



NUTRICIÓN

TEMA:

GRUPO ROJO DE CARNES

PROFESOR:

DRA. KATIA PAOLA MARTINEZ VAZQUEZ

ALUMNO:

YESICA DE JESUS GOMEZ LOPEZ

3 SEMESTRE

CARNE ROJA

Se denomina carne roja a aquellas que mientras están en crudo tienen un color rojillo intenso, lo cual es posible debido a la concentración de mioglobina.



La proteína es la que hace que la carne se torne color rojo cuando se expone al aire y está presente en mayor cantidad en los músculos más activos del animal.

Carnes de vacuno rojas

Dentro de este grupo podemos decir que todas las variantes vacunas (ternera (Angus), vaca, buey, toro) y sus vísceras (hígado y riñones) son carnes rojas. Y por supuesto, todas ellas tienen un intenso sabor.

Carnes de aves rojas

La mayoría de las carnes de ave son del tipo blanca, no obstante, dentro de este grupo existen algunas que son rojas y que a muchas personas les gusta por sus pequeños matices en sabor y jugosidad, y son la perdiz, el pato y el ganso.



Carnes de cerdo y cordero rojas

Este último grupo tiene una pequeña diferenciación con respecto a los anteriores, y es que su clasificación en materia de carne roja o carne blanca depende de otros parámetros como el tipo de corte y la edad.



La carne, la mioglobina expuesta al oxígeno será la que dará el color rojo intenso a la carne; por lo que si quieres un corte realmente fresco, lo que debes buscar es un color ligeramente púrpura.

El pollo o el pescado tienen menor cantidad de mioglobina, por eso es poco común ver este líquido en esos tipos de carne cruda.