Un tutor per le carni: risparmi fino al 30%

BARI – Con l'aiuto del tutor della carne è possibile risparmiare fino al 30% con l'acquisto di tagli alternativi meno conosciuti e più economici, ma anche più adatti alla ricetta che si vuole portare in tavola, senza rinunciare alla qualità. E' quanto afferma la Coldiretti Puglia, che al mercato contadino di Campagna Amica in Viale della Repubblica 80 a Foggia ha svelato i segreti della 'braciola perfetta' per valorizzare l'allevamento italiano, un impegno importante anche per il 95% dei consumatori che secondo l'indagine Coldiretti/Ixe' mangia carne nonostante le fake news, gli allarmismi infondati, le provocazioni e le campagne diffamatorie.

Tra i tagli di prima categoria – ha spiegato il tutor della carne del mercato di Campagna Amica, Mimmo Levoni – c'è il filetto, il più pregiato in assoluto. Si trova al di sotto della lombata ed è poco muscoloso in quanto è un parte del corpo che lavora poco, adatto da cucinare come bistecche e alla griglia. La lombata è la parte superiore dell'animale, da cui si ricavano le costate, adatte soprattutto per la griglia, mentre lo scamone, situato sopra il filetto e la coscia da cui si ricavano bistecche molto saporite, oppure può essere utilizzato intero per arrosti, stracotti e stufati. In ultimo la fesa o coscia ha una forma piatta e la carne è molto magra, adatta per fettine, mentre la noce ha una forma a palla ed è adatta per fettine un po' più spesse rispetto alla fesa o per arrosti e stufati.

I tagli meno pregiati del bovino da poter utilizzare in cucina – continua la Coldiretti Puglia – sono tantissimi, si va dal collo, taglio di terza categoria dalla carne gustosissima (ottima per preparare polpette e ragù), alla punta di petto, taglio molto economico che può essere usato per preparare

buoni arrosti, ma anche gustosissimi brodi. E ancora dal campanello, che è un piccolo taglio molto apprezzato per fare bistecche da cuocere sulla brace, ma anche per spezzatini, stracotti e stufati a cui aggiungere del vino, pomodoro e verdure, al geretto, detto anche muscolo, che – suggerisce la Coldiretti regionale – risulta particolarmente adatto per la preparazione di ossibuchi e stufati. Del maiale invece – afferma la Coldiretti Puglia – non sono solo buoni il prosciutto o l'arrosto, ma anche la cotenna (pelle ripulita e raschiata dalle setole) che viene molto spesso utilizzata, soprattutto al sud per insaporire sughi o minestre e viene poi mangiata come una semplice bistecchina. Le costine, che sono la parte finale delle coste, invece, risultano molto saporite se cotte alla griglia. Ancora, del pollo – conclude la Coldiretti – non esiste solo il famoso petto o i fusi, ma ottime risultano anche le zampe, le ali e il collo normalmente utilizzati nella preparazione di brodi o le famose frattaglie, dette anche rigaglie che comprendono fegato, cuore e stomaco adoperate in tutte la cucine tradizionale del Bel Paese.

"Di fronte alla grave crisi economica che sta coinvolgendo sia le stalle che i consumatori è necessario trovare soluzioni nuove con una rete che, partendo dagli allevamenti e arrivando al bancone dei negozi, promuova la diffusione di tutti i tagli di carne, non solo di bistecche e filetti", afferma Savino Muraglia, presidente Coldiretti Puglia. Dalle bombette pugliesi alla zampina, dallo spezzatino alle brasciole per il ragù, dal marro alle fettine di capocollo sono solo alcuni dei meravigliosi piatti tipici pugliesi realizzati con tagli poveri che la cultura gastronomica contadina – conclude la Coldiretti Puglia – ha sapientemente custodito e tramandato di generazione in generazione arricchendo le tavole tradizionali.

Le carni pugliesi fresche e loro preparazione, iscirtte nell'elenco nazionale dei prodotti agroalimentari tradizionali del Mipaaf:

Capocollo di Martina Franca

Carne al fornello di Locorotondo, Carn o furnid du Curdun

Carne arrosto di Laterza

Carne di capra, primaticcio, corvesco, mulattio

Carne podolica, Bovino pugliese

Cervellata

Involtino bianco di trippa di Locorotondo,

Gnumerèdde suffuchète du Curdùnne

Fegatini di Laterza

Lardo di Faeto, Rèj de Faite

Matriata, ‘ntrama fina

Muschiska

Pancetta di Martina Franca, A Ventrèsche arrutulète

Prosciutto di Faeto

Pzzntell

Salsiccia a punta di coltello dell’alta Murgia

Salsiccia alla salentina, Sardizza, Sarsizza, Satizza

Salsiccia dell’Appennino Dauno

Salsicciotti di Laterza

Sanguinaccio leccese, Sangugnazzu

Soppressata dell’Appennino Dauno

Soppressata di Martina Franca, A sebbursète

Tocchetto

Turcinelli

Zampina di Sammichele di Bari