

EDUCATIONAL GUIDE

THE EXCEPTIONAL STEAK



NIKOLOUDIS¹⁸⁸⁸
EXCEPTIONAL MEAT



CRETAN
BLACK ANGUS

NIKOLAUDIS

EXCEPTIONAL MEAT



NIKOLOUDIS
1988
EXCEPTIONAL MEAT



ΠΟΙΟΙ ΕΙΜΑΣΤΕ ΚΑΙ ΤΙ ΚΑΝΟΥΜΕ:

Είμαστε μια οικογενειακή επιχείρηση που ξεκίνησε με την εκτροφή βόειων, χοιρινό και αμνοεριφίων και έπειτα εξελιχθήκαμε σε μια φάρμα εκτροφής εξειδικευμένων ποικιλιών ζώων αλλά και παράλληλα με την δημιουργία χώρους επεξεργασίας, τυποποίησης και πώλησης των δικό μας προϊόντων . Με στόχο μια πιο εξειδικευμένοι αγορά με γνώσεις του αντικειμένου για ένα τέλειο αποτέλεσμα.

Επικεντρωνόμαστε πλέον στην εκτροφή της οικογενειακής φάρμας στις πιο εκλεκτές ράτσες ζώων, όπως της εξαιρετικής ράτσας μοσχαριών **Cretan Black Angus®** που πρώτοι φέραμε στο νησί μας.





ΤΑ ΤΕΣΣΕΡΑ ΣΗΜΕΙΑ ΑΝΑΦΟΡΑΣ ΤΗΣ ΤΕΛΕΙΑΣ ΜΠΡΙΖΟΛΑΣ

1. Η επιλογή ράτσας ζώου - Συνθήκες εκτροφής

2. Επιλογή της εξιδεικευμένης κοπής

3. Επίτευξης γευστικής υπεραξίας στο κρέας (DRY AGING)

4. Το τελικό μαγειρικό αποτέλεσμα

1. Η επιλογή ράτσας ζώου - Συνθήκες εκτροφής

Τα χαρακτηριστικά της ράτσας Black Angus

Η ράτσα Aberdeen Angus, ή σκέτο Angus, αποτελείται από βοοειδή μικρού μεγέθους, με προέλευση από τη βορειοανατολική Σκωτία, και πιο ειδικά, περιοχές όπως το Aberdeen, το Banff, το Kincardine και το Angus. Έγιναν δημοφιλή σε όλη τη Σκωτία στα μέσα του 20ου αιώνα.

Το τρίχωμα των βοοειδών Angus είναι συνήθως συμπαγές μαύρο ή κόκκινο (Black Angus και Red Angus), κι άλλο ένα εμφανισιακά τους χαρακτηριστικό είναι η απουσία κεράτων. Λόγω των χαλεπών συνθηκών του Σκωτσέζικου χειμώνα, τα βοοειδή Angus είναι πολύ ανθεκτικά και σκληραγωγημένα. Λόγω αυτού του γονιδίου είναι καταλληλά να ευδοκιμήσουν σχεδόν σε όλα τα κλίματα. Οι αγελάδες είναι μακρόβιες και μπορούν να παράγουν μωσχάρια έως 12-14 ετών. Συνήθως ζυγίζουν περίπου 550 κιλά, ενώ οι ταύροι 850 κιλά.



Πως διαφοροποιείται από το κλασικό μωσχάρισιο κρέας

Το κρέας του **Cretan Black Angus®** ξεχωρίζει από το κρέας των άλλων βοοειδών λόγω της μαρμάρινης (marbling) εικόνας του. Το συγκεκριμένο κρέας διατρέχουν λεπτά ανοιχτόχρωμοι και λιπαροί ιστοί που δίνουν στο κρέας την εμφάνιση μαρμάρινης πλάκας, αλλά ταυτόχρονα του δίνουν μια ξεχωριστή νοστιμιά και τρυφερότητα στο μαγείρεμα. Η σάρκα είναι πιο σκούρα συνολικά από το κοινό βόειο κρέας.



Ποια η διατροφική του αξία;

Το βόειο κρέας **Cretan Black Angus®** έχει γίνει ευρέως γνωστό για τη πλούσια γεύση του. Το τόσο διάχυτο μαρμάρωμα (marbling) της σάρκας τους, δηλαδή η ομοιόμορφη κατανομή του ενδομυϊκού λίπους κάνει το κρέας να είναι νοστιμότερο, καθώς ενώ το λίπος λιώνει μέσα στους μύες, προσθέτει νοστιμιά, και εντείνει τη γεύση του, και προσφέρει τρυφερή και ζουμερή υφή. Μέσω του μαρμαρώματος (marbling) του ψακνού, το κρέας διατηρείται ζουμερό κατά το μαγείρεμα, ειδικά σε υψηλές θερμοκρασίες. Δεν θέλει πολύ ώρα ψήσιμο. Το μαρμάρωμα (marble) θεωρείται κριτήριο γαστρονομικής υπεροχής στα κρέατα, για αυτό το κρέας της φυλής Angus ανήκει στην Prime κατηγορία.

Στον παρακάτω πίνακα φαίνεται το θρεπτικό του προφίλ στα 100 gr:

Ενέργεια	161 kcal
Λίπος	8.1 g
Κορεσμένο Λίπος	3.9 g
Νάτριο	67 mg
Υδατάνθρακες	0
Πρωτεΐνη	18.8 g
Σίδηρος	2.4 mg

Όπως βλέπουμε, το περιεχόμενο σε λιπαρά και θερμίδες είναι υψηλό, αλλά το κρέας αυτό είναι ταυτόχρονα και αρκετά θρεπτικό από την άποψη πρωτεΐνης, σιδήρου.

Αυτές οι ιδιότητες καθιστούν το κρέας **Cretan Black Angus®** ιδανικό για εστιατόρια υψηλής κουζίνας και για απαιτητικούς καταναλωτές που εκτιμούν την αρίστη ποιότητα κρέατος μας.





Εγκαταστάσεις και συνθήκες ανάπτυξης βοοειδών

•Εγκαταστάσεις

Το κλειδί για την παραγωγή ποιοτικού βοείου κρέατος είναι να υπάρχουν υγιή ζώα που ζουν στη φύση σε υγιή εγκαταστάσεις.

Τα βοοειδή μας Angus βρίσκονται και εκτρέφονται σε σύγχρονες εγκαταστάσεις που πληρούν όλες τις προδιαγραφές υγιεινής ISO HASP (παρασκευαστήριο ζωοτροφών). Η φυλή Angus προσαρμόζεται εύκολα στο κλίμα μας, όντας ανθεκτική τόσο στο θερμό όσο και στο κρύο κλίμα.

•Διατροφικές συνήθειες των ζώων μας

Μέσα από σύγχρονες αλλά άκρως φυσικές μεθόδους εκτροφής με χρήση φυσικών βιολογικών απολυμαντικών υλικών όπως ατταπουλγίτη, ζεόλιθου και ενεργών μικροοργανισμών (EM) και βασιζόμενοι κυρίως σε τροφές της κρητικής γης όπως σιτηρά, ελαιοτροφές, γλυκοκολοκύθα και άφθονα χόρτα, παραγωγής μας. Που αποσκοπούν στην παραγωγή κρεάτων εξαιρετικής διατροφικής και γαστρονομικής αξίας μπολιασμένα με τη γεύση της κρητικής γης και τη φροντίδα των οικογενειακών της παραδόσεων.



EXTRA TIP

Διαφορά red-black angus

Εδώ μπορούμε να επιβεβαιώσουμε ότι δεν υπάρχει ιδιαίτερη διαφορά μεταξύ των δυο. Ωστόσο, υπήρξαν ισχυρισμοί ότι το *black angus* είναι πιο βιώσιμο στον κρύο καιρό και τα *Red Angus* πιο ανθεκτικά σε θερμό κλίμα αν και δεν έχει επιβεβαιωθεί. Εγώ μπορώ να πω ότι με απόλυτη σιγουριά ότι αυτό ισχύει, και ίσως και μια μικρή διαφορά στον ουρανίσκο για ορισμένους.

2. Επιλογή της εξιδεικευμένης κοπής



1. Η τέχνη της κοπής κρέατος είναι η αρχή του ταξιδιού ανάμεσα σε ένα εξαιρετικό υλικό όπως το μοσχαρίσιο κρέας και μια αξέχαστη γαστρονομική εμπειρία.

2. Ιδιαίτερα το μοσχαρίσιο κρέας από την εξαιρετική ποικιλία Cretan Black Angus μπορεί να αξιοποιηθεί με πολλούς εκλεκτούς τρόπους ιδιαίτερα σε ένα barbeque και να μας προσφέρει το ανάλογο γευστικό αποτέλεσμα, καλύπτοντας έτσι όλες τις προτιμήσεις.

3. Το βόειο κρέας χωρίζεται σε μεγάλα τμήματα που ονομάζονται πρωτεύουσες κοπές ή primal cuts. Τα τμήματα αυτά διασπώνται στη συνέχεια σε μικρότερα μέρη, τα οποία με τη σειρά τους τεμαχίζονται σε μεμονωμένες μπριζόλες, ψητά και άλλα κομμάτια.

4. Τα πιο τρυφερά κομμάτια βόειου κρέατος, όπως το πλευρό και το φιλέτο, είναι αυτά που βρίσκονται πιο μακριά από την οπλή. Οι πιο δύσκολες περιοχές του ζώου είναι οι μύες των ώμων και των ποδιών, επειδή αποτελούν τα σημεία που «δουλεύουν» περισσότερο.

5. Οι Premium κοπές του μοσχαρίσιου κρέατος προκύπτουν από πάνω προς τα κάτω. Τα μέρη του ζώου που δεν βρίσκονται σε σημεία που χρησιμοποιεί έντονα το ζώο, είναι συνήθως τα πιο μαλακά. Όπως επίσης και κομμάτια όπως το μπον φιλέ, που επειδή ακουμπά σε κόκκαλο, προστατεύεται και δεν εκτίθεται σε έντονη δραστηριότητα από το ζώο.

6. Όλες οι Premium κοπές αποδίδουν εξαιρετικά κομμάτια κρέατος που είναι ιδανικά για ψήσιμο της ώρας, αποτελώντας εξαιρετική περίπτωση για BBQ ή ψήσιμο σε ηλεκτρικές ψησταριές με καπάκι.

7. Το σίγουρο σε κάθε περίπτωση είναι ότι η κάθε κοπή γίνεται με απόλυτο σεβασμό στα διατροφικά σφέλη που μας προσφέρει το συγκεκριμένο κρέας, δίνοντας ένα διαφορετικό γευστικό αποτέλεσμα για κάθε γούστο.



CHUCK AREA

- CHUCK STEAK
- SHORT RIB
(σκληρόβρωμο)
- BRISKET STEAK

RIB AREA

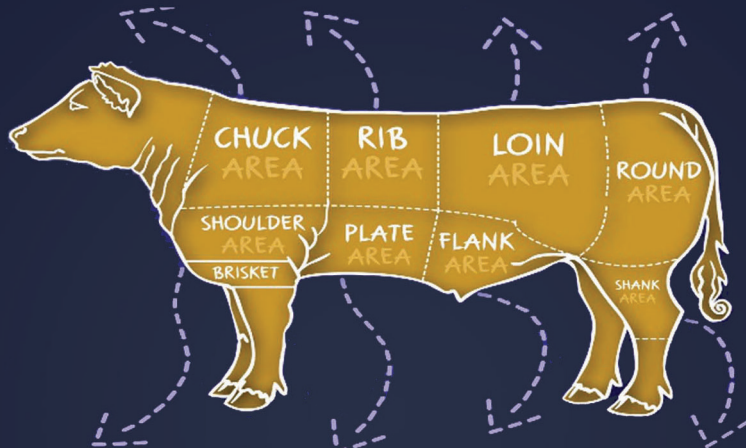
- RIB EYE STEAK
- TOMAHAWK STEAK
- HANGER STEAK

LOIN AREA

- SIRLOIN STEAK
- BONE IN SIRLOIN STEAK
- T-BONE STEAK
- PORTER HOUSE T-BONE
- BON FILLET STEAK

ROUND AREA

- PICANHA STEAK
- RUMB STEAK
- S-BONE STEAK
- HIP ROUND



SHOULDER - BRISKET AREA

- SHOULDER
- FLAT IRON STEAK
- BRISKET

PLATE AREA

- OUTSIDE SKIRT
- INTERNAL SKIRT
- EXTERNAL SKIRT
- BEEF PLATE - BACON

FLAP & FLANK AREA

- FLAP
- FLANK

SHANK AREA

- OSOBUKO



CRETAN
BLACK ANGUS

NIKOLOUDIS

EXCEPTIONAL MEAT

3. Επίτευξης γευστικής υπεραξίας στο κρέας (DRY AGING)

Διαδικασία ωρίμανσης και τα αποτελέσματα που παρέχει

Η ωρίμανση του κρέατος είναι μια γαστρονομική κατάκτηση που ως τάση άρχισε να εφαρμόζεται στην Ελλάδα μόλις τα τελευταία χρόνια, αναβαθμίζοντας όμως ουσιαστικά την κρεατοφαγία και τους λάτρεις του καλού και ποιοτικού κρέατος.

Ο στόχος της ξηρής ωρίμανσης είναι να ενισχύσει την ποιότητα και τη γεύση του κρέατος. Οι δυνατότητες που προσφέρει περιλαμβάνουν μια πιο πλούσια και έντονη γεύση, βελτιωμένη υφή, ευκολότερο μαγείρεμα και προώθηση της ζωντανίας των φυσικών αρωμάτων του κρέατος. Αυτό το αποτέλεσμα επιτυγχάνεται μέσω των φυσικών διεργασιών της ξηρής ωρίμανσης που επιτρέπουν την εκκύλιση και την ανάπτυξη αρωμάτων, καθώς και την απαλλαγή από την υπερβολική υγρασία.

Σε τι υπερέχει ένα “Dry Age Steak” από το φρέσκο;

Το ωριμασμένο κρέας έχει σαφώς μεγαλύτερη γαστρονομική αξία όχι απλά γιατί είναι πιο μαλακό απ’ το φρέσκο αλλά κυρίως γιατί έχει αποκτήσει πιο έντονη και ισορροπημένη κρεάτινη γεύση. Σε όλον τον γαστρονομικά προηγμένο κόσμο, το σωστά σιτεμένο κρέας είναι αυτό που αναζητούν όσοι θέλουν να απολαύσουν το καλό κρέας.





Πως γίνεται η ξηρή ωρίμανση και τι ακριβώς συμβαίνει στο κρέας;

Η ωρίμανση γίνεται σε ειδικό ψυγείο Dry Aging που λειτουργεί σε χαμηλότερες θερμοκρασίες απ' τα κανονικά ψυγεία, μέσα στο οποίο υπάρχει κυκλοφορία σχετικά ξηρού αέρα. Εκεί μπαίνουν ολόκληρα κομμάτια κρέατος (π.χ. μια ολόκληρη ράχη από μπριζόλες) και μένουν για μεγάλο χρονικό διάστημα. Ο ξηρός αέρας που κυκλοφορεί ελεύθερα γύρω τους, αφαιρεί υγρασία απ' το κρέας και έτσι σιγά-σιγά σχηματίζεται εξωτερικά ένα «ξηρό σκούρο καύκαλο» που σφραγίζει το εσωτερικό του κρέατος.

Εσωτερικά όμως, με αυτή την διαδικασία και στη συγκεκριμένη θερμοκρασία, ενεργοποιούνται χρήσιμα ένζυμα που έχουν οι μύες, τα οποία σε βάθος χρόνου διασπούν, τις πρωτεΐνες σε αμινοξέα στα κύτταρα. Επίσης διασπούν τους συνδετικούς ιστούς ανάμεσά στις πρωτεΐνες.

Ταυτόχρονα οι λίγοι υδατάνθρακες που έχει το κρέας μετατρέπονται σε σάκχαρα. Το συνδυαστικό αποτέλεσμα αυτών των χημικών αντιδράσεων το νιώθουμε και στη γεύση και στην υφή, αλλά και στο χρώμα. Αφού αφαιρέσουμε το ξερό καύκαλο, μέσα έχουμε ένα κρέας ανώτερης ποιότητας σε σχέση με το φρέσκο, με πέντε βασικά χαρακτηριστικά:

- Έχει βαθύτερο κόκκινο, έως και καφέ χρώμα
- Είναι σαφώς μαλακότερο
- Χωρίς να είναι στεγνό, δεν έχει πολλές απώλειες υγρών στο ψήσιμο
- Είναι πιο γλυκό
- Έχει μεγαλύτερη ένταση σε κρεάτινη γεύση και περισσότερη «νοστιμιά»



7 Days



21 Days



30 Days



45 Days



90 Days



120 Days

ΕΞΕΛΙΞΗ και επεξεργασίας της ξηρής ωρίμανσης

Για αιώνες, η ξηρή ωρίμανση ήταν ένας κοινός τρόπος, να συντηρήσουν και δευτερευόντως να τρυφεροποιήσουν το βόειο κρέας. Πριν από 50 χρόνια, η ξηρή ωρίμανση αποτελούσε τον κανόνα για τη συντήρηση του βόειου κρέατος, καθώς δεν είχαν αναπτυχθεί ακόμη οι μέθοδοι της συσκευασίας υπό κενό (vacuum).

Βασικό πλεονέκτημα της ξηρής ωρίμανσης είναι η «συμπύκνωση» της γεύσης του βοδινού κρέατος. Η αύξηση ή ενίσχυση της γεύσης και του αρώματος του βοδινού κρέατος οφείλεται στα προϊόντα (ενώσεις) της διάσπασης των πρωτεϊνών (πρωτεόλυση) και των λιπών (λιπόλυση), τα οποία παράγονται κατά την ωρίμανση. Επιπλέον, λόγω της πρωτεόλυσης του μυϊκού ιστού το κρέας γίνεται πιο μαλακό και τρυφερό. Όσο προχωράει η πρωτεόλυση, τόσο το χρώμα του κρέατος γίνεται πιο σκούρο και μειώνεται η ενεργητικότητα νερού. Οι κύριοι παράμετροι που επηρεάζουν τη ξηρή ωρίμανση είναι οι μέρες ωρίμανσης, η θερμοκρασία, η σχετική υγρασία (RH%), η ροή και η ταχύτητα του αέρα. Τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά που διαφοροποιούνται με την ωρίμανση του κρέατος είναι η γεύση, το άρωμα, η τρυφερότητα και το χυμώδες του κρέατος.

Συνθήκες Ξηρής ωρίμανσης

Εδώ έρχεται να βοηθήσει την κατάσταση το ψυγείο ωρίμανσης Ψυγείο Μακράς Ωρίμανσης Meatico. Όπου διαθέτει όλες τις προδιαγραφές για μια σωστή ωρίμανση και συντήρηση των προϊόντων μας.

- Τα τεμάχια κρέατος θα πρέπει να είναι κρεμασμένα ή τοποθετημένα έτσι ώστε να μην έρχονται σε επαφή (βέλτιστη κυκλοφορία του αέρα)
- Τα τεμάχια κρέατος ωριμάζουν με το κόκκαλο
- Για αποτελεσματικότερη ωρίμανση το pH των τεμαχίων πρέπει να κυμαίνεται από 5,4 έως 5,7 (όσο μεγαλύτερο το pH τόσο πιο αργή η αφυδάτωση και τόσο πιο μικροβιολογικά ασταθές το προϊόν)
- Το κρέας πρέπει να προέρχεται από μεγάλης ηλικίας ζώα (όσο πιο νεαρά τόσο πιο αργή η ωρίμανση και η τρυφεροποίηση)
- Οι ημέρες ωρίμανσης κυμαίνονται από 21 έως 55 και εξαρτώνται από το είδος του μύος, τη ράτσα του βοοειδούς, την ηλικία του. Κατά την προσωπική μας εκτίμηση και εμπειρία η βέλτιστη ημερομηνία απελευθέρωσης είναι 25-35 μέρες
- Θερμοκρασία χώρου συνήθως (εύρος: 0° έως 4 °C)
- Σχετική υγρασία 75 έως 85% (ιδανικά 75-80%)
- Συσκευασία του τελικού προϊόντος διαπερατή σε υγρασία. Αυτό το είδος συσκευασίας μπορεί να επηρεάσει θετικά την ασφάλεια, την ποιότητα και την σταθερότητα του προϊόντος στο ράφι. Το προϊόν έχει την δυνατότητα να συνεχίζει να ωριμάζει εντός της συσκευασίας εάν τοποθετηθεί στις κατάλληλες συνθήκες.





Περιεκτικότητα σε λίπος και βαθμίδα/τάξη του βόειου κρέατος

Η διαδικασία της ξηρής ωρίμανσης απαιτεί βόειο κρέας με έντονη μαρμάρωση (ενδομυϊκό λίπος), το οποίο προέρχεται από βοοειδή που το σιτηρέσιό τους είναι πλούσιο σε δημητριακά. Το ενδομυϊκό λίπος, εκτός από τη γεύση που προσδίδει, αποτελεί και κριτήριο ποιοτικής κατάταξης του κρέατος. Επιπλέον, η τρυφερότητα που έχουν τα τεμάχια με υψηλή μαρμάρωση σχετίζεται με το συνδετικό ιστό του ωριμασμένου κρέατος. Ο λιπώδης ιστός εναποτίθεται ανάμεσα από τις μυϊκές δεσμίδες. Αυτό δημιουργεί μερική και τμηματική διακοπή της συνηθισμένης δομής του μυϊκού ιστού, οδηγώντας σε τεμάχια με λιγότερο συνδετικό ιστό (ίνες κολλαγόνου). Σημαντικό ρόλο στη ξηρή ωρίμανση διαδραματίζει η ομοιόμορφη κατανομή της περιεκτικότητας του ενδομυϊκού λίπους. Όσο πιο εκτενής είναι η μαρμάρωση τόσο πιο έντονα είναι τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά της ξηρής ωρίμανσης. Αυτό συμβαίνει διότι όσο αυξάνεται ο χρόνος της ωρίμανσης τόσο προχωράει η οξείδωση των λιπιδίων με αποτέλεσμα την απελευθέρωση προϊόντων που αντιδρούν με τα προϊόντα αποικοδόμησης των πρωτεϊνών και προσδίδουν έντονη γεύση στο σιτευμένο κρέας.



Σχετική υγρασία (RH)

Η ελεγχόμενη σχετική υγρασία του αέρα παίζει καθοριστικό ρόλο στη διαδικασία ξηρής ωρίμανσης, διότι εάν η υγρασία είναι υψηλή τα αλλοιωγόνα βακτήρια μπορεί να αυξηθούν με αποτέλεσμα να παράγουν ανεπιθύμητες οσμές ή μπορεί να δημιουργηθεί ένα δυσάρεστο κολλώδες εξίδρωμα. Εάν η υγρασία είναι πολύ χαμηλή αφενός θα περιορίσει την ανάπτυξη των βακτηρίων αλλά αφετέρου θα προκαλέσει εκτενή αφυδάτωση και μεγαλύτερη απώλεια βάρους, με αρνητικό αντίκτυπο στο χυμώδες του κρέατος. Συνιστάται σχετική υγρασία από 75% έως 85% και απαιτείται η καθημερινή καταγραφή της κατά τη διάρκεια της ωρίμανσης.



Κίνηση του αέρα εντός του θαλάμου

Θα πρέπει να υπάρχει επαρκής ροή αέρα για την εξασφάλιση της κυκλικής κυκλοφορίας του αέρα, χωρίς νεκρά σημεία ή περιοχές υψηλής ταχύτητας. Εάν δεν εξασφαλιστεί η επαρκής και ομοιόμορφη ροή αέρα, το κρέας δεν θα αποβάλει την απαραίτητη υγρασία για να επιτύχει η διαδικασία της ωρίμανσης. Ωστόσο, εάν ο αέρας είναι αυξημένος το κρέας θα στεγνώσει πάρα πολύ γρήγορα και θα αυξηθεί ανεπιθύμητα η απώλεια υγρασίας στο τελικό προϊόν. Συνιστώ ένα εύρος ροής αέρα 0,5-2m/s (1,6-6,6 ft/s) με ταχύτητα 0,2 έως 1,6 m/s στην επιφάνεια του προϊόντος (ιδανικά 0,2-0,5 m/s).



**THE
CHEF
IS
ALWAYS
RIGHT**



CRETAN
BLACK ANGUS

NIKOLAUDIS

EXCEPTIONAL MEAT



NIKOLAUDIS
EXCEPTIONAL MEAT

www.nikoloudis.net