρι, στο αυγό και στη φρυγανιά.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 :ΧΟΙΡΙΝΟ-ΓΟΥΡΟΥΝΙ

4. ΧΟΙΡΙΝΟ-ΓΟΥΡΟΥΝΙ

Γενικά χαρακτηριστικά

Ανήκει στο γένος των αρτιοδάχτυλων θηλαστικών της οικογένειας των σσιδών, τα οποία εκτρέφονται σε όλο τον κόσμο περισσότερο για το κρέας τους. Είναι κατοικίδια ζώα αλλά τα βρίσκουμε και σε άγρια κατάσταση (οι αγριόχοιροι κατατάσσονται στα κυνήγια)τα οποία είναι και παμφάγα. Αναπαράγονται εύκολα και έχουν γίνει δημοφιλή σε όλους τους λαούς με εξαίρεση αυτούς που για θρησκευτικούς λόγους δεν τα προτιμούν (π.χ. Μουσουλμάνοι και Εβραίοι).

Διακρίσεις και κατηγορίες βάση του γένους

- Τα σφάγια των χοιρινών προέρχονται από τα παρακάτω γένη βάσει του φύλου και της ηλικίας τους:
- Χοιρίδιο γάλακτος (αρσενικό ή θηλυκό) μέχρι τα 20 κιλά.
- Γουρουνόπουλο, αρσενικό ευνουχισμένο άνω των 20 κιλών που εκτρέφεται για πάχυνση.
- Γουρουνούπουλα, θηλυκό άνω των 20 κιλών που χρησιμοποιείται για πάχυνση ή αναπαραγωγή.
- Γουρούνα, το θηλυκό άνω των 50 κιλών που χρησιμοποιείται ειδικά για αναπαραγωγή.
- Χοίρος ή κάπρος, το αρσενικό άνω των 50 κιλών που χρησιμοποιείται μόνο για αναπαραγωγή. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:137-138)

4.1. ΠΟΙΚΙΛΙΕΣ ΕΚΤΡΟΦΗΣ-ΡΑΤΣΕΣ

Η καταγωγή των χοίρων έρχεται από τους αγριόχοιρους που εξημερώθηκαν από την Λίθινη Εποχή. Οι ράτσες οι οποίες διαμορφώθηκαν είναι δύο:

α) η Ευρωπαϊκή και β) η Ασιατική.

Η Ευρωπαϊκή έχει λεπτά πόδια με ευλύγιστο σώμα ενώ η Ασιατική, η οποία εξημερώθηκε πιο εύκολα, έχει κοντό σώμα και πιο ευτραφής. Για αυτό τον λόγο η χοιροτροφία προτού διαδοθεί στην Ευρώπη ήταν πολύ ανεπτυγμένη στην Κίνα. Ευρωπαϊκές ποικιλίες είναι της Ολλανδίας, της Δανίας, της Γερμανίας και της

Ανδαλουσίας, στην Ιβηρική Χερσόνησο απ' όπου προέρχεται και η δική μας ποικιλία με τρίχωμα μαύρο, υπόλευκο ή γκριζό. Εκτός αυτών έχουμε και την Κέλτικη καθώς και μια ράτσα ασιατικής προέλευσης τα Yorkshire και Berkshire.

4.2. ΧΟΙΡΙΝΟ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

Είναι τα στοιχεία που μας καθορίζουν την ποιότητα του κρέατος των χοιρινών και εξαρτώνται από:

α) *Εκτροφή* που γίνεται με ειδικά πρότυπα τα οποία διακρίνονται σε:

- Φάρμας: εκεί εκτρέφονται με γεωργικά προϊόντα (δημητριακά ή γενικά αμυλούχες τροφές) και δίνουν καλής ποιότητας κρέας.
- Γάλακτος: σύμφωνα με αυτό το πρότυπο τα ζώα εκτρέφονται με γάλα και άμυλο, έχουν καλής ποιότητας κρέας αλλά με πολύ υγρασία.
- Επιστημονικής: σε αυτή χρησιμοποιούνται τροφές πλούσια σε βιταμίνες και αντιβιοτικά καθώς και όσπρια και σιτηρά. Το χαρακτηριστικό αυτού είναι ότι η ποιότητα του κρέατος είναι ελεγχόμενη.
- Απορριμμάτων: σε αυτή χρησιμοποιούν αποφάγια από τα εστιατόρια και γενικότερες μονάδες επισιτισμού. Το κρέας των ζώων αυτών είναι χαρακτηριστικά κόκκινο και συνήθως με αλμυρή και υπόξινη γεύση.

β) *Αναλογία του λίπους (πάχυνση)*

Καλή ποιότητα

Το σφάγιο έχει ομοιόμορφα κατανεμημένο λίπος σε λεπτό στρώμα, σφιχτό, λευκού χρώματος και λείο στην αφή.

Κακή ποιότητα

Το σφάγιο έχει υπερβολική ποσότητα λίπους ανομοιόμορφα κατανεμημένο, μαλακό (πλαδαρό), λευκό προς το κίτρινο χρώμα και ανομοιογενές στην αφή ή ελάχιστο.

γ) Διάπλαση

καλή ποιότητα

Το σφάγιο έχει μία ομοιόμορφη κατανομή των μυών με το λίπος. Τα μπούτια είναι κοντά και στρογγυλά. Η ράχη στο σημείο της νεφραμιάς είναι διογκωμένη και όχι στενόμακρη. Η ωμοπλάτη του είναι στρογγυλεμένη και με το ανάλογο πάχος. Τα οστά είναι λεπτεπίλεπτα και έχουν χρώμα λευκό.

Κακή ποιότητα

Το σφάγιο έχει αδύνατα σημεία και στενόμακρα μπούτια. Δεν υπάρχει σωστή κατανομή των μυών σε σχέση με το λίπος. Η ράχη στο σημείο της νεφραμιάς είναι βαθουλωμένη και επιμήκης. Τα οστά είναι κίτρινα και χοντροκομμένα.

δ) Σύνθεση κρέατος

Καλή ποιότητα

Το σφάγιο έχει σφιχτό κρέας ρόζε έως σκούρου ροζέ χρώματος και στεγνό στην αφή.

Κακή ποιότητα

Το σφάγιο είναι δυσανάλογο ως προς την ποσότητα κρέατος σε σχέση με τα κόκαλα, και είναι αδύνατο. Το χρώμα του είναι κόκκινο ή ροζ και η σάρκα του είναι υγρή και σπογγώδης.

ε) Περίοδος ωρίμανσης

Η σωστή περίοδος για να ωριμάσει είναι από 2-4 μέρες. Η συντήρηση του δεν πρέπει να γίνεται σε κενό αέρος άλλα εάν αυτό χρειαστεί επιτρέπεται για 8-10 μέρες. Εάν συνεχίσουμε με αυτό τον τρόπο συντήρησης το κρέας αποκτά μυρωδιά

ταγγίσματος ή αμμωνίας. Γενικά η διάρκεια συντήρησης των νωπών σφαγίων χοιρινών είναι μικρότερη από οποιοδήποτε άλλου ζώου. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:138-139)

4.3. ΤΑ ΤΕΜΑΧΙΑ ΤΟΥ ΧΟΙΡΙΝΟΥ-ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ

Το χοιρινό διακρίνεται στις εξής κατηγορίες:

1^η κατηγορία: το μπούτι ή χοιρομέρι (ζαμπόν), το καρέ (με τις πρώτες μπριζόλες-τις κοτολέτες και το φιλέτο με τις κοτολέτες του).

2^η κατηγορία: τη σπάλα (παλέτα), τις μπριζόλες ράχης (σπαλομπριζόλες), το στήθος, το σβέρκο (λαιμός).

3^η κατηγορία: το κεφάλι, το κότσι, το πόδι και η ουρά.

4^η κατηγορία: υποπροϊόντα: τα εντόσθια (συκώτι, καρδιά, έντερα, γλώσσα, σπλήνα, στομάχι και τα πόδια.

Τεμαχισμός

Το χοιρινό δίνεται ολόκληρο στην αγορά όταν είναι μέχρι 20 κιλά, δηλ. γάλακτος, όταν όμως είναι πάνω από 20 κιλά το βρίσκουμε και σε ημιμόρια. Τα μεγαλύτερα χοιρινά που ξεπερνούν τα 100-150 κιλά τα βρίσκουμε και σε τεταρτημόρια.

4.4. ΤΟ ΗΜΙΜΟΡΙΟ ΤΟΥ ΧΟΙΡΙΝΟΥ (με το δέρμα του ή χωρίς)

Τοποθετούμε το ημιμόριο στο πάγκο μας ή το κρεμάμε από ένα τσιγκέλι το κόβουμε χαράζοντας με το μαχαίρι και το χτυπάμε ελαφρά με τον μπαλτά στις ενώσεις της σπονδυλικής στήλης. Τα βασικά κομμάτια που θα πάρουμε θα είναι:

α) το μπούτι-χοιρομέρι (ζαμπόν) με το πίσω πόδι το οποίο συμπεριλαμβάνει το κότσι, τον μηρό και την πόντα (κιλοτό). Ο μηρός χωρίζεται στο τρανς, στο στρογγυλό, στην ουρά, το νουά και το κιλοτό (πόντα).

β) το καρέ με τις κόντρα του φιλέτου ή κοτολέτες του φιλέτου (ψαρονέφρι) και τις πρώτες μπριζόλες και μέρος της τραβέρσας και της άκρης της κοιλίας (λαγώνι).

γ)την ωμοπλάτη (παλέτα) με το μπροστινό κότσι, το στήθος με τις στηθοπλευρές, την υπόλοιπη τραβέρσα, τις μπριζόλες της ράχης (σπαλομπριζόλες) και τις μπριζόλες του σβέρκου (λαιμομπριζόλες).

Εάν πάρουμε και καθαρίσουμε το καρέ από τα κόκαλα της σπονδυλικής στήλης και του θώρακα έχουμε το κόντρα. Το φιλέτο χοιρινού (ψαρονέφρι) είναι καθαρισμένο από την εσωτερική πλευρά της σπονδυλικής στήλης του καρέ και χωρίς κεφαλή, με παραφίλετο ή χωρίς. Η κεφαλή του φιλέτου είναι ξεχωριστή. Το λίπος (λαρδί) προέρχεται κάτω από το δέρμα του σβέρκου ή από την πανσέτα. Η πανσέτα (στηθοπλευρές και μέρος της κοιλιάς) στην καπνιστή μορφή τη γνωρίζουμε ως μπεικόν. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:139-142)

4.5. ΥΠΟΠΡΟΙΟΝΤΑ ΧΟΙΡΙΝΟΥ

Καρδιά, Συκώτι, Νεφρά, Γλώσσα, Σπλήνα, Κεφάλι, Στομάχι, Ουρά.

4.6. ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΧΟΙΡΙΝΟΥ

Τα τεμάχια των σφαγίων του χοιρινού είναι δυνατόν εκτός από τους γνωστούς τρόπους μαγειρέματος (πασέ⁵, ψητά φούρνου και σούβλας, πουαλέ, σχάρας, σωτέ⁶, βραστά, ραγκού) να γίνουν παστά η καπνιστά ή αποξηραμένα στον αέρα. Παρακάτω αναφέρουμε κάποιους από του πιο γνωστούς τρόπους μαγειρικής του χοιρινού:

- Το *μπούτι*: μπορούμε να το μαγειρέψουμε ολόκληρο ή τα επιμέρους κομμάτια του, ψητά στο φούρνο με κόκαλο ή χωρίς, πωσέ⁵, ραγκού ή καπνιστό. Τα πιο γνωστά καπνιστά ωμά αφού αλατιστούν είναι : τα Πάρμας, Κουλατέλο, Μπαγιόν, Βεστφαλίας, Μέλινα Δρυμού, Χάμον Σεράνο από τη Χουέβλα της Ισπανίας. Τα πιο γνωστά καπνιστά βρασμένα αφού αλατιστούν είναι: του Γιορκ, Βιρτζίνια (χωριάτικο Αμερικής), χοιρομέρι Πράγας, το Παριζιάνικο κ.α.
- Το *κότσι*: μπορούμε να το μαγειρέψουμε σαν ψητό φούρνου, ή βραστό, πωσέ⁵ φτιάχνοντας ζελέ, ακόμα και γεμιστό.
- Η *πόντα*: (το σημείο του κιλότο με την αρχή του φιλέτου) την κάνουμε ρολό αφού την ξεκοκαλίσουμε, παστή ή καπνιστή, ψητή φούρνου.

Πωσέ⁵]: είναι η μέθοδος μαγειρέματος σε χαμηλό κοχλασμό ορισμένων τροφών.

- Οι *στηθοπλευρές- τραβέρσα-κοιλιά*: τα κάνουμε μπέικον, σχάρας, ψητά φούρνου σε ρολό για ντεκουπάζ (φημισμένα είναι τα spare ribs που πρώτα βράζονται, αλείφονται με μπάρμπεκιου σος και ψήνονται στην σχάρα).
- Το *πόδι*: μπορούμε να το κάνουμε βραστό ή πωσέ με το ζελέ του, γεμιστό, ψητό στο φούρνο, καπνιστό και σε μορφή αλλαντικού.
- Ο *σβέρκος-λαιμός*: (με κόκαλο ή χωρίς) κόβεται μπριζόλες για σχάρα ή ψητό φούρνου, ρολό ολόκληρο δεμένο με σπάγκο ή περασμένο σε φιλέ, ραγκού, γύρος, κιμάς και χρησιμοποιείται σαν φάρσα για πατέ.
- Το *καρέ*: το φιλέτο με την κόντρα με ή χωρίς κόκαλο γίνεται σχάρας, σωτέ⁶, ψητό στο φούρνο, ολόκληρο για μπουφέ ή σε επιμέρους μερίδες. Το φιλέτο μόνο του το κάνουμε στη σχάρα, σωτέ⁶, γεμιστό (ολόκληρο ή σε μενταγιόν⁷) ή σε κρύες παρασκευές.
- Η *σπάλα*: (παλέτα) γίνεται ψητή φούρνου, σουβλάκια, γύρος, ραγκού, κιμάς, παστή καπνιστή ή όχι (φημισμένο το ιταλικό «κόπα» που είναι κατάλληλο για ορεκτικά- antipasti).
- Το *κεφάλι*: το βράζουμε για ζελέ ή πηχτή για κρύα εδέσματα, πατέ ή μους.
- Τα *λουκάνικα* και *παστά*: μπορούν να γίνουν από όλα τα τεμάχια αλλά και από τα υποπροϊόντα του χοιρινού τα οποία μπορούμε να τα αρωματίσουμε με διάφορα μπαχαρικά. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:142-148)

Σωτέ⁶]: είναι η μέθοδος ψησίματος με λιπαρή ύλη τρυφερών κομματιών κρέατος.

Μενταγιόν⁷]: είναι το κομμάτι κρέατος που είναι κομμένο σε στρογγυλό σχήμα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

5. ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

Γενικά χαρακτηριστικά πουλερικών

Πτηνό (από το ρήμα πέτομαι= πετώ) είναι το σπονδυλωτό ζώο ή αλλιώς το λεγόμενο «πουλί», με δύο πόδια και δύο φτερά. Με τον όρο «πουλερικά» εννοούνται τα κατοικίδια πτηνά που τα χρησιμοποιούμε τόσο για το κρέας τους όσο και για τα αυγά τους και είτε τα έχουμε σπίτι μας είτε τα έχουμε σε πτηνοτροφία. Το σώμα ενός πτηνού αποτελείται από πολλά πούπουλα και κάποια από αυτά πετούν.

Διάκριση και κατηγορίες πουλερικών

Τα πουλερικά διακρίνονται με βάση:

Το είδος (χρώμα σάρκας): σε αυτά που έχουν λευκή σάρκα και σε αυτά με ελαφρώς σκούρα σάρκα. Βλέποντας όλες τις κατηγορίες έχουμε:

α) *Λευκή σάρκα:*

- Όρνιθα (κότα)
- Ινδόρνιθα ή μελιαγρίδα (κοινώς γαλοπούλα ή αλλιώς ινδιάνος ή διάνος ή κούβος)

β) *Ελαφρώς σκούρα σάρκα:*

- Πάπια
- Περιστέρι
- Χήνα
- Φραγκόκοτα

γ) *Την ηλικία και φύλο:*

Ξεκινώντας από τα πουλερικά με την λευκή σάρκα έχουμε:

- **Όρνίθια (κοτόπουλα):** είναι πτηνά ηλικίας 8-10 εβδομάδων, αρσενικά ή θηλυκά, τα οποία έχουν βάρος 600-800 γραμ. (ζωντανά πουλερικά) και μεγαλώνουν με θρεπτικές τροφές (δημητριακά ή πίτουρα).
- **Κοκοράκια (πετεινάκια):** είναι πτηνά αρσενικά μεγαλύτερης ηλικίας, περίπου 5 μηνών, που ζυγίζουν 1,5-2 κιλά (ζωντανά πουλερικά) και τα χρησιμοποιούν για πάχυνση και αναπαραγωγή.

- **Πουλάδες (μικρές κότες):** είναι πτηνά θηλυκά ηλικίας 6-7 μηνών περίπου που δεν έχουν γεννήσει, δεν έχουν χρησιμοποιηθεί για αναπαραγωγή και για παραγωγή αυγών. Τα εκτρέφουν ειδικά για πάχυνση και φτάνουν σε βάρος τα 1600 γραμ.-2,5 κιλά(ζωντανά πουλερικά), βάρος το οποίο ξεπερνά κατά πολύ αυτό της κοινής κότας. Θεωρούνται δε, εξαιρετικής ποιότητας με ανάλογη φυσική τιμή.
- **Καπόνια:** είναι αρσενικά πετεινάκια τα οποία στην ηλικία των 7-8 μηνών έχουν υποστεί χειρουργικό ή χημικό ευνουχισμό. Ξεχωρίζουν από τα μικρότερα λοφία τους, τα εκτρέφουν ειδικά για πάχυνση, ζυγίζουν από 2-6 κιλά και είναι γνωστά για το νόστιμο και σφιχτό τους κρέας.
- **Κότες (όρνιθες):** είναι το θηλυκό του είδους που εκτρέφεται για αναπαραγωγή και σε ηλικία 1,5-2 ετών ζυγίζει 1.500 γραμ. – 2 κιλά (ζωντανά πουλερικά).
- **Πετεινοί-κόκορες (αλέκτορες):** είναι το αρσενικό του είδους που εκτρέφεται για αναπαραγωγή και σε ηλικία 1,5-2 ετών ζυγίζει 2,5-4 κιλά(ζωντανά πουλερικά).
- **Γαλοπούλα:** είναι πτηνά αρσενικά η και θηλυκά τα οποία σε ηλικία 5-8 μηνών ζυγίζουν 2,5-7 κιλά (ζωντανά πουλερικά). Έχουν ζουμερό και νόστιμο κρέας αλλά έχουν λίγο βαριά μυρωδιά, το δέρμα τους είναι μαλακό και ευλύγιστο.
- **Γαλοπούλες:** είναι τα θηλυκά του είδους τα οποία σε ηλικία 8-12 μηνών ζυγίζουν 8-15 κιλά(ζωντανά πουλερικά). Τα εκτρέφουν για αναπαραγωγή και το κρέας τους είναι τρυφερό και σκληρό..
- **Γάλιοι:** είναι τα αρσενικά του είδους που σε ηλικία 8-12 μηνών ζυγίζουν 8-20 κιλά(ζωντανά πουλερικά). Χρησιμοποιούνται για αναπαραγωγή, έχουν πιο σκληρό κρέας από τις γαλοπούλες και ημίσκληρο έως σκληρό χόνδρο στο στέρνο.

Όσο αφορά τα πουλερικά με την ελαφρώς σκούρα σάρκα έχουμε:

- **Παπάκια:** είναι πτηνά αρσενικά η θηλυκά κάτω των 8 εβδομάδων με τρυφερή σκουρόχρωμη σάρκα και αρκετό λίπος στο σημείο του στήθους, που ζυγίζουν περίπου 1,5-2 κιλά.
- **Πάπιες:** είναι τα θηλυκά του είδους άνω των 10-15 εβδομάδων που εκτρέφονται για αναπαραγωγή και ζυγίζουν 2,5-2,5 κιλά. Έχουν περισσότερο λίπος και περισσότερο κρέας στο στήθος, το οποίο είναι το μόνο τρυφερό σημείο ενώ στα μπούτια είναι σκληρό. Τα αρσενικά του είδους εκτρέφονται συνήθως για

αναπαραγωγή, καθώς το κρέας τους, μετά την ηλικία των 10 εβδομάδων και το βάρος των 3,5-5 κιλών είναι σκληρό και δεν το χρησιμοποιούμε για τις περισσότερες παρασκευές εκτός από εκείνες με αρκετά υγρά.

- **Πιτσούνια(περιστεράκια):** είναι πτηνά αρσενικά η θηλυκά ηλικίας 1-3 μηνών έχουν πολύ τρυφερό και ζουμερό κρέας και ζυγίζουν 200-300 γραμ.
- **Περιστερία:** είναι πτηνά αρσενικά η θηλυκά ηλικίας 4-6 μηνών με σκληρότερο κρέας και βάρος 350-500 γραμ.
- **Χηνάρια:** είναι πτηνά αρσενικά η θηλυκά, τα οποία σε ηλικία έως μηνών ζυγίζουν 3,5-5κιλά και έχουν τρυφερό και νόστιμο κρέας με αρκετό λίπος.
- **Χήνες:** τα θηλυκά του είδους που εκτρέφονται για αναπαραγωγή και για το λιπαρό τους συκώτι (foie gras). Σε ηλικία 8-12 μηνών ζυγίζουν 8-10 κιλά. Το κρέας του είναι σκληρότερο και λιγότερο από τα χηνάρια. Τα αρσενικά του είδους εκτρέφονται για αναπαραγωγή και για το συκώτι τους. Έχουν και αυτά σκληρό και λιγότερο κρέας.

δ) ***Τη ράτσα:***

Κοτόπουλα: οι ορνιθοτρόφοι δημιούργησαν διάφορες ποικιλίες, άλλες που κάνουν έως και 350 αυγά το χρόνο και άλλες που δίνουν κρέας περίπου 3 κιλών. Οι πιο σημαντικές ποικιλίες προέρχονται από την αμερικάνικη ήπειρο, την Ευρώπη, την Ασία και το αρχιπέλαγος της Πολυνησίας και είναι: Η λευκή Λεγκόνη η Λεγκχορν, η κόκκινη Ρόντ Αιλαντ, η Ουαιντοτ, η Σάσεξ, η ασπρόμαυρη του Πλυμουθ, η Καχιν(της Σαγκάης), η Μπαρνεβελντερ (της Ολλανδίας) και της Αγκώνας (Ιταλία).

Γαλοπούλες: αυτά τα πουλερικά τα εξημέρωσαν οι Αζτέκοι στη Κ. Αμερική, στο σημερινό Μεξικό, όπου ζούσαν κατά κοπάδια. Οι Ισπανοί κατακτητές και οι μετέπειτα άποικοι της Αμερικής τις έφεραν στην Ευρώπη και σε όλο τον κόσμο. Οι πιο σημαντικές ράτσες, είναι συνολικά 7, ζουν στις νότιες πολιτείες των Η.Π.Α και στο Μεξικό. Επίσης συναντώνται στην Ονδούρα και τη Γουατεμάλα. Το καλύτερο είδος είναι ο Άσπρος Διάνος και ο Ορειχαλκοειδής. Είναι ένα πουλερικό που το οποίο το τρώμε κυρίως τα Χριστούγεννα.

Πάπια: είναι το κοινό όνομα του πτηνού νήσσα που ανήκει στη τάξη των «χηνοφόρων». Σαν πτηνό είναι ανθεκτικό στις ασθένειες από ότι η κότα, τρώει σχεδόν τα πάντα (είναι παμφάγο) και γεννά 70-80 αυγά το χρόνο. Το γένος της πάπιας έχει περίπου 75 είδη σε όλο τον κόσμο, τα σημαντικότερα είναι τα εξής: οι

κατοικίδιες που έχουν συγγένεια με δύο άγρια είδη τη Νήσσα την πλατύρρυγχο(την κοινή αγριόπαπια) του βορείου ημισφαιρίου και την καιρίνα τη μοσχάτη (κοινώς «Μπαρμπαρέζικη» πάπια» της τροπικής Αμερικής. Ακόμη η Λευκή πάπια του Πεκίνου που διασταυρώθηκε στην Κίνα και ζυγίζει περίπου 4 κιλά, η βαλιανοφάγος νήσσα και η Αμερικάνικη. Η πάπια είναι σημαντική για την οικιακή οικονομία γιατί προσφέρει νόστιμο κρέας, αυγά και πλούσιο φτέρωμα.

Περιστέρι: είναι οικόσιτο πτηνό της οικογένειας των Περιστεροειδών. Κατάγεται από την περιστέρα την άγρια η « πελεία» η «φάσσα». Έχουν εξημερωθεί εδώ και χιλιάδες έτη και τα πιο γνωστά είναι: το ταχυδρομικό περιστέρι, το χρωματιστό η διακοσμητικό με τα ποικιλόχρωμα φτερά, το περιστέρι γίγαντας η το κρεατοπαραγωγικό περιστέρι που φτάνει τα α 1.300 γραμ. βάρος. Στην ίδια κατηγορία ανήκουν και τα Τρυγόνια. Στην Ελλάδα υπάρχουν το τρυγόνι « στρεπτοπειλία» η κοινή και η «στρεπτοπειλία» η γελαστή η αλλιώς δεκαοχτούρα. Τα περιστέρια συμβολίζουν την ειρήνη και ο άνθρωπος τα αγαπάει. Στη χριστιανική θρησκεία συμβολίζουν το Άγιο Πνεύμα.

Χήνα: το πτηνό αυτό της οικογένειας Νησιδίων περιλαμβάνει σωματικά μεγάλα πτηνά με μακρύ λαιμό και πόδια. Είναι χορτοφάγα και στο γένος τους περιλαμβάνονται πολλά είδη με γνωστά τη χήνα την τεφρόχρωμη, η οποία είναι πρόγονος της κατοικίδιας χήνας, την Ινδική και της Γουινέας. Άλλα είδη κατοικίδιων χηνών είναι της Τουλούζης, του Έμπιτεν, του Πονάτου και της Ασαλτίας. Η χήνα πέρα από το εύγευστο κρέας της την χρησιμοποιούν και για το λίπος της, τα αυγά και το λιπαρό της συκώτι (foie gras).

Φραγκόκοτα: είναι πτηνό της οικογένειας των Φασιανιδών, γνωστή επιστημονικά ως «Νουμιδή». Καταγωγή από την Αφρική. Εκτρέφονται κυρίως για το κρέας τους και τα διακοσμητικά φτερά τους. Υπάρχουν περίπου 7 είδη φραγκόκοτας τα πιο σημαντικά είναι: Νουμιδή η κοινή, η Κρανοφόρα, η Λοφιοφόρα και η Βασιλική η Γυποειδής. Δεν είναι από τα πιο έξυπνα πουλιά και της είναι δύσκολο να συνηθίσει την αιχμαλωσία, ακόμα και αν γεννηθεί μέσα σε αυτήν.

ε)Τον τρόπο πάχυνσης

Η πάχυνση γίνεται σε φάρμες ή σε πτηνοτροφεία. Η τροφή που δίνεται είναι δημητριακά (καλαμπόκι, κριθάρι, σόγια κ.α.) σε μορφή πίτουρου (αλεσμένα), γιατί έτσι τους δίνονται βασικές βιταμίνες και μεταλλικά άλατα. Ειδικά στις χήνες η τροφή που δίνεται είναι παραπάνω της απαραίτητης ποσότητας (και πολλές φορές με βίαιο

τρόπο) ώστε να παράγουν περισσότερη ποσότητα συκωτιού. Το κανονικό βάρος του συκωτιού μιας κανονικά εκτρεφόμενης χήνας είναι 310 γραμ. ενώ με την παραπάνω μέθοδο φτάνει και τα 2 κιλά. Ο λόγος αυτής της πρακτικής είναι η υψηλή τιμή διάθεσης του συκωτιού αυτού του πουλερικού. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:151-154)

5.1 ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΓΕΝΟΥΣ ΤΩΝ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ

Γενικά τα μικρά πουλερικά ξεχωρίζουν από τα μεγαλύτερα από τα παρακάτω χαρακτηριστικά:

- **Ο γόνδρος:** στο πίσω μέρος του στέρνου στα μικρά είναι εύκαμπτος και μαλακός όταν τον πιέζουμε με τα δάχτυλα, ενώ στα πιο μεγάλα είναι σκληρός και δύσκαμπτος.
- **Τα πόδια:** στα μικρά είναι ίσια, καθαρά και γυαλίζουν ενώ στα μεγάλα υπάρχουν σκληρές κεράτινες πλάκες και δεν γυαλίζουν.
- **Το δέρμα:** στα μικρά είναι ασπροκόκκινο η κοκκινωπό και σκληρό ενώ στα μεγαλύτερα είναι κίτρινο και μαλακό.
- **Η σάρκα(ψαχνό):** στα μικρά είναι τρυφερή και έχουν ανοιχτό χρώμα, ενώ όσο μεγαλώνουν γίνονται σκουρόχρωμα.
- **Το λίπος:** στα μικρά είναι άσπρο , μαλακό και μικρής ποσότητας, ενώ στα μεγαλύτερα είναι κίτρινο, σφιχτό και περισσότερο. Συγκεκριμένα στις μικρές πουλάδες, τα κοκόρια και τα καπόνια το λίπος είναι ομοιόμορφα μοιρασμένο, ενώ στα μεγαλύτερης ηλικίας (κότες, πετεινοί) συγκεντρώνεται στα κοιλιακά τοιχώματα.
- Ότι έχει να κάνει με το **ράμφος** είναι λάθος η εντύπωση ότι όταν είναι ευλύγιστο φανερώνει ότι το πουλερικό βρίσκεται σε μικρή ηλικία. Στην πραγματικότητα πρέπει να είναι σκληρό σε οποιαδήποτε ηλικία βρίσκεται αλλιώς είναι στοιχείο ραχιτισμού.

Όσον αφορά τις διαφορές ανάλογα με το γένος αυτές είναι κυρίως οι εξής:

- Τα πόδια στα αρσενικά είναι πιο μακριά και χονδρά ενώ στα θηλυκά είναι κοντά και λεπτά.
- Το κρέας των αρσενικών είναι πιο σκληρό και όχι τόσο νόστιμο ενώ των θηλυκών είναι πιο μαλακό και περισσότερο νόστιμο.

5.2. ΣΦΑΓΗ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΣΦΑΓΙΩΝ

Οι ενέργειες που ακολουθούμε είναι οι παρακάτω:

- Σφαγή με κόψιμο του λαιμού.
- Αποστράγγιση του αίματος.
- Πέρασμα από υγρή θερμοκρασία 75° -85° C για ένα λεπτό (αυτό βοηθά στην απαλλαγή από τα πούπουλα, είτε γίνει μηχανικά είτε με το χέρι).
- Τεμαχισμός των άκρων (κεφάλι & πόδια).
- Απαλλαγή από τα εντόσθια και ξέπλυμα στομαχικής κοιλότητας.
- Φύλαξη των εντοσθίων (στομάχι, συκωτάκια, καρδιά) σε χάρτινη συσκευασία.
- Συσκευασία και συντήρηση (ψύξη ή κατάψυξη). (Αλεξιάδης, 2005, σελ:154-156)

5.3. ΤΑ ΤΕΜΑΧΙΑ ΤΩΝ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ

Τα κύρια και δευτερεύοντα κομμάτια ενός σφαγίου πουλερικού είναι τα εξής:

Κύρια: μπούτια (με το πάνω άκρο που είναι ο μηρός και το κάτω άκρο που είναι που είναι η κνήμη). Στήθη με τα φιλέτα εσωτερικά.

Δευτερεύοντα: βάση φτερούγας (μπράτσο). Το μέσο της φτερούγας που ονομάζεται βραχίονας ή πλατάρι. Τα άκρα της φτερούγας που λέγονται φάλαγγες. Ο λαιμός, τα πόδια και το κεφάλι, εάν υπάρχουν στο σφάγιο. Ο σκελετός του κυρίως σώματος (καρκάσα ή καρίνα).

5.4. ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΚΑΙ ΚΟΠΗ ΤΩΝ ΤΕΜΑΧΙΩΝ

Ο τρόπος που κόβονται τα κομμάτια καθορίζεται από δύο παράγοντες

α) το μέγεθος του πουλερικού, και β) τον τρόπο παρασκευής τους.

Ανάλυση των παραγόντων

Το μέγεθος του καθαρισμένου πουλερικού (600-800 γραμ./1200γραμ./1600γραμ./2500γραμ. έως και 4 κιλά) μας δείχνει τον τρόπο που πρέπει να τεμαχίσουμε το πουλερικό ανάλογα με τις ανάγκες που απαιτεί το μενού ή το

εστιατόριο που απευθυνόμαστε. Έτσι βλέπουμε ένα κοτοπουλάκι 1200γραμ. θα μας δώσει 4 κύριες μερίδες (2 μπούτια και 2 στήθη με την βάση της φτερούγας) για ένα εστιατόριο που προσφέρει συγκεκριμένο μενού μενού, ενώ αντίστοιχα για ένα εστιατόριο a la carte θα χρειαστούμε ένα κοτόπουλο 1600 γραμ. για να έχουμε 4 μεγαλύτερες σε βάρος μερίδες. Όταν όμως προσφέρουμε τις παρασκευές μας σε μπουφέ, σε κάποιο ξενοδοχείο ή εστιατόριο τα τεμάχια του πουλερικού των 1200 γραμ. μπορούν να κοπούν σε 6 ή 8 κομμάτια, ενώ από τα πουλερικά 1600 γραμ. μπορούμε να πάρουμε 10-12 μερίδες.

Καθοριστικό ρόλο στον τρόπο κοπής παίζει και ο τρόπος παρασκευής που υπάρχει κάθε φορά. Έτσι για σωτέ-ραγκού (κοκκινιστά) ή φρικασέ μπορούμε να κόψουμε τα μπούτια σε 2 κομμάτια, εάν το πουλερικό ζυγίζει 1200γραμ. ή στα 3-4 εάν ζυγίζει 1600γραμ. και άνω. Τα στήθη δε του μικρού μεγέθους κοτοπουλάκια 600-800 γραμ., τα κόβουμε στη μέση από το λαιμό έως την ουρά κατά μήκος της ράχης σε 2 μερίδες, και τα παρασκευάζουμε στην σχάρα.

(Αλεξιάδης, 2005, σελ:157-158)

5.4.1. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ ΓΙΑ ΓΚΑΛΑΝΤΙΝΑ

Παίρνουμε το πουλερικό και αφού το καθαρίσουμε από τα λιπαρά στοιχεία της κοιλιάς, την ουρά και τις φτερούγες, το γυρίζουμε ακουμπώντας το ξύλο κοπής έχοντας μπροστά μας την πλευρά της ράχης και κάνουμε τα εξής:

1^{ον} χαράσσουμε με μαχαίρι από το σημείο που αφαιρέσαμε την ουρά προς το λαιμό χωρίς να κόψουμε τίποτα.

2^{ον} με την μύτη του μαχαιριού ξεκινάμε από το σημείο της λεκάνης από το μηρό και σπάμε την ένωση του συνδέσμου πιέζοντας με τον αντίχειρά μας. Βγάζουμε με το μαχαίρι το κομμάτι κρέατος πάνω στη λεκάνη.

3^{ον} προχωράμε προς την πλευρά του θώρακα και προσέχουμε να μην εισχωρήσουμε με το μαχαίρι στο εσωτερικό της ωμοπλάτης. Προχωράμε από την εξωτερική πλευρά και χαράσσουμε τη ράχη.

4^{ον} φτάνουμε στον σύνδεσμο της βάσης του μπράτσου (φτερούγα) με την ωμοπλάτη και την αφαιρούμε. Πηγαίνουμε προς την κλείδα του λαιμού ακουμπώντας πάντα πάνω στα κόκαλα για να μην χάνουμε το κομμάτι του ψαχνού .

5^{ον} χαράσσουμε με το μαχαίρι κατά μήκος του θώρακα και βγάζουμε το στήθος με το φιλέτο φθάνοντας μέχρι την άκρη του μισού πουλερικού στην καρίνα. Εκεί κάνουμε τις ίδιες ενέργειες σηκώνουμε τον σκελετό (καρκάσα) με το ένα χέρι μας και με το άλλο τον απομακρύνουμε με μια μαχαιριά από το δέρμα.

6^ο με σωστές κινήσεις χρησιμοποιώντας τη μύτη του μαχαιριού αφαιρούμε τα μέρη που έχουν απομείνει από τα κόκαλα. Αφήνουμε το πουλερικό σε ένα πάγκο ενώνοντας τε ξεκοκαλισμένα μπούτια και στήθη τεντώνοντας το δέρμα του λαιμού, τα μαρινάρουμε, τα γεμίζουμε με φάρσα που μας αρέσει και το βάζουμε με αλουμινόχαρτο ή το δένουμε με σπάγκο και τουλπάνι (ειδικό πανί).

5.4.2. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ ΓΙΑ ΣΧΑΡΑ

Για να ψησουμε πουλερικά στη σχάρα έχουμε δύο μεθόδους:

1^{ον} το τεμαχίζουμε κόβοντας το στη μέση, από το λαιμό έως την ουρά κατά μήκος της ράχης χωρίς να ξεχωρίζουμε τα δύο κομμάτια του, χαράσσουμε το ένα με μπαλτά στις ενώσεις των κοκάλων (των συνδέσμων του μηρού με την λεκάνη, του μηρού με τη κνήμη, της φτερούγας με την ωμοπλάτη) και κτυπώντας το με ένα μπάτη, ώστε να ψηθεί καλύτερα και

2^{ον} βγάζουμε τα επιμέρους κομμάτια στήθη ή μπούτια, από την καρκάσα (σκελετός) και κάνουμε τα εξής: από τα στήθη αφαιρούμε τα πλατάρια και τις φάλαγγες αφήνοντας το μπράτσο, τα μαρινάρουμε και τα ψηνουμε. Από τα μπούτια αφαιρούμε το μηριαίο οστό και τα οστά της κνήμης ή μόνο τα οστά της κνήμης αφήνοντας το μηριαίο οστό χαράσσουμε το όμως περιμετρικά ώστε να ψηθεί το τεμάχιο πιο εύκολα στη σχάρα. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:158-159)

5.5. ΥΠΟΠΡΟΙΟΝΤΑ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ

Είναι το συκωτάκι, το στομάχι, η καρδιά και μπορούν να παρασκευαστούν ποικιλοτρόπως.

5.6. ΤΡΟΠΟΙ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΤΩΝ ΤΕΜΑΧΙΩΝ ΤΩΝ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ

Γενικά τα πουλερικά μπορούμε να τα παρασκευάσουμε με διάφορους τρόπους, ανάλογα πάντα από την ηλικία και το είδος τους. Τα μικρής ηλικίας πουλερικά και λευκής σαρκός τα κάνουμε ως εξής παρασκευές: σχάρας, σωτέ, πωσέ, ατμού, πανέ, τηγανητά. Αυτά είναι κομμένα σε μερίδες ή εμανσέ σε μικρότερα τεμάχια. Ενώ για μεγαλύτερης ηλικίας πουλερικά συνηθίζουμε να τα παρασκευάζουμε: βραστά, μπραιζέ, πουαλέ, σούβλας, ψητά φούρνου, ραγκού, φρικασέ ή φριτούρας⁸. Μπορούμε να παρασκευάσουμε και για τα επιμέρους τεμάχια τους, τα οποία να είναι: α) για το πόδι ραγκού, φρικασέ, γεμιστό σωτέ, σχάρας, βραστό και τηγανητό, β) για το στήθος, γεμιστό σωτέ, σχάρας, πωσέ, πανέ, τηγανητό, κ.α. γ) η φτερούγα γίνεται σωτέ, τηγανητή, ραγκού, γεμιστή για ορεκτικό, δ) ο σκελετός (καρκάσα) χρησιμοποιείται για ζωμούς, σούπες ή σάλτσες. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:159)

Τα συσκευασμένα κοτόπουλα, κομμένα σε φιλέτα, κομμάτια με κόκαλο ή μερίδες είναι ίσως οι μεγαλύτερες ευκολίες στο καθημερινό μας μαγείρεμα. Το φιλέτο πρακτικά μαγειρεύεται εύκολα αλλά άμα δεν προσέξουμε μπορεί να καταλήξει μετά το μαγείρεμα σε ένα λαστιχένιο, αφυδατωμένο και άνοστο κομμάτι κρέας.

Το στήθος, ειδικά όταν το μαγειρεύουμε στη σχάρα ή το ψήνομαι σε αντικολητικό τηγάνι, το μυστικό είναι ο χρόνος μαγειρέματος, που είναι ανάλογος με το πάχος του φιλέτου.

Τα μπούτια επειδή έχουν πιο σκληρό κρέας χρειάζεται περισσότερος χρόνος μαγειρέματος και μπορούμε να τα νοστιμίσουμε με μια εύγεστη και απλή μαρινάδα η οποία είναι νερό, ζάχαρη και αλάτι. Τα αφηνουμε λίγη ώρα στο μείγμα και είναι έτοιμα για μαγείρεμα. (Δρίσκας, 2009,σελ:93)

5.7. ΣΤΡΟΥΘΟΚΑΜΗΛΟΣ

Η στρουθοκάμηλος είναι μεγάλο πτηνό, που ανήκει στην οικογένεια Στρουθιονίδες και στην τάξη Στρουθιόμορφα των δρομέων. Τοποθετείται στην ομάδα των ατροπιδοφόρων πουλιών, τα οποία στερούνται τρόπιδας στο στέρνο τους και δεν έχουν την ικανότητα να πετάξουν. Είναι το μεγαλύτερο πουλί που ζει σήμερα στον πλανήτη μας. Ζει σε αγέλες και τρώει σπόρους, φρούτα και έντομα. Εξαιτίας του κυνηγιού της για το φτέρωμά της, παρατηρείται μείωση του πληθυσμού της τα τελευταία χρόνια, ιδιαίτερα στην Αφρική και στην Αραβική Χερσόνησο. Τα φτερά του

πουλιού τα χρησιμοποιούν για διακόσμηση, ενώ το κρέας και τα αυγά της καταναλώνονται από τον άνθρωπο. Σε πολλές περιοχές του κόσμου αλλά και στην Ελλάδα υπάρχουν και εκτροφεία στρουθοκαμήλων.

Περιγραφή

Φθάνει σε ύψος τα 2-2,5 μέτρα και ζυγίζει από 50 ως 80 κιλά. Το σώμα της έχει φτερά και το χρώμα του είναι ασπρόμαυρο στα αρσενικά και γκρι στα θηλυκά. Ο λαιμός και το κεφάλι της καλύπτονται από χνούδι. Έχει μικρό κεφάλι σε σχέση με το υπόλοιπο σώμα της και μεγάλα μάτια με βλεφαρίδες. Το ράμφος της καταλήγει σε ονυχοειδή απόφυση και καλύπτεται από κερατίνη. Τα πόδια της είναι δυνατά και πανύψηλα και καταλήγουν σε δύο δάκτυλα. Από αυτά, το εξωτερικό δάκτυλο είναι μεγαλύτερο από το εξωτερικό και καταλήγει σε ένα σκληρό νύχι. Στο εμπρόσθιο τμήμα των ταρσών βρίσκονται φολίδες από κερατίνη. Είναι γρήγορα σε ταχύτητα και χρησιμοποιούν δυνατά τις κνήμες τους και εξασφαλίζουν ισορροπία στο σώμα με τις φτερούγες τους. Η ταχύτητά τους φθάνει τα 60 χιλιόμετρα την ώρα.

Αναπαραγωγή

Κατά την περίοδο αναπαραγωγής αποχωρίζονται από τις ομάδες και γίνονται μάχες ανάμεσα στα αρσενικά. Η διάρκεια της αναπαραγωγής ξεκινάει την άνοιξη και τα ζευγάρια που αποχωρίζονται από την αγέλη συζούν μέχρι το μέγλωμα των μικρών. Πολλά θηλυκά μαζί ανοίγουν τρύπες στο χώμα και γεννούν ένα αυγό. Η διάρκεια της επώασης είναι γύρω στις 40 ημέρες και το αρσενικό βοηθά στο κλώσημα. Τα μικρά ακολουθούνται από τους γονείς τους τις πρώτες ημέρες από τη γέννησή τους και σύντομα γίνονται ικανά να βρίσκουν την τροφή τους μόνα τους. Έπειτα από τρία χρόνια ενηλικιώνονται. (Πηγή: <http://el.wikipedia.org>)

Φριτούρα[8]: είναι η μέθοδος ψησίματος (τηγανίσματος) σε λιπαρή ουσία.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: ΚΥΝΗΓΙΑ

6. ΚΥΝΗΓΙΑ

Γενικά χαρακτηριστικά

Στην κυριολεξία η λέξη κυνηγώ σημαίνει οδηγώ τον σκύλο εκ του αρχαίου «κύων άγω» δηλαδή κυνηγάω να πιάσω άγρια ζώα και πουλιά με τη βοήθεια σκύλου. Αλλιώς το κυνήγι το ονομάζουμε και θήρα. Στην παλιά εποχή ο άνθρωπος ζούσε κυρίως από το κυνήγι. Έτσι εξασφάλιζε την τροφή και άλλα απαραίτητα προϊόντα όπως είναι το δέρμα και το μαλλί.

Το κυνήγι στην εποχή μας με την ανάπτυξη της κτηνοτροφίας γίνεται πιο πολύ σαν χόμπι. Στον τρόπο που χρησιμοποίησε ο άνθρωπος για να κυνηγήσει ,είχε μεγάλη βοήθεια από σκυλιά που ανακάλυπταν τα άγρια ζώα στις διαδρομές ή τις φωλιές τους. Άλλο ζώο που του έδωσε βοήθεια ήταν το γεράκι. Για να ασκηθεί το κυνήγι υπάρχουν κάποιοι περιορισμοί που αφορούν την περίοδο του χρόνου, το είδος των θηραμάτων και τις περιοχές που θα πραγματοποιηθεί. Το κρέας των κυνηγιών θεωρείται το πιο υγιεινό από όλα τα είδη κρέατος.

Διακρίσεις και κατηγορίες κυνηγιών

Υπάρχουν δύο κατηγορίες κυνηγιών:

- Τα κυνήγια με τρίχωμα «θηλαστικά»
- Τα κυνήγια με φτερά «πτηνά»

Την πρώτη κατηγορία τη διακρίνουμε σε «χοντρό κυνήγι» και περιλαμβάνει:

- Ζαρκάδι (δορκάδα)
- Αγριοκάτσικο (αίγαγρο)
- Ελάφι
- Αγριογούρουνο

Και σε «λεπτότερο κυνήγι» το οποίο περιλαμβάνει μικρότερα θηλαστικά όπως:

- Αγριοκούνελο
- Λαγό

Κατ'έπέκταση και το κουνέλι που είναι της ίδιας οικογένειας αλλά μπορεί να είναι είτε οικόσιτο είτε να εκτρέφεται σε κονικλοτροφεία.

Στη δεύτερη κατηγορία περιλαμβάνονται:

- Τα φτερωτά των δασών και των βουνών(φασιανός, μεκάτσα, νησιώτικη πέρδικα και πετροπέρδικα).
- Τα φτερωτά των αγρών και λιβαδιών (πέρδικα, τρυγόνι, φάσα, φασοπερίστερο, ορτύκι, τσίγλα, σιταρήθρα, ψαρόνι κ.α.)
- Τα φτερωτά που είναι υδρόβια σε βάλτους και λίμνες όπως η αγριόπαπια η οποία η οποία διακρίνεται σε πρασινοκέφαλη, σαρσέλα η κικίρι, χουλιάρόπαπια, τσικνό-πάπια και σουβλόπαπια.
- Επίσης υπάρχει και η νερόκοτα, το μεκατσίνι και η αγριόχηνα.

6.1. ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΗ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΥΝΗΓΙΟΥ

Τα κυνήγια καταναλώνονται χωρίς ιδιαίτερο έλεγχο και επιθεώρηση μετά τη σύλληψή τους. Πρέπει να προσέχουμε γιατί πρέπει να έχουν αφαιρέσει τα εντόσθια και την ουροδόχο κύστη. Το σημείο που πρέπει πάντα να παρατηρούμε είναι να μην είναι καχεκτικά (αδύνατα) γιατί αυτά είναι ακατάλληλα για τον άνθρωπο. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:163-164)

6.2. ΣΙΤΕΜΑ ΚΑΙ ΩΡΙΜΑΝΣΗ

Αυτό γίνεται με το κρέμασμα, συνήθως από τα τσιγκέλια, και την τοποθέτηση σε ψυγείο συντήρησης ή σε δροσερό μέρος (κελάρι) για αντίστοιχο χρονικό διάστημα ανάλογα με το κυνήγι. Η ενέργεια του χρόνου ωρίμανσης ονομάζεται διεθνώς «faisandage». Το κρέας του κυνηγιού είναι πολύ νόστιμο, τρυφερό και εύπεπτο όταν είναι μικρό το ζώο. Τα μεγαλύτερα έχουν αντίθετα χαρακτηριστικά για αυτό τα αφήνουμε να σιτέψουν για περισσότερο χρόνο και τα περνάμε από διαδικασία μαριναρίσματος. Χαρακτηριστικό στα φτερωτά κυνήγια είναι ότι ο φασιανός και η πέρδικα κρεμιούνται από το κεφάλι ενώ οι αγριόπαπιες και οι αγριόχηνες από τα πόδια.

6.3. Η ΜΑΡΙΝΑΔΑ ΣΤΑ ΚΥΝΗΓΙΑ

Κατά τη διάρκεια του μαριναρίσματος, ειδικά τα χοντρά κυνήγια τα τοποθετούμε σε κόκκινο κρασί ή ξύδι, σε μυρωδικά χόρτα (καρότο, σέλινο, κρεμμύδι, πράσο, θυμάρι, δάφνη) και καρυκεύματα (κεδρόμηλα, κόκκοι πιπέρι κ.α.). Αυτό γίνεται για να διευκολύνουμε την τρυφεροποίηση και να αποβάλουμε τη βαριά μυρωδιά και να έχει καλύτερη γεύση το κρέας. Ο χρόνος παραμονής της στη μαρινάδα είναι σύμφωνα με το ζώο και κυμαίνεται από ένα 24ωρο έως και 1 εβδομάδα (αγριογούρουνο).

6.4. ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΚΥΝΗΓΙΩΝ

Τα μεγάλα τριχωτά κυνήγια τα τεμαχίζουμε όπως τα μικρά θηλαστικά, π.χ. το ελάφι και το ζαρκάδι σαν το πρόβατο ή το μοσχάρι γάλακτος, το δε αγριογούρουνο σαν το χοιρινό. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:165-166)

6.5. ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΤΩΝ ΚΥΝΗΓΙΩΝ

α) Τριχωτά κυνήγια

Ανάλογα με την κατηγορία παρασκευάζονται με διάφορους τρόπους. Τα μεν πρώτης κατηγορίας σιβέ, ψητά σχάρας η φούρνου, σωτέ (γεμιστά ή όχι), τα δε δεύτερης κατηγορίας ραγκού, σιβέ ή εστοφαντ.

β) Φτερωτά κυνήγια

Οι τρόποι που μπορούν να μαγειρευτούν είναι ψητά στο φούρνο σούβλας ή σχάρας, ραγκού η σαλμί.

6.5. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΩΝ ΤΡΙΧΩΤΩΝ

Ζαρκάδι: είναι μηρυκαστικό κερασφόρο της οικογένειας των ελαφιών. Ζει στη Β. Ευρώπη και στη Σκανδιναβία. Τα μεγαλύτερα σε μέγεθος ζουν στη Ασία στα δάση του Καύκασου και της Σιβηρίας. Τα μεγάλα ζαρκάδια μπορούμε να τα αναγνωρίσουμε από το χρώμα τους που είναι σε αποχρώσεις του καφέ και του κόκκινου και τα μικρά από τα άσπρα σημάδια. Έχει μήκος μέχρι 1,20 του μέτρου, ύψος 70 εκατοστά και βάρος από 100-150 κιλά.

Η ηλικία του αναγνωρίζεται εκτός από τα σημάδια στο τρίχωμα και από τα μεγάλα κέρατα. Αυτά βγαίνουν στα αρσενικά αρχές της άνοιξης και πέφτουν τέλος φθινοπώρου. Το κρέας τους είναι πεντανόστιμο, σκούρου χρώματος.

Αγριοκάτσικο (αίγαγρος): έχει συγγένεια με τις αίγες και προγόνους αυτών. Βρίσκεται στις Άλπεις (Chamois) αλλά και σε πολλά μέρη της κεντρικής Ελλάδας και της Κρήτης (Λευκά όρη) όπου υπάρχει η μοναδική ποικιλία αίγαγρων τα γνωστά Κρι-Κρι. Το μήκος του είναι σχεδόν ένα μέτρο, ύψος 80 εκατοστά και το βάρος του τα 25-30 κιλά.

Ελάφι: συγγενεύει με τον αίγαγρο και το ζαρκάδι. Χαρακτηριστικό του είναι τα μεγάλα κέρατα και το πιο σκούρο τρίχωμα και κρέας, το οποίο έχει ουδέτερη γεύση και φέρνει λίγο από μεγάλο πρόβατο και λίγο βοδινό. Το κρέας χρειάζεται ωρίμανση τουλάχιστον για 15-20 μέρες και το μαριναρισμό του χρειάζεται δύο εικοσιτετράωρα.

Και τα τρία ζώα είναι φυτοφάγα και θεωρούνται τα πιο ευγενή και πιο εκλεκτά των τριχωτών κυνηγιών.

Αγριόχοιρος: είναι αρτιοδάκτυλο (όχι μηρκαστικό). Ανήκει στην οικογένεια των σσιδών της τάξης των χοιροειδών. Το ξεχωρίζουμε από το μακρύ ρύγχος που μοιάζει με προβοσκίδα και από τους μεγάλους προεξέχοντες κυνόδοντες. Το μήκος του φτάνει το 1,50 μέτρο, ύψος 80-1,10 εκατοστά και βάρος 150-200 κιλά. Τους συναντάμε στην Β. Αφρική, στην Ευρώπη και Ασία. Κατοικεί σε καλαμιές, βούρλα, δάση κωνοφόρων, πλατύφυλλων δέντρων και σε κοντούς θάμνους βελανιδιάς. Ζει σε κοπάδια και γεννά 4-12 μικρά.

Τα σημαντικότερα είδη που υπάρχουν είναι ο Ευρωπαϊκός, και ο Ασιατικός. Τρέφονται με φυτικές αλλά και ζωικές τροφές διότι είναι παμφάγα (ρίζες, πατάτες, αγριόμηλα, βελανίδια, σκουλήκια, έντομα κλπ.), ζουν 30-40 χρόνια αυτά όμως που εκτιμούνται περισσότερο για το νόστιμο, ζουμερό και τρυφερό τους κρέας είναι τα μικρά μέχρι 2-3 ετών. Τα μεγαλύτερα έχουν κρέας που μυρίζει έντονα και γι' αυτό επιβάλλεται η μακροήμερη παραμονή τους σε μαρινάδα με μπόλικα μυρωδικά.

Διάφορες ποικιλίες είναι ο ποταμόχοιρος της Νότιας Αμερικής, ο φακόχοιρος της Αφρικής, ο υλόχοιρος (σπάνιο είδος του Κονγκό και της Λιβερίας), ο ελαφόχοιρος ή βαβιρούσα (ιδιόρρυθμο είδος από τα νησιά Μαλούκες), πέκαρι (μικρόσωμο είδος που συγγενικό του είναι ο λευκόχοιρος που υπάρχει και στην Ελλάδα). Το τελευταίο είδος

προσφέρεται και για βιομηχανική εκμετάλλευση σε χοιροτροφία, έχει ζωή περίπου 10 χρόνια και χρησιμοποιείται για το κρέας, το δέρμα και το τρίχωμα του. Είναι όμως ζώα τα οποία καταστρέφουν τις καλλιέργειες καλαμποκιών, σιτηρών και οπωροκηπευτικών.

Αγριοκούνελο: ανήκει στην τάξη των τρωκτικών, της οικογένειας των λεποριδών. Επιστημονικά ονομάζεται «λαγώς ο κόνικλος». Το μήκος φτάνει τα 75 εκατοστά και το βάρος τους φτάνει τα κιλά. Έχει καταγωγή από την Δ. Αφρική και την Ισπανία. Από αυτές τις χώρες διαδόθηκε στην Γαλλία, Ιταλία, μέχρι και τις χώρες της Ανατολής. Σήμερα βρίσκονται σε όλα τον κόσμο. Μοιάζουν με τα κατοικίδια κουνέλια, ζουν στην φύση. Το δέρμα το χρησιμοποιούν για γουναρικά και το κρέας τους είναι ελάχιστα νόστιμο αλλά εύπεπτο χωρίς πολλά λιπαρά.

Λαγός: ανήκει στην ίδια οικογένεια με τα κατοικίδια κουνέλια και τα αγριοκούνελα. Η διαφορά του είναι ότι το κρέας του είναι πιο σκούρο και πολύ πιο νόστιμο. Τα πιο γνωστά είδη είναι ο λαγώς ο Κοινός ή Ευρωπαϊκός, ο Αμερικάνικος των λιβαδιών και ο λαγώς ο δειλός που ζει στα βόρεια κλίματα και το τρίχωμα του έχει χρώμα καφέ και λευκό. Στη χώρα μας γνωστός είναι ο κρητικός λαγός, ο οποίος είναι υπό εξαφάνιση επειδή δυστυχώς, θηρεύεται παράνομα.

Η σφαγή του γίνεται με χτύπημα στον αυχένα ή με την κοπή του λαιμού. Κατά την ενέργεια αυτή κρατάμε το αίμα του που το χρησιμοποιούμε στην μαρινάδα.

Ο τεμαχισμός του γίνεται ανάλογα με τις παρασκευές στις οποίες θα το χρησιμοποιήσουμε και το βάρος του. Έτσι μπορούμε να έχουμε από 6 μέχρι και 12 κομμάτια, τα οποία είναι τα εξής: τα 2 μπούτια κομμένα με μπαλτά στη λεκάνη, χωρισμένα στα 2 ή στα 6, νεφραμιά κομμένη ολόκληρη ή στα 2, ο θώρακας (στήθος) με τα 2 μπροστινά πόδια κομμένα στα 4 ή στα 8, ο σβέρκος (λαιμός) και το κεφάλι.

6.6. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΩΝ ΦΤΕΡΩΤΩΝ

Χαρακτηριστικό του φτερωτού κυνηγιού είναι ότι έχουν στεγνή σάρκα. Πρέπει λοιπόν να τα τυλίξουμε με λαρδί ή μπέικον για να τους δώσουμε επιπρόσθετη λιπαρότητα και επιπλέον γεύση. Γίνονται πιο νόστιμα με γαρνιτούρες που τους ταιριάζουν στις παρασκευές τους και αυτά είναι τα φρούτα του δάσους (βατόμουρα,

αγριοφράουλες, κάστανα), τα εσπεριδοειδή και γενικά οτιδήποτε έχει ανάμικτη γεύση, γλυκού, πικρού και ξινού.

Φασιανός: Έχει καταγωγή από την Ασία και το όνομα του προέρχεται από τον ποταμό Φάση της αρχαίας Κολχίδος εκεί όπου πρωτοβρέθηκε. Το αναγνωρίζουμε από τα χαρακτηριστικά φτερά του αρσενικού που είναι μεγάλοπτερο. Το θηλυκό όμως είναι πιο ευτραφές και με πολύ πιο νόστιμο κρέας.

Γνωστά είδη είναι ο φασιανός ο κοινός ή ο κοχλικός στις όχθες της Κασπίας Θάλασσας, ο τουρκουάτος της Σιβηρίας, ο χρυσόλοφος ο πεποικιλμένος που βρίσκεται στην Κίνα και στο Θιβέτ, ο συρματικός κ.α. Στην Ελλάδα συναντάμε στην Μακεδονία και στη Θράκη. Φτάνει τα 80 εκατοστά. Κατάλληλοι είναι όσοι έχουν ψαχνωμένο στήθος, τρυφερά μαλακά μπούτια μαζί με πόδια, το οποίο το διαπιστώνουμε με την ψηλάφηση.

Μπεκάτσα (ή ξυλόκοτα- τσαπόρνιθα-σουλτάνα): Το πιο χαρακτηριστικό της είναι η μεγάλη μύτη και τα μεγάλα λαμπερά μάτια. Μπορούμε να την μαγειρέψουμε με τα εντόσθια. Το χρώμα των φτερών της είναι καστανό-κόκκινο με γκριζες ή κίτρινες γραμμές. Το ανάστημα της φτάνει τα 30-35 εκατοστά και το βάρος της τα 500 γραμμάρια. Έχει ιδιαίτερα τρυφερό, ζουμερό και με πολύ ωραία γεύση κρέας. Το χειμώνα έρχεται από την Ευρώπη να αποδημήσει στα δάση της Κεντρικής και Βόρειας Ελλάδας.

Πέρδικα: Ανήκει στην οικογένεια των φασιανών. Συγγένεια έχει με πετροπέρδικα που ζει στα βουνά και τις πλαγιές και η νησιώτικη πέρδικα. Η καστανόχρωμη φαιά πέρδικα των αγρών διαφέρει από τις άλλες που είναι γκρι με άσπρα φτερά στο λαιμό. Τα πτηνά αυτά έχουν πιο ευτραφή σώμα, μικρά φτερά κι ουρά. Έχουν νόστιμο ψαχνό όταν είναι μικρές, ζυγίζουν 300-700 γραμμάρια και έχουν μήκος μέχρι 30 εκατοστά.

Ορτύκι: είναι συγγενές πτηνό με την πέρδικα, λίγο πιο μικρόσωμο και καμπουριαστό.

Τρυγόνι, φάσα, φασοπερίστερο: είναι συγγενικά πουλιά με το περιστέρι για τα οποία ισχύει ότι και για το περιστέρι.

Αγριόπαπια: Ανήκει στην οικογένεια των νησίδων, της τάξης των χηνόμορφων και είναι πρόγονος της οικόσιτης πάπιας ή νήσας. Τα είδη που υπάρχουν είναι διάφορα και όλα έχουν χαρακτηριστικό το κοντό, ευτραφή σώμα με την πιο μεγάλη λιπαρότητα από όλα τα κυνήγια.

Αγριόγηννα (ωτίδα ή αγριόγαλος): Είναι το μεγαλύτερο από τα μεταναστευτικά κυνήγια, τα οποία λόγω του ότι ταξιδεύει μεγάλες αποστάσεις είναι πιο μυώδες με πολύ ελαφρύ φτέρωμα. Ο άνθρωπος πρέπει να το καταναλώνει το συντομότερο δυνατό από το θάνατο του. Μπορεί να μαγειρευτεί είτε ψητή στο φούρνο με λαρδί, είτε με γέμιση ξηρών ή φρέσκων φρούτων. Του ταιριάζει η γλυκόξινη γεύση των υλικών. Είναι πτηνό που βρίσκεται δύσκολα διότι τείνει προς εξαφάνιση. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:165-169)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7: ΨΑΡΙΑ

7. ΨΑΡΙΑ-ΑΛΙΕΥΜΑΤΑ

Γενικά χαρακτηριστικά

Για το κρέας επαναλαμβάνω τον ορισμό ότι ορίζουμε ως κρέας όλα τα εδώδιμα μέρη του σώματος των θηλαστικών, πουλερικών, ψαριών, οστρακόδερμων και μαλάκιων . (Αρβανίτης κ. συν,2004, σελ:182)

Με τον όρο αλιεύματα ορίζουμε όλους τους ζωντανούς οργανισμούς που βρίσκονται είτε στην θάλασσα, τις λίμνες τα ποτάμια τα ιχθυοτροφία και ο άνθρωπος τα χρησιμοποιεί για τροφή. Έχει γίνει μελέτη πάνω από 30.000 είδη.

Το σώμα τους αποτελείται από το κεφάλι και το κορμί, το οποίο καταλήγει στην ουρά το δέρμα τους παρουσιάζει μία γλοιώδη υφή και είναι καλύπτεται με λέπια, ενώ είναι σπάνιες οι περιπτώσεις που αυτό παρουσιάζεται γυμνό (π.χ. κολιός, σκουμπρί, παλαμίδα, τόνοι), ή καλύπτεται από οστεώδεις πλάκες (π.χ. κοκάλι, σαυρίδι). Η κίνηση τους στο νερό γίνεται με το πίσω μέρος του σώματος τους και με την βοήθεια του ραχιαίου πτερύγιου. Τα πτερύγια τους διακρίνονται σε δύο ζεύγη, τα βοηθούν στα εξής:

- Το μεν ραχιαίο και ουραίο στην ισορροπία και κίνηση μέσα στο νερό.
- Τα δε σθηθιαία και κοιλιακά χρησιμοποιούνται για μικρές μετατοπίσεις μέσα στο νερό σαν φρένα και σαν όργανα έλεγχου της σταθερότητας.

Τα περισσότερα ψάρια είναι σαρκοφάγα. Πολλά είναι παμφάγα και μερικά τρέφονται μόνο με υδρόβια φυτά. Τα πιο πολλά έχουν δόντια σε μονές ή διπλές σειρές, μερικά μάλιστα ακόμα και στον ουρανίσκο. Δεν έχουν σιελογόνους αδένες και η γλώσσα τους είναι σαρκώδης και ακίνητη. Από τα όργανα τους πολύ ανεπτυγμένο είναι το συκώτι και το πάγκρεας.

Ελάχιστα είναι τα είδη ψαριών που δεν έχουν στομάχι και όλα σχεδόν έχουν ένα υδροστατικό όργανο που ονομάζεται «Νηκτική Κύστη» η οποία διευκολύνει την άνοδο και την κάθοδο των ψαριών μέσα στο νερό. Η αναπνοή τους γίνεται με βράγχια που βρίσκονται στα πλάγια του φάρυγγα.

Τα ψάρια είναι «ερόθερμα» που σημαίνει δεν έχουν σταθερή θερμοκρασία αλλά αλλάζει ανάλογα με τη θερμοκρασία που υπάρχει στο περιβάλλον. Επίσης έχουν ένα εσωτερικό αντί που χρησιμεύει για την ισορροπία.

Τα ψάρια (εκτός από σπάνιες εξαιρέσεις), έχουν χωριστά φύλλα και είναι ωότοκα. Το θηλυκό γεννάει αυγά πάνω στα οποία τοποθετεί το αρσενικό το γόνιμο υγρό του που περιέχει τα σπερματοζώαρια. Η διαδικασία αυτή γίνεται κάθε χρόνο.

Τα ψάρια προσφέρουν στον άνθρωπο πολλά προϊόντα: το νόστιμο κρέας τους, τα πολύτιμα λάδια διατροφής και βιομηχανίας, ενώ από νηκτικές κύστες τους παρασκευάζεται η κόλα. Επίσης το δέρμα κάποιων ψαριών (π.χ. του καρχαρία) χρησιμεύει για την παρασκευή πολύτιμων δερμάτινων ειδών.

Τα αλιεύματα πριν βγουν στην αγορά τα διαχωρίζουμε σε κατηγορίες:

Τα ψάρια που ανάλογα τον σκελετό τους διακρίνονται σε επίπεδα (flat) και σε στρογγυλά (round). Η διάκριση αυτή έχει να κάνει και με τον τρόπο παρασκευής τους.

- Κεφαλόποδα
- Οστρακοειδή
- Μαλακόστρακα

Τα αλιεύματα διατίθενται σε πολλές μορφές, όπως:

- Νωπά
- Κατεψυγμένα
- Αποξηραμένα
- Αλίπαστα
- Καπνιστά
- Διατηρημένα αυγά ψαριών

(Αρβανίτης κ. συν,2004, σελ:220-221)

Σύσταση ψαριών-θρεπτικά συστατικά

Το κρέας των ψαριών περιέχει 15-20% πρωτεΐνες, 1-25% λίπος (ανάλογα με το ψάρι), ελάχιστους υδατάνθρακες, νερό, ανόργανα άλατα και βιταμίνες. Οι πρωτεΐνες που περιέχουν όλα τα αμινοξέα που είναι ίδια με αυτά του κρέατος. Το λίπος έχει ακόρεστα οξέα, πράμα που κάνει πιο εύπεπτο από τα λίπη των ζώων. Επίσης τα ψάρια είναι πλούσια σε άλατα φωσφόρου, μαγνησίου, σιδήρου, χαλκού και ιωδίου. Υπάρχουν διαφορές, από είδος σε είδος ψαριού, στην αναλογία του λίπους και των αλάτων και αυτό είναι που δίνει χαρακτηριστική γεύση στο καθένα. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:33-34)

7.1. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΨΑΡΙΩΝ (ΒΑΣΗ ΤΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΠΟΥ ΖΟΥΝ ΒΑΣΗ ΤΗΣ ΑΞΙΑΣ ΤΟΥΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΘΡΕΠΤΙΚΗΣ ΤΟΥΣ ΑΞΙΑΣ)

Τα ψάρια διακρίνονται σε δύο μεγάλες κατηγορίες:

α) του γλυκού νερού: τα ψάρια του γλυκού νερού σύμφωνα με την αξία τους διακρίνονται σε τρεις ομάδες:

1^η ομάδα (ακριβά): σολομός, πέστροφα, χέλι, οξύρρυγχος, κυπρίνος, σολομό-πέστροφα, πέρκα.

2^η ομάδα (λιγότερα ακριβά): γουλιανός, γριβάδι, σανζάνι, πεταλίνα, τσιρόνια.

και β) του αλμυρού: τα ψάρια του αλμυρού νερού συμφωνά με την αξία τους διακρίνονται σε δύο ομάδες:

1^η ομάδα (ακριβά): σαργός, σφυρίδα, συναγρίδα, μπαρμπούνια, σκαθάρια, φαγκριά, γλώσσες, λυθρίνια, τσιπούρες.

2^η ομάδα (λιγότερο ακριβά): ροφός, στείρα-βλάχος, κέφαλος, ξιφίας, μελανούρι, γαλέος, μπακαλιάρος, κολιός, παλαμίδα, κουτσομούρα, σπάρος, μαγιάτικο.

3^η ομάδα (οικονομικά): γόπα, μαρίδα, σαρδέλα ή φρίσα, γαύρο, αθερίνα, πέρκα, σκορπιός, σμέρνα.

Βάση της θρεπτικής τους αξίας

Το κρέας των ψαριών έχει μεν την ίδια θρεπτική αξία με αυτό των ζώων αλλά μικρότερη θερμιδική απόδοση. Βάση της περιεκτικότητας τους σε λίπος χωρίζονται στις παρακάτω κατηγορίες:

Άπαχα ψάρια: (λίπος-2-3%). Στην κατηγορία αυτή ανήκουν το μπαρμπούνι, η γλώσσα, η συναγρίδα, η σφυρίδα κ.α.

Ημίπαχα ψάρια: (3-8%). Στην κατηγορία αυτή ανήκουν η ρέγκα, ο ξιφίας, ο τόνος, το σκουμπρί, ο κολιός, κ.α.

Παχιά ψάρια: (8% και άνω). Στην κατηγορία αυτή ανήκουν το χέλι, ο σολομός, η σαρδέλα κ.α.

Πρέπει να σημειωθεί ότι η ποσότητα του λίπους διαφέρει όχι μόνο ανάλογα με το είδος του ψαριού αλλά και ανάλογα με την εποχή της αλιείας. Τα ακόρεστα λίπη των ψαριών οξειδώνονται εύκολα και δίνουν την ιδιάζουσα οσμή στο μπαγιάτικο ψάρι.

7.2. ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΨΑΡΙΩΝ

α) Αφού ξεπλύνουμε καλά τα ψάρια, πάντα με κρύο νερό, τα αφήνουμε να στραγγίξουν σε ένα σκεύος με σχάρα.

β) Τα τοποθετούμε με τη κοιλιά προς τα κάτω σε τριμμένο πάγο και καθαρό πανί.

γ) Τα τοποθετούμε σε χώρο συντήρησης (ψυγείο) ο οποίος πρέπει να έχει 0-1C και να χρησιμοποιείται αποκλειστικά για τα ψάρια ώστε η ιδιάζουσα μυρωδιά τους να μην επηρεάζει τα υπόλοιπα είδη. (Καπερώνη ,2001, σελ:126-127)

7.3. ΥΠΟΠΡΟΙΟΝΤΑ ΨΑΡΙΟΥ

Εκτός από την σάρκα (ψαχνό) που χρησιμοποιούνται για μαγειρικά παρασκευάσματα τα υπόλοιπα προϊόντα τα χρησιμοποιούμε ως εξής:

1. Τα λιπαρά μέρη (ειδικά των θαλάσσιων θηλαστικών π.χ. φάλαινα, φώκια, θαλάσσιος ελέφαντας), τα χρησιμοποιούμε για σαπούνια, φαρμακευτικά είδη, κατεργασία δερμάτων, λιπαντικά, τυπογραφικό μελάνι.
2. Το συκώτι για φαρμακευτική χρήση και σαν βιταμινούχο είδος.
3. Το πάγκρεας για την ινσουλίνη.
4. Τα κόκαλα και τα αγκάθια τους στην κτηνοτροφία, για λιπάσματα, κόλλα και ζελατίνη.
5. Τη νηστική κύστη για ζελατίνη.
6. Τα αυγά των ψαριών για τη μαγειρική. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:34-44)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8: ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΤΩΝ ΖΩΩΝ

8. ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΖΩΩΝ

Ιστορική αναδρομή

Από την αρχαία εποχή ο άνθρωπος υποψιαζόταν ότι το κρέας μπορεί να ήταν η αιτία ασθενειών. Αυτό το γνωρίζουμε από τους κανονισμούς που είχαν οι αρχαίοι Αιγύπτιοι και οι Παλαιστίνιοι για τη θανάτωση και τη διάθεση των κρεάτων. Οι ιερείς που εξέταζαν τα ζώα μόνο άμα ήταν υγιή τα θανάτωναν.

Οτιδήποτε δεν είχε καταναλωθεί σε 4 ημέρες το έκαιγαν. Στο Μεσαίωνα υπήρχαν κανονισμοί που ρύθμιζαν τον τρόπο σφαγής και πώλησης των τεμαχίων κρέατος. Με τη νομοθέτηση του 1914 η χώρα μας άρχισε να κάνει έλεγγους πάνω στο θέμα των ασθενειών. Σήμερα ο έλεγχος αυτός γίνεται με διατάγματα που αφορούν την κτηνιατρική επιθεώρηση.

Η εξέλιξη και τα μέσα έλεγχου επιβεβαιώνουν τις υποψίες για ύπαρξη αιτιών που είναι υπεύθυνες για τη μετάδοση των ασθενειών κατά τη διάθεση του κρέατος. Οι βασικές αιτίες είναι τα μικρόβια (μικροοργανισμοί) τα οποία χωρίζονται σε:

- Βακτηρίδια και κόκκους
- Μύκητες (μούχλα)
- Ζύμες
- Ιοί

Οι ασθένειες που μεταδίδονται στους ανθρώπους από τα τεμάχια των ζώων χωρίζονται σε δύο κατηγορίες:

α) **Μολυσματικές, μεταδοτικές ασθένειες**: είναι αυτές που μεταδίδονται εύκολα από ζώο σε ζώο και μετά με τη σειρά του στον άνθρωπο. Μπορούν να αφανιστούν ολόκληρες γενιές, ακόμα και να μεταδοθούν και από χώρα σε χώρα. Οι ασθένειες αυτές είναι οι εξής:

Ο άνθρακας: αίτιο της είναι ο βάκιλος που προκαλεί μόλυνση του αίματος. Φυσικά με την διάγνωση του τα μολυσμένα ζώα καταστρέφονται.

Η ευλογιά: προκαλείται σε ζώα ελεύθερης βοσκής, ιδιαίτερα στις αγελάδες. Είναι θανατηφόρα εάν δεν διαγνωστεί μέσα σε 1-3 μέρες.

Η φυματίωση: οφείλεται στο μυκοβακτηρίδιο που η σχέση του με την ασθένεια ανακαλύφθηκε από τον Κοχ. Μπορεί να μεταδοθεί με το γάλα και το κρέας των ζώων.

Ο τέτανος: οφείλεται στο κλωστηρίδιο του τετάνου, το οποίο μπορεί να μεταδοθεί από τις μύγες που πλησιάζουν τα κόπρανα και τα ίδια τα ζώα.

Ο μελιταίος πυρετός: είναι οξεία μεταδοτική και μακρόχρονη μεταδοτική ασθένεια που οφείλεται στο μικρόβιο «μελιταίος μικρόκοκκος». Το όνομα προήλθε από το νησί της Μάλτας (Μελίτη) το οποίο ήταν η κυριότερη εστία αυτής της ασθένειας. Μπορεί να μεταδοθεί από το άβραστο γάλα και από το φρέσκο τυρί ή βούτυρο γάλακτος ζώων. Για να προλάβουμε αυτή την ασθένεια πρέπει να αποφεύγουμε το άβραστο ή αποστειρωμένο γάλα.

β) παρασιτικές ασθένειες: οι πιο σημαντικές είναι:

Οι τριχίνες: είναι μικροσκοπικά σκουλήκια σφηνωμένα στους μυς του κρέατος. Μεταδίδονται στα χοιρινά από μολυσμένα ποντίκια. Η κατανάλωση μολυσμένου χοιρινού κρέατος προκαλεί την ασθένεια «τριχίνωση». Οι τριχίνες καταστρέφονται σε μαγείρεμα κρέατος σε θερμοκρασία 80 C.

Η ταινία: εμφανίζεται κυρίως στα βοοειδή και το χοιρινό κρέας και αναπτύσσεται στο πεπτικό σύστημα. Τα εμφανή συμπτώματα είναι νευρολογικά και γαστρεντερικά. Και η ταινία καταστρέφεται άνω των 80 C. (Αλεξιάδης, 2005, σελ:94-95)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9: ΑΛΛΟΙΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΡΕΑΤΟΣ

9. ΑΛΛΟΙΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΡΕΑΤΟΣ

Το κρέας όπως είναι γνωστό μπορεί εύκολα να προσβληθεί από τους διάφορους μικροοργανισμούς αν δεν τηρούμε σωστά τους κανονισμούς υγιεινής και συντήρησης. Οι μικροοργανισμοί βρίσκονται παντού στο περιβάλλον και είναι τόσο μικροί και πολυάριθμοι που είναι αδύνατον να τους αποφύγουμε. Οι μικροοργανισμοί, μολύνουν το κρέας και το αλλοιώνουν. Για να πολλαπλασιασθούν όμως και να αλλοιώσουν θα πρέπει να υπάρχουν και οι κατάλληλες συνθήκες που θα ευνοήσουν την ανάπτυξή τους. Αυτές είναι:

α) Η θερμοκρασία του περιβάλλοντος

ο κατάλληλος παράγοντας είναι οι υψηλές θερμοκρασίες για την ανάπτυξη της μυϊγας του κρέατος. Όταν βρεθεί στην κατάλληλη θερμοκρασία τοποθετεί τα αυγά στο κρέας, τα οποία μέσα σε μικρό χρονικό διάστημα μετατρέπονται σε νύμφες που μοιάζουν με μικρά σκουλήκια. Δεν υπάρχει κίνδυνος για τον άνθρωπο αλλά δεν είναι ευχάριστη η εικόνα του κρέατος αλλά αποκρουστική .

Η υψηλή θερμοκρασία συντελεί ακόμα στην ανάπτυξη και στον πολλαπλασιασμό των βακτηριδίων της σήψεως. Οι ευρωτομύκητες (πράσινοι, κίτρινοι, θαλασσί) αναπτύσσονται μόλις βρουν κατάλληλη θερμοκρασία και συνθήκες, πολλαπλασιάζονται επάνω στο κρέας και δημιουργούν δυσάρεστη οσμή.

Αντίθετα στα ψυγεία που υπάρχουν χαμηλές θερμοκρασίες είναι ένας ανασταλτικός παράγων για την ανάπτυξη αυτών. Η χαμηλή αυτή θερμοκρασία να μην είναι φυσικά κάτω από τη σημείο τήξεως του νερού (-1,5° C)

β) Η υγρασία

Η υγρασία είναι ένας παράγων που ευνοεί πολύ την ανάπτυξη των μικροοργανισμών. Η υγρασία μπορεί να βρίσκεται η μέσα στο κρέας, οπότε οι μικροοργανισμοί το προσβάλλουν και προκαλούν τη σήψη. Η σήψη προκαλείται από μικρόβια που βρίσκονται στα χώματα και στα απόνερα. Έτσι με αυτό τον τρόπο μεταφέρονται και στα τρόφιμα. Η εμφάνιση των τροφίμων που έχουν προσβληθεί από σήψη έχουν κακή όψη και μυρίζουν άσχημα. (Metz et al., x.x, σελ:37)

Από το άλλο μέρος η υπερβολική υγρασία ευνοεί την ανάπτυξη των μικροοργανισμών με αποτέλεσμα να δημιουργείται η γλίτσα. Η παντελής έλλειψη υγρασίας μαυρίζει το κρέας, το στεγνώνει τελείως και η απώλεια σε βάρος είναι μεγάλη. Η διατήρηση επομένως της κατάλληλης θερμοκρασίας στους ψυκτικούς θαλάμους θα αποτρέψει τα παραπάνω και θα διατηρήσει το κρέας σε καλή υγιεινή κατάσταση.

γ) Η οξύτητα του κρέατος

Το ουδέτερο περιβάλλον ευνοεί να πολλαπλασιαστούν διάφοροι μικροοργανισμοί, το οποίο αντιστοιχεί σε μια οξύτητα 7 (η οξύτητα μετράται από 1-14). Το περιβάλλον της ουδετερότητας συναντάται στο ζώο αμέσως μετά τη σφαγή του και διαρκεί λίγες μόνο ώρες. Μόλις το σφάγιο θα μπει στο στάδιο της ακαμψίας του θανάτου η ουδετερότητα ελαττώνεται, όσο δε ελαττώνεται τόσο οι μικροοργανισμοί αδρανοποιούνται και δεν πολλαπλασιάζονται.

Όταν η οξύτητα είναι στο 6 στην ξινή κατάσταση, τότε η ταχύτητα με την οποία αναπτύσσονται οι μικροοργανισμοί ελαττώνεται και όσο αυτή κατεβαίνει, τόσο η ανάπτυξη και ο πολλαπλασιασμός των μικροοργανισμών σταματά. (Ράπτης, 1997, σελ:102-103)

9.1. Η ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΤΟΥ ΚΡΕΑΤΟΣ

Τα φαγητά επηρεάζονται από πολλούς παράγοντες, όπως το είδος του κρέατος που δίνει ένα συγκεκριμένο πιάτο, οι τρόποι μαγειρέματος, ο σωστός τρόπος αποθήκευσης κ.α.. Ο σπουδαιότερος παράγοντας είναι της αποθήκευσης αφού προστατεύει τα κρέατα από την ανάπτυξη και των πολλαπλασιασμό των μικροοργανισμών.

Επειδή το κρέας είναι το ακριβότερο συστατικό του πιάτου θα πρέπει να δίνεται πολύ προσοχή για να αποφεύγονται οποιαδήποτε αλλοίωση. Το πιάτο του κρέατος θα είναι από ποιοτικής και υγιεινής πλευράς τέλειο, όταν:

1. Ελέγχετε την αγορά κρέατος όταν αυτές καταφθάνουν στη επισιτιστική επιχείρηση, για να διαπιστώνεται ότι είναι αυτά που έχετε ζητήσει.
2. Αγοράζετε κρέατα σε μικρή ποσότητα και για μικρό χρονικό διάστημα αποθήκευσης.

3. Χρησιμοποιείτε τα κρέατα μόλις τα παραλάβετε. Τα νωπά κρέατα μην τα αποθηκεύετε παραπάνω από 7 μέρες.
4. Αποθηκεύετε τα κρέατα στις κανονικές θερμοκρασίες ψυγείου, δηλαδή από 0-2° C. Το κρέας θα παγώσει όταν η θερμοκρασία είναι κάτω των -2° C(σημείο πήξεως των υγρών του κρέατος).
5. Διατηρείτε τα νωπά κρέατα σε διαφορετικά ράφια του ψυγείου από τα άλλα τρόφιμα για να αποφύγετε τυχόν μολύνσεις.
6. Τυλίγετε τα κρέατα χαλαρά. Οι μικροοργανισμοί αναπτύσσονται και πολλαπλασιάζονται παρουσία υγρασίας. Η κυκλοφορία του αέρα εμποδίζει την ανάπτυξη τους. Να καλύπτετε τις επιφάνειες των κομματιών με ειδική ταινία για να εμποδίσετε το στέγνωμα.
7. Αποφεύγετε να πακετάρετε εκ νέου τα κρέατα συσκευασμένα σε κενό αέρος.
8. Χρησιμοποιείτε τον κιμά την ίδια μέρα της κοπής. Λόγω της κατεργασίας αυτής προσβάλλεται εύκολα από τα βακτηρίδια.
9. Χρησιμοποιείτε τα κομμένα αλλαντικά, όπως ζαμπόν, μπέικον, σαλάμι μέχρι 6 μέρες. Παραπάνω χιόνος αποθήκευσης των ημερών υπάρχει κίνδυνος αλλοίωσης του προϊόντος.
10. Διατήρηση καθαριότητας στα ψυγεία προκειμένου να αποφύγετε τις μολύνσεις του κρέατος. (Ράπτης, 1997, σελ:104-105)

9.1.1 ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΕΤΟΙΜΩΝ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΦΑΓΗΤΩΝ

Στην επαγγελματική κουζίνα ένα μέρος των εργασιών πρέπει να γίνει από πριν, και μετά γίνεται η υπόλοιπη επεξεργασία. Αυτό ονομάζεται χρονική και θερμική αποσύζευξη. Επίσης δεν μπορούμε να αποφεύγουμε το γεγονός το ότι περισσεύουν στα επιμέρους γεύματα υπόλοιπα παρασκευασμάτων, διότι δεν μπορούμε να υπολογίσουμε τον αριθμό των πελατών.

Η σωστή αποθήκευση μέχρι την περαιτέρω χρήση βοηθά στην αποφυγή, μεγάλων απωλειών σε εμφάνιση και γεύση και προλαμβάνει την αλλοίωση. Όλα τα έτοιμα τρόφιμα αποθηκεύονται μέχρι στο ψυγείο ή στο χώρο ψύξης. Καυτά παρασκευάσματα πρέπει να κρυσώσουν γρήγορα.

Γι' αυτό είναι απαραίτητο να τοποθετούνται σε μικρά ή ρηχά σκεύη. Επίσης πρέπει να σκεφτούμε ότι: εάν ένα ψυγείο λειτουργεί συνέχεια, τότε, εάν δεν κάνει

διακοπή, δεν εγγυάται μια ικανοποιητική ψύξη. Μέτρα τα οποία εξασφαλίζουν την καλύτερη αποθήκευση:

Ζωμοί: αφαιρείται το λίπος από την επιφάνεια, διότι θα κρατούσε τη θερμότητα και θα επιβράδυνε την ψύξη.

Σάλτσες και σούπες βελουτέ: βάζουμε βούτυρο, για να μην σχηματίζεται πέτσα.

Βραστό κρέας: όπως το βοδινό στήθος, η γλώσσα, τα πουλερικά χύνουμε κρύο νερό. Κατόπιν απλώνονται επάνω σε λαμαρίνες και καλύπτουμε με βρεγμένα πανιά για μην στεγνώσει η επιφάνεια τους. Όταν πρόκειται να αποθηκευτούν τα βάζουμε μέσα σε κρύο άπαχο ζωμό.

Ψητό κρέας: απλώνεται επάνω σε ταινιά με σχάρες. Όταν κρυώσει, τοποθετείται σε ειδικές σακούλες ή λυγίζεται με λαδόκολλα, για να προστατεύεται από ξένες μυρωδιές και για να μην στεγνώσει.

Ψάρια στον ατμό: αποθηκεύονται στο ζωμό τους. (Gruner et al., 2009, σελ:48)

9.2. Η ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΤΟΥ ΚΡΕΑΤΟΣ

Το κρέας δεν μπορεί να μείνει αναλλοίωτο για πολύ χρόνο γιατί οι διάφοροι μικροοργανισμοί αρχίζουν την δράση τους αμέσως μετά τη σφαγή του ζώου, μεταβάλλουν τα συστατικά του και το καθιστούν ακατάλληλο.

Έτσι ο άνθρωπος για να εξουδετερώσει τους παράγοντες ή να δυσχεράνει την ανάπτυξη και τον πολλαπλασιασμό τους, και να διατηρήσει το κρέας σε καλή υγειονομική κατάσταση εφαρμόζει διάφορες μεθόδους διατήρησης, οι οποίες είναι:

α) Η ξήρανση

Η ξήρανση πραγματοποιείται με τεχνικά μέσα ή εκθέτουμε το κρέας στον ήλιο να απομακρυνθεί η υγρασία και να αποτρέψει την δημιουργία μικροοργανισμών. Με την ξήρανση χάνεται το νερό αλλά, όχι όμως τα θρεπτικά συστατικά.

β) Το αλάτισμα

Τοποθετείται το κρέας σε μαγειρικό αλάτι (ξηρό αλάτισμά)ή σε υγρό αλάτισμα. Και στις δύο περιπτώσεις το αλάτι εισχωρεί στη μάζα του κρέατος και καταστρέφει

κάθε μικροοργανισμό με την αντισηπτική του ιδιότητα. Το αλατισμένο κρέας είναι λιγότερο θρεπτικό από το νωπό γιατί καταστρέφονται όλες οι βιταμίνες κυρίως η C.

Στην έλλειψη των βιταμινών από τις τροφές οφείλονταν στο παρελθόν η εμφάνιση της αρρώστιας *σκορβούτο*. Το κρέας που αποδεικνύεται για τη μέθοδο του αλατίσματος είναι το χοιρινό, καθώς και το βοδινό.

γ) **Το κάπνισμα**

Το κάπνισμα γίνεται με το να βάλουμε κομμάτια κρέατος σε ειδικούς θαλάμους για μεγάλο ή μικρό χρονικό διάστημα, όπου με την καύση των ξύλων σχηματίζεται πυκνός καπνός που εισχωρεί στο κρέας. Ο καπνός έχει αντισηπτικές ιδιότητες και καταστρέφει κάθε μικρόβιο που υπάρχει στην επιφάνεια του κρέατος.

Ακόμα ο καπνός αποβάλλει το βάρος του κρέατος με αποτέλεσμα οι μικροοργανισμοί να μην μπορούν να πολλαπλασιαστούν.

Το καπνιστό κρέας αποκτά χαρακτηριστική οσμή και γεύση. Το ξύλο που χρησιμοποιείται για το σκοπό αυτό είναι εκείνο της οξιάς, απαγορευμένης της χρήσης άλλων, κυρίως δε των κωνοφόρων δέντρων.

δ) **Η κονσερβοποίηση**

Με την κονσερβοποίηση το κρέας, αφού βράσει προηγουμένως για να μην καταστραφούν όλοι μικροοργανισμοί, τοποθετείται σε κουτιά από λευκοσίδηρο τελείως αποστειρωμένα και κατόπιν κλείνεται αεροστεγώς με ειδικά μηχανήματα.

Το κρέας μπορεί να διατηρηθεί για μεγάλο χρονικό διάστημα χωρίς να χάσει τίποτα από τα συστατικά του εκτός από τις βιταμίνες του που καταστρέφονται με το βρασμό (αποστείρωση).

Η αλλοίωση μιας κονσέρβας μπορεί να προκληθεί από δια φορές αιτίες όπως κατά την αποστείρωση διάφοροι μικροοργανισμοί να εισήλθαν από μια ρωγμή ή μια πολύ μικρή τρύπα.

Οι αλλοιώσεις στις κονσέρβες εκδηλώνονται κυρίως με τη διόγκωση του κουτιού. Όλες οι κονσέρβες πρέπει να αναγράφουν στο κουτί την ημερομηνία λήξεως. Αν η ημερομηνία αυτή έχει λήξει δεν πρέπει να τα χρησιμοποιούμε.

Οι κονσέρβες διατηρούνται σε ψυχρό περιβάλλον έως και 2 χρόνια αντίθετα το θερμό περιβάλλον διευκολύνει της χημικές αντιδράσεις, καθώς και τη διόγκωση και τη διάβρωση των κουτιών.

ε) **Η κατάψυξη**

Η κατάψυξη θεωρείται ο καλύτερος τρόπος διατήρησης του κρέατος και γενικά πολλών άλλων τροφίμων. Η κατάψυξη δεν αλλοιώνει τη γεύση και το χρώμα του κρέατος, ενώ παράλληλα παρέχει μεγάλη ασφάλεια από υγιεινής πλευράς, γιατί αναστέλλεται η δραστηριότητα των μικροοργανισμών. Τα κρέατα που πρόκειται να καταψυχθούν πρέπει να είναι καλής ποιότητας με αρκετό λίπος στην επιφάνεια.

Καταψύχονται ολόκληρα ζώα η τεμαχισμένα με κόκαλο η χωρίς. Καταψύχεται ο κιμάς και τελευταία με την ανάπτυξη της τεχνολογίας καταψύχονται μαγειρεμένα φαγητά. Για να καταψυχθεί το κρέας τοποθετείται σε θαλάμους χαμηλής θερμοκρασίας και επέρχεται πήξη στο νερό των ιστών, το σημείο πήξεως του νερού είναι η θερμοκρασία $-1,5^{\circ}\text{C}$. Για να θεωρηθεί δε κατεψυγμένο το κρέας πρέπει να βρίσκεται στη θερμοκρασία των -6°C .

Τα κατεψυγμένα κρέατα όταν πρόκειται να χρησιμοποιηθούν πρέπει να αποψύχονται με αργό ρυθμό μέσα στο ψυγείο (0°C), η στη θερμοκρασία περιβάλλοντος. Κατεψυγμένο κρέας δεν πρέπει να αποψύχεται ποτέ σε ζεστό νερό ή σε κρύο, γιατί χάνει ένα μεγάλο μέρος από τους χυμούς του. Ο χρόνος που απαιτείται για την απόψυξη θα εξαρτηθεί από τον όγκο του κομματιού, έτσι κομμάτι ενός κιλού ξεπαγώνει σε 1ημέρα, 5-6 κιλών σε 24-48 ώρες, τεταρτημόριο σε 1 εβδομάδα.

Το αποψυγμένο κρέας προσβάλλεται ευκολότερα του νωπού από τους διάφορους μικροοργανισμούς λόγω της αυξημένης υγρασίας. Το αποψυγμένο κρέας ποτέ δεν πρέπει να επαναψύχεται, αλλά να καταναλώνεται αμέσως. (Ράπτης, 1997, σελ:105-107)

στ) **Η συντήρηση**

Η συντήρηση του ψυγμένου κρέατος γίνεται σε διαφορετικούς θαλάμους από εκείνους που έγινε η ψύξη. Στους χώρο συντήρησης πρέπει να τοποθετείται μόνο κρέας στο οποίο έχει τελειώσει η διαδικασία ψύξης.

Για τη νωπότητα του ψυγμένου κρέατος ο χώρος συντήρησης πρέπει να έχει θερμοκρασία μεταξύ -1 και $+2$. όσον αφορά τη σχετική υγρασία του αέρος πρέπει να

βρεθεί ένας μέσος όρος μεταξύ της χαμηλής σχετικής υγρασίας που έχει σαν αποτέλεσμα τη μεγάλη ξήρανση της επιφάνειας του σφαγίου και της υψηλής συμπύκνωσης υδρατμών της επιφάνειας του και επομένως ένα καλό υπόστρωμα για την ανάπτυξη των μικροοργανισμών.

Γι αυτό η ταχύτητα του αέρος πρέπει να είναι μικρή από 0,1 έως 0,3 m/sec και σχετική υγρασία μεταξύ 85 με 90%. Ο χρόνος συντήρησης του ψυγμένου κρέατος υπολογίζεται περίπου 14 μέρες για τα τεταρτημόρια των βοοειδών, περίπου 7 μέρες για τα ημιμόρια των χοιρινών, 2 έως 5 μέρες για τα τεμάχια κρέατος των βοοειδών και 2 έως 3 μέρες για τα τεμάχια κρέατος των χοίρων, με την προϋπόθεση ότι τηρήθηκαν οι συνθήκες συντήρησης. (Ραμαντάνης, 1999, σελ:123)

9.3. ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΤΟΥ ΚΡΕΑΤΟΣ ΑΠΟ ΤΗ ΡΥΠΑΝΣΗ

Η μεταφορά του κρέατος από το σφαγείο ή από τη χονδρική αγορά δεν πρέπει να είναι μια επιπλέον αιτία ρύπανσης του. Τα μέσα με τα οποία μεταφέρεται το κρέας πρέπει να πληρούν τον υγειονομικό κανονισμό και να διατηρούνται τελείως καθαρά για να μην γίνονται αιτίες άμεσης ή έμμεσης ρύπανσης αυτού.

Οι κανόνες υγιεινής να γίνονται σεβαστοί κατά το φόρτωμα ή το ξεφόρτωμα του κρέατος οι οποίοι είναι:

1. Να εισάγεται αμέσως το κρέας στους ψυκτικούς θαλάμους μετά την παραλαβή και το ζύγισμα.
2. Να είναι η μεταχείριση του κρέατος όσο το δυνατόν περιορισμένη.
3. Να μην γίνεται υπερφόρτωση του ψυκτικού θαλάμου.
4. Να αποφεύγεται ο πρόωρος τεμαχισμός των τεταρτημόριων σε μικρότερα τεμάχια.
5. Να ανοίγει η πόρτα του ψυκτικού θαλάμου όσον το δυνατόν λιγότερες φορές και να παραμείνει μισάνοιχτη για ελάχιστο χρονικό διάστημα.
6. Να διατηρεί ο ψυκτικός θάλαμος την αναγκαία σταθερή θερμοκρασία με ελάχιστη διακύμανση.
7. Να καταστρέφονται τα σημεία εκείνα του κρέατος που παρουσιάζουν μούχλα ή κάποιο άλλο πρόβλημα.

8. Να πλένεται τελείως ο ψυκτικός θάλαμος κατά περιόδους και κυρίως μετά την εμφάνιση της μούχλας ή της «γλίτσας» επάνω στα τεμάχια του κρέατος. (Ράπτης, 1997, σελ:141-142)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10: ΚΙΜΑΔΕΣ

10. ΚΙΜΑΔΕΣ

10.1 Μοσχαρίσιος

Χρησιμοποιείται για τη παρασκευή μπιφτεκιών. Συνήθως προέρχεται από μοσχάρι 9-12 μηνών. Το μικρότερο σε ηλικία ζώο, είναι το μοσχάρι γάλακτος το οποίο δεν χρησιμοποιείται για κιμά γιατί θεωρείται εκλεκτό κρέας για άλλου είδους μαγειρέματα.

Το βοδινό κρέας προέρχεται από μεγαλύτερο ζώο 20 μηνών και άνω και θεωρείται κρέας μεγάλης νοστιμιάς.

Όμως το πραγματικό βοδινό κρέας είναι δυσεύρετο , ιδίως στις μεγάλες πόλεις. Κι αυτό γιατί δεν υπάρχουν οργανωμένες μονάδες εκτροφής βοοειδών στην χώρα μας. Τα ζώα που προορίζονται για γαλακτοπαραγωγή τρέφονται και ελέγχονται σε όλα τα στάδια ανάπτυξής τους διαφορετικά από αυτά που προορίζονται για κρετατοπαραγωγή.

Ποιο κομμάτι

Γενικά θεωρείται πως ο κιμάς δεν πρέπει να είναι τελείως απολιπωμένος πρέπει να είναι στα 20% είναι ιδανικό για να βοηθήσει τα μπιφτεκια μας να κρατήσουν την υγρασία τους κατά το ψήσιμο και να γίνουν πιο νόστιμα και ζουμερά. Έτσι τα κομμάτια του μοσχαριού που θα ζητήσουμε για κιμά είναι το καπάκι, η λάπα αλλά και η σπάλα και η ελιά , αν είναι καλά καθαρισμένες.

Μέτριο λιπαρό κιμά θα πάρουμε από κιλότο ή στρογγυλό. Για πιο άπαχο κιμά ζητάμε τρανς, ουρά ή νουά. Το ότι έχουν λιγότερο λίπος αυτά τα κομμάτια κρέατος δεν σημαίνει απαραίτητα πως τα μπιφτεκια θα γίνουν λιγότερο νόστιμα, απλώς λιγότερο ζουμερά.

Γι αυτό μπορούμε να προσθέσουμε λίγο λάδι κατά το ζύμωμα του μείγματος και να φροντίσουμε να μην παραψηθούν. Δοκιμάζοντας πάντως, βλέπουμε τι μας αρέσει.

Πόσες φορές περασμένος

Εξαρτάται από την ηλικία του ζώου και το πόσο τρυφερό είναι το κομμάτι του κρέατος που θα ζητήσουμε να μας αλέσουν κιμά. Γενικά, πάντως, αν περαστεί 2 φορές ο κιμάς, γίνεται πιο λεπτός και μαλακός, αφού έτσι "σπάνε" οι ίνες του. Ο κιμάς από

βοδινό πρέπει να περαστεί οπωσδήποτε 2 φορές από την μηχανή.

10.2 Χοιρινός

Ο κιμάς από χοιρινό κρέας χρησιμοποιείται κυρίως με μίξεις (με μοσχαρίσιο, με αρνίσιο ή και με τα δυο) για την παρασκευή κεφτέδων, αλλά και σε μείγματα για μπιφτέκια.

Ποιο κομμάτι

Κομμάτια όπως το στρογγυλό ή το κιλότο έχουν ψαχνό αλλά είναι και ζουμερά (είναι δηλαδή μετρίως λιπαρά) και ενδείκνυται για μείγματα για μπιφτέκια. Καλό κιμά δίνει και η σπάλα που είναι μαλακό και τρυφερό κρέας. Ο λαιμός είναι πολύ λιπαρό κομμάτι γι' αυτό και πρέπει να καθαριστεί πάρα πολύ καλά ώστε να δώσει καλό κιμά.

Πόσες φορές περασμένος

Ο χοιρινός κιμάς δεν χρειάζεται να περαστεί πάνω από μια φορά στην μηχανή.

10.3 Αρνίσιος και Πρόβειος

Όταν λέμε αρνίσιο κιμά, εννοούμε κιμά από απογαλακτισμένο αρνί (πάνω από 7 μηνών) ή χρονιάρικο (δηλαδή ζυγούρι). Ο πρόβειος κιμάς προέρχεται από ζώο μεγαλύτερο από 1,5-2 ετών. Οι εν λόγω κιμάδες συμμετέχουν σε μείγματα για κεφτέδες, κεμπάπ, μπιφτέκια. Ορισμένοι μερακλήδες διατείνονται πως οι νοστιμότερες κιμαδοπαρασκευές φτιάχνονται μόνο από αρνίσιο ή πρόβειο κιμά.

Ποιο κομμάτι

Ζητάμε από τον κρεοπώλη μας να καθαρίσει από το εξωτερικό λίπος το μπούτι, να το ξεκοκαλίσει και να αλέσει το ψαχνό. Επίσης μπορούμε να ζητήσουμε κιμά από σπάλα, που είναι ζουμερό κρέας, αλλά πρέπει να ζητήσουμε να καθαριστεί πολύ καλά.

Πόσες φορές περασμένος

Ο αρνίσιος και ο πρόβειος κιμάς πρέπει να είναι περασμένοι δις από την μηχανή.

10.4 Από κοτόπουλο ή γαλοπούλα

Μπορείτε να φτιάξετε μπιφτέκια από κοτόπουλο ή γαλοπούλα. Ζητήστε να σας αλέσουν κιμά , τα ψαχνά χωρίς πέτσες που είναι λιπαρές. Προσθέστε μετά λίγο λάδι στον κιμά.

Ποιο κομμάτι

Αν θέλετε μπιφτέκια διαίτης, προτιμήστε το άπαχο φιλέτο του στήθους. Ο κιμάς από το μπούτι είναι πιο λιπαρός. Μπορείτε όμως να ζητήσετε ένα μείγμα από 60% στήθος και 40% μπούτι.

Πόσες φορές περασμένος

Περνιέται μόνο μια φορά από την μηχανή, γιατί αν ξαναπεραστεί δεύτερη γίνεται σαν "λάσπη". Εκτός αν στην μηχανή χρησιμοποιηθεί το χοντρό κόσκινο, οπότε στην περίπτωση αυτή περνιέται δυο φορές.

10.5 Από στρουθοκάμηλο

Το άπαχο και πλούσιο σε σίδηρο κρέας της στρουθοκαμήλου, το χειριζόμαστε μαγειρικά περίπου όπως και του μοσχαριού.

Ποιο κομμάτι

Προτιμάμε κυρίως από μπούτι.

Πόσες φορές περασμένος

Καλό είναι να έχει περαστεί από την μηχανή δύο φορές.

Κάνετε τις δικές σας αναμείξεις

Οι αναμείξεις διαφορετικών ειδών κιμά θεωρούνται οι πιο νόστιμες. Έχοντας κατά νου πως στα μπιφτέκια γενικά χρησιμοποιείται σχεδόν πάντα ο μοσχαρίσιος (ή ο βοδινός) κιμάς, μπορούμε να κάνουμε όποιον συνδυασμό θέλουμε, είτε μισή ποσότητα μοσχαρίσιο και μισή χοιρινό (ή άλλη αναλογία ανάμεσα στα 2 κρέατα) είτε 1/3 μοσχαρίσιο (ή βοδινό), 1/3 χοιρινό και 1/3 αρνίσιο (ή πρόβειο-θεωρείται από πολλούς το καλύτερο μείγμα) ή μισή ποσότητα μοσχαρίσιο και μισή αρνίσιο αλλά και μισή ποσότητα χοιρινό και μισή αρνίσιο (κεμπάπ) . Το γευστικό αποτέλεσμα είναι θέμα γούστου αυτό σημαίνει πως έπειτα από αρκετές απόπειρες παρασκευής μπιφτεκιών θα βρούμε αυτό που πηγαίνει στη γεύση μας.

Γενικά πάντως, αν ο κιμάς είναι από μοσχάρι και προέρχεται από άπαχο κομμάτι (τρανς, ουρά, νουά), τότε μπορούμε να ζητήσουμε ένα πιο λιπαρό κομμάτι από τα άλλα κρέατα που θα χρησιμοποιηθούν στην ανάμειξη, εκτός και αν θέλουμε το αποτέλεσμα να είναι πολύ άπαχο. (Πηγή: www.netlife.gr)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11: ΚΤΗΝΟΤΡΟΦΙΑ

11. ΚΤΗΝΟΤΡΟΦΙΑ

Κτηνοτροφία ονομάζεται ο κλάδος της οικονομίας που αφορά την εκτροφή και εκμετάλλευση παραγωγικών ζώων.

Η κτηνοτροφία είναι μία από τις πιο παλιές δραστηριότητες του ανθρώπου. Ο άνθρωπος, στην προσπάθειά του να εξασφαλίσει την απαραίτητη ποσότητα τροφής, ανακάλυψε ότι ήταν δυνατό μερικά ζώα να μην τα σκοτώνει, αλλά να τα πιάνει ζωντανά, ιδιαίτερα την εποχή που ήταν πολλά και να τα κρατά κάπου περιορισμένα, να τα τρέφει και να τα σκοτώνει όταν είχε ανάγκη. Έτσι, ο πρωτόγονος άνθρωπος άρχισε σιγά σιγά να ασχολείται με την κτηνοτροφία. Η κτηνοτροφία είναι γνωστή σαν δραστηριότητα του ανθρώπου από τη νεολιθική εποχή, με κέντρο ανάπτυξης τη Μέση Ανατολή και την ανατολική Μεσόγειο.

Η ανάπτυξη της τοποθετείται στην εποχή που άρχισε να αναπτύσσεται και η γεωργία. Έτσι η πρωτόγονη κοινωνία χωρίστηκε σε δύο βασικές ομάδες: τους καθαρά γεωργούς και τους κτηνοτρόφους. Οι γεωργοί έμεναν συνήθως σ' ένα τόπο, ενώ οι κτηνοτρόφοι ήταν αναγκασμένοι να πηγαίνουν στα μέρη που είχε χορτάρι. Ο τρόπος αυτός της κτηνοτροφίας λέγεται νομαδικός κι έχει την αρχή του στις χώρες εκείνες που δεν έχουν όλη την εποχή χορτάρι.

Ο τρόπος αυτός, παρόλο που είναι τόσο παλιός, είναι ακόμη πολύ συνηθισμένος και πολύ διαδομένος σε πολλές χώρες. Στην Ελλάδα, ο τρόπος αυτός της κτηνοτροφίας αφορά την εκτροφή των προβάτων και των κατσικιών και μπορούμε να πούμε ότι είναι ακόμη πολύ διαδομένος. Σε άλλες χώρες, όπως για παράδειγμα σε μερικές αφρικανικές, η νομαδική κτηνοτροφία γίνεται με μεγάλα ζώα, όπως είναι τα βόδια, τα ζέμπου κ.ά.

Σε μερικές ασιατικές χώρες, και κυρίως στις χώρες που βρίσκονται στα βορειοδυτικά της Ασίας, είναι διαδομένη ακόμη και σήμερα η νομαδική κτηνοτροφία, αλλά αυτή που αφορά στην εκτροφή των καμηλών. Στα βόρεια της Ασίας και της Ευρώπης, οι Λάπωνες κι οι Εσκιμώοι ασχολούνται με τη νομαδική εκτροφή των ταράνδων. Αντίθετα, στη Λατινική Αμερική, ήταν από τα πολύ παλιά χρόνια γνωστή η νομαδική εκτροφή των λάμα. Σήμερα, σε μερικές χώρες της Λατινικής Αμερικής ασχολούνται με τη νομαδική εκτροφή των βοοειδών.

Στην αρχή της η κτηνοτροφία απόβλεπε στο να εξασφαλίσει βασικά κρέας για την οικογένεια. Το γάλα δεν το χρησιμοποιούσαν, αλλά ούτε και το θεωρούσαν προϊόν. Κτηνοτροφικά προϊόντα θεωρούσαν ακόμη το μαλλί και, κυρίως, τα δέρματα, από τα οποία κατασκεύαζαν ρούχα και διάφορα άλλα αντικείμενα. Η κτηνοτροφία αρχίζει να

έχει πιο εμπορικό χαρακτήρα με την πλήρη εγκατάσταση των ανθρώπων σε ένα μέρος και τον πλήρη χωρισμό της πρωτόγονης κοινωνίας σε αγρότες και κτηνοτρόφους κι ύστερα, με τη δημιουργία των άλλων ειδικοτήτων, όπως ήταν ο αγγειοπλάστης, ο οπλουργός κ. ά. Τότε, ανάμεσα στις κοινωνικές αυτές ομάδες, αρχίζει μια μεγάλη ανταλλαγή των προϊόντων που ο καθένας παρήγαγε.

Την εποχή εκείνη δεν υπήρχαν χρήματα και οι ανταλλαγές γίνονταν σε είδος. Σαν βάση όμως για τις ανταλλαγές, οι άνθρωποι τότε χρησιμοποιούσαν τα ζώα. Έτσι, η αξία κάθε αντικειμένου μεταφραζόταν σε ζώα. Έλεγαν για παράδειγμα ότι η πανοπλία αυτή αξίζει 3 βόδια. Έτσι, σε πολλές χώρες και σε πολλούς λαούς, η λέξη ζώο έγινε συνώνυμη με τη λέξη χρήμα. Το αποτέλεσμα ήταν ότι εκείνος που είχε πολλά ζώα μπορούσε ν' αγοράσει τα πάντα.

Μπορούσε ακόμη να αποκτήσει και δύναμη πολιτική, αλλά κυρίως δύναμη οικονομική. Όσο η οργάνωση της κοινωνίας προχωρούσε, τόσο άλλαζαν και οι τρόποι της εκτροφής των ζώων. Η σταβλική κτηνοτροφία, με την πιο πρωτόγονη μορφή της, άρχισε να αναπτύσσεται, όταν πια άρχισαν να αναπτύσσονται κι οι μόνιμοι οικισμοί. Μέχρι πριν από 100 περίπου χρόνια, η κτηνοτροφία είχε σαν αποκλειστικό σκοπό να εξασφαλίζει τα απαραίτητα κτηνοτροφικά προϊόντα στην οικογένεια και μόνο ένα μικρό μέρος από τα προϊόντα αυτά είχαν σκοπό να γίνουν εμπορεύματα και να πουληθούν στην αγορά.

Σήμερα η κτηνοτροφία αποτελεί έναν από τους πιο δυναμικούς παραγωγικούς τομείς της χώρας. Πλέον η άσκηση της κτηνοτροφίας, απαιτεί διαρκή και άμεση υποστήριξη από επιστήμονες (γεωπόνους ζωικής παραγωγής και κτηνιάτρους). Η σημερινή κτηνοτροφική παραγωγή βασίζεται τόσο στην αύξηση τον αριθμού των ζώων όσο και στην αύξηση της παραγωγικότητας και της απόδοσης των ζώων. Για το λόγο αυτό η ζωοτεχνία, σαν επιστήμη, βασίζεται, χρησιμοποιεί κι αξιοποιεί τις γνώσεις που της παρέχουν: η βιολογία, η γενετική, η κτηνιατρική, η διαιτολογία κι η βρωματολογία, καθώς και πολλές άλλες επιστήμες.

Με τη συνεχή βελτίωση της εκτροφής των ζώων, με την ορθολογιστική κατάρτιση και αξιοποίηση του σιτηρέσιου, η παραγωγικότητα των ζώων έχει ανέβει πάρα πολύ. Πριν από μερικά χρόνια, η μέση απόδοση μιας αγελάδας σε γάλα δεν ξεπερνούσε τα 1.000 κιλά. Σήμερα σε πολλές χώρες έχει ξεπεράσει τα 5.000 κιλά κατά μέσο όρο. Φυσικά, στον τομέα αυτό υπάρχουν μεγάλες διαφορές ανάμεσα στα διάφορα κράτη. Στις αφρικανικές χώρες, π.χ., η μέση απόδοση σε γάλα μιας αγελάδας είναι γύρω στα 800 κιλά το χρόνο. Στο Ισραήλ (που θεωρείται η πρώτη χώρα στον κόσμο σε απόδοση

γάλακτος), από μια αγελάδα ο μέσος όρος είναι 5.780 κιλά (σύμφωνα με τα στοιχεία του 1980), στη Δανία 4.500, στην Ολλανδία 4.480 κλπ.

Η χώρα μας στο σημείο αυτό κατέχει μια από τις τελευταίες θέσεις ανάμεσα στις ευρωπαϊκές χώρες, με 1.800 κιλά κατά μέσο όρο περίπου. Ανάλογη είναι και η αύξηση στα υπόλοιπα κτηνοτροφικά προϊόντα. Μέχρι πριν από μερικά χρόνια, η παραγωγή σε αυγά μιας κότας, ολόκληρο το χρόνο, δεν ξεπερνούσε τα 120. Σήμερα η απόδοση μπορεί να θεωρηθεί ικανοποιητική μόνον όταν ξεπερνά τα 250 αυγά το χρόνο.

Σήμερα τα κοτόπουλα, από τη στιγμή που θα γεννηθούν μέχρι τη στιγμή που θα φτάσουν να έχουν βάρος γύρω στο 1,5 κιλό, χρειάζονται περίπου 7 εβδομάδες, ενώ συνεχώς καταβάλλονται προσπάθειες να μειωθεί ακόμη περισσότερο ο χρόνος αυτός. Οι χοίροι σήμερα παρουσιάζουν μέση ημερήσια αύξηση βάρους, από τη στιγμή που θα γεννηθούν μέχρι που θα συμπληρώσουν το βάρος των 100 κιλών, 700 γραμμάρια.

Αυτά είναι μερικά από τα σημερινά επιτεύγματα της κτηνοτροφίας, στον τομέα της απόδοσης των γεωργικών ζώων. Οι αποδόσεις αυτές φυσικά δεν μπορεί να θεωρηθούν ότι αποτελούν και τα ανώτερα όρια της αποδοτικότητας των ζώων. Η αύξηση της παραγωγικότητας και της αποδοτικότητας των ζώων έγινε δυνατή χάρη στο σωστό συνδυασμό της κληρονομικής δομής των ζώων και των συνθηκών του περιβάλλοντος.

Σήμερα υπάρχουν πάρα πολλές φυλές γεωργικών ζώων, που καθεμιά έχει και μια ή περισσότερες καλές ιδιότητες, που είναι προσαρμοσμένες στις ειδικές συνθήκες που εκτρέφεται. Σήμερα καταβάλλεται προσπάθεια συνδυασμού δύο ή περισσότερων φυλών, έτσι που οι «καλές» ιδιότητες, που χαρακτηρίζουν καθεμιά από τις φυλές χωριστά, να ενωθούν σε μια φυλή. (Πηγή: <http://el.wikipedia.org>)

11.1 ΧΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΤΟΥ ΚΡΕΑΤΟΣ

Σε παγκόσμιο επίπεδο, η ποσότητα του κρέατος που υπάρχει παράγεται στο τέλος της διαδικασίας σφαγής. Ότι προκύπτει από το σφαγείο περιλαμβανομένων των οστών, του δέρματος στους χοίρους και στα κοτόπουλα τα τεμαχίδια του λίπους (για τη βιομηχανία σαπώνων και κοσμητικών) παράγονται νωπή κατάσταση, αξιολογούνται στατιστικά και χαρακτηρίζονται ως «ως προϊόντα που θα χρησιμοποιηθούν». Ως «βρώσιμα προϊόντα» διατίθενται για την αγορά από τον τελικό καταναλωτή μόνο περίπου το 65% και τούτο γιατί κατά την διαδικασία της σφαγής, εκτός από τα κόκαλα, το δέρμα και τα λίπη δημιουργούνται απώλειες βάρους 3%, απώλειες για την εξισορρόπηση της

θερμοκρασίας 2% και άλλα 2% που προκύπτουν από τη σφαγή. Τελικά ο καταναλωτής χρησιμοποιεί μόνο 52 περίπου kg κρέατος κάθε χρόνο (περίπου 145γρ. κάθε μέρα).
(Γεωργάκης κ. συν, 2005,σελ:362)

ΣΥΝΤΑΓΗ: Κουνελάκι μυρωδάτο στο φούρνο με κριθαράκι

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

1 μέτριο κουνέλι σε μικρά κομμάτια
2 μεγάλα κρεμμύδια ψιλοκομμένα
3 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες
3 μεγάλες ώριμες ντομάτες τριμμένες
1 φλ. λάδι
1 πακέτο κριθαράκι
1 ½ φλ. κόκκινο κρασί
4 καρφιά γαρύφαλλο
2 φύλλα δάφνης
1 μπαστουνάκι κανέλας
5-6 κόκκους μπαχάρι
αλάτι
πιπέρι
1 φλ. κεφαλοτύρι τριμμένο

Οδηγίες

Σε ένα μεγάλο μπολ βάζετε το κρασί, το μισό λάδι, τη δάφνη, τα γαρύφαλλα, την κανέλα και το μπαχάρι. Αλατοπιπερώνετε το κουνέλι και το αφήνετε στη μαρινάδα για ένα βράδυ.

Το πρωί το στραγγίζετε σε ένα τρυπητό και κρατάτε τη μαρινάδα. Σε μια κατσαρόλα βάζετε το υπόλοιπο λάδι, τα κρεμμύδια και το σκόρδο να τσιγαριστούν ελαφρά. Βάζετε το κρέας να σωταριστεί και αυτό. Σβήνετε με την μαρινάδα του. Προσθέστε την ντομάτα και 2 φλιτζάνια νερό και το αφήνετε να ψηθεί, μέχρι να είναι σχεδόν έτοιμο. Προθερμαίνετε το φούρνο στους 200 βαθμούς. Αδειάστε το κουνέλι σε ένα ταψί και προσθέστε ζεστό νερό, αν χρειάζεται. Ρίξτε το κριθαράκι, ανακατέψτε το λιγάκι και βάλτε το στο φούρνο. Χαμηλώνετε το φούρνο στους 180 βαθμούς μετά από 15 λεπτά και αφήνετε να σιγοψηθεί το φαγητό.

Όταν ψηθεί, βγάλτε το από το φούρνο, πασπαλίστε με το τυρί, αφήστε 5 λεπτά να σταθεί και σερβίρετε. (Πηγή: www.sintagespareas.gr)

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Τέλος, μερικά σημάδια που πρέπει να προσέχουν οι καταναλωτές όταν αγοράζουν κρέας είναι οι εξής: το χρώμα του να είναι ζωηρό ερυθρό ή ρόδινο ανάλογα με το είδος του ζώου να μην εμφανίζει γλοιώδη όψη ή αφυδάτωση η φυσιολογική του οσμή είναι χαρακτηριστική ή ελαφρά αρωματική και ποτέ δυσάρεστη να μην είναι αιμορραγικό.

Το κατάστημα, από το οποίο πραγματοποιούμε τις αγορές των τροφίμων μας, πρέπει να τηρεί τους κανόνες υγιεινής, που αφορούν την καθαριότητα των χώρων, του προσωπικού, των εργαλείων (φόρμες εργασίας, εργαλεία κοπής ή σερβιρίσματος), τις συνθήκες συντήρησης των τροφίμων καθώς και την κατάλληλη επισήμανσή τους. Τα κρέατα συντηρούνται, στο ψυγείο και ιδίως τα εντόσθια των αμνοεριφίων, που είναι, ιδιαίτερα, ευαίσθητα, σε θερμοκρασίες, εκτός ψυγείου.

Δεν πρέπει να αγοράζουμε κρέατα, από παραγωγούς ή πλανόδιους προμηθευτές, παρά μόνον από καταστήματα, γιατί, έτσι, διασφαλίζουμε ότι έχουν ελεγχθεί .

Βασική ένδειξη της καταλληλότητας του σφαγίου ή του κρέατος, που αγοράζουμε, είναι η ύπαρξη σφραγίδων (στρογγυλων), σε διάφορα τμήματά του, η οποία δηλώνει ότι έχει γίνει ο απαιτούμενος υγειονομικός έλεγχος. Επιπλέον το χρώμα της σφραγίδας, μας πληροφορεί, για την προέλευση του σφαγίου ή κρέατος, που αγοράζουμε. Τα εντόπια και τα προερχόμενα, από τις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, αμνοερίφια έχουν σφραγίδα χρώματος "γαλάζιου" και επιπλέον αναγράφουν τον τόπο ή τη χώρα προέλευσής τους π.χ. αμνός Σοχού.

Τα αμνοερίφια εισαγωγής, δηλαδή τα προερχόμενα, από χώρες εκτός Ευρωπαϊκής Ένωσης, έχουν σφραγίδα χρώματος "καστανού" και αναγράφουν, επίσης, τη χώρα προέλευσης π.χ. FYROM.

Ο Καταναλωτής θα πρέπει να προσέχει την πινακίδα πώλησής τους και να αξιώνει την ευδιάκριτη αναγραφή των ενδείξεων. Αν αμφιβάλει ή διαπιστώνει παρατυπίες πρέπει να τις καταγγέλλει στις Αρμόδιες Αρχές.

Γενικά για το κρέας πρέπει να ξέρουμε τα πάντα τα ειδή του, τον τρόπο που μεγάλωσε τι έτρωγε, τον τρόπο σφαγής μέχρι να φτάσει στα χέρια του κρεοπώλη και μετά στα δικά μας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12: ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

12. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Σε αυτή εδώ την πτυχιακή θα βρούμε πολλούς συγγραφείς και ξένους αλλά και Έλληνες. Με την βοήθεια αυτών των ανθρώπων μπόρεσα και έγραψα την εργασία μου η οποία αναφέρεται στην επαγγελματική μαγειρική το κρέας όπου έχω πάρει πληροφορίες από όλα τα βιβλία που χρησιμοποίησα αλλά και από το διαδίκτυο όπου μπόρεσα και βρήκα κάποια site όπου μπόρεσα να αναλύσω περισσότερο το θέμα μου όπως και κάποια περιοδικά.

Έτσι λοιπόν με βοήθησαν να αναγνωρίζω το κρέας και από ποιο ζώο προέρχεται, επίσης τα μέρη που αποτελείται το κάθε είδος και ο τρόπος που τα τεμαχίζουμε, επίσης με ποιους τρόπους μπορούμε να μαγειρέψουμε το κάθε κομμάτι όπως στην σχάρα, ποσέ, τηγανιτά, βραστά, λεμονάτα με σάλτσες κ.α.

Έχω συμπεριλάβει τους κανονισμούς υγιεινής τι θα πρέπει να τηρούμε ώστε να αποφεύγεται η αλλοίωση των κρεάτων, με ποιους τρόπους γίνεται σωστά η συντήρηση, η καθαριότητα των χώρων, των ψυγείων και σε ότι άλλο αποθηκεύουμε τα κρέατα μας ώστε να έχουν το κατάλληλο χρώμα και την υφή για να περάσει στα χέρια του καταναλωτή.

Αναφέρω και τις αρρώστιες που μπορούν να προκληθούν στο κρέας αν δεν προσέξουμε και δεν τηρηθούν σωστά οι κανόνες υγιεινής οι οποίες είναι: τέτανος, μελιταίος πυρετός, ευλογιά, φυματίωση κ.α. αυτό έχει και ως αποτέλεσμα να περάσει και στον άνθρωπο αν δεν προσέξουμε.

Τέλος βλέπουμε την χρησιμότητα του κρέατος στην ζωή μας και παίζει πολύ σημαντικό ρόλο γιατί το 80% του πληθυσμού μας είναι κρεατοφάγοι. Το κρέας έχει πολλές βιταμίνες και στοιχεία που βοηθάει τον οργανισμό του ανθρώπου και αποτελεί καλή πηγή ενέργειας και ενδυνάμωσης του οργανισμού.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Αλεξιάδης Α., (2005), *Μαθήματα ανατομίας και τεμαχισμού για επαγγελματίες σεφ 2^{ης} έκδοση*, Αθήνα: Εκδόσεις *Les livres du Tourisme*.
- Ράπτης Ν. , (1997), *Εισαγωγή στην επαγγελματική μαγειρική 2^{ης} έκδοση*, Αθήνα: Εκδόσεις Interbooks.
- Σπηλιόπουλος Ι., (2001), *Επαγγελματική μαγειρική*, Τ.Ε.Ι Πάτρας.
- Καπερώνη Ο., (2001), *Επαγγελματική μαγειρική*, Τ.Ε.Ι Πάτρας.
- Ραμαντάνης Σ.,(1999), *Τεχνολογία κρέατος και κρεατοσκευασμάτων, Σχολή τεχνολογίας τροφίμων και διατροφής*, Αθήνα: Εκδόσεις ΤΕΙ Αθηνών.
- Γεωργάκης Σ., Αμβροσιάδη Ι., Βασιλοπούλου Ε., Βολιτάκη Α., Γενηγιώργη Κ., Ζυγογιάννη Δ., Honikel O.K, Καφάτου Α., Κοΐδη Π., Κουτσουμάνη Κ., Κρυστάλλη Α., Leisner L., Μπατρίνου Α., Μπλούκα Ι., Νάσκα Α., Πόγγα Ν., Ραμαντάνης Σ., Ράντσιου Α., Σούλτου Ν., Στοφόρου Ν., Τριχοπούλου Α., Τυρπένου Α., Φλουρή Σ., Φωτόπουλου Χ., (2005), *Το κρέας και τα προϊόντα του (παραγωγή, εμπορία, τεχνολογία, υγιεινή)*, Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Σύγχρονη παιδεία.
- Αρβανίτης Κ., Κουτσιμάνης Λ.,(2004), *Επαγγελματική κουζίνα-γενικές αρχές μαγειρικής, Σχεδιασμός-Οργάνωση-Εξοπλισμός-Προγραμματισμός παραγωγής-Πρώτες ύλες-Παρασκευές, Προδιαγραφές υγιεινής και ασφάλειας*, Αθήνα: Εκδόσεις Πρόπομπός

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Gruner H., Metz R., Straub A., Pickman B., (2009), *«Επαγγελματική μαγειρική Ελληνική και διεθνής κουζίνα»*, 2^{ης} έκδοση, Εκδόσεις Ίων ΕΤΕ (Ευρωπαϊκές Τεχνολογικές Εκδόσεις)
- Gruner H., Metz R., (άγνωστο έτος έκδοσης), *«Επάγγελμα μάγειρας, Επαγγελματική μαγειρική»*, 27^{ης} έκδοση, Αθήνα: Εκδόσεις Ίων

ΠΕΡΙΟΔΙΚΑ

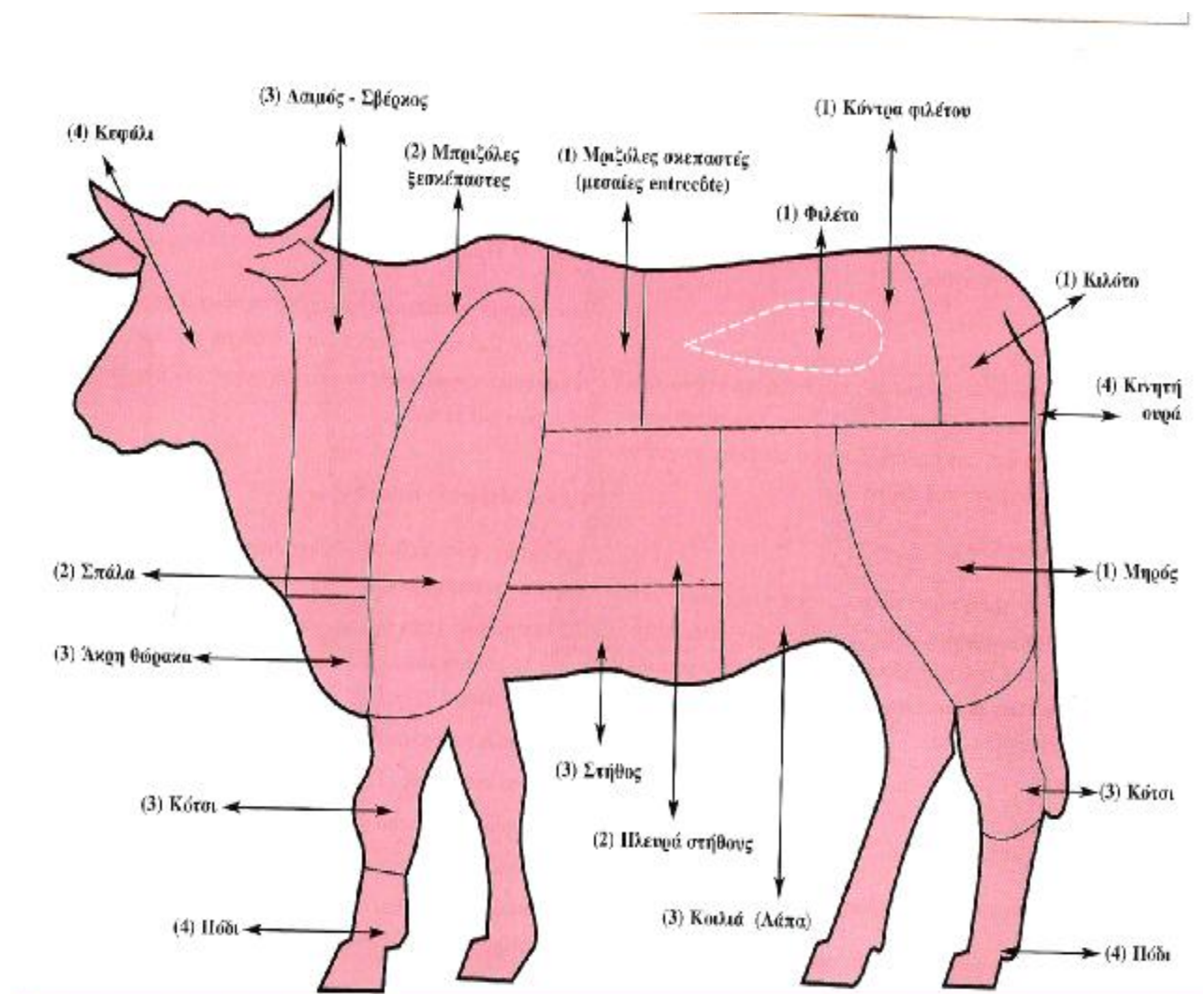
- Δρίσκας Β.,(2009), *«gourmet-οι Γεύσεις του Νοεμβρίου»*, (71), σελ92, Αθήνα: Εκδόσεις Τεγόπουλος

ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

- www.hvms.gr/el/general-information/history.html
- <http://el.wikipedia.org>
- www.netlife.gr
- www.sintagespareas.gr

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ-ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ

ΒΟΟΕΙΔΗ





Κιλότο



Κότσι



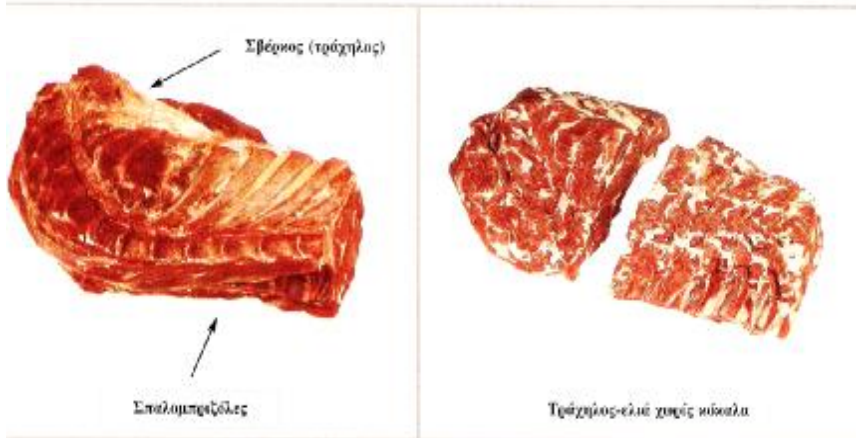
Τζάντζι



Ουζά με νουά (πούτσο)



Σπίκι με μπριζόλες
ξαστάσσες και τράχηλο





Σπάλα χωρίς κόκαλο



Σπαλοφιλέτο



Παλερόν



Macreuse



Πιστόλα



Πιστόλα με λάπα



Μπούτι



Φιλέτο

Κόντρα



Πρότες μπιφιζόλες



Κότσι οπίσθιο



Κιλότο με την άκρη του



Τράνς



Στρογγυλό



Ουρά με νουά (πούρο)



Ουρά σκέτη



Νουά (πούρο)

Κόντρα



Φιλέτο με παραφιλέτο



Entrecôte

Ημιμόριο



Εξωτερική πλευρά



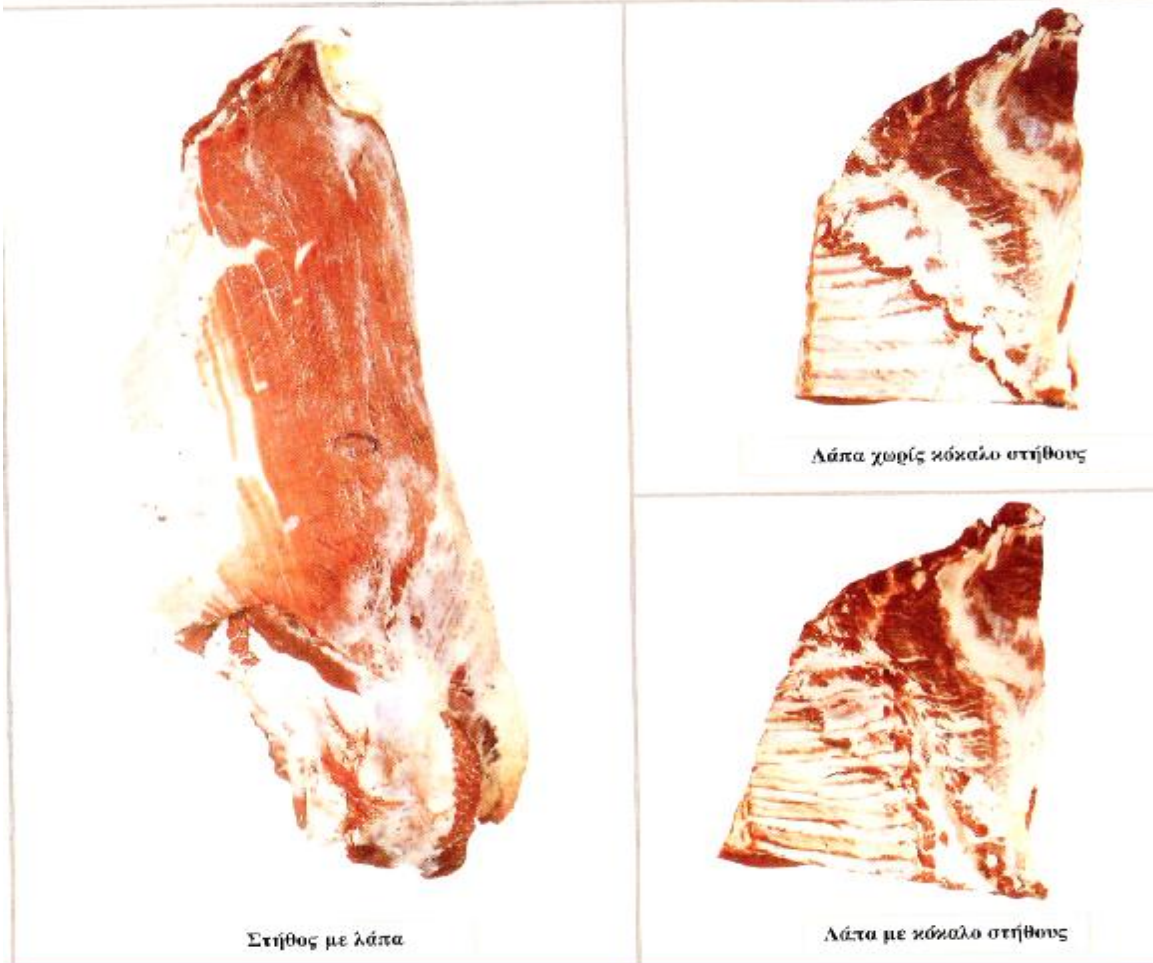
Εσωτερική πλευρά



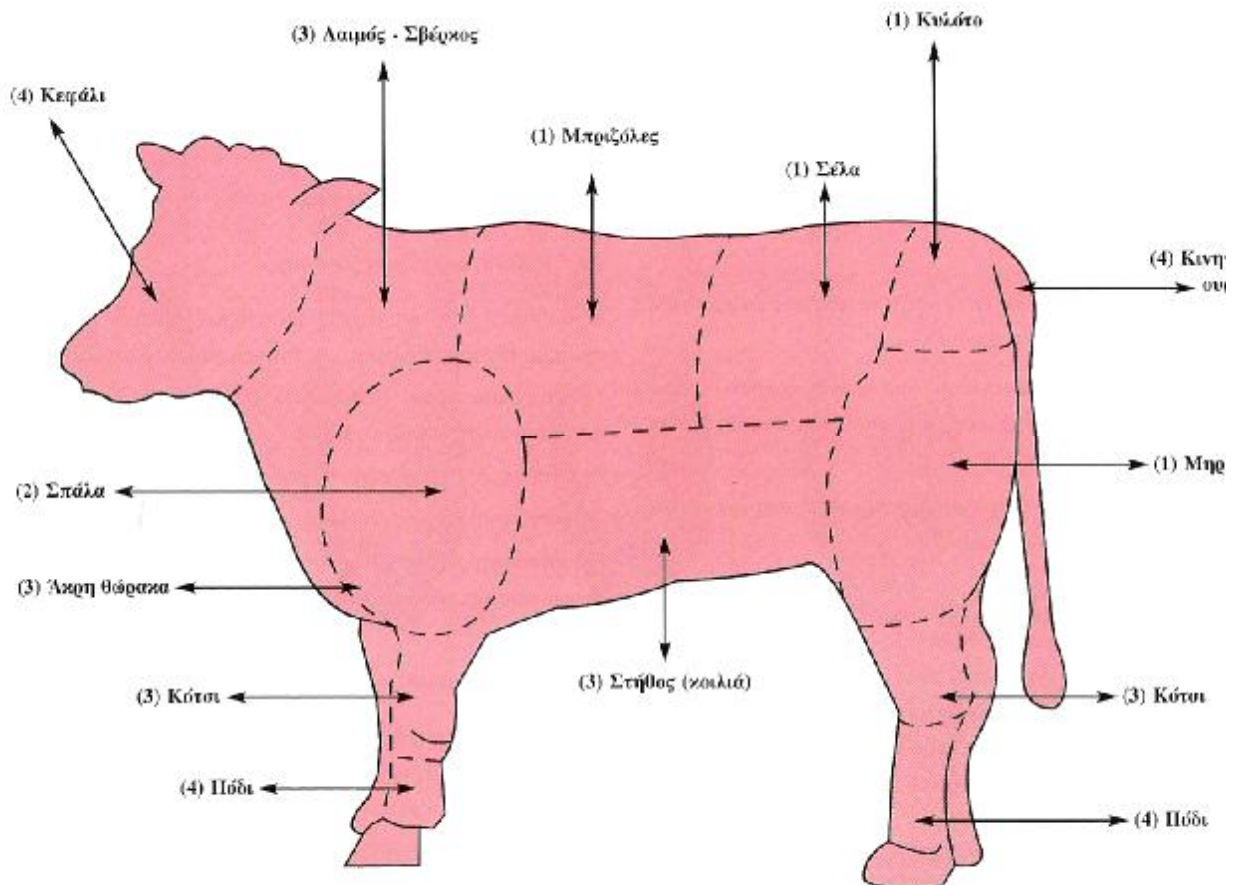
Μπροστινό τεταρτημόριο με 13 πλευρές



Μπροστινό τεταρτημόριο με 5 πλευρές



ΜΟΣΧΑΡΙ





Μπροστινό τεταρτημόριο με λάπα και στήθος



Οπίσθιο τεταρτημόριο χωρίς λάπα



Μοσχάρι



Στήθος με λάπα χωρίς κόκαλο



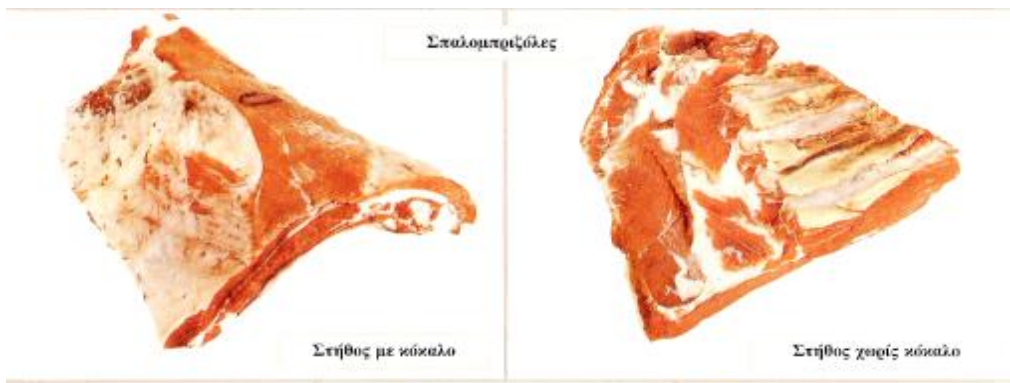
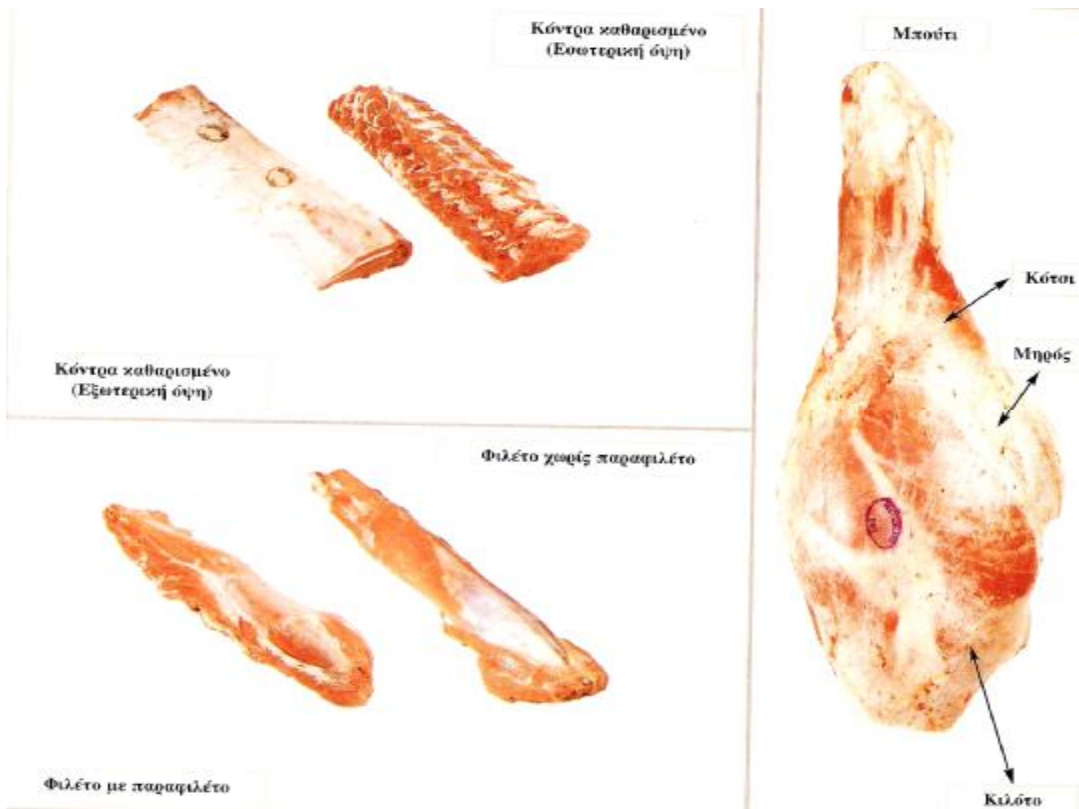
Σπάλα με κόκαλο



Λαϊμός με κόκαλο



Λαϊμός χωρίς κόκαλο





Κιλότο



Κότσι



Τιγάνις



Ουρά με νουά (πούρο)



Στρογγυλό



ΠΟΛΥ ΠΑΧΥ

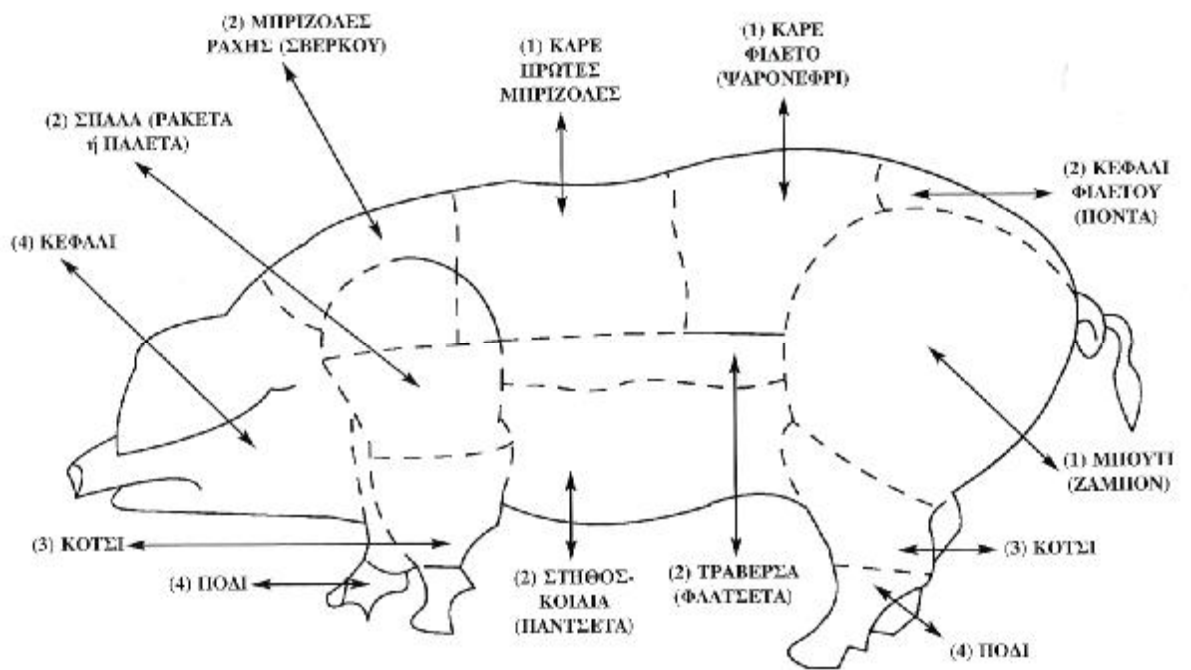
ΠΑΧΥ

ΜΕΤΡΙΟ

ΑΛΥΝΑΤΟ

ΠΟΛΥ ΑΛΥΝΑΤΟ

ΧΟΙΡΟΣ-ΓΟΥΡΟΥΝΙ





Μηρός



Τρώγες



Κότσι



Στρογγυλό



Πόντα-σουρά-νονά



Πανσέτα με κόβαλα



Λίπος (λαρδί) σβέρονου



Κασέ χωρίς κόβαλα



Κεφάλι φιλέτου



Ψαρονέφρι



Ημιμόριο χοιρινού



Τραβέρσα



Στηθοπλευρές

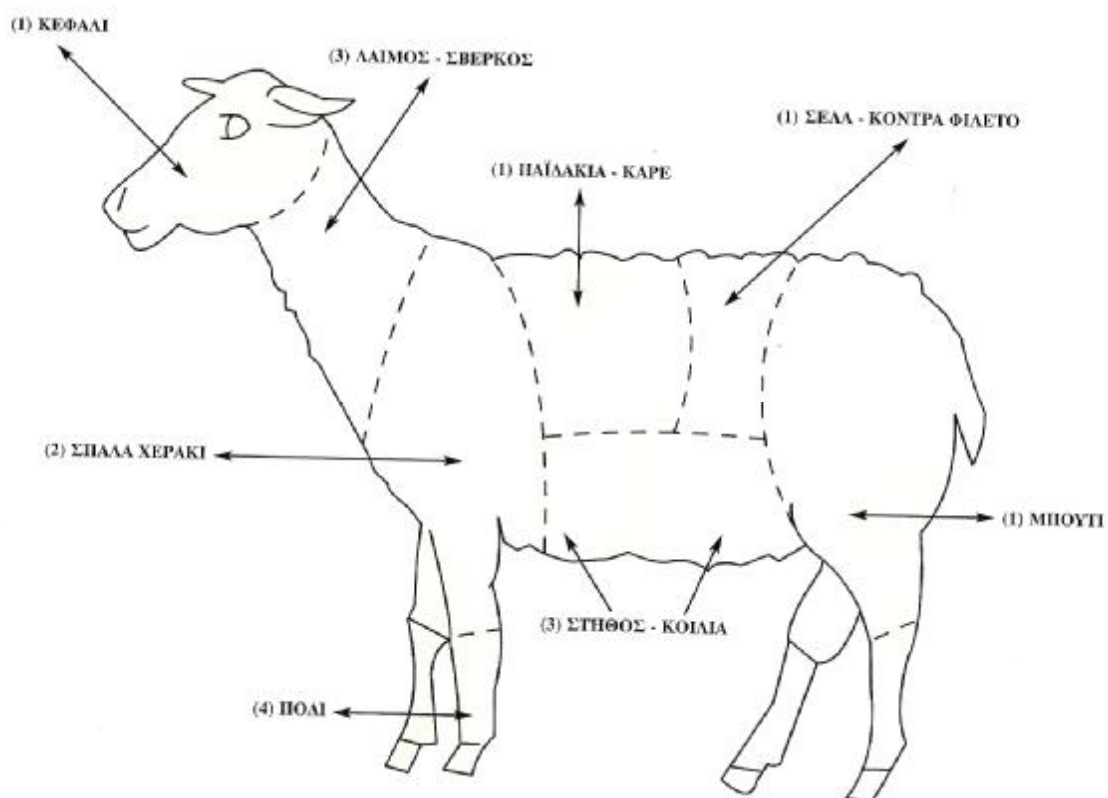


Μπούτι (χοινομέρι)



Καρέ με τις ζώντρα του φιλέτου

ΑΡΝΙ-ΚΑΤΣΙΚΙ



Εξωτερική όψη



Εξωτερικό



Εσωτερικό



Σπάλα-χεράκι με κόκαλο

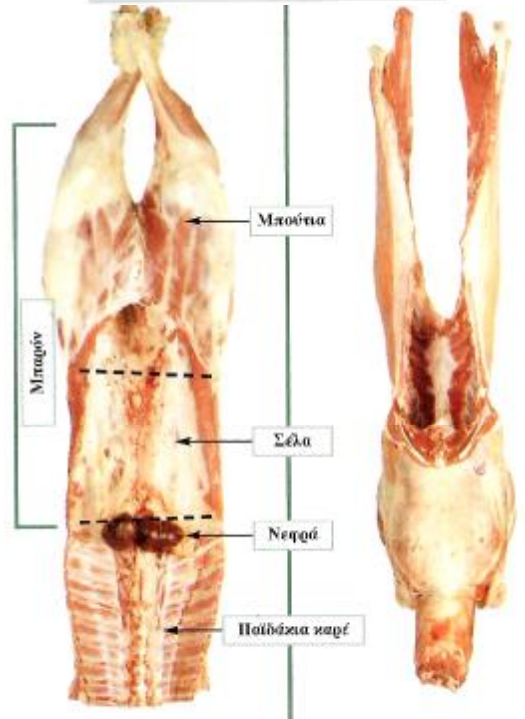
Εσωτερική όψη



Σπάλα-χεράκι χωρίς κόκαλο

Σβέρκος

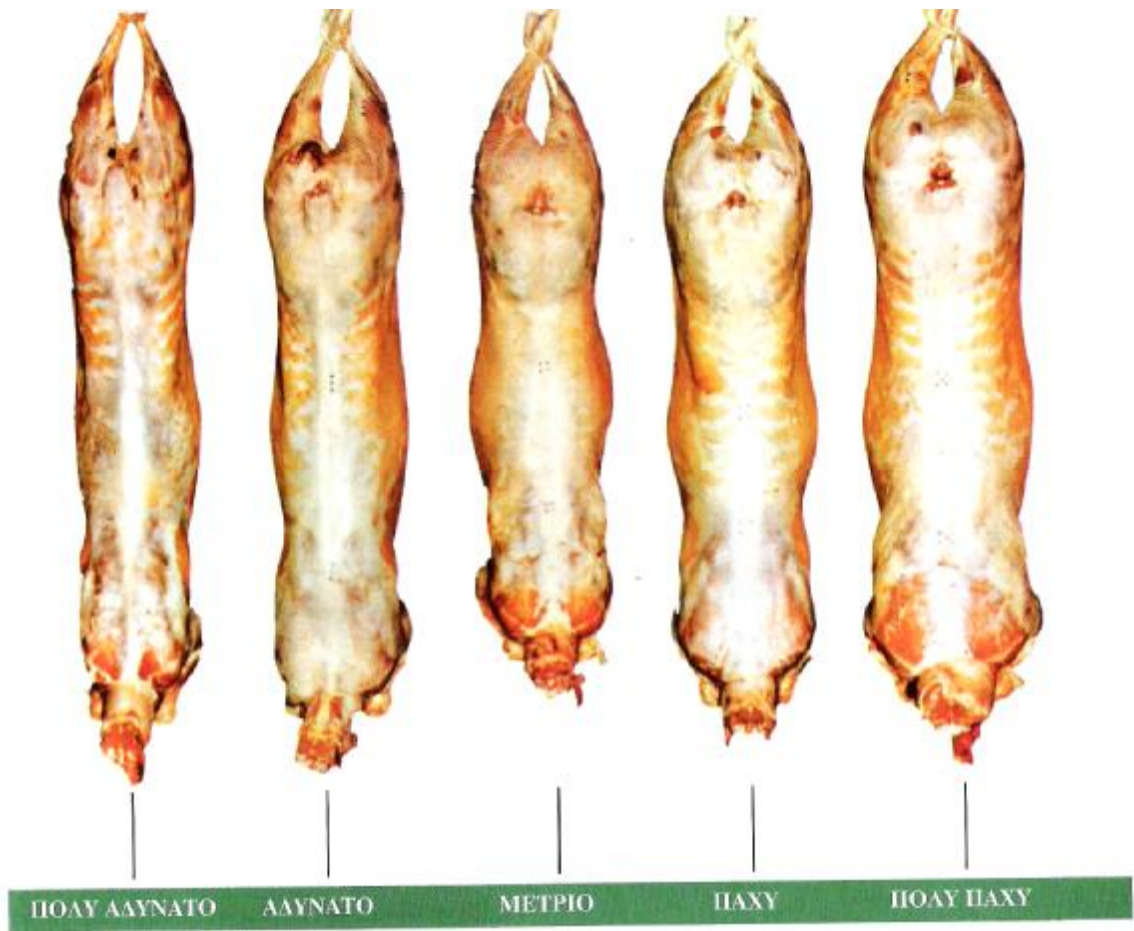
(Πέτα) Πλευρές στήθους με κοιλία



Οπίσθιο ημιμόριο

Μπροστινό ημιμόριο





Φωτογραφίες: Αναστάσιος Δ. Αλεξιάδης, 2005