

# Comida estadounidense

La comida hogareña estadounidense expandida en todo el mundo. De un sabor jugoso, la barbacoa y el estofado que le brinda el “Wagyu” le ofrece una ternura sin precedentes que le emocionará.

■ Conversión de cantidades 1cm=0.39inch / 100g=3.5oz / 1kg=35oz / 1 cucharita=0.1pt / 1 cucharada=0.3pt / 100°C=212F

★=es la parte que deseamos recomendarles

## Hamburguesa



### Lista de las partes recomendadas

3 Cuello 6 6 Chabanete

### Ingredientes

Carne vacuna picada	500g	Cebolla violeta	1
Huevo	L 1	Kétchup	a gusto
Pan rallado	de 2 a 4 cucharadas	Lechuga	4 hojas
Leche	2 cucharadas	Tomate	4 rodajas
Sal, pimienta	en poca cantidad	Pan	4 bollos
Cebolla	1/2	Mantequilla	a gusto
Ajo en polvo	1 cucharada	Aceite	a gusto

### Método de Preparación

- 1 Pique la cebolla y rebane el tomate y la cebolla violeta en rodajas de 1 cm.
- 2 Ablande el pan rallado vertiéndolo en la leche.
- 3 Eche aceite en la sartén y cocine la cebolla a fuego moderado. Luego déjelo enfriar.
- 4 Coloque la carne picada, la cebolla enunciada en el punto 3, el ajo en polvo, y el pan rallado del punto 2, el huevo, la sal, la pimienta en un bol y mezcle todos estos ingredientes.
- 5 Untese aceite en las manos y forme con la carne una

hamburguesa que sea bastante grande. Déle golpes suaves para darle forma y así sacar el aire del interior.

- 6 Coloque aceite en la sartén y cocine las dos caras de la hamburguesa a fuego moderado. También cocine las dos caras de las cebollas violetas.
- 7 Unte la mantequilla en el pan, échele mostaza a gusto y colóquelo la lechuga. Luego coloque la hamburguesa. Asimismo, el tomate, la cebolla violeta y el kétchup.
- 8 Al final coloque el pan de la parte superior.

## Barbacoa



### Lista de las partes recomendadas

1 Rollo de Espaldilla ★ 10 Costillas cortas de 2 huesos ★ 11 Agujas cortas ★

### Ingredientes

Carne vacuna	400 g	Kétchup	150cc
Calabacín	1	Cebolla	tamaño medio 1
Cebolla violeta	1	Azúcar moreno	25cc
Champiñones	4	Vinagre de manzana	2 cucharitas
Pimiento rojo	1 / 3	Aceite	1 cucharada
Limón (ó lima)	a gusto	Whisky	1 cucharada
		Ajo	1 diente
		Mostaza	menos de 1/2 cucharit

### Método de Preparación

- 1 Cortar la carne en trozos de 5 cm.
- 2 Cortar el calabacín en pequeños trozos de 1 cm y la cebolla violeta en trozos de 1 cm. Retirar toda la tierra de los champiñones. Sacar las semillas del pimiento rojo y cortarlo en la misma medida que las cebollas violetas. Dejar picados la cebolla y los ajos del grupo de los ingredientes A.
- 3 Crear una salsa con los ingredientes A. Colocar aceite en

una olla, y a fuego lento cocinar el ajo y la cebolla. Cuando la cebolla cambie su color colocar todos los demás ingredientes y cocerlos unos 10 minutos.

- 4 Mezclar la carne en la salsa y enfriar el conjunto en el refrigerador durante 30 minutos.
- 5 Colocar la carne y las verduras en los pinchos untándolos con la salsa, y cocinar.
- 6 Agregar el limón (ó la lima).

## Pot roast



### Lista de las partes recomendadas

1 Rollo de Espaldilla ★ 14 Aguayón

### Ingredientes

Un pedazo de carne vacuna	1 kg	Ajo	1 diente
Papa (patatas)	4	Sopa de pollo	400cc
Zanahoria (mini)	80 g	Sal	1 cucharada
Apio	5	Pimienta	1 cucharada
Cebolla	1	Aceite	3 cucharadas

### Método de Preparación

- 1 Corte la carne por la mitad y condimentarla con sal y pimienta.
- 2 Corte la papa (patata) en 8 partes con su cáscara y el apio en trozos de 2 cm. Pele la cebolla y córtelas en pedazos similares a las papas (patatas). Deje picado el ajo.
- 3 Coloque aceite a una olla a presión y caliéntelo a fuego moderado. Cocine la superficie de la carne a fuego fuerte y cuando esté listo colóquelo las verduras.

- 4 Cuando observe que el fuego ha pasado por bien por las verduras, vierta la sopa. Agréguele 200 cc de agua y cocínelo a fuego fuerte hasta que hierva. Quite la espuma, ponga la tapa y cuézala durante 50 minutos a fuego lento.
  - 5 Condimente a gusto sal y pimienta y retire la carne. Córtela en trozos de 2 cm. Coloque la carne en el recipiente junto con la verdura.
- ※ Si desea puede echarle salsa gravy.

## Chili con carne



### Lista de las partes recomendadas

1 Rollo de espaldilla ★ 10 Costillas cortas de 2 huesos ★ 11 Agujas cortas ★

### Ingredientes

Carne picada	200g	Ajo	2 dientes
Chorizo	200g	Alubias rojas	1 lata (400g)
Aceite de oliva	2 cucharadas	Conserva de tomate	2 latas (800g)
Cebolla	1 grande	Chili	50 cc
Laurel	3 hojas	Comino	2 cucharita
A Canela	1	Sal, pimient	un poco
Jalapeño	2	Queso rallado	a gusto
Pimiento rojo y amarillo	2 de cada uno		

### Método de Preparación

- 1 Pique la cebolla y prepare el jalapeño retirándole las semillas. Asimismo, pique los ajos.
- 2 Envuelva los ingredientes de 1) en una gasa y átelo con un hilo.
- 3 Coloque aceite de oliva en una olla introduzca la carne picada. Una vez que se encuentre bien cocida, coloque el ajo, la cebolla. Cocínelo hasta que la cebolla cambie su

- 4 Coloque los demás ingredientes salvo el queso rallado y déjelo cocinar a fuego lento durante 2 horas. De vez en cuando retire la espumas.
- 5 Sírvalo en una fuente y coloque el queso. Puede degustarlo con galletitas o con pan.

# Comida italiana

La comida italiana que se destaca por explotar al máximo el sabor de la carne, puede ser aún más deliciosa con el uso del “Wagyu”. Puede usarse en trozos grandes y de manera amplia, formando variadas formas.

■ Conversión de cantidades 1cm=0.39inch / 100g=3.5oz / 1kg=35oz / 1 cucharita=0.1pt / 1 cucharada=0.3pt / 100?=212F

★=es la parte que deseamos recomendarles

## Carne a la Ragu



Lista de las partes recomendadas

5 Pecho 14 Aguayó 6 6 Chamanete

### Ingredientes

Un pedazo de carne	de 500 g a 1 kg	Conserva de tomate	1 lata de 200cc
Cebolla	1/2	Tomate	4
Zanahoria	1/2	Sal	un poco
Apio	1/2	Pimienta	un poco
Aceite de oliva	2 cucharadas	Manteca de cerdo	un poco
Vino tinto	500cc	Harina	a medida

### Método de Preparación

- 1 Pique la cebolla, la zanahoria y el apio.
- 2 Cocine los ingredientes del punto 1) con aceite de oliva.
- 3 Echar sal, pimienta y harina a la carne.
- 4 Un la manteca a la sartén y colorea la carne por ambas caras a fuego fuerte.
- 5 Traslade la carne a una olla y añádale los ingredientes del punto 2). Póngalo a fuego fuerte e introduzca el vino tinto que con el mismo fuego se evaporará todo el alcohol.

- 6 Introduzca la conserva de tomate y también agregue el tomate pelado una vez triturado y sacado todas las semillas. Eche agua hasta cubrir justamente hasta la altura de los ingredientes.
- 7 Aderece con sal y pimienta y a fuego moderando déjelo hervir por una hora.
- 8 Luego puede condimentarlo con más sal y pimienta al gusto.

## Estofado de carne al vino tinto



Lista de las partes recomendadas

5 Pecho 10 Costillas cortas de 2 hueso 6 6 Chamanete

### Ingredientes

Un pedazo de carne	400g	Harina	un poco
Cebolla	1/2	Vino tinto	400 cc
Zanahoria	1/3	Conserva de tomate	1 lata
Apio	1 pequeño	Aceite de oliva	2 cucharadas
Ajo	1 diente	Sal, pimienta	un poco de cada uno
Laurel	1	Manteca de cerdo	a medida
Perejil	2 ramas		
Salvia, romero	1 de cada condimento		

### Método de Preparación

- 1 Cortar la carne en bocados grandes. Pique la cebolla, la zanahoria y el apio, y corte el ajo retirándole la cáscara y el brote.
- 2 Coloque aceite de oliva al sartén, cocine la cebolla, la zanahoria y el apio hasta que estén blandos.
- 3 Condimente bien con sal y pimienta la carne, y échele también harina. Utilice otra sartén y colóquela la manteca de cerdo y cocine la carne por ambas caras a fuego fuerte.
- 4 Traslade la carne a una olla que quepa en el horno, e introduzca los

- ingredientes enunciados en el punto 2) cocinándolo a fuego fuerte. Luego coloque el vino tinto manteniendo el fuego fuerte para de manera que el alcohol se evapore. Después ponga la conserva de tomate y cuando comience a hervir baje el fuego (fuego lento).
- 5 Échele un poco de sal y pimienta y tápele. Hornéelo a 200 grados unos 90 minutos.
- 6 tire el caldo y cocinar hasta que se evapore el caldo restante. Sirvalo en la fuente y vierta la salsa.

## Corte de carne a la italiana



Lista de las partes recomendadas

10 Costillas cortas de 2 hueso 11 Agujas cortas 13 Cara superior

### Ingredientes

Un pedazo de carne	de unos 200g	Pimienta	un poco
Endivia	3 a 4, a gusto	Aceite de oliva	100cc
Champiñones	3	Balsámico	una cucharita
Queso Parmesano	20g	Romero	1 rama
Sal	un poco	Ajo	un diente

### Método de Preparación

- 1 Pique el romero y el ajo e introdúzcalos en un bol. Colóquelo aceite de oliva, sal, pimienta, balsámico, y mézclelo bien.
- 2 Corte las endivias en bocados grandes, raye el champiñón y el parmesano con un pelador.
- 3 Condimente con sal las dos caras de la carne y échele bastante pimienta. Agréguele aceite de oliva a la sartén y

- cocínelo a fuego fuerte.
- 4 Luego retire los ingredientes del punto 3) y córtelos en ángulo.
- 5 Coloque las endivias a la fuente y luego la carne, el parmesano y los champiñones. Al final coloca el aderezo del punto 1).

## Milanesas



Lista de las partes recomendadas

1 Rollo de espadilla 2 Planchuela 13 Cara superior

### Ingredientes

Carne vacuna	80g x 4	Harina	a medida
Pan rallado (bien molido)	100 g	Sal	un poco
Queso parmesano	50 g	Pimienta	un poco
Ajo	5 g	Aceite de oliva	200cc
Perejil disecado	1/2 cucharita	Limón	a medida
Huevo	2		

### Método de Preparación

- 1 Introduzca en una cubeta el pan rallado y mezcle el ajo picado, el perejil y el queso parmesano rallado.
- 2 Envuelva la carne en un film de celofán, y alárguelo con golpes cortando los nervios de la carne. Condimente con sal y pimienta.
- 3 Colóquelo una cucharada de agua al huevo para diluirlo.
- 4 Coloque la harina, el huevo y el pan rallado en fuentes diferentes por separado y vaya colocando la carne enunciada en el punto 2) en cada una de ellas.

- 5 Utilice el inverso del cuchillo y dé unos cortes a los filetes en forma de cuadrícula.
  - 6 Caliente en una sartén aceite de oliva y al momento de burbujear coloque la carne sazonada con los ingredientes enunciados en el punto 4). Realice la fritura a fuego moderado y cuando se encuentre dorada sáquele todo el aceite.
  - 7 Sirvalo en un plato y aderécelo con limón.
- ※ Sirvalo con su ensalada preferida.

# Comida china

■ Conversión de cantidades 1cm=0,39inch / 100g=3.5oz / 1kg=35oz / 1 cucharita=0,1pt / 1 cucharada=0,3pt / 100°C=212F

★=es la parte que deseamos recomendarles

## Salteado picante de carne vacuna con tomates



### Lista de las partes recomendadas

12 Contracara★ 13 Cara superior

### Ingredientes

Carne vacuna para ser saltado	200g	Fécula de patata	
Tomate	2	Aceite	2 cucharitas
Lechuga	1/2	Otros Aderezos :	1 cucharita
Jengibre	un poco	Kétchup y sak	2 cucharadas de cada uno
Ajo	1 diente	Salsa de soja	una cucharada
Aderezos para la carne :		Doubanjiang	1 cucharada
Sal y pimienta	un poco	Fécula de patata	1 cucharita
Sake	2 cucharadas	Aceite	a medida

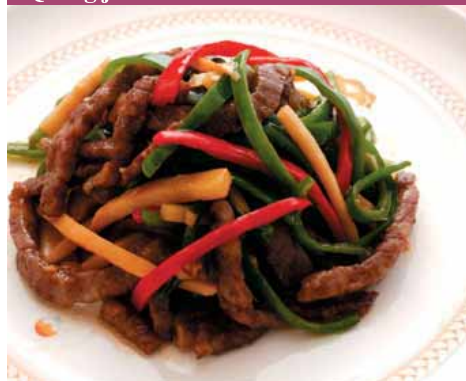
### Método de Preparación

- 1 Pele el tomate y divídalo en 4 partes. Lave la lechuga, escurra el agua y rómpala con la mano en pequeños trozos. Prepare el jengibre rallado.
- 2 Corte la carne finamente para que pueda ser fácil de comer. Sazonela con sal y pimienta.
- 3 Vuelva a condimentar con sal, pimienta, sake, fécula de patata y aceite, en este orden, la carne sazonada del punto 1. Pase la lechuga levemente por aceite. Luego con un poco de agua caliente retire el aceite de la lechuga.
- 4 Cocine la carne pasándola por aceite (retírela cuando cambie el color

de la carne).

- 5 Coloque aceite en la olla china y ponga el ajo triturado, el jengibre, el doubanjiang, y cuando expida un exquisito aroma, colóquela la carne y el tomate. Aplaste suavemente con el cucharón los tomates y vaya mezclándolo con el resto. Deje que no se pierda íntegramente la forma del tomate.
- 6 Condimente la lechuga con los otros aderezos.
- 7 Colóque la fécula disuelta en agua y cuando se encuentre espesa apague el fuego.

## Qingjiao Niurousi. Bistec con pimientos



### Lista de las partes recomendadas

2 Planchuela 4 Diezmilllo 12 Contracara★

### Ingredientes

Carne vacuna	150g	Azúcar	1 cucharita
Pimiento	1 pimiento rojo y 5 verdes	Salsa de ostras	1 cucharada
Brotos de bambú	100g	Sopa china	1 cucharada
Ajo	1 diente	Aderezos para la carne	
Jengibre	un poco	Shokoshu y salsa de soja	1 cucharada de cada uno
Aceite	3 cucharada	Aceite	1 cucharada
Aderezo para la carne		Sal y pimienta	un poco de cada uno
Shokoshu y salsa de soja	1 cucharada de cada uno	Fécula de patata	2 cucharitas

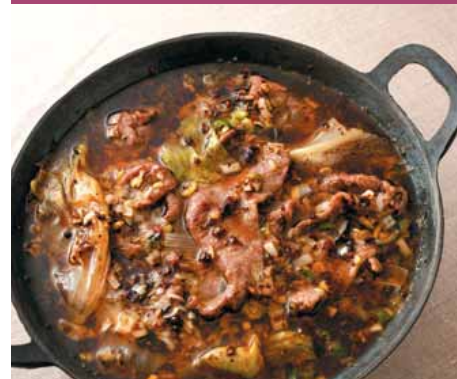
### Método de preparación

- 1 Corte la carne en una anchura de 1 cm. Déjelo para ser sazonado con los condimentos.
- 2 Corte los pimientos y los brotes de bambú a la misma medida de 5 mm de ancho. Ralle el ajo y el jengibre.
- 3 Aderece la carne con todos los condimentos.

- 4 Coloque aceite a la olla y cocine el ajo y el jengibre a fuego lento. Cuando se sienta el aroma de éstos, coloque la carne y abráselo a fuego moderado.
- 5 Cuando la carne del punto 4 cambie de color y se encuentre lista, coloque todas las verduras y suba el fuego de repente.
- 6 Mezcle de manera fugaz el resto de los condimentos.

Los artistas del fuego, la comida china se destaca por sus deliciosos freídos a fuego fuerte. Sin duda, luego de asar el “Wagyu” hace que estos platos se conviertan en exquisiteces únicas. Puede aprovechar las partes de los muslos de gran contenido rojizo y en trozos grandes.

## Carne al Mizu-ni-



### Lista de las partes recomendadas

10 Costillas cortas de 2 hueso★ 11 Agujas corta★ 12 Contracara★

### Ingredientes

Carne vacuna en filetes finos	200g	Pimienta de Sicuani	2 cucharadas
Lechuga	1/2	Guindilla roja pequeña	10
Aderezos para la carne :		Cebolleta	10 cm
Salsa de soja	1 cucharita	Ajo	1/2 diente
Fécula de patata y shokoshu	1 cucharada de cada una	Doubanjiang y salsa de soja	1 cucharada de cada uno
Clara de huevo	1/2	Douchi	1/2 cucharada
Rayu :		Shokoshu	3 cucharadas
Aceite	200cc	Sal	2 cucharitas
		Sopa china	500cc

### Método de preparación

- 1 Corte la carne en un ancho de 5 cm y sazone la carne con los condimentos y deje enfriarlo en el refrigerador por 30 minutos. Rompa la lechuga con la mano en trozos pequeños.
- 2 Elaboración del Rayu. Caliente a fuego lento en una olla china colocándole aceite, el Sichuan, guindillas rojas pequeñas sin sus semillas juntamente con los ajos y las cebolletas picadas. Cuando expida aroma y cambie el color del aceite, filtrelo (tenga cuidado de no llegar a freírlo demasiado). Luego pique los ingredientes filtrados.
- 3 En la olla donde ha quedado el aroma, añádale el Doubanjiang y cuando aparezca el color rojizo, saltee del douchi colocándole el

shokoshu y la salsa de soja.

- 4 Cuando desaparezca el agua del punto 3 vierta los 500 cc de la sopa china poniéndole un poco de sal.
- 5 Suba el fuego y cuando llegue a hervir, coloque la lechuga. Una vez que se haya salteado las verduras, retírela y sírvala en el plato hondo.
- 6 Hierva la carne por el lapso de un minuto a fuego lento con la sobra de la sopa del punto 5.
- 7 Sirva el plato del punto 6 juntamente con la sopa y en el medio coloque los ajos y las cebolletas picadas. Luego vierta el Rayu caliente del punto 2.

## Saltado con salsa de ostras



### Lista de las partes recomendadas

12 Contracara★ 13 Cara superior

### Ingredientes

Carne vacuna	200g	Repollo chino	4
Shokoshu	2 cucharadas	Salsa de soja	1 cucharita
A Salsa de soja	1 cucharita	B Shokoshu y azúcar	1 cucharita de cada uno
Sal y azúcar	un poco de cada uno	Sopa china	cada uno
Clara de huevo	1/2	Ajo	1 cucharada
Fécula de patata	1 cucharita	C Jengibre	1 diente
Salsa de ostras	2 cucharitas	Cebolleta	un poco
Sal	un poco	Cebolleta para (adornar)	5 cm 10cm

### Método de preparación

- 1 Sazone la carne con los condimentos A y manténgalos en el refrigerador por 20 minutos. Corte en cruz el repollo chino, pique los ingredientes de C, la cebolleta para adornar y colóquelos con la cebolleta cortada en juliana.
- 2 Disuelva una cucharita de fécula de patata con 2 cucharitas de agua. Mezcle la carne del punto 1 con la clara del huevo y colóquela la fécula disuelta. Evite que no se haga pastoso. Para ello se requiere tacto.
- 3 Repose el repollo chino en agua hervida con poco de sal y aceite.

- 4 Pase la carne por aceite a 150 grados (más o menos 1 minuto).
- 5 Colóquela aceite a la sartén, y mezcle bien la salsa de ostras con el aceite.
- 6 Cuando expida aroma los ingredientes del punto 5 ponga el fuego a fuego medio e introduzca el resto de los ingredientes del punto B. Luego coloque la carne y cuando observe que ésta se encuentra espesa estará listo el plato.
- 7 Sírvale los ingredientes del punto 8 y 9 en un plato y adórnelo con la cebolleta cortada en juliana.

# Comida coreana

En la comida coreana existen diversos platos en las que se aprovecha varias partes de carne vacuna. La ternura y la dulzura del “Wagyu”, harán que el Yakiniku se convierta aún en un plato más delicioso así como los demás platos, consiguiéndose exaltar considerablemente sus sopas y sus combinados con verduras.

■ Conversión de cantidades 1cm=0.39inch / 100g=3.5oz / 1kg=35oz / 1 cucharita=0.1pt / 1 cucharada=0.3pt / 100°C=212F

★=es la parte que deseamos recomendarles

## Bulgogi



### Lista de las partes recomendadas

- 1 Rollo de espaldilla ★ 10 Costillas cortas de 2 huesos ★ 11 Agujas cortas ★

### Ingredientes

Filete finos de carne vacuna	600 g	Salsa para adobar :	
Azúcar	2 cucharadas	Salsa de soja	5 cucharadas
Cebolla	1 grande	Shokoshu y miel	2 cucharadas de cada uno
Zanahoria	1 grande	Ajo	3
Seta japonesa (Shiitake)	3	Manzana (ó pera)	1/4
Cebollino	1/2	Pimienta	1 o 2 cucharadas
Aceite de sésamo	3 cucharadas	Sésamo blanco	2 cucharadas
		Cebolla	1/4

### Método de preparación

- Corte la carne en pedazos fáciles de ingerir. Luego corte la cebolla, la zanahoria y las setas tipo shiitake bien finas y el cebollino en 3 ó 4 cm. Deje rallado el ajo, la manzana (o en su caso la pera), y la cebolla.
- Empolve la carne con azúcar y déjelo por 30 minutos.
- Mezcle todos los ingredientes de la salsa de remojo.
- Pase cada los filetes finos de carne en la salsa de adobe. Colóquelos uno por uno en una fuente y échele todas las verduras salvo el cebollino. Al final vierta sobre ellos el aceite de sésamo. Tápele y consérvelo de 3 a 5 horas en el refrigerador.
- Antes de cocinarlo añádale el cebollino y fría tanto la carne como las verduras conjuntamente.

## Sen Galbi



### Lista de las partes recomendadas

- 1 Rollo de espaldilla ★ 10 Costillas cortas de 2 huesos ★ 11 Agujas cortas ★

### Ingredientes

Carne vacuna	400g	Pimiento verde	4
Lechuga sancho	a medida	Hoja de Perilla	a medida
Zanahoria	1/2	Sal gruesa	1 cucharada
Ajo	2 dientes	Aceite de sésamo	4 cucharada
Cebolla	1	Gochujang	a medida

### Método de preparación

- Corte finamente la zanahoria y el pimiento verde, y ralle el ajo y la cebolla. La cebolla pásela por agua.
- La verdura preparada colóquelas en un plato grande.
- Mezcle el aceite de sésamo con sal y déjelo en un plato más pequeño. El Gochujang manténgalo en otro plato aparte.
- Cocine el galbi en una olla y una vez listo colóquelo sobre la lechuga y la hoja de sésamo envolviéndolo con las otras verduras. Adiciónale a gusto la salsa, aceite de sésamo (con sal gruesa) o el Gochujang .

## Yukhoe jyan



### Lista de las partes recomendadas

- 12 Contracara ★ 13 Cara superior

### Ingredientes

Carne vacuna	200g	Osmunda (cocida)	2
Ajo	2 dientes	Cebolleta	1
Cebolleta	parte verde 1	Huevo	50g
Salsa de combinación :		Ajipuerro	
Salsa de soja	1 cucharada y media 1/2	Tategi :	
Cebolleta	2 cucharadas	Aceite	3 cucharadas
Ajo, aceite	1 cucharada de cada uno	Pimiento picante	de 1 cucharita a 1
de sésamo, sésamo blanco		en polvo	cucharada a gusto
Osmunda (cocida)	80g	Ajo	1 diente
		Salsa de soja	1 cucharita
		Aceite de sésamo	1 cucharada

### Método de Preparación

- Prepare los ingredientes para la salsa de combinación con la cebolleta, cortando finamente la zanahoria y rallando el sésamo blanco. Corte la osmunda y el ajipuerro a 5 cm de ancho. Corte fino la parte blanca de la cebolleta y déjelo preparado.
- Prepare el tategi. Eche aceite a la sartén y cocine a fugo lento los ajos tritridados juntamente con el pimiento picante. Cuando comience a sentir el aroma échele la salsa de soja y el aceite de sésamo y apague el fuego. Más o menos 20 minutos.
- Cocine a fuego fuerte la carne en una olla agregándole la parte verde de la cebolleta, el ajo y un poco de agua. Cuando observe el hervor, baje el fuego y manténgalo por 2 horas retirando periódicamente las espumas. Retire la cebolleta y el ajo, y siga cocinándolo por 40 minutos más. Luego retire la carne vacuna de la sopa y córtela en tamaños adecuados con las manos.
- Mezcle la carne con la osmunda, la cebolleta y los ingredientes de la salsa de combinación.
- Coloque una cucharada del tategi y realice un saltado con la osmunda. Remójelo con la sopa y añádale la carne y la cebolleta.
- Agréguele a medida salsa de soja y sal, y en caso de faltarle picante, échele más de tategi.
- Revuelva el huevo batido suavemente y el ajipuerro. Luego detenga el fuego.

## Jonguru (cocido de carne a la olla)



### Lista de las partes recomendadas

- 13 Cara superior 14 Aguayón

### Ingredientes

Filetes finos de carne	300g	Sake	2 cucharadas
Salsa de combinación :		Nabo	20cm
Salsa de soja	2 cucharadas	Zanahoria	100g
Ajo rallado	1 cucharita	Cebollino	20g
Sésamo blanco	1 cucharada	Seta japonesa cruda (Shiitake)	6
Aceite de sésamo	1 cucharada	Cebolla, pimiento rojo	1/2de cada uno
Azúcar	1 cucharita	Huevo	2
Pimienta	un poco		

### Método de preparación

- Corte la carne en 1 cm de ancho, y con la mano mézclelo con la salsa de combinación.
  - Corte el nabo, la zanahoria y el pimiento rojo a una anchura de 7 cm, y también el cebollino. Corte bien fino la seta cruda y la cebolla.
  - Coloque en una olla la cebolla y prolijamente y enfiladas la carne y las demás verduras. Parta el huevo en para que quede alojado en el centro.
  - Avive el fuego y consúmalo mezclándolo.
- ※Si observa que se está quemando, agréguele un poco de agua.

# Comida Japonesa

■ Conversión de cantidades 1cm=0.39inch / 100g=3.5oz / 1kg=35oz / 1 cucharita=0.1pt / 1cucharada=0.3pt / 100°C=212F

★=es la parte que deseamos recomendarles

## Menchikatsu



### Listas de las partes recomendadas

3 Cuello 6 6 Chamanete

### Ingredientes

Carne picada	400 g	Rebozado :	
Cebolla	120 g	Harina	a medida
Huevo	1	Huevo	1
Pan rallado	10 g	Agua	1 cucharada
Nuez moscada	a medida	Sal y pimienta	un poco de cada uno
Sal y pimienta	un poco de cada uno	Pan rallado	a medida
Salsa	a medida		

### Método de preparación

- Mezcle bien en un bol, la carne picada, la cebolla picada, el huevo, el pan rallado, la nuez moscada, la sal y pimienta. Una vez introducidas en el bol revuelva bien los ingredientes para que quede una masa homogénea.
- Tome un ¼ del punto 1 redondéelo, y amáselo arrojándolo de mano en mano para sacarle el aire de adentro. Trate que las mismas tengan un grosor de 7 a 8 cm.

- Bata el huevo y mézclelo con agua y sal.
- Reboce la masa del punto 1 en la harina y luego en el punto 3 y por último en el pan rallado.
- Realice la fritura a 170 grados y cuando vea que el punto 4 se encuentra dorada retire el aceite restante.
- Sírvalo en una fuente y échele salsa a gusto.

## Tataki de carne



### Listas de las partes recomendadas

4 Diezmillo 13 Cara superior

### Ingredientes

Pedazo de carne	300 g	Salsa de combinación:	
Sal	un poco	Salsa de soja	50cc
Rodaja de brotes de nabo	a medida	Sake	50cc
Jengibre japonés	1	Mirin (sake dulce)	50cc
Momiji-oroshi	a medida	Caldo de dashi:	50cc
(Nabo y guindilla roja rallada)			

### Método de preparación

- Échelo sal a la carne y déjelo sazonado por 5 minutos.
- Corte los nabos en 4 cm de ancho, y el jengibre bien fino y déjelo en agua y luego sáquele toda el agua.
- Coloque en una olla la salsa de combinación, caliéntela y luego déjelo enfriar.

- Cocine la carne solamente superficialmente y mientras esté caliente colóquelos en la salsa del punto 3 por 3 o 4 horas.
- Cuando lo consuma, corte la carne bien fina en unos 3 mm. Sírvalo en una fuente y adórnelo con el nabo, los jengibres y el momiji-oroshi.

Platos crudos, hervidos y fritos. En Japón el se intenta aprovechar la frescura, la ternura y el delicioso sabor al máximo del “Wagyu”, a través de las técnicas de sus cortes y su manera peculiar de cocinar.

## Sukiyaki



### Listas de las partes recomendadas

1 Rollo de espaldilla 12 Contracara

### Ingredientes

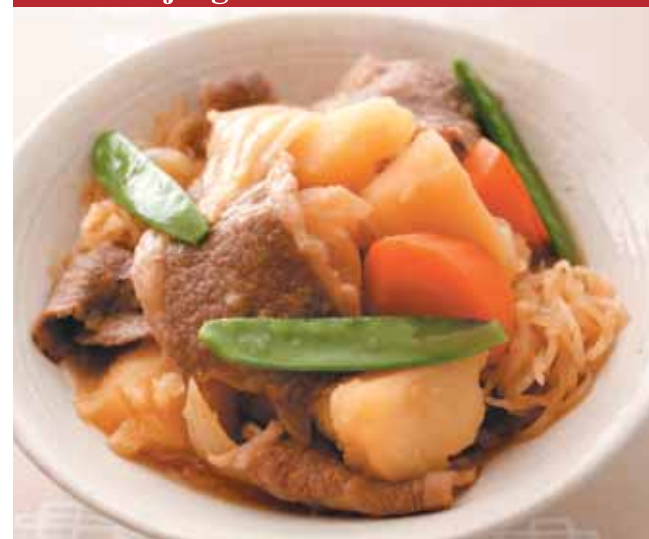
Carne vacuna en filetas	800g	Caldo :	
Cebolleta	2	Azúcar granulado	4 cucharadas
Shirataki	300 g	Salsa de soja	200cc
Shungiku	1/2	Mirin para cocina	100cc
Setas japonesas( Shiitake)	8	Sake para cocina	200cc
Tofu asado	1		
Huevo	4		
Grasa vacuna	20g		

### Método de preparación

- Corte con cortes angulares la cebolleta y el shirataki hiérvalo por 5 minutos y luego córtelo para que sea fácilmente ingerible. Aparte las hojas y la parte blanda del shungiku. Asimismo saque la base de la seta y córtelas teniendo en cuenta la cara. Realice trozos cuadrados de 2cm con el tofu.
- Coloque el caldo en una olla y caliéntelo. Cuando quede derretida el azúcar baje el fuego y deje enfriar.
- Ponga la olla para el sukiyaki a fuego fuerte, y unte la grasa vacuna por toda su superficie.

- Cocine la carne y vaya colocando el caldo a medida que prueba el gusto.
- Coloque el shirataki y luego el resto de los ingredientes.
- Una vez acomodados todos los ingredientes, tómelos pasándolos por huevo batido.
  - ※No es necesario colocar todos los ingredientes en una sola vez. Vaya colocándolos de a poco. Esto es muy importante.
  - ※Si nota que el caldo queda muy espeso, dilúyalo con sake o con más caldo.

## Niku jaga



### Listas de las partes recomendadas

10 Costillas coe 2 huesos 11 Agujas cortas

### Ingredientes

Cortes finos de carne vacuna	200g	Caldo :	
Hilos de Konjaku	100g	Dashi japonés	500cc
Papa (patatas)	300g	Salsa de soja	2 cucharadas 1/2
Zanahoria	1/2	Azúcar	2/3 de cuchara
Cebolla	8	Sake	1/2 de cuchara
Tirabeque	40g	Mirin	1/2 de cuchara
Grasa vacuna	20g		

### Método de preparación

- Pele las papas y déjelas remojando en agua cortadas en 4 partes. Pele la cebolla y córtela en 6 partes y también la zanahoria en trozos pequeños. Hierva el konjaku por 5 minutos, luego escurra agua y córtelo bien fino. Retire las fibras del tirabeque.
- Caliente la grasa en una olla honda, y cocine el konjaku, las papas, las zanahorias, las cebollas y la carne colocándolos en este orden.

- Caliente el caldo y cuando hierva, retire la espuma y comience a cocinar a fuego moderado. Pasados 5 minutos suba el fuego y cuando suelte el agua agregue el resto del caldo, tápelos y continúe cocinándolo a fuego lento hasta que quede 1/3 del caldo. Cuando esté listo, coloque el tirabeque y cocínelo rápidamente y apague el fuego.

# Altas Medidas de Prevención para el Consumo de Carne Vacuna

Con la finalidad de proporcionar una carne vacuna segura a todos los consumidores, en Japón se llevan a cabo tratamientos e inspecciones rigurosos que van desde la etapa de producción, despacho, elaboración y distribución de la carne.

## Medidas Japonesas contra el EEB(encefalopatía espongiforme bovina o mal de las vacas locas)

A los efectos de llevar a cabo medidas contra el EEB, en Japón se cumplen estrictamente las leyes preventivas y se llevan a cabo las siguientes medidas de prevención de manera rigurosa.

### Legislación tendiente a erradicar completamente las fuentes de infección

#### 1 Prohibición de uso de alimentos para los animales domésticos derivados de huesos pulverizados

Una de las causas que originó la infección del EEB en el año 2001, ha sido el uso de alimentos derivados de la pulverización de huesos. Este tipo de alimentos se encuentra prohibido legalmente en el país. Solamente se pueden utilizar para la alimentación de las reses, cereales como el arroz, el trigo y el maíz entre otros.

#### 2 Obligación de eliminar e incinerar las zonas o partes de peligro determinadas

El Ministerio de Asuntos Agrarios, Ganadería y Pesca decretó en 2001 la eliminación e incineración de todas las cabezas de las reses en los mataderos (salvo la lengua y la parte carnosa de la mejilla). Asimismo mandó a eliminar e incinerar las médulas espinales, columnas vertebrales y partes del fleon en los establecimientos declarados en zona de riesgo.

### Inspección rigurosa del EEB a nivel mundial

En octubre de 2001 se da inicio a los exámenes de EEB a todos los alimentos. En mayo de 2005 se estableció que la inspección alcanzara a los animales mayores de 21 meses. Este estándar es considerado muy riguroso si lo comparamos con el resto del mundo.

#### 1 Inspección y formación de los establecimientos de reproducción y crianza

Especialistas veterinarios del Departamento de Sanidad de Establecimientos ganaderos realizan periódicamente visitas a los establecimientos de reproducción (crianza de bovinos de 8 a 9 meses de edad) y a los establecimientos de crianza (cuidado de bovino en ciclos de 18 a 20 meses) a fines de realizar las pertinentes inspecciones y orientaciones. En caso de sospecha de propagación del EEB, se llevan a cabo más estudios de rigor incluyéndose análisis de EEB.

#### 2 Inspecciones de Establecimiento de Despachos de carne vacuna

Aquella res que es seleccionada para ir a los Establecimientos de despacho, recibe una inspección rigurosa tanto por parte de los inspectores del Departamento de Sanidad como del asignado por el establecimiento. Solo se podrán despachar aquellas reses que aprueben estas rigurosas pruebas. Dentro de estas medidas se incluyen los exámenes de EEB, requisito necesario para la habilitación pertinente de los establecimientos. También se llegan a cabo el test Screening a los efectos de detectar bovinos con sospecha de infección del EEB. También se toman muestras de zonas donde son proclives los alojamientos del prión y se realizan estudios de inmunidad bajo la técnica ELISA\*. En caso de que estos exámenes den positivo se realizan además estudios con la técnica Western Blotting Analysis\*\* y Estudios químicos de inmunidad integral\*\*\*. A raíz de los resultados de estos exámenes y en casos de dar positivos algunos de ellos, se ordena el apartamiento del animal y la posterior la incineración. Se llama a una junta de especialistas a nivel nacional y se conserva algunas unidades para ser investigadas.

#### \*1 Método Elisa

Con la técnica ELISA (Enzyme-Linked Immunosorbent Assay) se intenta detectar un prión vivo inmovilizado sobre una fase sólida mediante anticuerpos que directa o indirectamente producen una reacción cuyo producto, un colorante, hacen que se pueda medir de manera espectrofotométrica. Esto permite realizar la separación del prión en estado sólido para su pertinente estudio. Al ser un método que brinda resultados ciertos en el lapso de 6 horas, es utilizado en todo el mundo. Es una técnica ideal para detectar animales con sospechas de infección y en caso de dar positivo en este examen, se elevan los estudios a otros mucho más rigurosos.

#### \*2 Método western blot

El Western blotting analysis es una técnica similar al ELISA hasta la conversión de la fase sólida. Se realiza un traslado eléctricamente y se refleja en una película y se chequea la reacción de la inmunidad. Se juzga por los cambios de colores y las formas de las bandas producidas. Se dice que normalmente, este estudio tarda unas 12 horas.

#### \*3 Técnica Immunohistochemistry

Estudios químicos de inmunidad integral. Es un método en el que se colocan colorantes químicos a los priones del EEB y se determinan los resultados conforme a los cambios que éstos producen. Los resultados se obtienen después de dos días y es un método que se realiza conjuntamente con el Western blotting analysis para reforzarlo. No obstante, su uso no es frecuente en la Unión Europea.

### Implementación del Sistema de trazabilidad

Con la finalidad de brindar a los consumidores se ha implementado un sistema de trazabilidad de todas las unidades en la que consta todo el historial que va desde el nacimiento en tierras japonesas de la res hasta la mano de consumidor. Se trata de un sistema transparente de alta calidad a la que cualquier persona tiene acceso. Asimismo es un sistema idóneo para encontrar las causas determinantes en caso que eventualmente se genere algún tipo de problema. De esta manera se logra una efectiva protección al consumidor.

Dirección de la página Web sobre Trazabilidad Ganadera: <https://www.id.nlbc.go.jp/english/top.html>

#### 1 Todos los bovinos cuentan con número individual de identificación

Se le asigna un "número individual de identificación" de 10 dígitos a todas las reses nacidas en Japón como así mismo a cualquier otra res importada. Este número es colocado en la oreja de cada unidad de manera visible. A partir de este número se realizan todos los seguimientos control y traslado hasta llegar al consumidor.

#### 2 Todas las reses se encuentran registrado en la base de datos (Reglamentación del 1 de diciembre de 2003)

Todo establecimiento ganadero debe entregar a la autoridad pertinente el número individual de identificación vacuna a los efectos de realizar el debido registro. En este registro, se debe constar de la fecha de nacimiento de la res, sexo, raza (tipo), datos del productor y métodos de crianza, informaciones correspondientes a los padres de la res, y así con los demás datos necesarios hasta su deceso. Con estos datos se crea el "certificado de producción e historial" y se registra en la base de datos. Este registro se lleva en toda la vida de la res y se añaden los datos pertinentes, sin perjuicio de los diferentes pasos que realice en los distintos establecimientos ganaderos como son los establecimientos de producción, de crianza, centros de ventas y mercados.

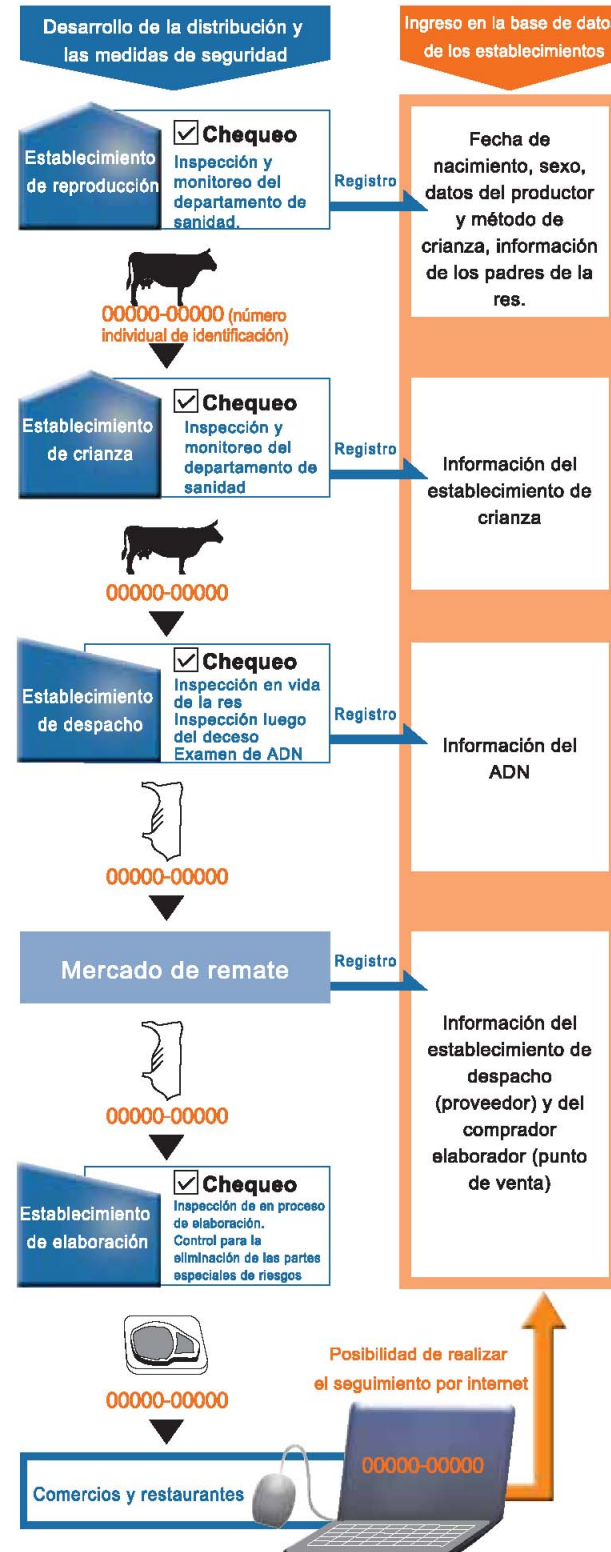
#### 3 Indicación del número y registro del mismo en las negociaciones

Sin perjuicio del deceso de la res y la posterior elaboración de diferentes productos, en cualquier caso el número de identificación de la res debe estar debidamente indicado. Este número es utilizado también en las negociaciones y en las distribuciones, y las partes se encuentran obligadas a registrarlo en los documentos y en la base de datos conjuntamente con los datos de la contraparte.

#### 4 Control del historial de distribución productiva

Con el número individual de identificación del producto "Wagyu" adquirido, todos los consumidores pueden buscar los datos correspondientes a los registros y al historial del "Wagyu" enuncianados en los puntos que van del 1 a 3 de presente vía internet y de esta manera realizar un control y las observaciones que sean necesarias.

### Desarrollo de la trazabilidad



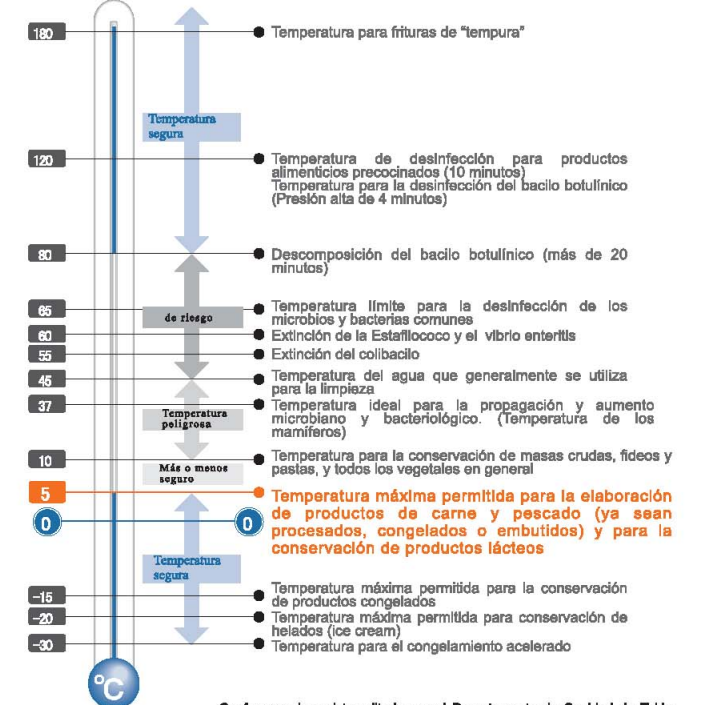
## Control de frescura y control bacteriano

### Control de la temperatura para mantener completamente la frescura de la carne

La carne vacuna requiere de un control de temperatura para prevenir la putrefacción y el aumento de bacteriológico y microbiano. A los efectos de hacer llegar el producto en buen estado al consumidor, el producto se congela o se mantiene a baja temperatura y juntamente a esto se requiere que cumpla el llamado sistema de cadena de las diferentes etapas del proceso. Esto va desde la producción, hasta la elaboración, fabricación, distribución y venta. Por ejemplo, ya sean en la etapa del proceso o del proceso de envoltorio, estos trabajos se realizan con el producto manteniéndolo a casi cero grados y a una gran velocidad. Luego éstos son transportados en frigoríficos y de esta manera se cumple en todas las etapas este control de temperatura.

### Seguridad y peligros en el mantenimiento de la temperatura de los productos alimenticios

La temperatura para el mantenimiento de la carne normalmente es de alrededor de los cero grados



Conforme a la revista editada por el Departamento de Sanidad de Tokio (1990) "Preguntas y Respuestas sobre la conservación de los alimentos"

### Prevención de intoxicación

Dentro de las bacterias que provocan la intoxicación, existe uno denominado colibacilo que tiende a alojarse en el intestino grueso de las vacas, cabras u ovejas. Con la finalidad de evitar la propagación de este bacilo, por la contaminación de producido por los contenidos de los intestinos, se llevan a cabo en todos los establecimientos medidas consistentes en atar (cerrar) los intestinos gruesos de los animales despachados para consumo.