



ŘEMESLA 08. 06. 2017

## Rozdělení hovězího masa: Informace, které využijete při nákupu i v kuchyni

**Abychom dokázali hovězí maso dobře připravit, musíme si udělat přehled o tom, jaké druhy hovězího masa se na hovězím skotu nachází, jaký je v nich...**

**Hovězí maso je oblíbenou součástí jídelníčku celé řady z nás. Proč právě hovězí? Důvodů je hned několik a mezi nimi jsou podle některých výživových poradců i ty zdravotní. Hovězí maso patří k nutričně nejhodnotnějším masům. Obsahuje velké množství bílkovin a minerálů. Hovězí je významným zdrojem železa, kterého má značná část naší populace v krvi nedostatek. Železo z hovězího masa se do těla vstřebává snáze než z mléka nebo zeleniny. Dále obsahuje také selen, zinek nebo kyselinu listovou. Jeho další nespornou výhodou je to, že hovězí maso není tučné. Dnes se chovají taková plemena, jejichž maso obsahuje tuku jen minimum, zhruba 3 až 6 %. Je tak vhodné i pro osoby se zvýšeným cholesterolem. Hovězí maso má také vynikající chuť, pokud ho upravíme tím správným způsobem.**

### Rozdělení hovězího masa

Abychom dokázali **hovězí maso** dobře připravit, musíme si udělat přehled o tom, jaké **druhy hovězího masa** se na hovězím skotu nachází, jaký je v nich kvalitativní rozdíl a jak se upravují. Podívejme se, jaké druhy hovězího masa rozlišujeme.

Základní **rozdělení hovězího masa** je na **hovězí přední** a **hovězí zadní** a dále pak na:

## Hovězí maso přední:

- **plec velká**
- **plec loupaná**
- **plec falešná**
- **přední kliška**

## Hovězí maso zadní:

- **velký ořech**
- **vrchní šál**
- **kliška s kostí**
- **špička**
- **spodní šál**
- **váleček**

# Rozdělení hovězího masa dle kvality a způsobu úpravy

Z kuchařského hlediska dělíme **hovězí maso** do čtyř tříd. Nikdy neuděláte chybu, pokud použijete kvalitnější maso pro méně náročnou úpravu. Ovšem kvalitního drahého masa je například do guláše určitě škoda. Opačně to ale neplatí, z pupku biftek určitě neuděláte.

## I. třída hovězího masa

- **Svíčková** - vysoká, střední, špička.

Špička patří mezi nejkvalitnější druhy hovězího masa, dělají se z ní minutky jako bifteky či medailonky, používá se k přípravě tatarského bifteku. Ale lze ji také péct, dusit i smažit.

- **Kýta** - květová špička, vrchní a spodní šál

Květová špička se hodí k pečení, šál vrchní i spodní se hodí k vaření, dušení i k pečení.

## II. třída hovězího masa

- **Roštěnec** - nízký a vysoký.

Nízký roštěnec můžeme použít stejně jako špičku ideálně k přípravě minutek. Vysoký roštěnec je tužší, je vhodný na pečení či dušení.

- **Plec** - hodí se k dušení, vaření, pečení, k mletí i do guláše
- **Kulatá plec** - vhodná k pečení, dušení, smažení, roštování
- **Podplečí** - do gulášů a perkeltů

## III. třída hovězího masa

- **Žebro hrudí** - vhodné k dušení, vaření, do vývarů
- **Krk** - dušení, vaření, guláše

## IV. třída hovězího masa

- **Špička hrudí** - vhodná do vývarů
- **Kliška** - nejlépe se hodí na guláš

- **Líčko** - vaření, guláš
- **Oháňka** - vařená, hašé, vývary
- **Pupek, bok** - hodí se k vaření nebo vývarům

## Úprava hovězího masa vařením

**Hovězí maso** omyjeme, naporcujeme, vložíme do vody, a to do **vody studené**, pokud chceme získat **silný vývar**. Pokud chceme mít maso i po vyvaření co nejkvalitnější, vložíme maso **do vody vroucí**. Tak dojde na povrchu masa ke sražení bílkovin, a tím se živiny udrží v maso. Do vody přidáme sůl, pepř celý, kořenovou zeleninu, cibuli. Pomalým varem **vaříme maso doměkka**. Pokud chceme z masa mít plátky nebo kostky, krájíme maso až po uvaření. Z **vařeného hovězího masa** můžeme připravit třeba ragú. K vařenému hovězímu lze udělat celou řadu omáček, například koprovou, rajskou, houbovou, pepřovou a další. Studené vařené hovězí je skvělé třeba s jablečným křenem.

## Úprava hovězího masa dušením

K **dušení** používáme šťavnaté druhy **hovězího masa** jako je kýta, plec, nebo roštěnec. Ty nakrájíme na kusy o průměrné hmotnosti 150 gramů. Pro délku **dušení hovězího masa** je rozhodující šíře jednotlivých kusů. Ty by měly být všechny přibližně stejné. Maso krájíme po vlákně. Před vlastní úpravou maso osolíme, opepříme, můžeme i prošpikovat. Takto připravené **hovězí maso** nejdříve opečeme zprudka na připraveném základě, poté zalejeme vařící vodou nebo vývarem a dusíme pod pokličkou, dokud maso nezměkne.

Nejčastěji používáme **základ cibulový** (tuk a cibule), **paprikový základ** (tuk, cibule a mletá paprika), **zeleninový základ** (tuk, kořenová zelenina), nebo **cibulovo-zeleninový základ**.

Z **dušeného hovězího masa na cibulovém základě** připravíme celou škálu oblíbených a výtečných jídel, jako například:

- Štěpánská hovězí pečeně, pečeně na žampionech, pražská pečeně, znojemská pečeně, znojemské hovězí filé, bavorský závitek, bavorská roštěná, španělský ptáček, zbojnická hovězí pečeně.

Z **dušeného hovězího masa na paprikovém základě** můžeme připravit tyto pokrmy:

- Frankfurtská hovězí pečeně, hovězí pečeně na paprice, rýnská hovězí roštěná, kyjevský závitek z roštěnce, hovězí guláš, znojemský guláš, maďarský guláš, karlovarský, mexický a další oblíbené druhy gulášů. Hovězí maso dušené v mrkvi můžeme připravit dětem.

Z **dušeného hovězího masa na zeleninovém základě** můžeme připravit tyto pokrmy:

- Svíčková na smetaně, ruská hovězí pečeně, hovězí pečeně po Burgundsku, hovězí pečeně na víně.

## Úprava hovězího masa pečením

K pečení používáme výhradně **kvalitní kusy hovězího masa**. Kvalitní hovězí maso zůstává i po upečení uvnitř narůžovělé. Maso pečeme 20 až 40 minut dle druhu a velikosti. Doba pečení není dlouhá, a to s ohledem na zachování chuti, živin a šťavnatosti. V průběhu pečení **měříme teplotu uvnitř masa**. Ve středu nesmí teplota překročit 70°C. Jedno z nejlepších pečených mas je hovězí svíčková. Pečení si můžeme [udělat na houbách](#), na pivě, na cibuli, na víně. Skvělá je i Cikánská

hovězí pečeně, které říz dodávají klobásky a papriky. Anglickou svíčkovou si připravíme tak, že maso osolíme, opepříme, potřeme olejem a necháme odležet asi 2 hodiny. Maso pak zprudka opečeme na oleji a dáme péci do trouby. Podáváme jemně narůžovělé plátky masa, které jsou křehké, voňavé a velmi chutné.

## Úprava hovězího masa smažením

Hovězí maso lze i smažit. Typický a oblíbený je **Porthaus** - smažený hovězí řízek v trojobalu ochuceném solí, pepřem a česnekem. Na řízky použijeme roštěnky nebo pravou svíčkovou. Smažíme i **masové kuličky z mletého masa**, nebo mleté hovězí maso k přípravě hamburgerů.

## Grilování hovězího masa

V dnešní době je [grilování hovězího masa](#) velmi oblíbenou úpravou. Hovězí maso se na grilování opravdu skvěle hodí. Aby se nám tato úprava hovězího masa zdařila, používáme ke grilování pouze ty nejlepší druhy hovězího masa: **zadní hovězí** (s lehce mramorovanou strukturou, často používané k přípravě Rumpsteaků), **hovězí ořech** - velmi šťavnaté maso bez tuku, **svíčková** - [steaky ze svíčkové](#) jsou nejdražším pokrmem, jsou libové a šťavnaté.

Krájet by se **hovězí steaky** neměly příliš tenké, aby filet při grilování nevyschl. Maso porcujeme na kusy o síle 2 až 2,5 cm. Hovězí maso ke grilování **nerozklepáváme**. Ke grilování můžeme bez obav použít i maso, které je pěkně mramorované tukem. Z takového masa získáme skvělé šťavnaté steaky.

Pro grilování není třeba kvalitní hovězí maso předem nakládat, ale pokud si chvíli předem poleží v marinádě nebo citronové šťávě, tím lépe.

**Hovězí maso na grilu** nikdy nenecháváme příliš dlouho. Při grilování platí to samé, co pro pečení, teplota uvnitř masa by se měla pohybovat mezi 60 až 70°C. Pokud pečeme velké kusy masa, neobejdeme se bez používání **tepelné sondy**. Jinak do masa ale nepícháme, aby z něj nevytekla veškerá šťáva. Neotáčíme příliš často.

Hovězí maso, které necháte na grilu déle, než by být mělo, nebude snadné pokousat. Pro [grilování hovězího](#) je teplota a čas to, co rozhoduje o finální chuti.