

Suino



Descrizione

Il Suino rientra tra le carni bianche. La carne ricavata dalla macellazione del maiale, si può classificare in base a quattro elementi: età, metodo di allevamento, alimentazione e pezzatura dell'animale. La carne di suino può essere consumata fresca o come salume, dopo salagione o affumicatura.

Tipologia:Bianca
Classificazione:Suini

Consigli in cucina

Un secondo piatto semplice da preparare è il filetto di maiale al forno. Per mantenere la carne morbida e succosa bisogna prima rosolarla in padella per non disperdere i succhi. Poi si prosegue la cottura in forno per circa quaranta minuti, bagnando con il sughetto di cottura. Terminata la cottura potete servire con patate e verdure miste.

Curiosità

Già nel Cinquecento e Seicento gli insaccati sono citati in vari compendi della letteratura. Le riflessioni sulla carne di suino proseguono anche tra l'Ottocento e il Novecento con particolare attenzione ai sistemi di lavorazione dei salumi e con consigli di cucina e veri e propri ricettari. Si dice che il nome dell'arista (la schiena del maiale macellato) derivi dall'apprezzamento di un ecclesiastico durante un concilio Ecumenico. Davanti ad un arrosto di lombata di maiale pare abbia esclamato "aristos" (il migliore).

Proprietà nutrizionali

La carne di maiale da un ottimo apporto di vitamine idrosolubili come niacina, tiamina e riboflavina. Ad esempio il contenuto di tiamina (vitamina B1) è di circa 10 volte più alto rispetto a quello presente nella carne bovina. Contiene sali minerali molto utili all'organismo come fosforo, potassio e ferro.