

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.