



# Rozwiązania Kulinarne Gastronomii dla Mięsa Wołowego produkcji USA

Prowadzący - Ambasador Wołowiny USA w  
Polsce- Andrzej Bryk.

Sopot. 24.09.2019

Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.



Wołowina należy do najwartościowszych mięs pod względem wartości odżywczych, o czym decyduje podstawowy skład chemiczny oraz zawartość składników egzogennych. Wołowina jest mięsem średnio kalorycznym - wartość kaloryczna wołowiny zależy od tego, ile jest w niej tłuszczu. Przy obecnych tendencjach żywieniowych w kierunku obniżenia poziomu energetycznego żywności, czynnik ten odgrywa istotną rolę.

\*\*\*\*\*

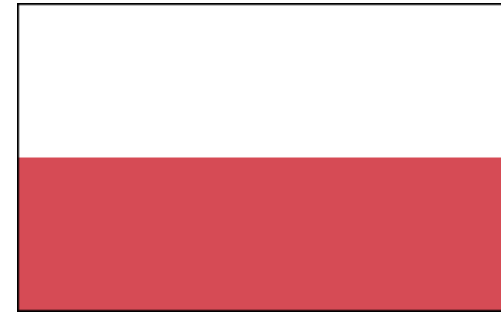
Wołowina ponadto zawiera znaczne ilości białka cechującego się wysoką wartością biologiczną. Pryswajalność tych białek przez człowieka, ze względu na bliski optymalnemu zestaw aminokwasów egzogennych, waha się, w zależności od ilości tkanki łącznej, w granicach od 70 do 100%. Ponadto ma sporo składników mineralnych, zwłaszcza fosforu, żelaza, cynku i selenu. Mięso wołowe stanowi także główne źródło zapotrzebowania człowieka na witaminę B12, nie występującą w produktach roślinnych, a także jest dobrym źródłem innych witamin z grupy B: B2, B3, B5 i B6.

Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.

# Podstawowe różnice pomiędzy serwowaniem steków w USA i Polsce.



Amerykanie konsumują większość posiłków z dużym nasyceniem cukrów (na słodko).  
Przykładem są marynaty (MAP-y na bazie cukru, melasy, miodu) i sosy (BBQ w różnych odstonach) do mięsa, oraz dodatki (dynia, żurawina, borówka, śliwka)

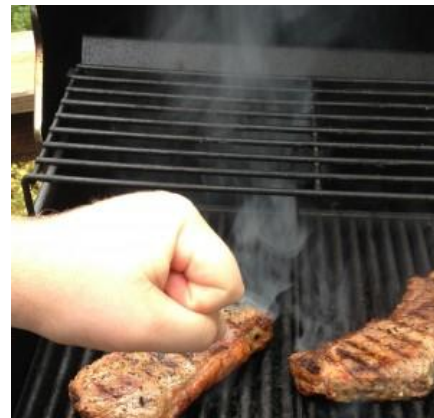
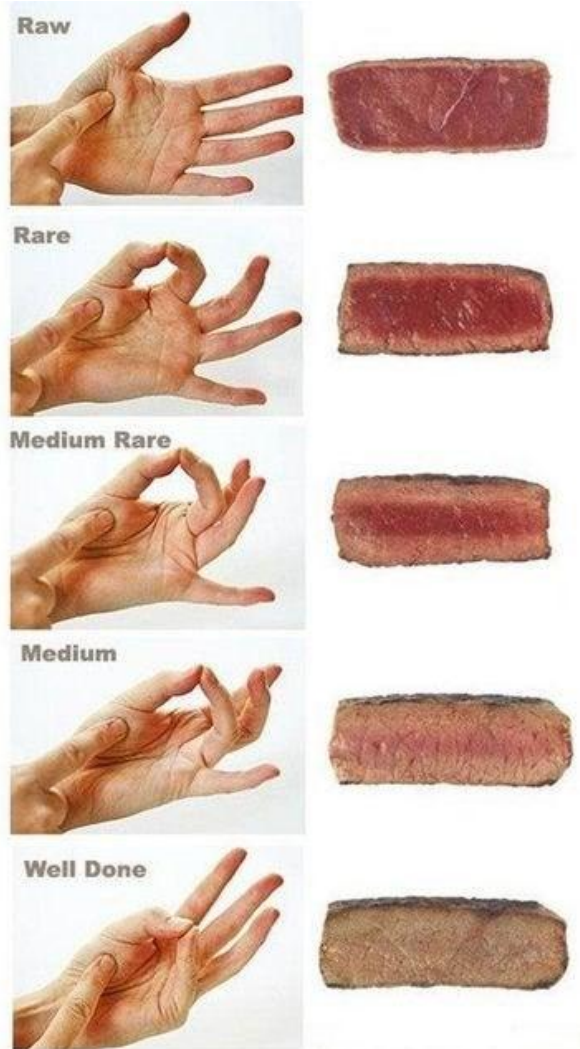
Polacy konsumują większość posiłków o smakach wytrawnych (słonym, kwaśnym, naturalnym) z wykorzystaniem: Warzyw, grzybów, ziół, przypraw.

Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.

# Stopnie wysmażenia Steków (temperatura) – jak kontrolować?



Ownership of images or information in this presentation is neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.

# Obróbka termiczna Mięsa wołowego

Celem obróbki cieplnej jest: przygotowanie mięsa do spożycia poprzez nadanie odpowiedniej smakowitości i tekstury (zależnych od metody obróbki termicznej), przedłużenie trwałości mięsa w wyniku zniszczenia mikroflory, zmniejszenie zawartości wody oraz unieczynnienie enzymów własnych mięsa.



W mięsie i produktach mięsnych podczas ogrzewania zachodzi wiele procesów fizycznych, chemicznych, biologicznych skutkujących w przeważającej większości nieodwracalnymi zmianami m.in.:

w białkach: koagulacja, denaturacja, zmniejszenie rozpuszczalności, kurczenie, żelowanie, reakcje brunatnienia,

ubytkami masy, wyciekami cieplnym, zmniejszeniem objętości mięsa oraz twardnieniem tkanki mięśniowej,

w strukturze tkanki łącznej (przede wszystkim głównego jej składnika kolagenu),

w tłuszczach: korzystnymi (upłynnienie tłuszczu i wnikanie w przestrzenie międzykomórkowe tkanki mięśniowej) i niekorzystnymi (gromadzenie się produktów rozkładu i utlenienia tłuszczu przy długotrwałym ogrzewaniu w wysokiej temperaturze), smaku (tworzenie się związków smakowych i zapachowych),

wartości odżywczej (straty witamin, substancji mineralnych, części białek rozpuszczalnych w wodzie, ulatnianie się związków zapachowych),

zniszczeniem drobnoustrojów,  
inaktywacją enzymów własnych mięsa.



# Rodzaje Obróbki termicznej Mięsa z Wołowiny USA



## Metoda - czynnik termiczny

Grillowanie – gorące powietrze, kontakt z rusztem

BBQ – gorące powietrze, dym, wektor czasu, map (suchy lub mokry)

Smażenie – dotyk, gorący tłuszcz

Pieczenie – gorące powietrze

Opiekanie – ciepłe powietrze/wektor czasu

Sous Vide – dotyk (zamknięte środowisko)

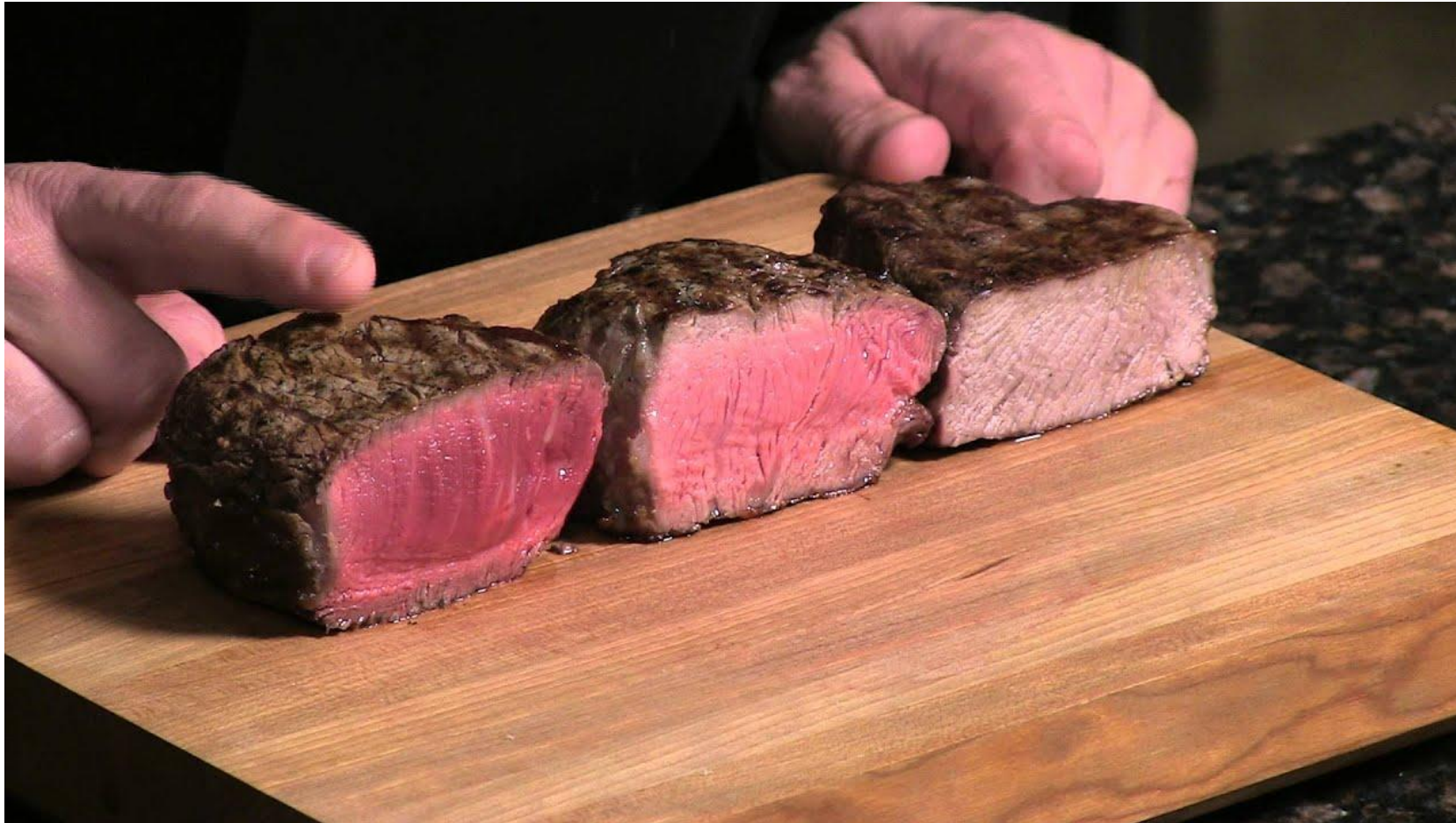
Seared - szybkie, krótkie obsmażanie małych porcji mięsa na bardzo gorącej patelni, wook, płycie.

Duszenie – kontakt z powierzchnią naczynia, ciecz

Konfitowanie - kontakt z powierzchnią naczynia, tłuszcz



# Stopnie wysmażenia Steków I










Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.

# Stopnie wysmażenia Steków II



<b>Black and Blue</b>	Seared black on outside, ice cold raw center and will be slippery soft in texture.	Internal Temp. 100 ° F 38° C	
<b>Very Rare</b>	Hot on the outside, raw on the inside and will be sort of wobbly.	Internal Temp. 100 ° F 38° C	
<b>Rare</b>	Red cool to warm center and will be soft and spongy.	Internal Temp. 120 ° F 49° C	
<b>Medium Rare</b>	Red warm center and will have a springy firmness.	Internal Temp. 126 ° F 52° C	
<b>Medium</b>	Hot pink center and will have a less springy firmness than medium rare.	Internal Temp. 135 ° F 57° C	
<b>Medium Well</b>	Slight color, cooked throughout and will feel firm.	Internal Temp. 145 ° F 63° C	
<b>Well Done</b>	No color Left and will feel very firm and unyielding.	Internal Temp. 160 ° F 71° C	



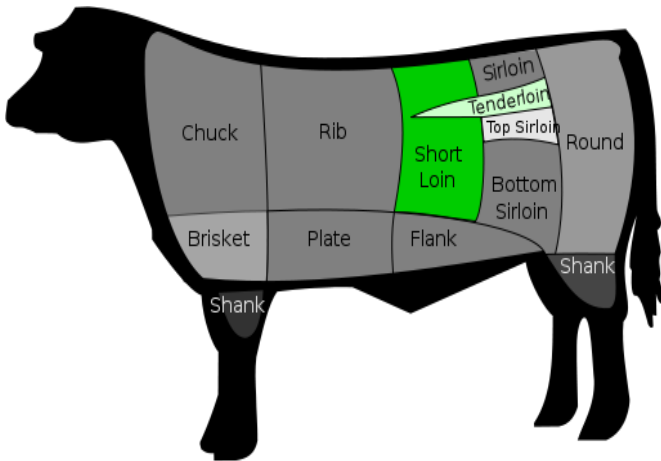


# T-Bone (rostbef/schab/ i polędwica wołowa przedzielone kością)



T-bone i porterhouse to steki z wołowiny wycięte z krótkiego schabu. Oba steki zawierają kość w kształcie litery „T” z mięsem po każdej stronie.

Stek z Porterhouse jest cięty z tylnego końca krótkiego schabu, a tym samym zawiera większy stek z polędwicy, a także (z drugiej strony kości) duży stek ze schabu. Steki z kości T-bone są cięte bliżej przodu i zawierają mniejszą część polędwicy i nieco mniejszy schab.



Specyfikacje instytucjonalnego zakupu mięsa Departamentu Rolnictwa USA stwierdzają że polędwica z Porterhouse musi mieć co najmniej 1,25 cala (32 mm) grubości w najszerszym miejscu, a ta z T-Bone musi mieć co najmniej 0,5 cala (13 mm).

**Jednak steki z dużą polędwicą są często nazywane „T-Bonem” w restauracjach i stekach, chociaż technicznie są to porterhouse.**

Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.



# Ribeye (antrykot)

Stek żeberkowy to stek wołowy wykrojony od żebra pierwotnego, zwierzęcia wołowego z dołączoną kością żebrową.

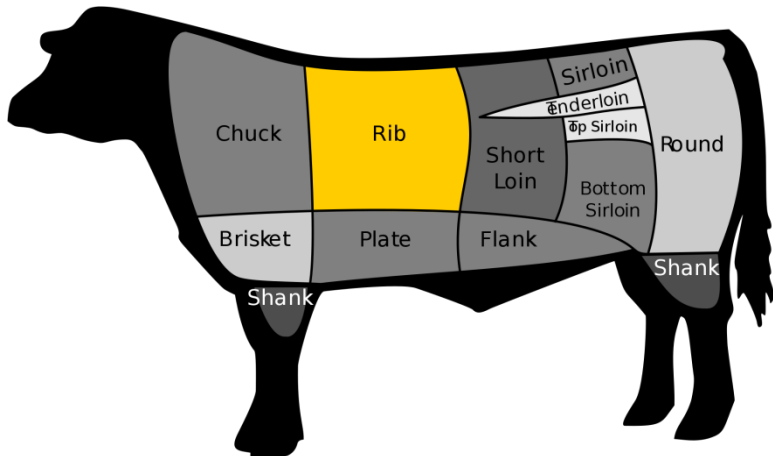
W Stanach Zjednoczonych określenie stek z żeberka lub stek Spencer jest używany do steków żeberkowych z usuniętą kością; jednak w niektórych obszarach i poza USA terminy są często używane zamiennie.

Rib eye „Oko żebra” lub „ribeye” było pierwotnie, jak sama nazwa wskazuje, środkową najlepszą częścią steku żeberkowego, bez kości.



Funded by the Beef Checkoff.

Ownership of images or information in this presentation is neither inferred or implied





# Hanging tender (świeca wołowa)

Mięsień miękki wiszący (wieszakowy), znany również jako stek rzeźniczy, to kawałek steku wołowego cenionego ze względu na swój smak (posiada silny metaliczny smak – pochodzący od Hemoglobiny). Pochodzący z przepony wołu lub jałówki, zwykle waży około 450 do 675 gramów (1 do 1 1/2 funta).

To cięcie jest pobierane z płyty, która jest górnym brzuchem zwierzęcia. W przeszłości był czasem znany jako „stek rzeźnika”, ponieważ rzeźnicy często zatrzymywali go dla siebie, niż oferowali na sprzedaż. Powodem tego było to, że ludność uważała, że jest to „suchy” kawałek mięsa, chociaż w rzeczywistości jest to jednym z najdelikatniejszych.

Stek wieszakowy przypomina stek boczny pod względem faktury i smaku. Jest to para mięśni w kształcie litery V z długą, niejadalną membraną biegnącą po środku. Stek wieszakowy jest zwykle najdelikatniejszym cięciem zwierzęcia, oprócz polędwicy, która nie ma tłuszczu.

Anatomicznie mówiąc, stek wieszakowy to crura lub nogi przepony. Mówi się, że stek „zвиси” z przepony jałówki lub wołu. Membrana to jeden mięsień, zwykle pokrojony na dwa oddzielne kawałki mięsa: stek wieszakowy, tradycyjnie uważany za bardziej aromatyczny, i stek z zewnętrznej spódnicy, złożony z mocniejszego mięśnia z kopuły przepony. Wieszak jest przymocowany do ostatniego żebra i do przodu kilku kręgów lędźwiowych.

Prawa strona jest większa i silniejsza niż lewa.

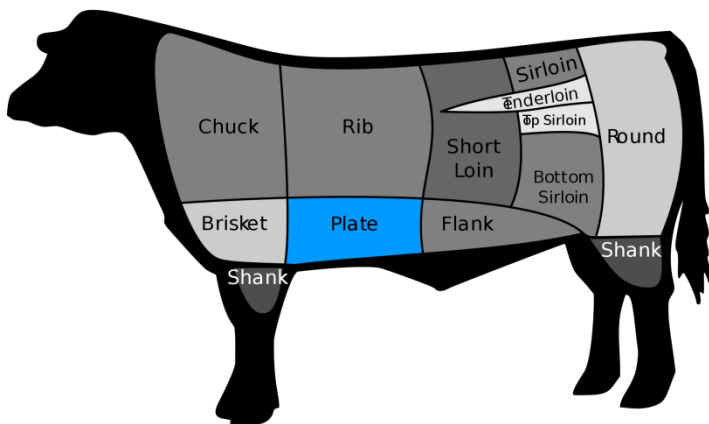
Czasami postrzegany w menu jako „stek bistro”, stek wieszakowy jest również bardzo tradycyjny w kuchni meksykańskiej, szczególnie na północy, gdzie jest znany jako arrachera, i jest ogólnie marynowany, grillowany i podawany z wyciśniętym sokiem z limonki, guacamole, salsą, szalotki i tortille do zwijania tacos. W południowym Teksasie ten kawałek wołowiny jest znany jako fajitas arracheras. Czasami jest to niepoprawnie określane jako stek z płatków lub mięso z płatków, które jest wyraźnie innym kawałkiem.

Stek wieszakowy był historycznie bardziej popularny w Europie. W Wielkiej Brytanii nazywany jest „spódnicą”, której nie należy mylić z amerykańskim stekiem ze spódnicy. Po francusku znany jest jako onglet, po włosku lombatello, we Flandrii longhaas, po polsku Świeca wołowa, a po hiszpańsku solomillo de pulmón lub entraña or entécula ”.

Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



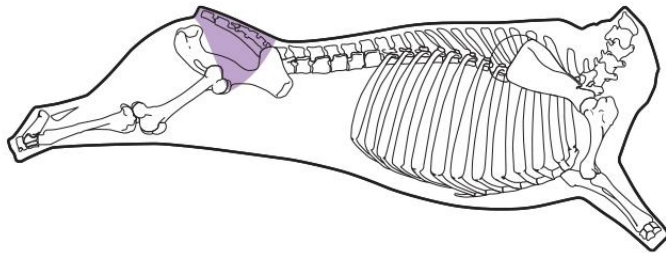
Funded by the Beef Checkoff.





## Top Sirloin Cap -Picanhę

Picanha jest kawałkiem wołowiny zwanym „czapką schabu” w Stanach Zjednoczonych lub czapką zadową w Wielkiej Brytanii, która jest popularna w Brazylii. W Stanach Zjednoczonych jest mało znany, ale nazywany jest pokrywą zadu, nasadki lub culotte. Północnoamerykańscy rzeźnicy dzielą go na inne kawałki, takie jak zad, runda i schab. Składa się z mięśnia M. biceps femoris i jego tłustej osłony.



Top Sirloin Cap



## Dodatki do Steków ve Zimne używane w USA



Ownership of images or information in this presentation is neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.

# Dodatki do Steków: Sosy gorące



Ciemne:

Demiglas

Pieprzowy

Ziołowe różne (majerankowy, tymiankowy itp. )

BBQ

Na bazie pomidorów (np.: pomidorowo-oliwkowy)

Na bazie pieczonej papryki

Na bazie pieczonych warzyw

Na bazie owoców (żurawinowy)

Jasne:

Holenderski

Bernais'e

Aurora

Śmietanowo-serowy

Kaktusowy

Chrzanowy

Z zielonego pieprzu na smietanie

Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.

# Dodatki do Steków: Warzywa



Do steków „pasuje” większość warzyw okopowych korzennych:

- marchew
- cebula
- pietruszka
- szparagi
- seler



Ownership of images or  
neither



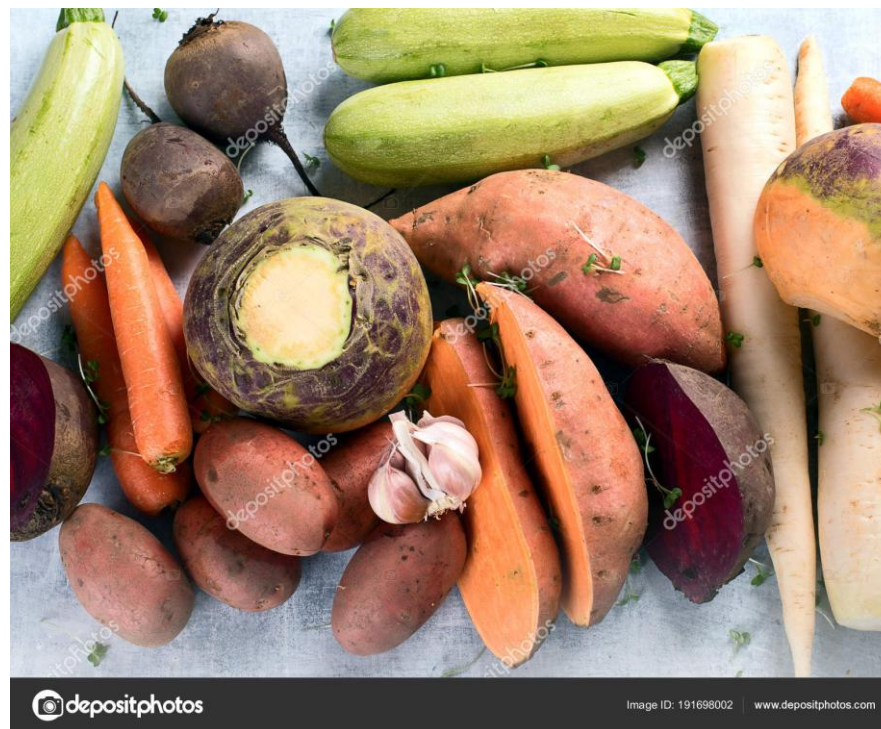
Funded by the Beef Checkoff.

# Dodatki do Steków: Warzywa



Do steków „pasuje” większość warzyw okopowych korzennych:

marchew  
cebula  
pietruszka  
szparagi  
seler  
czosnek



Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.





# Dodatki do Steków: Skrobia

Fasola w postaci purée

Ziemniaki pod różnymi postaciami

Kukurydza pod różnymi postaciami

Topinambur pod różnymi postaciami

Bataty pod różnymi postaciami

Buraki pod różnymi postaciami

Brukiew pieczona, purée.

Wypieki wytrawne pieczone na bazie mąki (English muffins, ziemniaczana baba)

Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.

# Dodatki skrobiowe do Steków: Ziemniaki pod różnymi postaciami



**10 STEAK**  
Thick-cut fries, usually double-fried to maximize crispness.

**11 CHIPS (BRITISH)**  
Shorter potatoes cut chunkier than standard fries, traditionally served with malt vinegar.

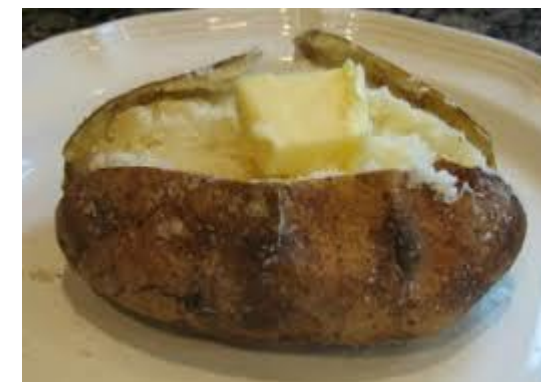
**12 SWEET POTATO FRIES**  
Any cut of fries made with sweet potatoes instead of russet or Idaho.



**13 POTATO WEDGES**  
Potatoes cut into thick slices, then fried.

**14 CHILI CHEESE FRIES**  
Any cut of fries topped with chili.

**15 COTTAGE FRIES**  
Potatoes thick-cut on a corrugated slicer and fried.



Ownership of images or information in this document is neither inferred nor implied.



Funded by the Beef Checkoff.

# Dodatki do Steków: maśła smakowe – wzmacniacze smaku.



Tłuszcz jest nośnikiem i wzmacniaczem smaku  
dodatek maśła „poprawia” walory smakowe steka.

Można przygotować wiele różnych wariantów maśła smakowego:

- anchois
- szczypiorkowe
- wołowe
- cebulowe
- karmelowo-solne
- sojowe
- teriyaki



Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.



## Dodatki do Steków: Sałatki.

Sałatka Caesar

Sałatka Blue Cheese

Sałata pieczarek i szpinaku z dresingiem pieprzowym

Sałata z avocado, czerwonej cebuli z dresingiem chrzanowym



Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.



Dziękuję za Uwagę

Zapraszam do części Warsztatowej

Andrzej Bryk Ambasador Wołowiny USA.

Have a beef day .....

Ownership of images or information in this presentation is  
neither inferred or implied



Funded by the Beef Checkoff.