



ДЛЯ НЕЛЕНИВЫХ ШЕФ-ПОВАРОВ

от Вячеслава Дельберга, Константина Жбакова,
Кирилла Мартыненко, Пети Павловича, Романа Редмана,
Дмитрия Парикова, Сергея Сущенко, Тахира Холикбердиева

УДК [641.55:637.52](03)
ББК 36.920.1я2+36.992.3я2

М99

Охраняется законом РФ об авторском праве. Воспроизведение всей книги или любой ее части запрещается без письменного разрешения издателя. Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

М99 Мясо для неленивых шеф-поваров. От Вячеслава Дельберга, Константина Жбакова, Кирилла Мартыненко, Пети Павловича, Романа Редмана, Дмитрия Парикова, Сергея Сущенко, Тахира Холикбердиева. 15 мастер-классов и 23 рецепта / [сост. Аносова Е.Ю., Бахтина Т. Г.] — М.: ООО «Медиа группа «Ресторанные ведомости», 2017. — 160 с. : ил.

ISBN 978-5-9500149-8-7

Чтобы не остаться без работы, современный повар должен считать деньги наравне с управляющим и владельцем ресторана. А это, в частности, означает, что необходимо смотреть в сторону более выгодных по себестоимости продуктов. Золотое время премиальных стейков закончилось, гости не готовы на регулярной основе отдавать за кусок мяса по несколько тысяч рублей, разве что по праздникам. Поэтому пора вводить в меню альтернативные отруба.

«Мясо для неленивых шеф-поваров» — это технологии, решения и рецепты, которые необходимо знать каждому повару, желающему, чтобы в его ресторане гости заказывали мясо. Авторами-консультантами книги выступили главные эксперты по мясному меню в ресторанах, представив 15 мастер-классов по разделке и обработке альтернативных отрубов и 23 оригинальных рецепта мясных блюд. Вместе с авторами книги читатели пройдут весь технологический путь мясного отруба — от вызревания до обвалки туши, от особенностей разделки и способов приготовления до рекомендаций по подаче.

ISBN 978-5-9500149-8-7

© ООО «Медиа группа «Ресторанные ведомости», 2017



Уважаемые коллеги!

О мясе написано большое количество книг, но эта отличается от других. Книга «Мясо для неленивых шеф-поваров» не переведена с иностранного языка, а создана российскими практиками и экспертами рынка питания при участии шеф-поваров, имеющих огромный опыт в работе с мясом.

Данное издание не претендует на всестороннее глубокое изучение всех особенностей выращивания и производства красного мяса. Книга посвящена исключительно говядине и в первую очередь рассчитана на шеф-поваров и гастроэнтузиастов, которым интересно узнать о мясном животноводстве в разных странах. В ней содержатся основные понятия о говядине, показаны мастер-классы по разделке отдельных частей туши и отрубов, содержатся оригинальные иллю-

страции и интересный справочный материал.

«Мясо для неленивых шеф-поваров» — первая книга, подготовленная группой профессиональных поваров, предлагающая кроме теории много практических советов по приготовлению мясных блюд. В кулинарной части представлены рецепты по работе с альтернативными отрубями, которые являются выгодными с коммерческой точки зрения и в то же время подскажут вам, как разнообразить меню ресторана.

«МАРР РУССИЯ» — один из лидеров в поставках мяса и мясных продуктов для ресторанного рынка. Мы работаем с мясом более 15 лет и с удовольствием делимся своими знаниями на обучающих семинарах и мастер-классах с привлечением лучших специалистов в этой области.

Сегодня мы готовы предложить рынку качественную говядину под торговой маркой «Оренбив», которая производится на одном из наших предприятий, расположенных в Оренбургской области.

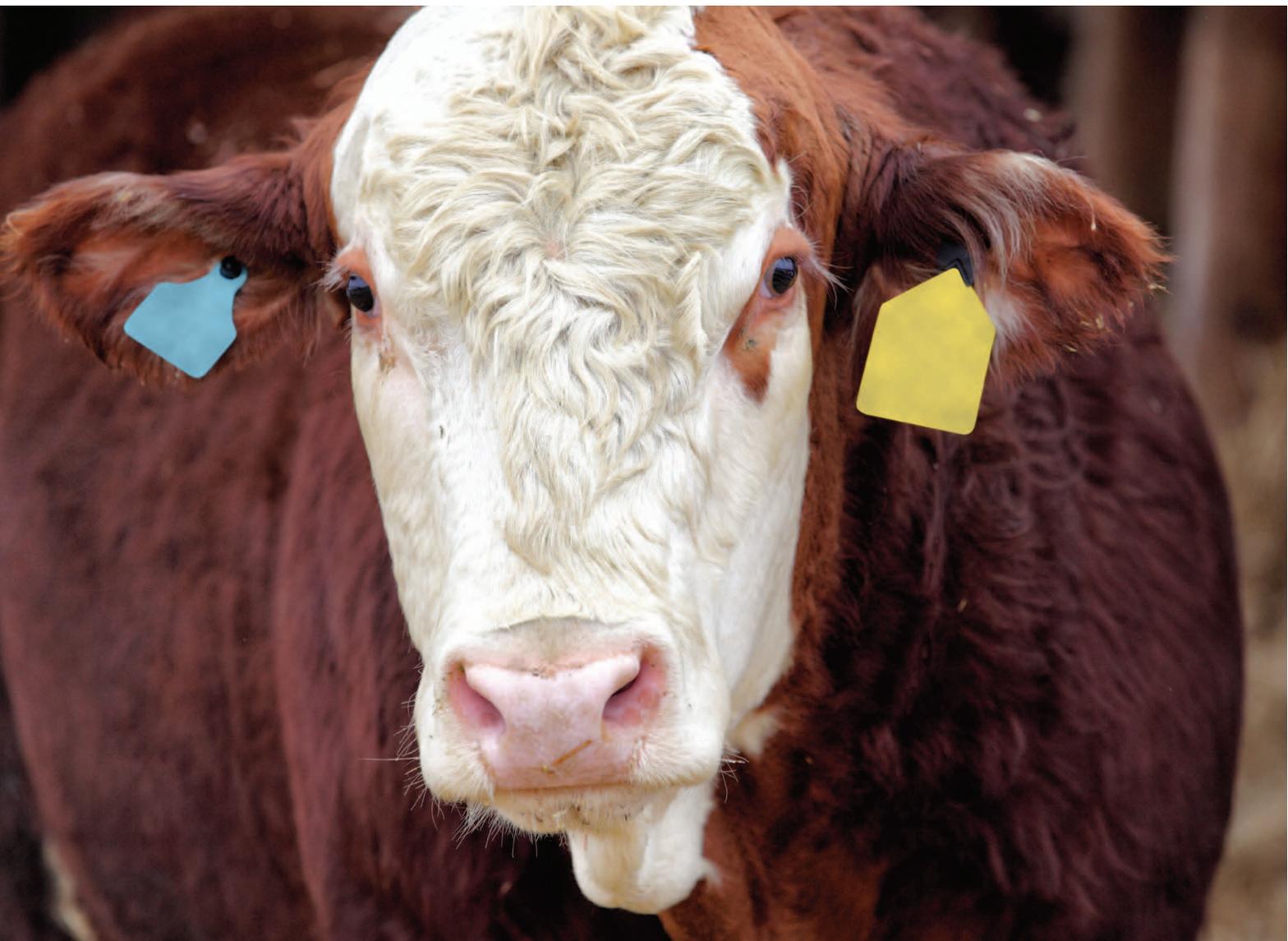
Надеемся, что, прочитав эту книгу про мясо для неленивых шеф-поваров, вы откроете для себя много нового и интересного как о самом мясе, так и о способах его приготовления.

*Игорь Старостенко,
генеральный директор
«МАРР РУССИЯ»*

ТЕОРИЯ

- 8** Азбука мясника
- 12** Мясоведение
- 16** Мясные породы
- 22** Мясная география. США
- 23** Мясная география. Австралия
- 24** Мясная география. Уругвай
- 26** В сухом остатке
- 30** Взгляд изнутри

Азбука мясника



КРС

Крупный рогатый скот.

ВИДЫ МЯСА

До 1 года — телятина, до 2 лет — молодая говядина, старше 2 лет — говядина.

ФИДЛОТ

Открытая откормочная площадка для содержания крупного рогатого скота.

МРАМОРНОЕ МЯСО

Мясо с жировыми вкраплениями, на срезе напоминающими рисунок мрамора.

ПРИНЦИПЫ ГРАДИРОВАНИЯ И СТАНДАРТЫ ГРАДИЕНТОВ МРАМОРНОЙ ГОВЯДИНЫ

Классификация мраморности во многом определяется количеством видимого жира, который прожил-

Мясоведение



Константин Жбаков
Москва

Особенности откорма

Существуют два вида откорма КРС — травяной и зерновой. Но по факту и тот, и другой — комбинированные. Представьте бычка, который обитает где-нибудь в Канаде или степях Казахстана, где суровый континентальный климат: жаркое лето, холодная зима. Летом животное ест свежую траву. А в другое время года — сено, силос, прочие корма. Получается, что в любом случае травяной откорм — комбинированный. Даже в теплых странах, где круглогодично зеленая трава, каждый фермер пытается подкормить животных, чтобы они хорошо росли и быстрее набирали вес.

А зерновой откорм априори комбинированный. Потому что

это комбинация корма. «Блюдо» создается по специально разработанному «рецепту». Причем переход с травы на зерно происходит постепенно, чтобы пищеварение у теленка смогло адаптироваться. В рационе животного увеличивается количество зерна и уменьшается количество травы или сена. При этом смешиваются разные зерна — ферментированные, запаренные, то есть делаются своеобразные зерновые коктейли. Это не что иное, как комбикорм. А как может называться откорм, который происходит на комбикорме? Конечно, комбинированный.

Во всем мире распространена такая практика. Маленькие бычки питаются молоком матери, потом переходят на траву, и примерно в возрасте 8–14 месяцев, в разных странах по-разному, их перевозят на фидлоты — это такие прямоугольные или квадратные ячейки, как правило, в чистом поле с хорошим дренажом почвы, огороженные забором. Животные ограничены в движении, да и ходить им, по сути, незачем. У каждой ячейки с фронтальной зоны расположено длинное бетонное корыто, в которое трактор засыпает зерновой корм, приготовленный здесь же. Еда всегда в наличии, вода доступна, за здоровьем животных постоянно следят. Создаются идеальные условия для того, чтобы бычки ели, пили и росли. Задача одна — добиться как можно большего объема в массе и килограммах, получить хорошую мраморность за короткое время. Как правило, за период от 3 до 9 месяцев. Когда, по мнению фермера, бычки достигнут нужной кондиции, их перегоняют или перевозят на завод по забою КРС.



Мясные породы

В настоящее время в мире существует около 40 пород крупного рогатого скота мясного направления, а всего в мире около 1000 пород КРС. Проблема выведения породы у всех одинакова: каждая должна отвечать определенным целям. Одни породы создаются для получения молока, другие — для получения мяса, есть породы комбинированные (мясо-молочные) и тягловые.

Создание той или иной породы зависит от природных условий и климата, земельных ресурсов, экономического положения страны. В Европе из-за отсутствия обширных пастбищных земель культивируют мясо-молочные породы, сочетающие в себе высокие удои и хорошее качество мяса, а в Северной и Южной Америке есть условия как для разведения только молочных, так и только мясных пород. В менее развитых странах назначение крупного рогатого скота многоцелевое, но чаще на мясо и в качестве тягловой силы.

В Европе уделяют большое внимание разведению комби-

нированных пород, дающих мясную и молочную продукцию, хотя она и не располагает, как другие континенты, достоянием территории для размещения пастбищ.

В зависимости от того, для чего предназначается порода, селекционеры обращают внимание на получение разных качеств. У молочных коров должно быть хорошее вымя, а мясные коровы должны иметь длинное туловище и хорошо развитые мышцы, особенно на задних ногах и крестце.

Породы коров мясного направления продуктивности характеризуются ускоренным развитием, высокой скороспелостью и способностью к раннему созреванию при интенсивном выращивании и откорме. КРС мясного типа, как правило, крупных размеров, рано заканчивают рост и дают высококалорийное мясо.

Ангус, герефорд, шортхорн, симменталь, шароле, лимузин — данные породы КРС являются основными в мире. Они относятся к трем наиболее распространенным

подвидам: *bos indicus* (зебу) — особенно распространен в Индии (отличаются горбом и свисающей кожей на шее): к этому подвиду относится браман. *Bos taurus* — европейский подвид (отличаются более толстой шкурой, которая позволяет жить в более холодном климате, чем их азиатским сородичам). Именно этот подвид славится своей мраморностью. Его можно разделить на две ветви — Британскую (ангус, герефорд, шортхорн) и Континентальную (симменталь, шароле, лимузин, голштинская; последняя относится больше к молочному скоту).



Абердин-ангус

Этот изначально комольый крупный рогатый скот выведен на северо-востоке Шотландии (в графствах Абердин и Ангус) путем скрещивания двух похожих друг на друга пород (ангус-доддис и бакан-хамлис). Жи-

В сухом остатке

АЛЛАН МОРРИС — УПРАВЛЯЮЩИЙ ДИРЕКТОР ИРЛАНДСКОЙ КОМПАНИИ JOHN STONE. ВОТ УЖЕ БОЛЕЕ 30 ЛЕТ ОН ЗАНИМАЕТСЯ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО СУХИМ СОЗРЕВАНИЕМ ГОВЯЖЬИХ ОТРУБОВ. СРЕДИ КЛИЕНТОВ КОМПАНИИ ЛУЧШИЕ РЕСТОРАНЫ И ОТЕЛИ ПО ВСЕМУ МИРУ.



Взгляд изнутри

МЯСОПЕРЕРАБАТЫВАЮЩИЙ ЗАВОД ORENBEEF БЫЛ ЗАПУЩЕН В ЭКСПЛУАТАЦИЮ ОСЕНЬЮ 2014 ГОДА. ДАННЫЙ ПРОЕКТ ЯВЛЯЕТСЯ ПИЛОТНЫМ ДЛЯ КОМПАНИИ GRUPPO CREMONINI НА ТЕРРИТОРИИ РОССИИ. ПРЕДПРИЯТИЕ ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ КОМБИНАЦИЮ ТРАДИЦИОННЫХ ЦЕННОСТЕЙ И САМЫХ ПЕРЕДОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБЛАСТИ ПРОИЗВОДСТВА МЯСА.



Марино Куро, генеральный директор ООО «Оренбив»

правил гуманного обращения с животными: просторные скотовозы оборудованы автоматическими полками, вентиляцией и освещением.

День убоя

По прибытии на завод скот проходит осмотр государственным ветеринарным врачом, проверяются все сопроводительные документы, и только после этого животных на определенное время распределяют для предубойной выдержки.

По коридорам животные направляются в бокс оглушения. Каждое оглушается пневматическим писто-

Основное сырье для ООО «Оренбив» — это крупный рогатый скот. Выбором поставщиков и непосредственно отбором животных для убоя занимаются соответствующие специалисты компании — закупщики скота. Сначала выбираются хозяйства, которые должны соответствовать определенным критериям обращения с животными: содержание, кормление, профилактика, лечение, уход и т.д. А затем из одобренных хозяйств отбираются животные для каждого дня убоя. Правильный выбор животных очень важен и проводится с определенной тщательностью, так как напрямую влияет на качество и безопасность готовой продукции.

Отобранный скот на специализированном автотранспорте доставляется на завод. Транспортировка происходит с соблюдением всех



ПРАКТИКА

- 36** Отруба
- 38** Происхождение мачете
- 40** Схема сортировки мясной туши
в г. Москве
- 42** Схема сортировки мясной туши
в г. Санкт-Петербурге
- 44** Схема сортировки мясной туши
в г. Ставрополе
- 45** Схема сортировки мясной туши
в г. Оренбурге
- Мастер-класс от Вячеслава Дельберга
- 46** Shoulder Clod
50 Chuck Eye Roll
- Мастер-класс от Константина Жбакова
- 54** Top Blade
58 Rump/Sirloin
- Мастер-класс от Кирилла Мартыненко
- 62** Chuck Tender
66 Hanging tender/Onglet/Стейк мясника
- 70** Советы мясника
- Мастер-класс от Пети Павловича
- 72** Разделка передней части туши быка
- Мастер-класс от Романа Редмана
- 84** Flank
88 Outside Skirt
- Мастер-класс от Тахира Холикбердиева
- 92** Кострец
96 Стейк мясника
100 Tri-Tip

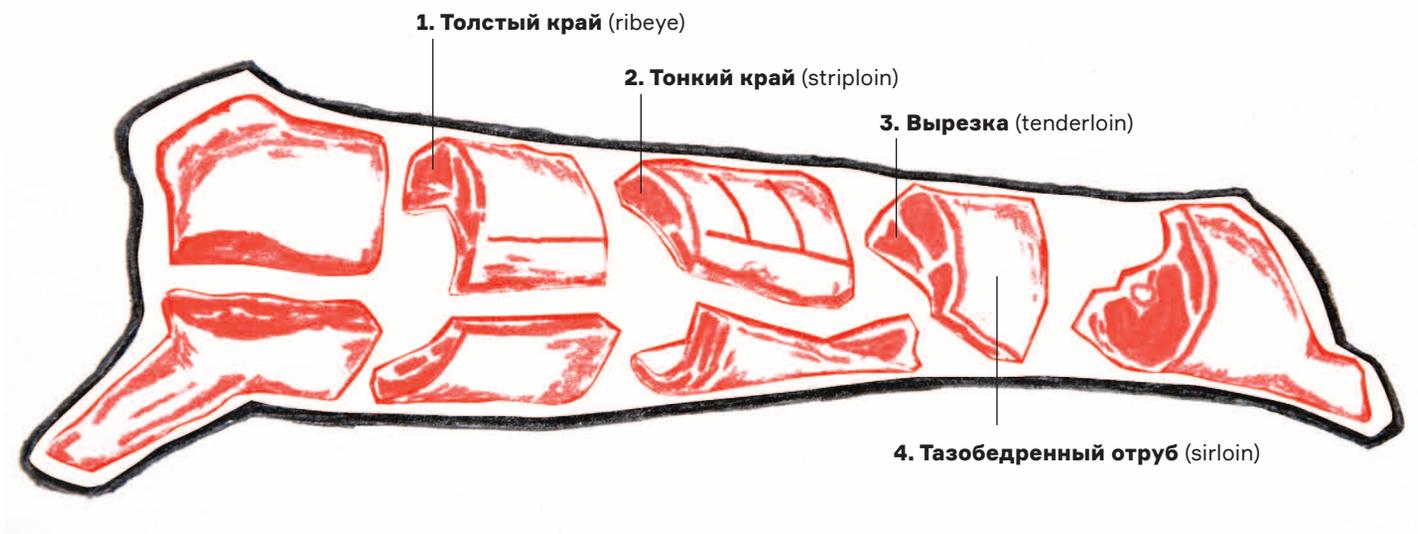
Отруба

ПРЕМИАЛЬНЫЕ ОТРУБА

Отруба, относящиеся к премиум-классу, получают только из мышц середины спины, условно разделенной

на три сегмента: rib, shortloin и sirloin. Именно в этих местах расположены наименее нагруженные и одновременно мясистые мышцы. Причем сегмент sirloin пре-

миален лишь отчасти благодаря тому, что в нем располагается расширяющийся конец вырезки. Остальные отруба этого сегмента не относятся к премиум-классу.



Ribeye (рибай) — толстый край. Его отличает максимально выраженная мраморность. Не случайно уровень мраморности всей туши определяют именно по срезу отруба ribeye.

Striploin (стриплойн) — тонкий край. Striploin — это по-английски буквально

«филейная полоса». По сравнению с ribeye мякоть striploin состоит из более крупных, но очень нежных волокон и обладает более концентрированным говяжьим вкусом.

Tenderloin (тендерлойн) — вырезка. Получают из конусообразной мышцы, которая проходит вдоль

позвоночника под основаниями ребер, с внутренней стороны. По сути это фрагмент мякоти со спины и ребер: начинается в сегменте shortloin и, расширяясь к задней части, заканчивается в сегменте sirloin. Самый нежный и дорогой из всех отрубов. Tender — по-английски «нежный, мягкий».

Top blade

от КОНСТАНТИНА ЖБАКОВА



ВЕРХНЯЯ (НАРУЖНАЯ/ВНЕШНЯЯ) ЧАСТЬ ЛОПАТКИ

Top blade — отруб, находящийся в верхней части лопатки. Его отделяют от большой лопаточной кости, с большей ее части. Отруб имеет удлинненно-приплюснутую форму, считается одним из самых мягких, хорошо удерживает природную сочность. В кулинарии отруб обычно зачищают полностью, нарезают на порционные стейки, мелкокусковые полуфабрикаты или готовят целиком. Во многих странах из top blade делают знаменитые стейки под крылатым названием Flat Iron.

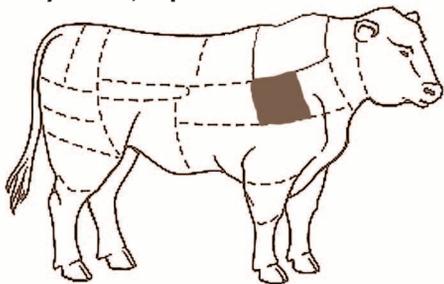
На наружной части отруба находятся плотная белая пленка и жир, а на

внутренней его части — утолщенная перламутровая пленка. Вообще такие перламутровые пленки в говяжьей туше есть только в двух местах — на лопаточной и на тазовой кости, что позволяет сразу определить местоположение отруба. В Австралии эту мышцу называют oyster blade из-за того, что она имеет такой же перламутр, как и устрица, а также состоит из двух одинаковых половинок, да и по форме напоминает устрицу.

Top blade — мышца, которая мало используется животным при жизни, а за счет плоской формы нагрузка распределяется по всей площади мышцы и становится незначительной. Из-за этого top blade является одним из самых мягких отрубов, особенно если его правильно обработать и приготовить. Также стоит учесть, что эта мышца имеет особый вид волокон, расположенных под углом, которые волшебным образом удерживают влагу в мясе при тепловой обработке, помогают ему сохранять сочность даже в интенсивной прожарке.

СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

гриль, жарка на сковороде, запекание, тушение, варка



Rump/Sirloin

от КОНСТАНТИНА ЖБАКОВА

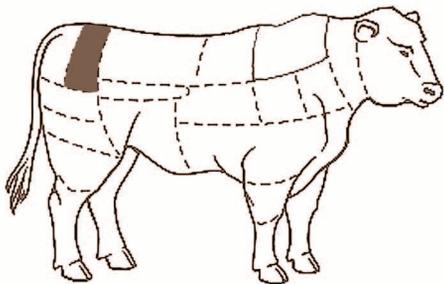
ВЕРХНЯЯ ЧАСТЬ ТАЗОБЕДРЕННОГО ОТРУБА (он же кострец)

Этот отруб вырезают из верхней части тазобедренного отруба, он расположен над оковалком между последним поясничным и последним крестцовым позвонками. Отруб довольно крупный, имеет округлую, немного приплюснутую форму и среднюю по мягкости текстуру, тем не менее его часто жарят на гриле как стейки или целиком как ростбиф. Мясо, приготовленное из этого отруба, имеет особо интенсивный вкус и аромат говядины, за что высоко ценится гурманами.

По мнению Константина Жбакова, в этом отрубе находится концентрация истинного говяжьего вкуса.

СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

жарка, запекание, тушение, варка





Chuck Tender

от КИРИЛЛА МАРТЫНЕНКО

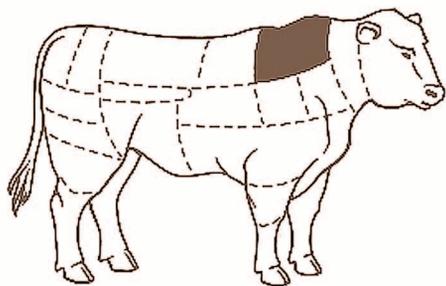
ЛОПАТОЧНАЯ ЧАСТЬ

Брутальный стейк, вырезается из лопаточной части. Можно запечь целиком, предварительно замариновав, сделать ростбиф, а также порционировать на стейки, отбить и пожарить.

Если мясо хорошее, то, конечно, никакого смысла мариновать его нет. Но я не против маринадов. Ведь основная задача маринования — сделать кусок мяса мягким или придать ему какой-то дополнительный вкус или направление: восточное, азиатское или, например, итальянское. Альтернативные отруба вполне вкусные и не требуют какого-то безумного маринования.

СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

гриль, запекание



Для меня самый простой вариант маринада — оливковое масло и черный перец. А если нужно сделать мясо помягче, то в маринаде должна быть кислота — лимон, кефир, вино, короча, любой продукт, содержащий кислоту.

Hangin tender/ Onglet/Стейк мясника

от КИРИЛЛА МАРТЫНЕНКО



ТОЛСТАЯ ДИАФРАГМА

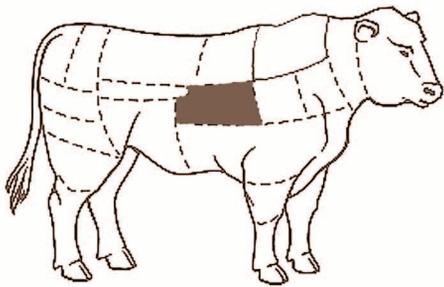
Hangin tender стейк называется так, потому что часть мышцы, из которой его готовят, висит (hangs) между филе и ребром. Профессиональные мясники называют эту часть толстой диафрагмой, а французы ввели красивое название Onglet.

Кусок очень интересный, раньше мясник оставлял его себе, не пус-

кал в продажу, потому что он ему самому сильно нравился. Волокна у стейка расположены елочкой, к тому же они достаточно крупные, соединительной ткани между ними немного. За счет того, что он активно насыщается кровью, мясо получается и мягким, и ароматным. Onglet, как и всем альтернативным стейкам, свойствен немного печеночный вкус.

СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

жарка, тушение, вяление



Не могу сказать, что этот отруб очень сложен в обработке, тем не менее зачистить его все-таки надо. К тому же у него такое особое строение — с отходящим кусочком, что усложняет порционирование. Для ресторанного меню «диафрагма» — некрасивое название, а Onglet звучит изысканно. Кстати, мы пытались перевести это слово с английского, получилось «нежная висюлька», что, учитывая его особое строение, чистая правда.

Советы мясника

Петя Павлович

кафе «Юность»,

автор блога «Петя и мясо»

<https://www.facebook.com/peteandmeat/>



Наше понимание мяса определяет традиция — та еда, которую мы привыкли готовить из мяса. Арсенал повара советской закалки не был широк: мясо можно было прокрутить в фарш, потушить, из мяса на кости сварить бульон, суп или даже холодец, из лучших кусков сделать отбивную или шницель. В любом случае качество мяса оставляло желать лучшего, и о том, чтобы употреблять его в сыром или полусыром виде, не было и речи.

Ныне все изменилось: моде на стейки в России — уже не один десяток лет, а сейчас нам вообще доступна роскошь качественно-го российского мяса. Под качественным мясом я понимаю мясо животных мясных пород, специально выращенных и откормленных с прицелом на получение наиболее мягкого мяса с хорошей жирностью. Устарело представление о превосходстве телятины над говядиной: хотя с возрастом мясо животного становится жестче, также развивается и его вкус. В самом деле телятина имеет совершенно бледный вкус, а натруженная голяшка взрослого бычка,

будучи правильно приготовленной, даст фору по насыщенности мясного вкуса любому филейному куску.

Из туши животного мясной породы можно вырезать намного больше стейковых частей и добиться большей прибыли, если вы работаете с целыми частями туши. А также получить больше разнообразия в меню — не только давно известные всем ribeye, striploin и вырезку. Правильно выращенные мясные животные зачастую имеют меньший процент содержания соединительной ткани в мышцах, что хорошо чувствуется на вкус: отрезав небольшой кусочек сырого мяса и пожевав его, можно подобрать лучший для него способ приготовления. Тартар можно и нужно готовить не только лишь из вырезки (а лучше вообще не из нее); пожарить как стейк можно даже некоторые мышцы из пашины (да, они жестче ribeye, зато текстура не сравнима ни с чем).

Тонкость в том, что даже две соседние мышцы в туше могут разительно отличаться друг от друга по текстуре и мягкости, поэтому знание анатомии животного и мышечная разделка — это очень современно и верно.



Стейки Denver.



Ассортимент стейков из передней части полутуши быка: лопаточная вырезка, стейк Delmonico, стейк Denver, стейк Vegas strip.



Я его называю «хвост бобра» — уж слишком он на него похож.



Идеальная прожарка этого стейка — medium rare.



Снять кострец с ноги очень легко — не нужны ни топор, ни пила, а только острый нож и сила притяжения Земли.



РЕЦЕПТЫ

от Вячеслава Дельберга

- 108** Бефстроганов с лисичками и картофельным пюре
- 111** Стейк Chuck Eye Roll с овощами

от Константина Жбакова

- 112** Blade стейк, жаренный на сковороде с чесноком и пряными травами
- 114** Flat Iron стейк (стейк-утюг)
- 116** Тартар
- 118** Талиата (теплая закуска)
- 120** Стейк мачете

от Кирилла Мартыненко

- 122** Аррачера стейк
- 125** Салат с соусом карри
- 126** Chuck Tender с полентой и жареными лисичками
- 129** Говядина в кисло-сладком соусе чили с киноа, бобами и фасолью

от Пети Павловича

- 130** Тартар
- 131** Стейк Denver
- 132** Сэндвич с пастроми

от Дмитрия Парикова

- 135** Глазной мускул с помидорами черри
- 136** Top Blade с пюре из лисичек и картофеля
- 137** Ribs

от Романа Редмана

- 139** Skirt с картофелем и соусом чимичурри
- 140** Flank стейк с птитимом

от Сергея Сущенко

- 142** Тушеная говядина с чечевицей
- 145** Запеканка из батата с говяжьими хвостами

от Тахира Холикбердиева

- 147** Стейк мясника
- 150** Tri-Tip





Blade стейк, жаренный на сковороде с чесноком и пряными травами

МК СТР. 54



Константин Жбаков
Москва



Тартар





Стейк мачете



Обычно стейк мачете готовят по классической технологии. Хорошо зная возможности этого отруба, предлагаю готовить его с большим количеством ароматных трав.



















Стейк мясника

от ТАХИРА ХОЛИКБЕРДИЕВА



Правильный жар — это когда угли уже набрали свою максимальную температуру и постепенно начинают отходить. Поднимите руку над грилем: если вы ее держите в течение 5 секунд, то можно начинать.



Тахир Холикбердиев

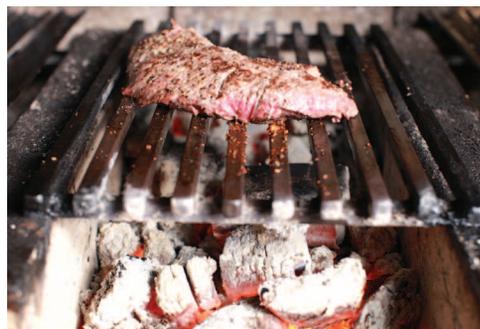
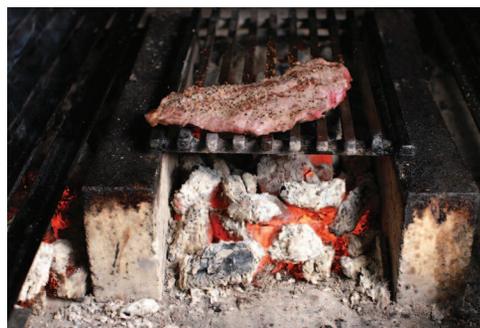
«Южане», «Пирог мясника», «Скотина»,
Москва, Краснодар

МАРИНАД

Перец черный **2 ст. л.**

Соль **по вкусу**

1. Смешать соль и перец в миске, натереть смесью стейк. Оставить на 10–15 минут.
2. Обжарить несколько раз с разных сторон. Причем жарить очень быстро — жара должна быть меньше, чем при жарке того же Ribeye или Striploin. Перед подачей дать «отдохнуть» и потом правильно нарезать.







МЯСО для неленивых шеф-поваров

