

СОДЕРЖАНИЕ

Вступительное слово Энтони Бурдена 10

Предисловие 14

Введение 18

Некоторые мысли о мясе 22

24 ПТИЦА

**КУРИЦА ~ УТКА ~ ИНДЕЙКА
ГУСЬ ~ ГОЛУБЬ ~ ПЕРЕПЕЛКА ~
ПЕРНАТАЯ ДИЧЬ**

| | |
|----------------------------------|----|
| Вкратце | 28 |
| История | 30 |
| Породы | 34 |
| – Карта традиционных пород | 40 |
| Откорм | 42 |
| На ферме | 48 |
| У мясника | 54 |
| – Части тушки курицы | 58 |
| – Части тушки утки | 61 |
| – Другая птица | 62 |
| На кухне | 66 |
| Рецепты | 70 |

122 ОВЦЫ

**БАРАНИНА ~ ЯГНЯТИНА ~
КОЗЛЯТИНА**

| | |
|----------------------------------|-----|
| Вкратце | 126 |
| История | 128 |
| Породы | 132 |
| – Карта традиционных пород | 136 |
| Откорм | 138 |
| На ферме | 142 |
| У мясника | 146 |
| – Отрубы баранины | 150 |
| – Отрубы козлятины | 154 |
| На кухне | 158 |
| Рецепты | 162 |

196 СВИНЬИ

**СВИНИНА ~ ДЕЛИКАТЕСЫ
ИЗ СВИНИНЫ**

| | |
|----------------------------------|-----|
| Вкратце | 200 |
| История | 202 |
| Породы | 206 |
| – Карта традиционных пород | 208 |
| Откорм | 210 |
| На ферме | 214 |
| У мясника | 218 |
| – Отрубы свинины | 220 |
| На кухне | 226 |
| Изделия из свинины | 230 |
| – Консервированное мясо | 230 |
| – Карта традиционных видов | 234 |
| Рецепты | 238 |

280 КОРОВЫ

ГОВЯДИНА ~ ТЕЛЯТИНА

| | |
|-------------------------------|-----|
| Вкратце | 284 |
| История..... | 286 |
| Породы..... | 292 |
| – Карта традиционных пород... | 296 |
| Откорм..... | 300 |
| На ферме | 308 |
| У мясника | 312 |
| – Отрубы говядины..... | 318 |
| – Стейки | 324 |
| – Отрубы телятины | 328 |
| На кухне | 334 |
| Рецепты..... | 336 |

402 ДИЧЬ

КРОЛИК ~ ОЛЕНИНА ~ КЕНГУРУ ~ ПРОЧАЯ ДИЧЬ

| | |
|--------------------------------|-----|
| Вкратце | 406 |
| История..... | 408 |
| – Карта традиционных видов.... | 410 |
| Кролик и заяц | 414 |
| – Отрубы крольчатины | 417 |
| Олень и косуля..... | 418 |
| – Отрубы оленины | 422 |
| Кенгуру | 424 |
| – Отрубы кенгурятины..... | 428 |
| Рецепты..... | 430 |

446 ТЕХНИКИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ~ МЯСНИЦКИЕ ТЕХНИКИ ~ ИНСТРУМЕНТЫ ~ ХРАНЕНИЕ ~ С НОЖОМ В РУКЕ

| | |
|--------------------------------|-----|
| Барбекю | 448 |
| Запекание | 452 |
| Тушение | 454 |
| Техники мясника | 456 |
| Инструменты мясника | 474 |
| Хранение и гигиена | 478 |
| С ножом в руке | 480 |
| – Особые техники | 482 |
| – Степени прожарки стейка | 490 |
| – Необходимость отдыха..... | 491 |
| – Грейды мраморности говядины | 492 |