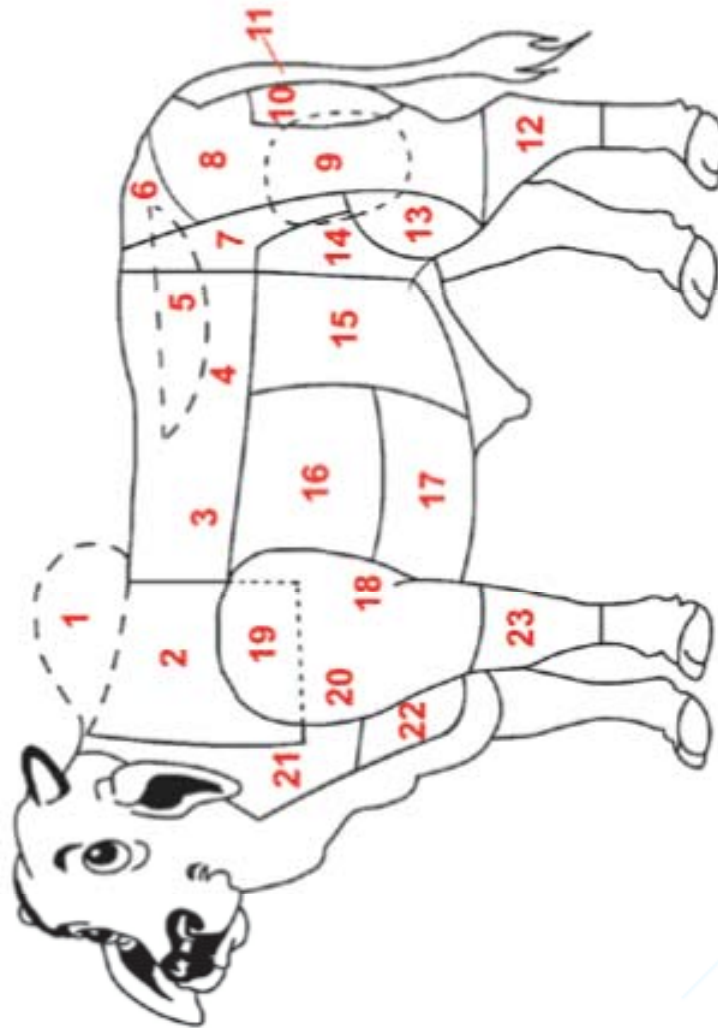


Manual Completo

Do Verdadeiro

Churrasco



Cortes e modos de preparo			
1-Cupim			
2-Acém			
3-Contrailé do costela			
4-Contrailé de lombo			
5-Filé mignon			
6-Picanha			
7-Miolo do alcatra			
8-Coxido duro			
9-Coxido mole			
10-Lagarto ou Tatu			
11-Rabo			
12-Musculo de traseiro			
13-Patinho			
14-Maminha			
15-Fraidinha ou Vazio			
16-Costela			
17-Costela Ponta de Agulha ou Minga			
18-Miolo da paleta			
19-Raquele			
20-Petizinho			
21-Pescoço			
22-Peito			
23-Musculo de dianteiro			

- * Assar por longo tempo longe do braseiro
- Assar com papel alumínio ou celofane culinário

ÍNDICE

Conservação.....	9
Introdução.....	9
Resfriar	9
Congelar	10
Condições iniciais do produto	11
Teor de gordura	11
Embalagem para congelamento.....	11
Tipo de congelamento	11
Grandes porções de carne.....	11
Descongelar	13
Higiene e manipulação	15
Compra	18
O produto.....	18
Tipos de embalagem.....	18
Local da compra	19
Preço.....	20
Carne de Primeira	20

Carne Inspeccionada	20
Carne de Vitelo	21
Picanha.....	22
Charque ou Carne-de-Sol	22
Preparando a carne.....	23
Como cortar	23
Ponto da Carne	24
Mal passada	24
Ao ponto	25
Bem passada	25
Formas de preparo	26
Conhecimentos básicos	26
Grelhar.....	27
Assar	28
Refogar	29
Fritar	30
Cozinhar ou ensopar.....	30
Carne de Vitelo.....	31
Temperos	32
Carne assada	33

Carne grelhada.....	33
Carne cozida ou ensopada	33
Carne de panela	33
Carnes fritas.....	33
Molhos para carne	33
Picadinho de carne.....	33
Carne moída	33
Hambúrguer.....	34
Recheios de carne	34
Goulash.....	34
Vitelo	34
Marinar	34
Alcatra	35
Picanha	35
Maminha.....	35
Contrafilé.....	36
Filé Mignon	36
Costela	36
Fraldinha ou Vazio	37
Granito / Peito.....	37

Chuleta ou Bisteca	37
Cupim	38
Influências do Mercosul	38
Pamplona	38
Bife de Chorizo	38
Assado de Tira.....	38
Informações sobre os Cortes	39
Raquete	39
Peixinho	39
Miolo da Paleta.....	39
PESCOÇO	40
Acém.....	40
Costela	40
Costela ponta de agulha ou costela minga.....	41
Matambre.....	41
Peito	41
Cupim	42
Noix	42
Contrafilé.....	42
Capa de Filé.....	43

Bisteca ou Chuleta	43
T-Bone	43
Filé Mignon	44
Alcatra	44
Miolo de Alcatra	44
Picanha	45
Maminha	45
Coxão Mole	45
Coxão Duro	46
Lagarto ou Tatu	46
Patinho	46
Fraldinha ou Vazio	47
Pacú	47
Músculo de Primeira	47
Músculo do Dianteiro	47
Garrão (traseiro)	48
Garrão (dianteiro)	48
Rabo	48
Dicas para fazer um bom churrasco	49
A Churrasqueira	49

Escolhendo a Carne	50
Quantidade de Carne	51
Escolhendo o Carvão	51
Quanto carvão se usa em um churrasco?.....	52
Grelha ou espeto?	52
Grelha	52
Tipos de grelhas.....	53
Espeto	53
Sal	54
Retirando o sal para servir.....	54
Assando Carne.....	54
Assando Carne com gordura	55
Xixo ou Espetinho Misto.....	56
Acendendo a Churrasqueira	56
Controlando o calor da Churrasqueira.....	58
Cuidado se quiser jogar água na churrasqueira	59
E para servir?	59
E depois do churrasco?	60

Conservação

Introdução

A carne bovina é um alimento extremamente rico em proteínas, vitaminas, sais minerais e elevado teor de umidade. Estas características da carne a tornam um produto propício ao desenvolvimento de microrganismos, caso ela não seja conservada adequadamente e manipulada em condições rígidas de limpeza do local e do próprio manipulador.

Para uma boa conservação da carne em casa são necessários cuidados rigorosos para evitar alterações e contaminações. Assim, devemos sempre obedecer limites de tempo e temperatura, que são utilizados nos vários métodos de conservação.

Quando falamos de carnes frescas, os meios de conservação são os que usam o frio, como a refrigeração e o congelamento. A refrigeração deve ser o método adotado para carne que será preparada e consumida em até 72h após a compra, no caso de período maior deve-se optar pelo congelamento.

Se congelada, a carne obviamente deverá passar por um processo de descongelamento para seu preparo. Este processo também requer técnicas e cuidados essenciais para se manter a qualidade e a integridade do alimento.

Resfriar

A refrigeração é um meio de conservação utilizado para carnes que serão consumidas num prazo de aproximadamente um a três dias, ou seja, em até 72h após a compra. Quando você comprar carne resfriada, ao chegar em casa, coloque-a imediatamente no refrigerador.

Para uma boa conservação da carne, é necessário observar algumas regras de higiene:

1. mantenha o refrigerador limpo e lave as superfícies internas com frequência;
2. refrigere a carne em porções suficientes para o consumo previsto evitando empilhá-las ou compactá-las;
3. não coloque outros alimentos em cima ou embaixo do recipiente com carne, principalmente já cozidos; lembre-se de que as carnes tendem a gotejar e, assim, podem vir a sujar ou contaminar outros alimentos ou mesmo o refrigerador. Portanto coloque a carne em recipientes fundos ou então um prato sob a carne;
4. armazene carnes no refrigerador somente depois de limpas, sem aparas e preferencialmente sem gordura, que pode rancificar.

Congelar

O congelamento da carne é um processo muito simples e prático, além de ser um dos melhores métodos de conservar o produto, reduzindo as alterações de cor, de sabor e de valor nutricional.

Todos os tipos de carne podem ser congelados, com exceção dos miúdos e das vísceras, que não devem passar por esse processo, pois deterioram-se com mais facilidade. Caso as vísceras não sejam consumidas de imediato, elas devem ser fervidas e mantidas em refrigeração (em geladeira) por um período de, no máximo, dois dias.

Hoje é possível comprar carnes já congeladas, cujo tempo de conservação será bem maior se forem mantidas congeladas em casa. Nada impede, no entanto, que se comprem carnes frescas e se faça o congelamento em casa.

Para fazer um congelamento caseiro, é preciso estar atento a normas de higiene e a alguns fatores que interferem na qualidade, na segurança e na boa conservação da carne.

Condições iniciais do produto

A carne deve ser sempre adquirida em estabelecimentos idôneos, que zelem por sua boa procedência. É importante ter um fornecedor de sua inteira confiança.

Teor de gordura

As carnes magras conservam-se melhor do que as carnes com capa de gordura. No caso de cortes como picanha e contrafilé, prefira, para congelar, as carnes embaladas a vácuo.

Embalagem para congelamento

Hoje se encontram no mercado várias peças de carne já embaladas. Ao serem congeladas, as carnes sempre devem estar acondicionadas em embalagens plásticas limpas, de onde se deve retirar todo o ar. Uma ótima opção é congelar produtos adquiridos em embalagens fechadas a vácuo.

Tipo de congelamento

O congelamento de carne deve ser rápido, pois assim provoca poucas alterações nas características do produto. O congelamento rápido não ocasiona grandes danos ao tecido muscular e garante a preservação da maciez e da qualidade nutricional do produto. Este procedimento evita a formação de grandes cristais de gelo no interior das fibras, mantendo, assim, a integridade do produto.

Grandes porções de carne

Evite congelar grandes pedaços de carne. O mais aconselhável é dividir a peça em porções, ou seja, cortar os pedaços em tamanhos que lhe sejam convenientes para o uso no dia-a-dia, pois pedaços grandes demoram muito

tempo para congelar-se, o que favorece a formação de grandes cristais de gelo no interior dos tecidos. Esses cristais alteram as qualidades culinárias da carne, sobretudo a suculência (quantidade de suco). Além disso, tal procedimento evita o desperdício, pois a carne, uma vez descongelada, não deve ser novamente congelada. Carne descongelada só poderá voltar ao freezer como prato pronto, nunca crua.

- Não é aconselhável lavar as carnes com água antes de congelá-las.
- Carnes com ossos: se você congelar carnes com ossos, tome cuidado para que eles não furem a embalagem.
- Carnes temperadas: evite congelar carnes já temperadas. Temperos como cebola e alho têm alteração de sabor quando congelados por um certo tempo.
- Carne moída: caso queira congelar carne moída, compre-a sempre em estabelecimentos de sua confiança e peça carnes mais magras para moer. A carne moída deteriora-se mais rápido, pois passa por um processo em que há quebra das fibras em partículas muito pequenas.
- Etiquetas: outra dica muito útil é o uso de etiquetas nas embalagens, nas quais se deve colocar o nome da peça de carne (picanha, maminha, alcatra), a data de validade ou de congelamento e a quantidade contida na embalagem (por exemplo, seis bifês, 300 g, para quatro pessoas). Lembre-se de que as carnes, quando congeladas, são todas parecidas e, com o uso de etiquetas, você evitará possíveis enganos de cortes ou de porções.

Seguindo esses cuidados, a carne congelada terá validade de até oito meses para carnes em pedaços; seis meses para bifês ou carne assada e três

meses para carne moída. Se a carne permanecer congelada por muito tempo, ela começará a ressecar-se. O efeito de ressecamento é maior em pedaços pequenos do que em pedaços grandes, daí a variação no tempo de validade.

Descongelar

O segredo de um bom descongelamento é ser gradativo, ou seja, o descongelamento deve ser feito o mais lentamente possível, de maneira natural e sempre no interior do refrigerador, a uma temperatura entre 2 e 10°C.

Durante todo o processo de descongelamento, a carne deve ser mantida na mesma embalagem em que foi congelada.

Este é um processo que requer paciência, pois a carne deverá permanecer em geladeira descongelando por no mínimo 12 horas, ou de um dia para o outro.

Caso se tenha pressa em descongelar, faça isto em forno microondas, evitando ao máximo descongelar carnes em temperatura ambiente ou por imersão em água, pois isto pode contribuir para o crescimento bacteriano, aumentando a quantidade de exsudato (suco da carne), bem como sua rancificação ou perda de nutrientes.

A regra básica para se ter uma carne bem conservada com manutenção do sabor e da suculência é: congelamento rápido e descongelamento lento.

Após o descongelamento, a carne deve preferencialmente ser preparada e consumida imediatamente, pois uma vez descongelada estará sujeita à deterioração. Carne descongelada poderá ser mantida em refrigeração, porém deverá ser consumida em até 24 horas.

Deve-se tomar bastante cuidado com o líquido que escorre durante o descongelamento da carne, pois este líquido pode servir de foco de contaminação. Por isto, sempre coloque a carne para descongelar num recipiente

fundo e descarte o suco. Após o uso, lave bem o vasilhame onde a carne foi descongelada. Não é recomendável recongelar a carne crua, porém se a carne for cozida é possível o recongelamento, mas lembre-se que podem haver alterações no produto.

Bifes e hambúrgueres congelados individualmente podem ser descongelados diretamente no fogo, numa frigideira. Cozinhe sempre hambúrguer e carne moída bem, até que não haja mais suco escorrendo ou partes de carne ainda não cozidas.

Higiene e manipulação

Ao manusear carnes, é preciso tomar vários cuidados a fim de não contribuir para o risco de contaminação e proliferação bacteriana no alimento.

Para garantir a qualidade da carne e a segurança alimentar de seus consumidores, é importante estar atento a alguns conselhos básicos de higiene, que devem virar rotina em sua prática culinária. Anote as seguintes dicas, que tornarão mais ágil e segura a sua atividade na cozinha:

1. Lavar bem as mãos e fazê-lo constantemente: as mãos devem ser lavadas antes do preparo de alimentos e novamente após interrupções (como ir ao banheiro, manipular utensílios sujos, mexer no cabelo ou tocar em cestos de lixo). Não se deve lidar com quaisquer alimentos após a manipulação de alimentos crus (como as carnes) sem antes lavar novamente as mãos. Lembre-se também de que unhas compridas podem abrigar microrganismos, servindo de foco de contaminação;
2. Lavar as superfícies e utensílios que entrarão em contato com a carne: a higienização deve ser feita com água (preferencialmente quente) e sabão. Devem ser lavadas as tábuas, as facas, os martelos, as vasilhas, assim como a pia e quaisquer outras superfícies;
3. Não usar utensílios que já tiverem sido utilizados com carnes cruas para outros alimentos sem antes lavá-los bem com água e sabão;
4. Não se deve falar, cantar ou tossir sobre os alimentos;

5. É importante não colocar as mãos no nariz, na boca ou nos cabelos durante o preparo dos alimentos;
6. Não se devem enxugar as mãos em panos ou em aventais antes de manusear carnes;
7. Não se deve lidar com dinheiro enquanto se trabalha com alimentos;
8. Convém usar, de preferência, roupas limpas;
9. Os cabelos devem estar presos ou contidos por uma rede durante o preparo das refeições;
10. Os alimentos não devem ser manipulados por pessoas que estiverem com doenças de pele, diarreia, gripe, dor de garganta ou doenças infecciosas;
11. A cozinha deve ser mantida limpa e os utensílios devem estar sempre lavados. Não se esqueça de usar detergentes e desinfetantes;
12. A geladeira e o freezer não devem ficar superlotados, pois isso dificulta a circulação de ar frio dentro do aparelho e compromete a conservação dos alimentos;
13. Mantenha o lixo em recipiente limpo, revestido de saco plástico e sempre tampado, evitando assim o aparecimento de insetos, baratas e ratos;
14. Se possível, evite o uso de utensílios de madeira, como tábuas de carne e martelos de amaciar, pois a madeira é um material poroso, que absorve muito líquidos e é de difícil higienização, o que favorece a multiplicação de microrganismos. Tais objetos podem tornar-se focos de

contaminação dos alimentos. Prefira utensílios plásticos ou de aço inoxidável, que, além de serem mais resistentes ao tempo, são de fácil limpeza.

Com esses cuidados de manipulação, evita-se o risco de contaminação do alimento na sua fase de preparo.

Compra

Para garantir a qualidade da carne que você consome, é importante estar informado e atento desde o momento de sua aquisição. Procure comprá-la em estabelecimentos de sua confiança, que tenham condições sanitárias adequadas.

A carne bovina fresca tem características próprias, que a tornam fácil de ser reconhecida. A leitura deste texto levará você a identificar essas características para adquirir somente carnes de boa qualidade.

O produto

A carne fresca deve ter coloração vermelho-cereja brilhante, odor característico de carne fresca e uma certa elasticidade, capaz de fazê-la ceder à pressão dos dedos. A gordura deve ter coloração amarelo-clara, próxima à tonalidade da manteiga. A carne embalada a vácuo, entretanto, tem cor mais escura, o que é normal e não indica deterioração. Não deixe de verificar a data de validade do produto, que, por lei, deve estar impressa no rótulo da embalagem. Se você notar excesso de líquido dentro das embalagens, assim como manchas esverdeadas, ou se a embalagem não estiver bem aderida ao produto, não compre-o. Quando adquirir carnes congeladas, coloque-as no congelador de sua casa, no máximo, no prazo de uma hora após a compra.

Tipos de embalagem

Hoje encontra-se carne à venda tanto no balcão do açougue como em pequenas bandejas de isopor ou em embalagens a vácuo. Prefira as carnes embaladas, tanto a vácuo como em pequenas bandejas.

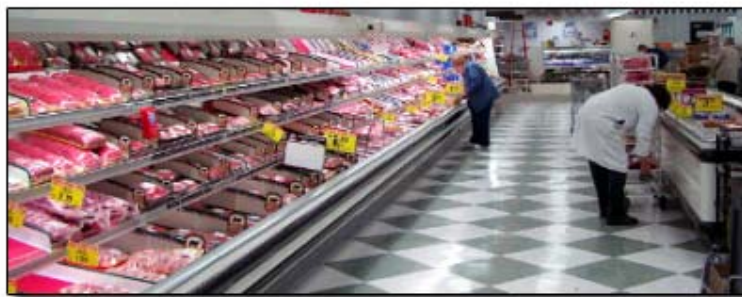
Em pequenas bandejas, pode ser utilizada a "atmosfera modificada", que nada mais é do que uma mistura de oxigênio com gás carbônico injetada na embalagem para manter a qualidade do produto e prolongar a sua

vida útil. Nesse tipo de embalagem, a carne dura até dez dias em refrigerador doméstico.

Na carne embalada a vácuo, todo o oxigênio é retirado da embalagem. Essa é uma das formas mais seguras de garantir a qualidade e a durabilidade da carne, pois impede o crescimento de microrganismos que precisam de oxigênio para se manter. A carne acondicionada nesse tipo de embalagem apresenta uma coloração mais escura, próxima ao marrom, mas isso é perfeitamente normal, pois se deve à falta de contato da carne com o oxigênio. Poucos minutos após a abertura da embalagem, ao entrar em contato novamente com o oxigênio, ela retornará à sua cor vermelho-cereja natural.

Local da compra

Prefira adquirir carnes em estabelecimentos de sua confiança. Observe a higiene do local, pois isso se refletirá na higiene da carne fornecida. Opte por açougues com paredes azulejadas e pisos de cerâmica, que sejam higiênicos, com balcões e instalações limpas, e onde não haja carnes dependuradas em ganchos. As carnes devem permanecer refrigeradas, e não expostas ao ambiente. Devem também ficar livres do contato com insetos e poeira.



No local de compra, verifique se o balcão frigorífico é mantido em temperatura constante. Um meio de avaliar o funcionamento do balcão é observar se as carnes bovinas expostas mantêm a coloração vermelho-cereja brilhante. A iluminação do balcão de carnes também é importante: evite comprar

carne onde os comerciantes utilizam lâmpadas avermelhadas, pois isso mascara a cor real do produto. O excesso de produtos expostos nos balcões refrigerados prejudica a circulação do ar frio, comprometendo a conservação dos alimentos. Cada produto deve ter o seu lugar. Portanto cortes de diferentes espécies, como bovinos, suínos e de aves, não devem estar misturados nos balcões frigoríficos.

Lembre-se de que os funcionários do açougue devem ter os cabelos presos ou usar toucas, assim como uniformes brancos e limpos. Em suma, devem apresentar o maior asseio possível.

Preço

No mercado de carnes, não há uma oscilação muito grande de preço entre os fornecedores idôneos. Por isso suspeite de estabelecimentos que vendam o produto com preços muito abaixo da média, pois, embora a economia pareça tentadora, essa carne pode ser fruto de um abate clandestino (sem inspeção veterinária) ou ter sua data de validade próxima do vencimento.

Carne de Primeira

É preciso desconsiderar a idéia de que há carne de "primeira qualidade" e carne de "segunda qualidade", pois, na realidade, o que existe são animais de primeira qualidade, que fornecem carnes de primeira qualidade, e animais de qualidade inferior, que fornecem todas as suas carnes com qualidade inferior, inclusive os cortes mais famosos como a picanha e o filé mignon.

Carne Inspeccionada

A carne inspeccionada é a garantia de que o produto foi vistoriado por um médico veterinário especializado antes de chegar ao ponto-de-venda. Esse profissional é treinado para analisar as carnes detalhadamente e não envia ao varejo as que não estão próprias para o consumo. Existem serviços de inspeção federal, estadual e municipal _e a informação sobre a inspeção deve ser apresentada nas embalagens ou na loja. Carnes inspeccionadas, quando vendidas nas embalagens do frigorífico, têm em sua etiqueta a identificação do corte, o

número do Serviço de Inspeção (chamado de S.I.F. no caso de inspeção federal), o nome do frigorífico, a origem, a data de embalagem e/ou de validade e o sexo do animal. Prefira sempre carne inspecionada. Ela é a garantia de sua segurança.

Além disso, escolha todos os produtos refrigerados e/ou congelados no final de suas compras, evitando que eles fiquem muito tempo sem refrigeração. Não misture produtos resfriados (como carnes) com alimentos quentes (como pão recém-assado) no carrinho de compras nem nas sacolas. Ao chegar em casa, guarde primeiro os produtos resfriados, deixando os produtos não-perecíveis para serem guardados depois.

Carne de Vitelo

O vitelo é um bovino jovem que foi alimentado apenas com leite e, em algumas vezes, com um pouco de pasto ou ração. É uma carne muito delicada, de cor rosada, sabor suave e textura firme e aveludada. A carne do animal que foi alimentado apenas com leite tem uma cor rosada mais clara; já a carne daquele que também consumiu pasto ou ração adquire uma tonalidade um pouco mais escura (porém ainda rosada) e tem um sabor mais acentuado.

Portanto, quando comprar vitelo, procure pedaços que apresentem textura fina, cor rosa suave (quase esbranquiçada) e pouco marmoreio (gordura entremeada nas fibras da carne). Qualquer pedaço de gordura deve ser firme e de cor branca (mais clara que a gordura da carne de animal adulto). O tutano desses animais (material que fica dentro do osso) tem cor mais avermelhada do que o de animais adultos. Por ter maior teor de umidade do que a carne comum, é mais perecível _ dura apenas dois dias mesmo armazenada em compartimento bem fechado dentro da geladeira. Se comprar pedaços, como o garrão (ossobuco), prefira os que tiverem uma proporção de carne bem maior do que a quantidade de osso. Nesse corte, mantenha aquela "pele" ao redor do músculo (que é o tecido conjuntivo), pois é ela que mantém o formato da carne durante o preparo.

Picanha

Ao comprar picanha, lembre-se de que ela deve pesar entre 1,1kg e 1,5 kg. Se o corte pesar mais de 1,5 kg, é bem possível que você esteja comprando também uma boa parte de coxão duro.

Charque ou Carne-de-Sol

Não compre charque ou carne-de-sol em mantas (pedaços grandes sem embalagem). Prefira o produto embalado a vácuo (com o plástico bem aderido à carne), pois é mais higiênico. E, se a embalagem estiver violada (aberta), não compre o produto.

Preparando a carne

Como cortar

Você sabia que o jeito de cortar a carne pode significar a diferença entre um bife macio e um bife mais duro? Descubra aqui um importante segredo, detalhe a que pouca gente presta atenção, mas que faz uma diferença enorme na maciez da carne.

"Corte as carnes sempre no sentido contrário ao das fibras."

Como se faz isso? Basta posicionar a lâmina da faca em relação às fibras de modo que forme com elas um ângulo de 90 graus (sentido transversal). Esse procedimento garante que a faca faça o trabalho mais difícil (o de cortar as fibras), deixando ao dente o trabalho mais fácil (o de apenas separar as fibras). A título de esclarecimento, aquilo que chamamos de fibra da carne é, na verdade, um feixe ou fascículo de células musculares.

Infelizmente nem todo açougueiro sabe disso. Por isso, se você observar que a carne não está sendo cortada dessa maneira, ensine ao profissional esse pequeno segredo.



Tenha cuidado ao cortar a carne no churrasco, pois, se ela ainda estiver no espeto, a tendência será cortá-la paralelamente a ele, o que, muitas vezes, não é o ideal (por não estar necessariamente no sentido contrário ao das fibras).

Prefira sempre as facas sem serra, pois a serra rasga a carne. Use sempre facas com lâminas bem afiadas e, para cortar, faça que deslizem na carne com uma leve pressão.

Ponto da Carne

Você sabe reconhecer o ponto da carne? Então aprenda aqui!

Mal passada



- Externamente a carne tem cor marrom;
- Apresenta cor rosada nas partes mais próximas à superfície;
- Sua parte central tem cor vermelho-brilhante;
- É crua e succulenta;
- Sua temperatura interna varia de 60°C a 65°C;
- Quando a carne é pressionada com um garfo,
- Somente a sua parte central cede à pressão.

Ao ponto



- Externamente tem cor marrom;
- Apresenta o centro cor-de-rosa claro e não libera muito suco;
- Mantém temperatura interna de 70°C;
- Quando pressionada com um garfo, cede apenas levemente.

Bem passada



- Tem coloração marrom-acinzentada em todo o pedaço;
- Superfície tostada;
- Apresenta-se totalmente cozida e não libera suco;
- Sua temperatura interna atinge até 75°C;
- Quando pressionada com um garfo, não cede à pressão.

Se você estiver no exterior e quiser pedir o ponto de carne que prefere, veja os nomes correspondentes em inglês, em espanhol e em francês.

Pontos da carne	Inglês	Espanhol	Francês
Mal passado	Rare	Poço heco / jugoso	Saignat
Ao ponto	Médium	Em su punto	À point
Bem pasado	Well done	Bien hecho	Bien cuit

Formas de preparo

Todos os cortes de carne podem render excelentes e saborosos pratos se preparados corretamente. Se, ao pensar em carne bovina, você só consegue imaginar um bife grelhado, saiba que existem muitas outras formas de preparo, que acentuam o sabor e a maciez de cada corte. A seguir, você vai encontrar informações sobre as várias maneiras de preparar a carne.

Conhecimentos básicos

A forma de preparo mais adequada para cada corte de carne dependerá dos seguintes fatores:

1. a maciez natural do corte: a maciez depende do corte em si (ou seja, de sua localização na carcaça), da quantidade de tecido conjuntivo, da idade do animal e da forma de processamento da carne (a carne maturada geralmente é mais macia);
2. a quantidade e o tipo de tecido conjuntivo: cortes com maior teor de tecido conjuntivo são mais rijos, portanto devem ser preparados com métodos de calor úmido, que solubilizam esse tecido e amaciam a carne;
3. a marmorização ou marmoreio: é a quantidade de gordura entremeada nas fibras da carne. Cortes magros cozinham

mais rapidamente que cortes com maior teor de gordura entremeada. Se cozidos por longo tempo, cortes magros perdem o suco, passam do ponto e ficam mais duros;

4. o tamanho do corte.

Basicamente, existem dois modos de cozimento de carne: por calor seco e por calor úmido. Os métodos por calor seco não usam água, porém podem empregar óleo ou gordura em pequenas quantidades. Cortes mais macios e com menos tecido conjuntivo devem ser preparados de preferência em calor seco (na grelha, no forno ou fritos em pouco óleo). Formas de preparo por calor úmido (que empregam água ou óleos) realçam o sabor das carnes. Cortes menos macios, que têm maior teor de tecido conjuntivo (particularmente cortes do dianteiro), devem ser preparados em calor úmido (cozidos, em panela de pressão ou fritos imersos em óleos ou gorduras) até que as fibras se amaciem.

A temperatura de cozimento é um dos aspectos mais importantes da preparação da carne. Pesquisas científicas mostram que, quanto maior a temperatura de cozimento, maiores são as perdas por desidratação, o que deixa a carne menos suculenta e menos macia. Portanto as temperaturas de baixa a moderada são as mais adequadas para o cozimento da carne (entre 140°C e 170°C). Porém, para assar cortes magros, a temperatura deve ser mais alta (200°C).

Grelhar

Grelhar é um método de cozimento por calor seco. "Grelhar" significa assar ou tostar a carne em cima de uma grelha. É uma forma de preparo adequada para cortes magros e macios. Para grelhar a carne, não deixe de preaquecer a grelha. Recomenda-se grelhar bifés com pelo menos 2 cm de altura, pois bifés muito finos podem ficar secos e passar do ponto rapidamente. Pedacos mais grossos podem ser grelhados em temperatura menor do que a utilizada para os mais finos, pois os bifés grossos necessitam de maior tempo de cozimento da parte interna e é preciso evitar que a sua superfície fique torrada demais. É

sempre importante tostar a carne de um lado (selar a superfície, para que os sucos da carne não se percam) e, depois, virá-la para tostá-la do outro lado. Prefira espátula ou pinça para virá-la, pois, assim, evita furá-la. Se usar garfo, espete apenas o cantinho da carne.

Os cortes que podem ser grelhados são os de lombo como a bisteca e o t-bone, o filé mignon, o contrafilé, a alcatra, o miolo da alcatra, a picanha, a maminha, a fraldinha, o patinho e o coxão mole, além do hambúrguer de carne moída.

Assar

Assar é um método de preparo por calor seco. Significa preparar a carne dentro do forno em uma travessa ou em uma panela sem tampa, permitindo que o calor seco circule livremente até que o alimento esteja cozido e que a sua parte externa esteja dourada. É o procedimento indicado para cortes de carne grandes (mais de 1,5 kg), mais macios e com um pouco de gordura (que garante a sua maciez). Para deixar a carne assada ainda melhor, coloque-a sempre na parte central do forno.

Cortes com uma leve cobertura de gordura permanecem mais suculentos. O ideal é que sejam assados em forno com temperatura baixa a moderada (entre 160°C e 170°C) por tempo longo, para evitar que o tamanho da peça de carne se reduza muito. Devem ser servidos bem-passados.

Ao usar cortes magros, é preciso tomar cuidado para que o assado não fique seco. É preciso regá-lo freqüentemente com algum molho ou líquido ou envolvê-lo em papel-alumínio ou celofane (conforme o corte), assando-o em alta temperatura (200°C) e por pouco tempo.

É sempre bom pesar a carne antes de assá-la. Para cada 0,5 kg de carne bovina, calcule entre uma hora e uma hora e meia para assar. Quando calcular a quantidade de carne para um determinado número de pessoas, lembre-

se de que, quando é assada, a carne perde água e, portanto, sofre considerável redução de peso.

Quando retirar a carne assada do forno, aguarde uns dez minutos até cortá-la, pois ficará mais fácil de fatiar e os sucos e sabores se acentuarão.

Alguns dos cortes que podem ser assados são o peito, o cupim, a costela, o contrafilé, o filé mignon, a picanha, a alcatra, a maminha, o coxão duro, o lagarto, o coxão mole e a fraldinha.

Refogar

É um método de preparo de carne por calor seco, adequado para carnes macias e com pouca gordura. Refogar significa cozinhar ou dourar a carne rapidamente em uma pequena quantidade de óleo em uma frigideira ou panela.

Quando possível, seque os pedaços de carne com um papel toalha antes de refogar, pois, assim, eles dourarão mais facilmente. Use panelas de fundo grosso, que distribuem o calor uniformemente. Evite colocar muitos pedaços ao mesmo tempo, pois a carne acabará ficando cozida e não ficará dourada. Após retirar a carne, adicione um pouco de água para liberar os sucos do fundo da panela e preparar um molho de carne rápido e saboroso.

Curiosidade: O termo "sauté" vem do francês "sauter", que significa "saltar", "pular", e refere-se ao processo de mexer o alimento vigorosamente para que ele doure de modo uniforme.

Curiosidade: "Styr-fry" vem do inglês e significa "mexer e fritar". É uma forma de preparo muito utilizada em pratos de origem oriental, preparados em uma panela antiaderente de fundo arredondado chamada "wok", que também pode ser substituída por uma frigideira ou panela funda antiaderente. Styr-fry nada mais é que cozinhar pequenos pedaços de carne rapidamente em uma pequena quantidade de óleo vegetal (uma colher de sopa) em alta temperatura, mexendo sem parar. Geralmente se corta a carne em tiras finas (de 1

cm de largura) perpendicularmente às fibras (para torná-la mais macia e evitar que encolha durante o cozimento) e adicionam-se a ela vegetais ou massas.

Podem-se refogar cortes como contrafilé, filé mignon, alcatra, fraldinha, pacu (bife do vazio), coxão mole e hambúrguer.

Fritar

Fritar é um método de preparo por calor úmido. Significa cozinhar a carne em óleo ou gordura quente, geralmente em uma frigideira.

Prefira frigideiras de fundo grosso, de alumínio ou de ferro fundido. Evite virar muito a carne na panela e, se usar um garfo para virar os bifés, procure espetar apenas o cantinho para evitar que a carne perca o suco.

Podem-se fritar cortes como bifés finos, hambúrguer de carne moída ou bifés de filé mignon, de coxão mole, de patinho, de fraldinha e de contra-filé.

Cozinhar ou ensopar

Os cozidos ou ensopados são carnes preparadas em calor úmido, ou seja, com água por um período longo. O procedimento é indicado para cortes menos macios, que, normalmente, são mais baratos. Os cozidos e ensopados são excelentes formas de preparo, que acentuam o sabor das carnes, especialmente quando se utiliza um líquido bem temperado (como água e ervas, temperos etc.). O cozimento em panela de pressão torna a carne mais macia e saborosa, além de reduzir o tempo de cocção.

Corte a carne em pedaços de mesmo tamanho para que cozinhem uniformemente. Assim, você obterá melhores resultados. Quando possível, seque os pedaços de carne com um papel-toalha antes de colocá-los na panela. Recomenda-se o preparo de alguns pratos (como rabada e garrão ou ossobuco, por exemplo) no dia anterior, reservando-os na geladeira de um dia para o outro

(pois, assim, os sabores se acentuam), reaquecendo-os no dia seguinte e retirando qualquer excesso de gordura que se tenha solidificado na superfície.

A temperatura não deve ser muito alta para que a carne cozinhe aos poucos e de maneira mais uniforme. Cuidado com o tempo de cozimento, pois, se for cozida por mais tempo do que o necessário, a carne ficará desidratada (seca) e menos macia.

Não é recomendável ferver a carne, pois ela fica muito dura, os sucos evaporam e alguns molhos podem talhar (coagular). Na maioria dos casos, é indicado aquecer a água até o ponto de fervura e depois reduzir o fogo, para que a carne vá cozinhando lentamente. Como é de conhecimento geral, a água pura ferve na temperatura de 100°C. Para saber se a água está em ponto de fervura, basta observar se há grandes bolhas de ar subindo continuamente e explodindo na superfície do líquido. Para saber se a temperatura está correta para cozinhar carne, basta observar se há um fluxo contínuo de pequenas bolhas de ar subindo pelo líquido, que ficam visíveis somente na superfície. Nessa temperatura, cozinha-se a carne de maneira apropriada, amaciando suas fibras e realçando seu sabor.

Podem ser ensopados ou cozidos os seguintes cortes: músculo (que fica excelente em sopas), garrão ou ossobuco, rabo, peito, raquete, peixinho, miolo da paleta, acém e costela. Carnes cozidas com osso produzem molhos mais saborosos e consistentes.

Carne de Vitelo

O vitelo é um bovino jovem, alimentado apenas com leite ou, em alguns casos, com leite e um pouco de pasto (capim) e ração. Sua carne é mais delicada e tem características diferentes das da carne do animal adulto. Por esse motivo, as formas de preparo não são exatamente as mesmas. Segundo os franceses da alta gastronomia (Cordon Bleu), a forma de preparo do vitelo é mais semelhante à do frango do que à do bovino adulto. Recomendam-se os métodos de cocção úmida para manter a suculência e o sabor da carne. Também é possível

assar a carne de vitelo em temperatura média. Nunca se deve, todavia, deixá-la passar do ponto, pois pode ficar muito seca.

Convém seguir as seguintes recomendações:

- GRELHAR: bisteca, parte final do acém, carne moída; devem-se grelhar bifos grossos, pois os finos ficam secos.
- ASSAR: cortes do dianteiro, da paleta, de lombo, de alcatra e de coxão. O vitelo é uma carne muito magra, portanto, ao assá-lo, assegure o seu sabor e a sua suculência regando freqüentemente a carne com molho. É importante deixá-la "ao ponto", e não "bem-passada". Ao preparar carnes sem osso recheadas, use um barbante para amarrar bem suas extremidades antes de começar a assá-las, pois assim elas manterão seu formato.
- REFOGAR: peito, costeleta e alguns cortes de dianteiro.
- FRITAR: cortes macios em bifos finos e de tamanho uniforme (escalopes). Tome cuidado ao fritar bifos de vitelo, pois ficam prontos rapidamente. Vitelo à milanesa é um excelente prato.
- ENSOPAR: pedaços com osso, como garrão, músculo, acém, peito, paleta, fraldinha e alguns cortes de dianteiro. Ao preparar cozidos com cubos de carne de vitelo, prefira cortes de peito ou de paleta.

Temperos

Além dos tradicionais e versáteis sal, alho, cebola, cebolinha, vinagre e pimenta, tradicionalmente utilizados em nossa culinária, existem vários outros temperos que combinam com a carne bovina e acentuam seu sabor. Conheça aqui algumas de nossas sugestões. Mas lembre-se: você pode criar

várias combinações até mesmo com outros temperos e elaborar pratos simples ou requintados. Basta usar a sua criatividade!

Carne assada

Alho granulado, cebola, cebolinha, chimichurri (mistura de temperos usada na Argentina e no Uruguai), cominho, cravo-da-índia, gengibre fresco ralado, pimenta calabresa, pimenta chilli, raiz forte (para assados com molho), salsa, mostarda em pó, tomilho.

Carne grelhada

Alecrim, chimichurri, coentro, pimenta calabresa.

Carne cozida ou ensopada

Cominho, louro, mostarda, noz-moscada, orégano, páprica doce ou picante, pimenta-da-jamaica, salsão, salsinha, tomilho, zimbro.

Carne de panela

Cominho, curry, gengibre fresco ralado, tomilho.

Carnes fritas

Noz-moscada, salsa.

Molhos para carne

Cominho, curry, molho shoyu, noz-moscada, páprica picante ou doce, pimenta calabresa.

Picadinho de carne

Colorífico, hortelã, pimenta calabresa, salsa.

Carne moída

Hortelã, manjeriço, manjerona, menta, molho shoyu, pimenta calabresa.

Hambúrguer

Alcaparras, cominho, macis, menta, mostarda, pimenta calabresa, segurelha.

Recheios de carne

Alcaparras, manjeriço, pimenta calabresa, pimenta-do-reino, segurelha.

Goulash

Cominho ralado, páprica doce ou picante.

Vitelo

Os temperos que mais combinam com a carne de vitelo são as ervas frescas ou açafão, casca de limão ralada, cravo, louro, mostarda, páprica, noz-moscada, salsinha, sálvia e tomilho. Evite usar pimenta, pois ela deixa a carne amarga. Para um sabor mais acentuado, experimente limão e alcaparras, vinagre, tomate, azeitonas, laranja ou vinhos de sabor forte como Madeira ou Marsala.

Marinar

Marinar é o processo de amaciar e acentuar o sabor da carne por meio da sua imersão em um líquido ácido (como vinagre, suco de limão, vinho, etc.) com temperos e ervas. Alguns dos temperos podem ser: alho, coentro, dill, louro, salsa e tomilho.

Sempre que utilizar um líquido ácido para marinar carnes, prefira recipientes não-metálicos, como vidro ou cerâmica. Recipientes de alumínio reagem com o ácido e podem deixar um sabor metálico na carne, porém o aço inoxidável é adequado, pois esse metal não é reagente. Se você deixar a carne marinando por até meia hora, pode deixá-la em temperatura ambiente. Se for deixá-la marinando por mais tempo, mantenha-a dentro da geladeira num vasilhame com tampa.

Cortes para Churrasco

Alcatra

Está localizado a parte traseira do boi junto ao dorso, sendo um dos cortes mais nobres e saborosos para churrasco. A chamada alcatra inteira compreende a picanha, a maminha e o miolo da alcatra (de onde vem o baby beef). A parte de dentro, chamada coração da alcatra, é um excelente pedaço para churrasco. A alcatra deve ser de preferência preparada na grelha e assa rapidamente, ficando pronta em 15 a 20 minutos. Se for utilizar o espeto, corte a alcatra em fatias de 8 a 10 cm. de comprimento ou então em pequenos cubos. Evite cortes finos, porque a carne resseca com facilidade.

Picanha

Unanimidade nacional, a picanha é um corte tradicional de churrasco. É facilmente reconhecível por seu formato triangular e capa de gordura que a cobre por inteiro, e que não deve ser retirada para assar pois alterará seu sabor e suculência. A picanha é uma carne que varia entre 1kg e 1,5kg. Preste atenção se alguém tentar lhe vender uma picanha que tenha mais de 1,5 kg: peças maiores incluem um pedaço de coxão duro. Se a parte de baixo ainda estiver com 'nervura' ou 'pele' prateada, retire-a antes de salgar e levar a carne ao fogo. Para assar a picanha em um espeto, corte em fatias grossas, com cerca de quatro dedos de distância entre os cortes. Para preparar picanha na grelha, corte-a em pedaços grossos, para deixá-la mal passada em seu interior, pois a picanha endurece um pouco se passar do ponto certo. Deve ser servida ao ponto ou mal passada.

Maminha

Também conhecida como a ponta da alcatra ou colita del cuadril. É uma carne saborosa e suculenta. Deve ser preparada de preferência em espeto, para que seja fatiada aos poucos em fatias finas. Limpe-a bem antes de assar, e tempere-a apenas com sal grosso. Na grelha, também fica saborosa. Deve ser

servida entre mal passada até ao ponto, pois se ficar muito passada o sabor pode se alterar.

Contrafilé

Também conhecido como filé curto ou lombo desossado, ou bife de chorizo (Argentina e Uruguai). É macio, tem sabor acentuado e muito suco. Deve ser servido mal passado, no máximo, ao ponto, em bifess grossos ou então fatiado e servido picado.

Filé Mignon

Considerado por muitos o mais nobre dos cortes, caracteriza-se pela maciez e sabor adocicado. Não é das carnes mais procuradas para churrasco, mas pode dar excelente resultado quando preparado na grelha (sempre em pedaços grandes ou inteiro). Também pode entrar como ingrediente do "xixo" ou "espetinho", com outro tipo de carne como frango ou carne suína, lingüiça, bacon, cebola, pimentão, etc.

Costela

Em duas versões: costela minga ou costela ponta de agulha e costela ripa. A minga sai da parte inferior da caixa torácica, formada por ossos mais finos e muitas cartilagens, e é mais entremeada de gorduras e carnes. O ideal é comprá-la em casas especializadas em churrasco, para que esteja cortada no tamanho certo e bem limpa. A costela ripa é aquela parte de cima do boi junto ao dorso. Tem ossos maiores e mais largos e a carne um pouco mais seca. As duas devem ir às brasas com o lado do osso virado para baixo. Só depois de bem assadas, devem ser viradas. Deve ser servida ao ponto. No Uruguai e na Argentina, recebe o nome de asado de tira e é cortada bem fina, em porções com cerca de 5 cm. de osso.

Fraldinha ou Vazio

É a ponta com carne da costela minga ou ponta de agulha. Escolha sempre fraldinhas grandes e com gordura, o que indica que ela provém de um animal de boa qualidade. A gordura deve ser retirada na hora de servir. Teste sempre durante o assado, pois ela pode estar muito crua em um momento e logo passar do ponto, ficando seca. Seu modo de preparo é simples mas deve ser cuidadoso: basta espetar a carne no espeto com parte maior para o lado de dentro (do espeto) e a porção mais fina em direção à ponta do espeto. Coloque bastante sal grosso e asse na churrasqueira em altura média. Para servir, bata na carne com as costas de uma faca, para eliminar o excesso de sal grosso, e corte-a em fatias. Se for levar de volta o fogo, espalhe um pouco de sal refinado. É muito saborosa, sendo considerada uma das melhores carnes para churrasco, devendo ser cortada em pedaços grossos.

Granito / Peito

É carne do peito e vem com osso e bastante gordura. Deve ser assado com bastante calor e por muito tempo. Na hora de servir, deve-se retirar a gordura, em geral de cor amarelada.

Chuleta ou Bisteca

Parente nacional do corte americano conhecido como T-bone steak e do entrecôte francês. É muito saborosa e entremeada de gordura. Fica excelente cortada em pedaços com cerca de dois dedos de espessura e temperada apenas com sal grosso, e colocada na grelha a 20-25 cm. de altura do braseiro por cerca de 15 a 20 minutos. Para saber o momento exato de virar a carne na grelha, espere até que o suco da carne 'brote' na superfície, o que ocorre em aproximadamente 7 a 10 minutos. Este é o momento de pegá-la com uma pinça comprida e virá-la.

Cupim

O cupim é o conjunto de fibras musculares, entremeadas de gordura, situadas logo atrás do pescoço de bovinos de raça ou cruza zebuína. Tem sabor característico e paladar agradável, devendo sempre ser cozida lentamente. Muito utilizada em churrascos, pode ser assada enrolada em várias camadas de celofane especial para culinária que distribui o calor uniformemente e promove o cozimento da carne em seu próprio suco.

Influências do Mercosul

Pamplona

A pamplona é uma especialidade uruguaia tradicionalmente preparada com o coração de filé mignon ou picanha recheados de tempero verde. Hoje é feita também com lombo de porco e filé de frango.

Bife de Chorizo

O bife de chorizo é bastante popular na Argentina, sendo cortado do contrafilé de gado de raças européias. É preparado na grelha em braseiro forte, cortado em bifos grossos e polvilhado com sal grosso.

Assado de Tira

O assado de tira é bastante apreciado na Argentina, sendo a costela do novilho precoce cortada em tiras de aproximadamente 8 cm. de largura. Tem carne bastante tenra e fica pronto rapidamente, levando somente 20 a 30 minutos na grelha.

Informações sobre os Cortes

Raquete

Também conhecido como raqueta, ganhadora, sete, língua e segundo coió. Pode ainda ser chamado de marucha (espanhol), paleron (francês) ou blade clod (inglês).

Mais musculoso que o acém, com fibras longas e gordura concentrada, é uma carne muito saborosa. A raquete, bem cozida ou moída, rende excelentes molhos, cozidos, assados, bifés e ensopados.

Peixinho

Também conhecido como coió, lagartinho-da-pá, lagarto do braço, lombinho e tatuzinho da paleta. Pode ainda ser chamado de chingolo (espanhol), jumeau (francês) ou chuck tender (inglês).

Tem fibras curtas e magras, sendo mais rijo que o acém. Sendo bem cozido ou moído, o peixinho rende excelentes molhos, cozidos e ensopados. Pode ser também assado, usado como carne recheada ou escalopes ao molho madeira.

Miolo da Paleta

Também conhecido como centro da paleta, coração da paleta, pá, cruz machado, carne de sete, posta gorda e posta de paleta. Pode ainda ser chamado de corazón de paleta (espanhol), boule de macreuse (francês) ou shoulder clod (inglês).

Tem fibras curtas e magras. Bem cozido ou moído, produz excelentes molhos, cozidos e ensopados.

Pescoço

Continuação do peito, tem formação muscular semelhante ao mesmo. Também chamado de cogote (espanhol), collier (francês) ou neck (inglês).

Por ter estrutura muscular semelhante à do peito, pode ser usado nos mesmos tipos de pratos. Necessita de cozimento longo em calor úmido. Pode ser utilizado em sopas, guisados, cozidos, caldos, refogados, ensopados, enrolado com temperos ou assado na panela com molho.

Acém

Também conhecido como agulha, lombo de agulha, alcatrinha, lombo de acém, lombinho de acém e tirante. Pode, ainda, ser chamado de aguja (espanhol), basses côtes (francês) ou chuck (inglês).

É o pedaço maior e mais macio do dianteiro do boi, sendo uma carne relativamente magra que deve ser cozida por calor úmido. O acém rende ótimos ensopados, picadinhos, assados, cozidos, carne moída, refogados, bifés de panela, carnes de panela, carnes recheadas ou preparadas com molho.

Costela

Também conhecida como costela do dianteiro, ripa de costela e assado. É a parte superior da caixa torácica do bovino, tendo ossos maiores e mais largos, e carne um pouco mais seca do que a costela ponta de agulha ou costela minga. Pode ainda ser chamada de asado ou asado de tira (espanhol), plat-de-côtes (francês) ou short ribs (inglês).

A costela é o corte com maior variedade de sabores, texturas e aromas. Exige um tempo de cozimento mais longo, para amaciar suas fibras. É utilizada principalmente para churrasco, ou então para o preparo de carne cozida com legumes. As carnes preparadas com osso tem sempre um sabor muito especial.

Costela ponta de agulha ou costela minga

Também conhecida como capa do bife, é a parte inferior da caixa torácica do bovino, tendo portanto ossos mais finos e bastante cartilagem entremeada com gordura. Conhecida como tapa de bife (espanhol), flanchet (francês) ou cube roll cover (inglês).

Fica muito bem em assados, ensopados ou sopa. É considerada a 'rainha das churrasqueiras', sendo uma carne muito saborosa para churrasco. Deve ser cozida por tempo longo, distante do braseiro, para amaciar suas fibras. A costela minga pode estar envolvida pelo matambre, facilmente reconhecido por sua cor rosada, e que deve ser retirado e preparado em separado.

Matambre

O matambre tem seu nome originado do espanhol 'mata hambre' (mata a fome), pois quando um bovino é abatido a primeira peça de carne que se retira é esta 'manta' que envolve a costela.

Quando se compra costela, o matambre é a tira de carne de cor rosada que a envolve, e que deve ser preparada separadamente. Pode ser preparada na grelha ou no espeto, cortada em tiras finas e servida como aperitivo para o churrasco. Outro preparo excelente é enrolar o matambre e recheá-lo com legumes, lingüiça e ovos.

Peito

Também conhecido como granito, podendo ainda ser chamado de pecho (espanhol), poitrine (francês) ou brisket (inglês).

Parte do dianteiro do boi constituída de músculos e fibras grossas e compridas. Necessita de cozimento longo em calor úmido. Pode ser usado em cozidos, caldos, sopas, refogados, enrolado com temperos e assado na panela com molho. Para churrasco ou grelha, deve ser assado com bastante calor e por várias horas. Na hora de servir, retira-se a gordura, de cor amarelada.

Cupim

O cupim é a porção de fibras musculares entremeadas de gordura situadas logo atrás do pescoço de bovinos de raça zebuína ou seus cruzamentos. É também chamado de giba ou mamilo.

Tem sabor característico e paladar agradável. Deve sempre ser cozido lentamente. Muito utilizado em churrascos ou na grelha, pode ser assado enrolada em várias camadas de celofane especial para culinária que distribui o calor uniformemente e promove o cozimento da carne em seu próprio suco. Outra forma de preparo é o cozimento em panela de pressão, bem temperado ou apenas com sal refinado, e posteriormente assado no forno enrolada em papel celofane.

Noix

Também conhecido como filé de costela, entrecote e charneira. Pode ainda ser chamado de bife ancho (espanhol), entrecôte (francês) ou cube roll (inglês). Este corte em especial, quando apresentado com osso, é chamado de bisteca ou chuleta.

É uma carne muito saborosa, suculenta e macia. Tem fibras mais curtas e rijas, sendo utilizado principalmente para churrasco ou na grelha, ou como carne cozida com legumes, assados, refogados e picadinhos.

Contrafilé

Também conhecido como lombo, lombo desossado, filé curto, filé de lombo e filé. É chamado de contrafilé pois na carcaça do bovino este corte situa-se 'contra' o filé mignon, ou seja, estão apenas separados pelas vértebras lombares. Pode ainda ser chamado de bife angosto ou bife de chorizo (espanhol), faux-filet (francês) ou striploin (inglês).

É uma carne macia, de sabor acentuado e que por sua camada de gordura na lateral mantém a umidade da carne. Ideal para bifês de chapa,

estrogonofe, grelhados, rosbife, medalhões, churrasco, grelha e assados. Deve ser servido mal passado ou ao ponto, e assado em alta temperatura para que não enrijeça. Quando comprar contrafilé, evite os primeiros 6 a 7 centímetros do corte, perto da alcatra, pois neste pedaço há um nervo que atravessa a carne quase paralelamente à gordura, que somente será visível quando se estiver fatiando a carne. Prefira pedaços de contrafilé com gordura uniforme. Antes do preparo, remova o 'nervo' lateral que segue longitudinalmente na carne, se acaso ainda não tiver sido retirado.

Capa de Filé

A capa de filé é um corte localizado sobre o contrafilé ou filé de costela na porção torácica.

Com textura desigual e grande quantidade de nervos, presta-se bem para o preparo de carnes com molho que precisam de cozimento mais longo, além de ensopados, refogados, assados, churrascos, preparo na grelha e picadinhos.

Bisteca ou Chuleta

Este é um corte especial de lombo, feito através de secções transversais do músculo com osso sem o filé mignon. É chamado de côte ou côte de boeuf em francês.

É uma carne muito saborosa, macia e entremeada de gordura. Fica ótima em bifés e churrascos, preparada na grelha. Pode ser assada no forno (rosbife), sendo salgada somente no momento de levar ao forno. Procure sempre bisteca com gordura entremeada, pois é muito mais saborosa.

T-Bone

É um corte especial de lombo, feito através de secções transversais do músculo com osso. O T-bone tem parte final do contrafilé de um

lado do osso e a parte central do filé mignon do outro. Também conhecido como Tibone ou T. Bone.

É uma carne muito saborosa, macia e entremeada de gordura. Fica ótima em bifés e churrascos, preparado na grelha.

Filé Mignon

Também conhecido como filé, pode ainda ser chamado de lomo (espanhol), filet (francês) ou tenderloin (inglês).

É o corte mais macio de carne bovina. Um filet mignon inteiro tem aproximadamente 2 kg. Tem sabor adocicado e menos acentuado que a alcatra e o contrafilé, é suculento e tem pouca gordura. É ideal para bifés, como tournedor, medalhão, escalope, estrogonofe e também para rosbifés, assados, refogados e picadinhos. Fica bem acompanhado de vários tipos de molhos. Para churrasco, pode entrar como um ingrediente do espetinho misto ou xixo, ou preparado em bifés grossos na grelha ou inteiro no espeto.

Alcatra

Também chamada de alcatra-grossa, coice e alcatre. A alcatra completa compreende o miolo da alcatra, a picanha e a maminha. Em francês é chamado de rumsteck e em inglês rump.

A alcatra é macia e tem pouca gordura, sendo ideal para bifés, refogados, assados e ensopados. Fica excelente no churrasco, tanto no espeto ou em bifés grossos na grelha. Evite cortes finos pois a carne poderá ressecar.

Miolo de Alcatra

Também conhecido como coração de alcatra e centro da alcatra. Chamada de corazón de cuadril (espanhol) ou eye of rump (inglês). O corte conhecido como baby beef provém do miolo da alcatra.

Tem fibras curtas e é mais macio que o coxão mole. Ideal para bifés, churrasco ou na grelha, em assados, refogados, grelhados, e picadinhos.

Picanha

Pode ser chamada de tapa de quadril (espanhol) ou cap of rump (inglês).

Parte macia, mais marmorizada e com capa de gordura, tem sabor acentuado. É de fácil preparo e muito suculenta. É própria para churrascos, podendo ser assada inteira ou em postas no espeto ou na grelha. É boa para assados, bifés ou carne de panela. É importante prepará-la com a gordura para que o sabor e maciez fiquem mais acentuados, podendo-se retirá-la na hora do consumo. Se houver ainda uma membrana prateada na parte inferior da picanha, retire-a antes do preparo para evitar que a carne 'encolha' durante o cozimento. Lembre-se que a picanha pesa entre 1kg e 1,5kg, portanto se você encontrar picanhas maiores à venda saiba que na verdade há uma parte de coxão duro que não foi separada do corte sendo vendida junto.

Maminha

Também conhecida como ponta de alcatra, sendo chamado de colita de quadril (espanhol), aiguillette baronne (francês) ou tail of round (inglês).

Parte mais macia da alcatra, é suculenta e tem sabor suave. É boa para assados, churrasco ou na grelha, carnes de panela ou bifés servidos bem passados, pois tem maior teor de gordura. Deve ser cortada de forma correta, ou seja, contra as fibras, para acentuar sua maciez e sabor.

Coxão Mole

Também conhecido como chã de dentro, chã, coxão de dentro, polpa e polpão. Pode ainda ser chamado de nalga de adentro (espanhol), tranche (francês) ou topside (inglês).

Com fibras curtas e macias, é um corte macio que fica bom em assados, ensopados, picadinhos, escalopes, milanesas, bifés finos e enrolados, ou então moída para refogados e molhos.

Coxão Duro

Também conhecido como coxão de fora, chandanca, posta vermelha, perniquim, lagarto plano, lagarto chato, lagarto vermelho, chã de fora e lagarto atravessado. Pode ainda ser chamado de cuadrada (espanhol), gîte a la noix (francês) ou flat (inglês).

Com fibras mais longas e rijas e gordura concentrada na parte externa, exige cozimento lento, sendo ideal para assados de panela, rosbifes, carne recheada, cozidos ou utilizado moído em molhos e refogados.

Lagarto ou Tatu

Também conhecido como lagarto redondo, lagarto paulista, lagarto branco, posta branca, paulista e tatu. Pode ainda ser chamado de peceto (espanhol), rond de gîte (francês) ou eye of round (inglês).

De cor mais clara, fibras longas e magras, tem formato arredondado, alongado e bem definido. Preparo típico é a carne de panela, carne desfiada (carne louca) podendo ainda ser usado em assados e rosbifes. Pode ser recheado com lingüiça ou vegetais e ovo e assado no forno. Ainda cru e cortado em fatias bem finas, produz o famoso carpaccio.

Patinho

Também conhecido como bochecha, caturnil, cabeça de lombo e bola. Pode ainda ser chamado de bola de lomo (espanhol), rond de tranche (francês) ou knuckle (inglês).

Menos macio que a alcatra, é usado para bifés à milanesa e preparações de carne moída crua - como o quibe e o steak tartar, ou então moída e cozida em refogados, molhos, bifés e assados. A parte inferior do patinho é um

dos melhores cortes para escalope. Ideal também para picadinhos como o boeuf bourguignon (de origem francesa), goulash (origem húngara) ou spezzatino (origem italiana).

Fraldinha ou Vazio

É também chamado de aba de filé. No corte de costela minga, a fraldinha é a ponta com carne. Conhecido como vacio (espanhol), bavette d'aloiau (francês) ou thin flank (inglês).

Parte constituída de feixes musculares mais grossos e longos, é um corte muito saboroso que fica bom em ensopados, picados, cozidos, carne moída, carne recheada, carne desfiada (carne louca), caldos e sopa. Pode ser assada em churrasco ou na grelha, devendo ser cortada em tiras grossas.

Pacú

É um corte do vazio ou fraldinha. Também conhecido como bife do vazio, é chamado de bife de vacio (espanhol), bavette de flanchet (francês) e flank steak (inglês).

Músculo de Primeira

Também conhecido como músculo mole. Pode ser chamado de tortuguita (espanhol), mouvant (francês) ou heel (inglês).

Muito saboroso, é indicado para o preparo de molhos, ensopados, carnes de panela, papinha e também sopas.

Músculo do Dianteiro

Também conhecido como braço e mão de vaca. Pode ainda ser chamado de tortuga (espanhol), jarret ou gîte de devant (francês) ou fore shank (inglês).

Deve ser cozido por calor úmido, podendo ser moído ou cortado em bifês ou tiras. Muito saboroso, é indicado para o preparo de molhos, ensopados, refogados, assados, carnes de panela e também sopas.

Garrão (traseiro)

Também conhecido como músculo duro, músculo de segunda, músculo da perna e canela. Quando cortado com osso é chamado de ossobuco. Pode ainda ser chamado de osobuco (espanhol), gîte (francês) ou shank (inglês).

Possui, no centro, osso com tutano que, submetido a cozimento lento, fornece pratos com molhos de muito sabor. Pode também ser usado em sopas e cozidos, produzindo caldos saborosos e gelatinosos.

Garrão (dianteiro)

Conhecido como brazuelo (espanhol), jumeau (francês) ou shin (inglês). Possui, no centro, osso com tutano que, submetido a cozimento lento, fornece pratos com molho de muito sabor.

Rabo

Também conhecido como rabada. Chamado de rabo (espanhol), queue (francês) e tail (inglês). É uma carne com osso muito saborosa, excelente para ensopados e cozidos.

Dicas para fazer um bom churrasco

Churrasco pode ser definido como 'o preparo de carnes sobre o calor de carvão e brasa em espeto ou sobre grelha'. Também significa reunião de familiares e amigos, confraternização, ritual, cultura, e além de tudo, uma excelente e saborosa refeição. Portanto, aprenda várias dicas para garantir um excelente churrasco!

A Churrasqueira

Basicamente, existem churrasqueiras feitas de alvenaria ou churrasqueiras portáteis. Muitas das casas e apartamentos na região sul do Brasil incluem churrasqueiras feitas de alvenaria já na planta, refletindo a cultura local. Estas churrasqueiras são revestidas com tijolos refratários. Uma boa churrasqueira de alvenaria deve ser fechada na parte de trás e nas laterais, para que forme uma espécie de forno, concentrando o calor. Além disto, outros pontos importantes são: a churrasqueira não deve deixar que a fumaça escape pela frente, deve permitir um bom manuseio dos espetos, assim como o uso de grelha e chapa, deve ser de fácil limpeza e adequada ao tamanho da família ou grupo de amigos que irá partilhar deste prazer. Cuidado se você decidir colocar pedra (granito, mármore) na parte frontal da churrasqueira: apesar de bonito, você poderá queimar seus braços, pois a pedra aquece muito.

Em uma churrasqueira com essas características, é possível assar carnes (colocando-as mais longe de braseiro) e grelhar carnes (mais próximas do braseiro). A definição é simples: os grelhados ocorrem quando se coloca a carne a até aproximadamente 20cm da brasa, sobre uma grelha ou espeto. Acima desta altura as carnes são assadas, em processo mais lento. Claro que estas distâncias podem variar conforme estiver arrumado o braseiro, sua altura e temperatura. Grelhe porções pequenas (400 a 600 g) e asse peças grandes (acima de 1 kg). Lembre-se de descontar a porção (peso) de osso de carnes com osso.

Se você comprar uma churrasqueira portátil, escolha uma que seja firme, fácil de montar e de limpar. É importante que ela tenha várias regulagens de altura, permitindo assar diferentes carnes e controlar a temperatura de cozimento. Encontra-se hoje vários tipos de churrasqueira portátil: elétrica, a gás ou com carvão. Leia bem as instruções do fabricante antes do uso. Depois de terminar seu churrasco, limpe a churrasqueira e seque-a bem, pois o calor muitas vezes queima a camada de tinta protetora, e se você não caprichar na hora de secar ela logo ficará enferrujada.

A churrasqueira deve estar em um recanto agradável da casa, onde todos se sintam confortáveis e possam ficar juntos. O local deve ser coberto, fresco e arejado porém abrigado do vento. É importante ter uma bancada com pia próxima à churrasqueira para que o churrasqueiro possa trabalhar com tranquilidade e higiene. Tenha sempre à mão um paninho, toalha e sabonete. Lave as mãos com frequência, pois é uma boa prática de higiene.

A forma típica de assar carne no sul, e considerada a origem do processo de churrasquear, é o fogo de chão. Os espetos utilizados para fogo de chão são entalhados em galhos de madeira, sendo largos e compridos, com pontas afiadas. Se você quiser fazer um churrasco em fogo de chão, tome cuidado com o tipo de madeira que você escolher, pois já houveram casos de intoxicação grave de pessoas que utilizaram espetos de madeira de plantas tóxicas como a espirradeira e a primavera. Uma dica é observar se a planta tem látex ou seiva branca: a maioria das plantas com estas características é tóxica e não deve ser usada no preparo da carne.

Escolhendo a Carne

Escolha as carnes com antecedência e muita calma, de preferência no dia anterior. A carne de qualidade é uma carne de boa procedência, inspecionada pelos órgãos competentes, de cor vermelho-cereja, brilhante, com odor característico, devendo estar resfriada ou congelada. Não compre a chamada 'carne quente', de animais recém abatidos. Apesar de comum

em várias partes do Brasil, este tipo de carne não passa pelos procedimentos necessários de inspeção sanitária e resfriamento, não sendo portanto adequada para consumo.

Uma boa costela para churrasco tem de ter camada de gordura, pois do contrário a carne pode ressecar. O mais importante na costela é observar a proporção carne/osso/gordura, portanto imagine como ela ficará depois de assada. Uma boa proporção é quando a parte de osso corresponde a 30% do peso total do corte.

Quantidade de Carne

Para se calcular a quantidade de carne para um churrasco, é preciso lembrar que haverá pessoas que consumirão apenas 250 gramas e outras que podem consumir até 1 kg de carne. Para calcular-se a média por pessoa, recomenda-se 400 a 600 gramas de carne para adultos e 300 gramas para cada criança. Porém se você servir vários tipos de carne, aumente as quantidades por tipo de carne, para não arriscar a falta de carne se todos preferirem consumir um só tipo. Deve-se levar em conta que além de carne seus convidados irão consumir também acompanhamentos como pão de alho, saladas, farofas, arroz, aperitivos, vinagrete, chimichurri (mistura de temperos muito apreciada por argentinos e uruguaios), etc.

Escolhendo o Carvão

Talvez você não saiba, mas a escolha do carvão é muito importante. Existem diversas marcas e embalagens, e é importante saber reconhecer um bom carvão. Os carvões feitos de madeira de acácia negra e de eucalipto são considerados os melhores, pois são homogêneos, não liberam muita fumaça, têm boa textura e rendimento, ficando portanto mais econômicos. Se o carvão produz muito pó, é quebradiço e fica disforme, não é um produto de boa qualidade. Por isto, verifique na embalagem de que tipo de madeira é feito o carvão, verifique se os pedaços de carvão estavam realmente secos e eram grandes, e se ficar satisfeito anote a marca para uma próxima compra.

Quanto carvão se usa em um churrasco?

A quantidade de carvão necessária para um bom churrasco varia bastante, conforme o tipo de churrasqueira; o tipo de carnes sendo assadas; os cortes de carnes (costelas demoram mais a assar do que fatias de carnes grelhadas); o clima (inverno ou verão), a habilidade do assador, etc. Mas de forma geral pode-se dizer que para um churrasco preparado para dez pessoas um saco de carvão de 5kg de boa qualidade é suficiente. Lembre-se que existem algumas churrasqueiras que consomem mais carvão do que outras, portanto é sempre recomendável ter um ou dois sacos de carvão na reserva, para qualquer necessidade. Lembre-se que a brasa vermelha e viva é um dos segredos para um bom churrasco, portanto não deixe faltar carvão em sua churrasqueira!

Grelha ou espeto?

A escolha entre espeto ou grelha deve ficar a cargo do assador ou churrasqueiro. O uso de grelha ou espeto dependerá também dos formatos de carne e a facilidade para assar cada um deles.

Grelha

Muitos churrasqueiros preferem a grelha, argumentando que assim a carne é assada por inteiro não perde o suco, pois não é furada pelo espeto. Em nossos vizinhos do Mercosul a grelha é utilizada com maior frequência do que o espeto. A grelha permite que se trabalhe com vários tipos de carnes ao mesmo tempo, além de outros complementos como queijo provolone, pimentão, lingüiças, tomates, cebola, morcilha, etc. A grelha favorece as carnes sem osso, em detrimento das carnes com osso como a costela. Portanto as carnes mais indicadas para a grelha são a picanha, a maminha, o assado de tira (tiras muito finas de costela), lingüiças, salsichões, chuleta, vazio ou fraldinha e o filé mignon.

Quando utilizar a grelha, é interessante ter pinças de metal compridas para virar e manusear a carne. Evite utilizar aquele garfo comprido de

dois dentes, que é bastante comum para carnes, pois o suco pode sair pelos furos e a carne ficará mais seca e menos macia. Comece a grelhar a carne na parte mais quente da churrasqueira, tostado-a bem de um lado, e posteriormente vire a carne do outro lado para tostar. Depois, coloque a carne numa parte com calor menos intenso, para que ela asse até chegar no ponto desejado. Pergunte a seus convidados qual o ponto de carne que eles desejam, pois este será um fator fundamental no sucesso de seu churrasco.

Tipos de grelhas

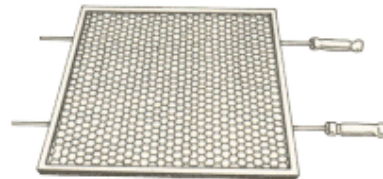
a) Grelha plana



b) Grelha dobrável



c) Grelha com tela inox



Espeto

Para assar seu churrasco usando espetos, a dica é comprar espetos de aço inoxidável, que apesar de mais caros que os comuns são de melhor qualidade. Por não serem rugosos, eles são mais fáceis de limpar, mais duráveis e não soltam resíduos metálicos na carne. Escolha espetos de comprimento adequado à sua churrasqueira. Isto é muito importante, pois você evita se queimar na empunhadura do espeto e os espetos não cairão dentro da churrasqueira, o que poderá acontecer se eles forem muito curtos.

Sal

Hoje em dia existem vários tipos de tempero para a carne, porém a maioria acredita que o melhor ainda é usar apenas sal grosso. Para melhores resultados, separe os cubos mais grossos de sal dos mais finos, usando somente os mais grossos para temperar a carne. Não use sal refinado (sal de cozinha), pois o risco de salgar a carne em excesso é muito grande. Não é recomendado o uso de salmoura (mistura de água e sal refinado), pois a água muda o pH da carne e, juntamente com o sal fino, enrijece as fibras e endurece a carne.

Não use sal grosso úmido, pois ele faz com que a carne absorva muito mais o sal, comprometendo seu sabor. Para retirar a umidade do sal, basta aquecê-lo por alguns minutos em uma travessa no forno, mexendo constantemente até que fique seco.

Não se deve temperar a carne com sal grosso com muita antecedência pois a carne resseca. Para salgar a carne de forma correta, espalhe sal grosso em toda a superfície da carne. Quando a carne começar a transpirar significa que o sal está ficando bem aderido e entrando na carne (e não retirando o suco, como se imagina). Este é o momento certo de levá-la à churrasqueira. Antes, porém, você deve retirar todo o sal da mesma, esfregando a carne com as mãos. Com esta dica você raramente irá errar no sal.

Retirando o sal para servir

Para tirar o sal da carne, segure o espeto firmemente e bata a carne com as costas de uma faca. Faça isto longe do fogo, pois o sal pode estourar em seus olhos se a carne ainda estiver dentro da churrasqueira.

Assando Carne

O ponto da carne é uma escolha pessoal, sendo que para alguns cortes existem pontos mais adequados (a costela por exemplo, deve sempre ser servida bem passada). Os pontos de carne para churrasco são: mal-passado, ao ponto e bem passado. A maioria das pessoas prefere carne ao ponto. Porém, a

melhor dica é a de descobrir e respeitar o melhor ponto para cada carne conforme suas características. Procure saber o que os seus convidados preferem, para garantir seu sucesso como churrasqueiro.

A temperatura da carne ao ser levada para a churrasqueira é também muito importante. Se ela foi congelada, deve ser descongelada e estar em temperatura ambiente antes de ir para o fogo, para garantir que ela fique no ponto ideal. Evite levar a carne da geladeira diretamente ao fogo.

Mude os espetos ou os pedaços de carne sobre a grelha de lugar constantemente, para que os pingos de gordura não caiam sempre no mesmo local do braseiro. Quando os pingos de gordura caem no braseiro, formam labaredas que não devem tocar a carne. Portanto, ajuste a altura dos espetos ou da grelha para que as labaredas não as atinjam. Para virar a carne, temperar ou pincelar use sempre utensílios de cabo longo, como pinças. Lembre-se que não se deve 'apertar' nem furar a carne quando estiver assando, para que ela não perca o suco e enrijeça.

Se por acaso alguma parte da carne ficar carbonizada pelo contato direto com a chama da churrasqueira, recomenda-se descartar este pedaço. Lembre-se que o que assa a carne é o calor, e não a chama diretamente sobre a carne. E, finalmente, evite assar demais os ingredientes, para não endurecê-los.

Asse a costela à aproximadamente 60cm da brasa com a parte dos ossos virada para o braseiro (para baixo).

Assando Carne com gordura

Sempre que possível, as carnes devem ser assadas com a própria gordura. Isto torna-a impermeável e protege-a contra o calor intenso na churrasqueira, evitando que o calor carbonize as proteínas da carne. Se a gordura for retirada antes do preparo, a carne terminará ressecando. A maioria das carnes

para churrasco vem com a sua gordura própria, como no caso da picanha, cupim e costela.

Comece assar a picanha com a gordura voltada para cima, deixando que a parte de baixo e forme uma crosta crocante. Vire o lado com gordura para baixo somente no final, para que ela acabe de derreter.

Xixo ou Espetinho Misto

De origem árabe, onde recebe o nome de sish kebab, tem a vantagem de poder unir várias cores e sabores em um só espeto. Uma boa combinação para churrasco é carne bovina (alcatra, filé mignon ou contrafilé), lombinho de porco, lingüiça calabresa ou salsichão, frango (peito, sobrecoxa ou coxa), cebola, pimentões coloridos e tomate. Pode ser temperado apenas com sal grosso e um fio de azeite de oliva. É claro que também pode-se usar somente um tipo de carne, como o filé mignon, caprichando nos outros ingredientes.



Acendendo a Churrasqueira

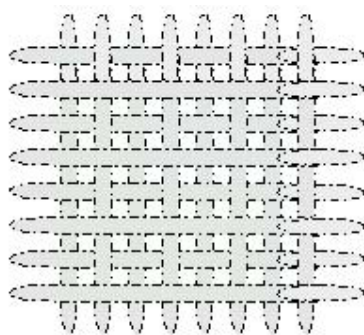
Lembre-se que lidar com fogo exige certos cuidados de segurança, para evitar acidentes ou ferimentos. Uma pequena fagulha que caia num frasco de álcool pode causar uma explosão. Um simples pedaço de plástico que caia dentro de uma churrasqueira provocará a liberação de gases tóxicos que poderão causar mal estar e dor nos olhos de quem estiver por perto. Antes de acender o fogo, verifique se não há crianças por perto, nem qualquer produto inflamável.

Para acender a churrasqueira, NUNCA use produtos tóxicos como gasolina, querosene, óleo diesel ou outros produtos inflamáveis

diretamente no carvão, pois você poderá causar uma explosão e se queimar gravemente. Existem diversas formas seguras de acender o fogo com segurança.

Compre apenas carvão de boa qualidade, preferindo o que tem pedaços grandes pois estes permitem a circulação de ar. Se o carvão tiver muitos pedaços finos, deixe queimar um pouco, mexendo no fogo para que estes farelos queimem primeiro (mas sempre antes de colocar a carne). O carvão precisa estar bem seco e deve ser colocado no centro da churrasqueira. Alguns churrasqueiros preferem colocar o carvão em apenas uma lateral da base da churrasqueira, para que sobre um espaço sem brasas que pode ser utilizado no caso de ser preciso deslocar a carne para que não queime.

Uma das formas de se acender o braseiro é forrar a churrasqueira com uma camada fina de carvão e preparar vários rolinhos de papel de jornal, dispendo aproximadamente oito rolinhos em uma direção e oito perpendicular aos mesmos, formando uma espécie de grade. Tape com mais carvão e despeje três tampinhas de álcool por cima. Nunca leve o frasco de álcool para perto da churrasqueira. Jogue um fósforo aceso sobre o local, e afaste-se imediatamente. Faça vento com um jornal dobrado ou com um fole, para atiçar as brasas.



Posicionamento dos rolinhos de jornal para acender o braseiro

Um outro sistema é preparar um canudo de jornal, que deve ser feito da seguinte forma: ponha várias folhas de jornal, papelão ou papel sobre a mesa, e com o auxílio de uma garrafa enrole o papel formando um canudo (sem fechar as extremidades). Retire a garrafa e coloque este canudo de papel no meio

da churrasqueira, envolvendo o canudo com carvão por fora e um pouco por dentro. Em seguida, ponha fogo no canudo. É um método eficiente e seguro.

Existem também à venda em supermercados ou lojas especializadas acendedores de churrasqueira, cujas instruções estarão na embalagem.

E como saber se as brasas estão no ponto certo para começar seu assado? É só observar quando o carvão estiver coberto por igual de uma camada de cinza branca, sem chamas ou fumaça, com temperatura elevada, o que pode levar de 20 minutos a meia hora. O carvão já terá queimado totalmente e liberado toda a fumaça inicial que pode dar cheiro e gosto na carne (se utilizar-se o braseiro muito cedo). Saber aguardar o momento em que o braseiro estiver pronto é uma etapa bastante importante, pois lembre-se: a labareda é um dos motivos pelo qual o churrasco fica queimado. Portanto, é importante que a temperatura esteja bem alta quando você puser as carnes, para que o calor toste e sele a superfície da carne, porém sem labaredas que queimam a carne.

Controlando o calor da Churrasqueira

Para controlar o calor, você pode espalhar as brasas na base da churrasqueira, diminuindo sua temperatura, ou então juntá-las ou amontoá-las mais e aumentar o calor.

Se o carvão for se consumindo muito rapidamente, basta acrescentar algumas pedras a mais à medida que o fogo enfraquece. Por isto, o bom churrasqueiro mantém sempre um saco de carvão extra por perto. Para colocar mais carvão, afaste um pouco a carne e coloque o carvão ao lado do braseiro, arrastando-o lentamente para perto das brasas, cuidando para não levantar fuligem.

Lembre-se que junto às paredes da churrasqueira o calor é maior do que na parte central, portanto não deixe a carne 'esquecida' em um canto da churrasqueira pois ela continuará a assar (e perderá o suco).

Cuidado se quiser jogar água na churrasqueira

Conforme a gordura da carne pinga no fundo da churrasqueira, as labaredas aparecem. Ao contrário do que muita gente pensa, jogar água nem sempre é a melhor solução. Isso faz com que a churrasqueira perca seu calor, comprometendo o ponto da carne. Além disto, quando se joga água uma fuligem branca se desprende do braseiro e gruda na carne. Porém, churrasqueiros experientes dizem que uma pequena quantidade de água (um terço de um copo americano) produz bons resultados sem levantar fumaça. Quando for jogar água, afaste um pouco a carne para evitar que a fumaça pegue na carne.

Uma outra dica é usar as cinzas do churrasco anterior para cessar o fogo. Como? É simples: ao terminar o churrasco, guarde as cinzas. No novo churrasco, jogue-as sobre as labaredas. Dessa forma, o fogo é extinto sem prejudicar o calor.

Não permita que seus convidados joguem guardanapos ou qualquer outro objeto para queimar na churrasqueira. Estes podem liberar fumaça que alterará o sabor da carne.

E para servir?

Não esqueça de bater a carne com as costas de uma faca para retirar alguma pedra de sal grosso que tenha sobrado. E depois de pronta, é melhor retirar a carne do espeto e colocá-la sobre uma tábua de madeira ou polietileno (que é mais higiênica pois a ausência de poros no plástico impede a entrada de contaminantes) para poder cortá-la corretamente. Cortar corretamente significa dizer cortar a carne no sentido contrário das fibras, coisa que pouca gente presta atenção mas dá uma grande diferença na maciez da carne. Se a carne ainda está no espeto, a tendência é de cortá-la paralelamente ao mesmo, o que muitas vezes não é a forma ideal. Limpe sempre a ponta do espeto com um pano seco, para retirar a fuligem e o carvão.

Quanto à tábua, procure não usar uma tábua que tenha sido utilizada para cortar alimentos crus ou mesmo vegetais ou frutas, pois esta é uma boa prática que garante sua segurança alimentar.

Após a picanha estar assada, muitas pessoas gostam de fatiá-la para servir. Se você é uma delas, comece sempre da ponta fina (início) para o lado grosso (fim). Lembre-se que a picanha tem um formato triangular.

E depois do churrasco?

Após o final do churrasco, deixe o fogo apagar por si na churrasqueira. Você pode ajudar espalhando bem as brasas.

Se o churrasco foi feito em uma área aberta, especialmente se foi feito no campo, não vá embora sem ter a certeza de ter apagado completamente o fogo. O melhor é jogar bastante água ou então cobrir bem com areia, até que as brasas fiquem enterradas. Assim você evita o risco de provocar um incêndio.

Limpe a grelha, os espetos, as tábuas, facas e todo material utilizado no churrasco imediatamente. Além de ser mais fácil, você evita que o sal corroa e danifique seus acessórios de churrasco. Limpe os espetos e grelhas com um escovão de aço, esfregando vigorosamente para remover todos os resíduos, depois use uma esponja de aço com bastante sabão, seguida de uma esponja normal com sabão e água.

Esperamos que estas dicas lhe sejam proveitosas e desejamos um ótimo churrasco! Lembre-se que a carne bovina é muito saborosa e rende excelentes refeições e confraternizações.

Nossa maneira tão brasileira de preparar churrasco está conquistando os americanos, alemães, japoneses e até tailandeses. O sal grosso como tempero único para churrasco pode deixá-los desconfiados no começo, mas depois que eles experimentam nosso churrasco ficam encantados