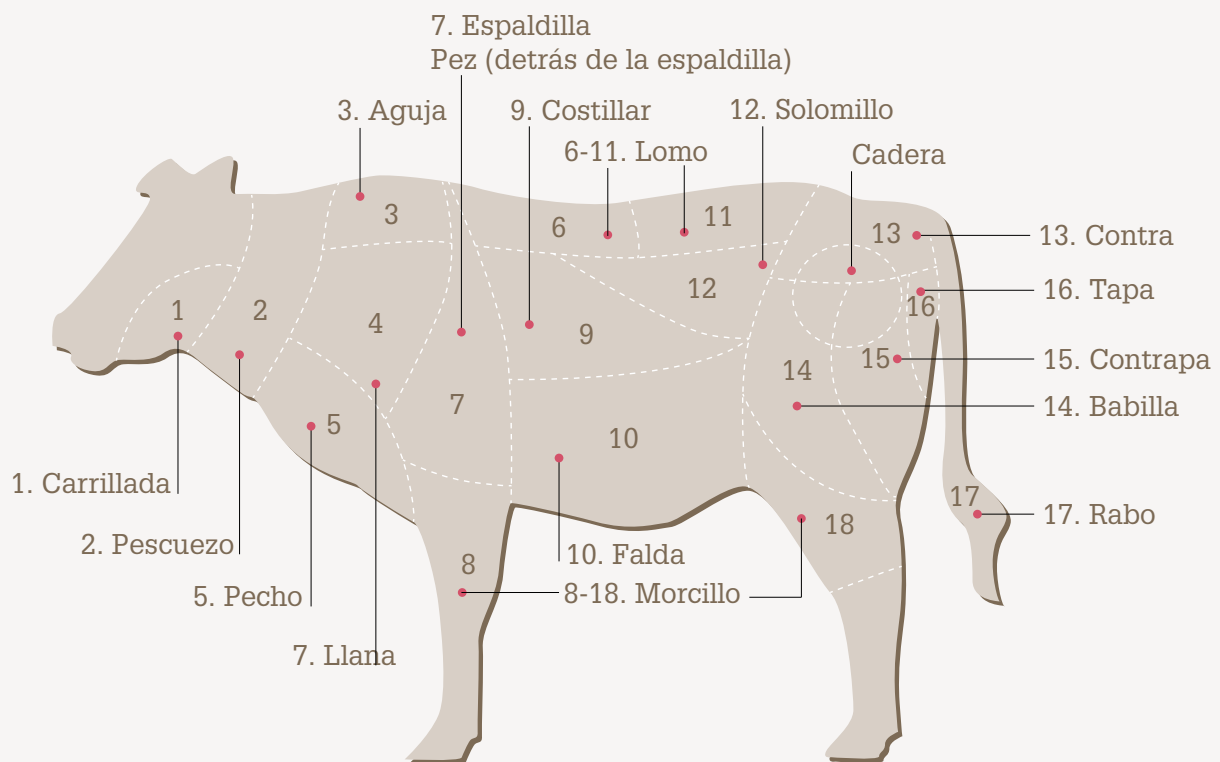


Piezas de la vaca



Usos	Pieza recomendada	Cantidad por persona	Tiempos de cocción
Guisos y Estofados	Carrillada Aguja Llana Espaldilla Morcillo Falda Contra Rabo Redondo	180 a 200 grs.	Depende del tipo de carne. A fuego bajo de 2 a 2½ h.
Fritos o plancha	Lomo bajo Solomillo en filetes Cadera Tapilla de cadera Babilla	125 a 150 grs.	Poco hecho: 2 min. por cada lado Medio hecho: 3 min. Hecho: 4 min. Para filetes finos 1 ó 2 min. por cada lado.
Asados	Solomillo entero Lomo alto / lomo bajo Cadera Tapa o contra	150 grs. sin huesos 250 grs. con hueso	15 min. por cada ½ k. También depende del grosor, a mayor grosor más tiempo.
A la sal	Cualquier tipo	150 grs.	30 min. por cada ½ k.

Piezas de la vaca	Descripción	Usos recomendados
1. Carrillada	Son los cachetes del animal, carne muy tierna y melosa.	Para guisos y estofados
2. Pescuezo	Cuello.	Sólo para caldos
3. Aguja	Zona entre el lomo y el pescuezo. Carne tierna y sabrosa, se pueden sacar chuletas.	Para guisos y estofados. Para cocidos y pucheros.
4. Llana	Pieza más pequeña del cuarto delantero, es de forma aplastada y la recubre una película blanquecina llamada tez .	Para guisos y estofados.
5. Pecho	Pieza alargada con mucha grasa, desprende abundante gelatina, se suele vender con parte del estemón.	Para caldos, sopas o guisos
6-11 Lomo	Empieza en la cadera y continúa a lo largo de la columna hasta la 5ª o 7ª costilla. Carne jugosa, tierna y limpia. Se diferencia en dos partes, Lomo alto y lomo bajo o riñonada .	Para Filetes gruesos. Para Rosbif (lomo alto) Para Asar (lomo bajo)
7. Espaldilla	En el cuarto delantero.	Para guisos y estofados
8-18. Morcillo	Parte baja de la pierna, tiene algo de nervios y de grasa. Muy gelatinoso, meloso y tierno. Al corte con hueso se le llama Ossobucco .	Para cocidos y pucheros
9. Costillar	Zona bajo la falda.	Para asar al horno, barba-coa o relleno.
10. Falda	Parte baja, de forma rectangular, con fibras y vetas, muy gelatinosa.	Para cocidos y pucheros Para rellenar
12. Solomillo	En la cara interna del costillar, de forma alargada y aplastada. Es la pieza más tierna y con menos grasa. Se divide en cabeza, centro y punta , más oreja, cordón y rosario .	Filetes gruesos. Rosbif
13. Contra	Es algo seca y dura.	Para guisos y filetes empanados.
14. Babilla	Va desde la rodilla a la cadera. De forma ovalada, la recubre una telilla con pocos nervios, la parte baja es más dura.	Para filetes finos empanados. Filetes en salsa.
15. Contratapa	Bastante seca y dura.	Para guisos y estofados.
16. Tapa	Pieza grande de forma triangular. Se divide en: labio o aleta, parte central y cantero , siendo el labio la parte más dura y el resto se usa para filetes.	Para filetes finos empanados. Filetes en salsa
17. Rabo	Con mucho hueso, pero muy sabrosa.	Para guisos y estofados
Piezas internas (musculatura interior)		
Vacío	En la parte interior de las costillas del cuarto delantero.	
Cadera	Entre el lomo y la tapilla. Es una de las partes más cotizadas de la pierna porque resulta tierna y jugosa con poca grasa. Se divide en rabillo, cantero y corazón .	Con la zona central se suele hacer rumpsteak. Con el cantero filet mignon o rosbif El rabillo para asar
Pez	En el lateral anterior de la espaldilla. Carne tierna.	Para asar o rellenar
Tapilla de cadera	Pieza pequeña, situada en la zona exterior del cuarto trasero, la parte estrecha es tan jugosa como el solomillo.	Filetes plancha.
Aleta	En la parte inferior, cubre el final de las costillas, internándose entre la espaldilla y el pecho. Es una carne dura, precisa una cocción larga.	Para rellenar.
Contra de culata	A continuación del morcillo, está cubierta por la tapa y la contratapa, mucho más jugosa que el redondo y la tapa.	Para guisos y filetes
Redondo	En la cara externa de la pierna trasera, a lo largo de la contra. Forma cilíndrica, carece de nervios y tiene muy poca grasa pero es algo seca.	Para asados, para mechar.