

# TERNERA PARTES Y USOS CULINARIOS

Cada corte de ternera tiene características particulares que lo hacen adecuado para diferentes preparaciones culinarias.

## Resumen :

### **Cortes Tiernos y Versátiles**

- **Solomillo:** La parte más tierna, ideal para medallones, asados, a la plancha o incluso crudo en steak tartar.
- **Lomo Alto y Bajo:** Perfectos para asar, parrilla o filetes. El lomo alto tiene más infiltración de grasa, lo que potencia su sabor.
- **Babilla:** Carne jugosa y magra, excelente para filetes, medallones o guisos.

### **Cortes para Guisos y Cocción Lenta**

- **Morcillo (Osobuco):** Rico en colágeno, ideal para guisos y estofados por su textura gelatinosa.
- **Rabo:** Gelatinoso y sabroso, perfecto para guisos tradicionales
- **Espaldilla:** Muy gelatinosa, recomendada para estofados o asados lentos.
- **Pecho y Pescuezo:** Económicos y ricos en colágeno, ideales para caldos, guisos o carne picada.

### **Cortes Magros para Asar o Parrilla**

- **Contra:** Carne magra usada en filetes o asados ligeros.
- **Redondo:** Magro y tierno, adecuado para asados o mechados.
- **Tapa y Tapilla:** Cortes magros que funcionan bien en filetes rebozados o frito.

### **Cortes Especiales**

- **Carrillada:** Proveniente de las mejillas, es tierna y jugosa. Ideal para guisos prolongados
- **Aleta:** Carne plana y magra, usada en asados o rellenos
- **Cadera:** Jugosa y versátil para filetear o asar.

### Partes Menos Comunes

- **Morrillo:** Jugoso, usado en cocidos y guisos.
- **Culata de Contra:** Tierna con tejido tendinoso, adecuada para brochetas o guisos<sup>5</sup>Este conocimiento permite elegir el corte adecuado según la receta deseada, maximizando el sabor y la textura del plato.