

55. Carne, pesce, uova

La carne

La carne è intesa come il tessuto muscolare degli animali da macello, da cortile e della selvaggina. Le carni si dividono in:

- **carni bianche**, se provengono da animali giovani e contengono pochi grassi come vitelli, agnelli, capretti, polli, tacchini e conigli;
- **carni rosse**, se si ottengono da animali adulti come tori, buoi, vacche, vitelloni e cavalli;
- **carni nere**, se provengono da animali selvatici, chiamati selvaggina.

Il valore commerciale della carne dipende dal tipo di taglio, dalla razza, dall'età dell'animale e dal modo in cui è stato nutrito; sotto il profilo nutrizionale, però, tutta la carne contiene lo stesso valore proteico. Altri nutrienti presenti nelle carni sono i minerali, come il ferro, e le vitamine del gruppo B.

I salumi

La produzione dei salumi consiste nella lavorazione delle carni suine, talvolta miste ad altre carni, con l'aggiunta di ingredienti necessari alla conservazione o all'esaltazione di un particolare sapore. I prodotti che si trovano in commercio, in funzione del tipo di carne e della lavorazione, sono suddivisi in due categorie: insaccati e non insaccati.

Salumi insaccati: si ottengono unendo alla carne, tritata più o meno finemente, sale come conservante e insaporitore, zuccheri per favorire la conservabilità, aromi e spezie per esaltare un particolare gusto, polvere di latte magro per migliorare la compattezza e l'omogeneità dell'impasto, nitriti e nitrati per esaltare la colorazione rossa e la conservabilità. Il tutto viene impastato con l'ausilio di apposite macchine e messo in un budello di origine naturale o artificiale. La carne così insaccata viene avviata alla stagionatura, che dura dai tre ai sei mesi all'interno di locali in cui si mantiene una temperatura di 11-15 °C con un'umidità dell'85%.

Salumi non insaccati: vengono considerati tali le parti intere dell'animale sottoposte a vari metodi di conservazione e stagionate per lunghi periodi. I più diffusi sono:

- **prosciutto cotto**, viene trattato con una salamoia e aromi vari e poi sottoposto a cottura per almeno 12 ore a 75 °C;
- **prosciutto crudo e pancetta**, ottenuti con la salagione esterna seguita da un periodo di stagionatura di circa un anno;

- **speck**, viene salato esternamente, sottoposto ad affumicatura per 20 giorni e stagionato per almeno 5 mesi;
- **coppa** e **culatello**, vengono salati e successivamente insaccati in un budello naturale prima di passare alla fase della stagionatura.

I prodotti ittici

Sono classificati come prodotti ittici tutti i pesci, i crostacei (gamberi, aragoste, astici) e i molluschi (vongole, cozze) destinati all'alimentazione. La carne del pesce è ricca di proteine, sali minerali e vitamine.

I prodotti ittici che si trovano in commercio possono provenire dalla pesca nel mare, da acqua dolce di fiume o di lago o da allevamenti.

La conservazione per brevi periodi avviene con la refrigerazione, mentre per periodi più lunghi si pratica la surgelazione, che può anche essere effettuata direttamente sulle imbarcazioni al momento della pesca.

Il pesce si presta anche a essere conservato mediante l'essiccazione e la salagione, oppure può essere lessato e messo sott'olio.

Il pesce fresco che viene acquistato può essere conservato in frigorifero a 0 °C per pochi giorni, mentre quello surgelato può essere conservato nel freezer fino a 10 mesi.

Le uova

Le uova deposte dalle *galline ovaiole* costituiscono un alimento di largo uso. Forniscono una grande quantità di proteine, sali minerali e vitamine. Sono formate dal guscio, dall'albume e dal tuorlo. Oggi le uova in commercio, per garantire la **tracciabilità** del prodotto, devono riportare un codice alfanumerico tipico per ogni azienda produttrice.

La commercializzazione delle uova prevede una suddivisione per categorie in base alla freschezza.

- **Categoria di qualità extra:** le uova non devono avere più 7 giorni dalla data di imballaggio.
- **Categoria A:** sono uova fresche destinate al consumo umano.
- **Categoria B:** sono destinate alle industrie alimentari e non alimentari.

Le uova possono essere classificate anche in base al peso: 65-70 g; 60-65 g; 55-50 g.

Oltre a essere consumate fresche, le uova vengono disidratate e impiegate nell'industria alimentare per la preparazione di prodotti dolciari, maionese, pasta all'uovo.

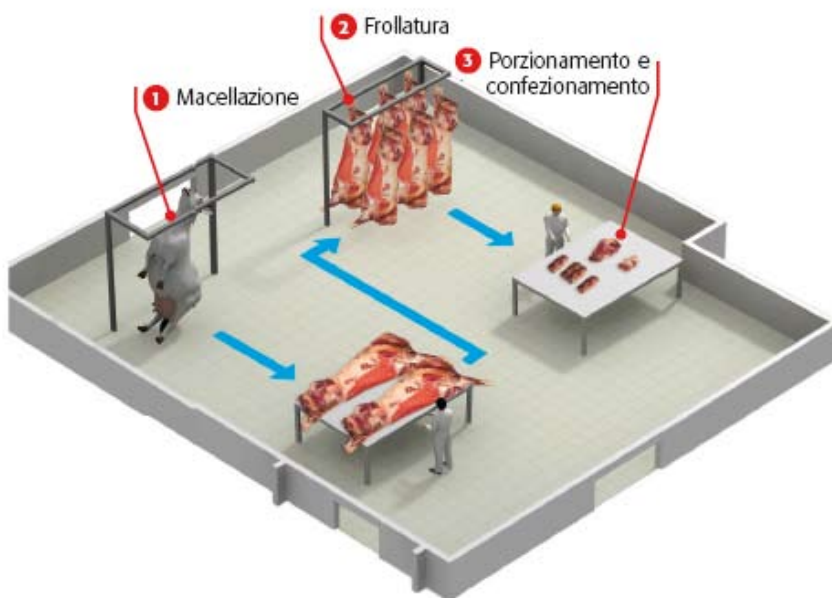
Parole della tecnologia

Frollatura: indica la stagionatura delle carni macellate per renderle più tenere e saporite.

Tracciabilità: è il sistema che permette di identificare le origini e tutte le fasi della filiera produttiva e distributiva di un alimento.

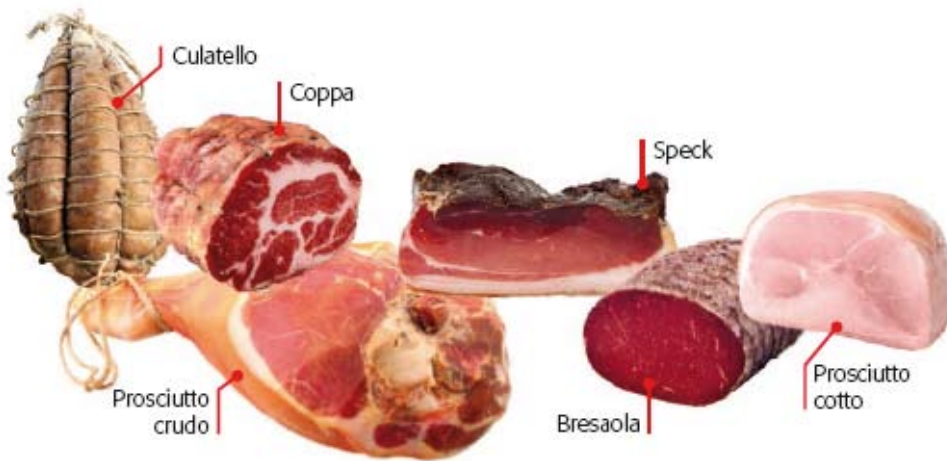
Punti di domanda

1. Qual è la differenza tra salumi insaccati e non insaccati?
2. Come si ottengono gli insaccati?
3. Quali sono i prodotti ittici?
4. Che cosa si intende per tracciabilità delle uova?



La **carne bovina** è quella maggiormente consumata. La macellazione si effettua presso particolari strutture, i *mattatoi*, solo dopo il controllo sanitario da parte dei veterinari.

In seguito alla macellazione, le carni rosse richiedono un tempo di maturazione, detto **frollatura**, prima che possano essere consumate.



I **salumi non insaccati** sono prodotti sottoponendo parti intere dell'animale a un processo di salagione e stagionatura, o cottura.

Fra i salumi non insaccati ricordiamo il prosciutto crudo e cotto, la pancetta, lo speck, la coppa e la bresaola, che è il meno grasso fra i salumi, ottenuta da carne di manzo salata e stagionata.



Si definiscono **pesce azzurri** quei pesci dalla colorazione blu scuro sul dorso e argentea sul ventre. Generalmente sono di piccole dimensioni e abbondano nei nostri mari. I più diffusi sono la sardina, l'acciuga o alice e lo sgombro, altri meno conosciuti sono l'aguglia, il cicerello, la costardella e il sugo o sugarello.

Sono molto apprezzati per le qualità nutrizionali delle carni e sono economici rispetto ad altre specie ritenute più pregiate.



Tipologia di allevamento

Biologico 0: le galline razzolano all'aperto per alcune ore al giorno. 1 gallina per 10 mq.

All'aperto 1: le galline per alcune ore al giorno possono razzolare in un ambiente esterno. 1 gallina per 2,5 mq.

A terra 2: le galline si muovono solitamente all'interno di un capannone. 7 galline per 1 mq.

In gabbia (o batteria) 3: le galline si trovano in gabbia, dove depositano le uova su un nastro trasportatore che le porta direttamente al confezionamento. 25 galline per 1 mq.

L'uovo: non solo alimento

Quando pensiamo all'uovo immaginiamo un prodotto esclusivamente destinato all'alimentazione. Ma non è sempre così: l'uovo, infatti, è utilizzato come ingrediente per ottenere molte altre cose. Essiccato è utilissimo nella cosmesi, come emolliente e ammorbidente negli shampoo e nelle maschere di bellezza; in particolar modo l'albume essiccato ha proprietà schiarenti e leviganti (serve ancora nella lavorazione di carta, pelli, fibre tessili). I grandi pittori devono molto all'uovo in quanto, fino al XVIII secolo, il tuorlo fu usato come emulsionante e legante per preparare i colori con i pigmenti che difficilmente si univano. Rimanendo in tema artistico non si può non citare il grande Leonardo che, per dipingere *l'Ultima Cena*, unì ai colori a olio anche l'uovo.