

د. مصطفى فايز

أستاذ الطب البيطرى - جامعة قناة السويس



تحتل لحوم الحيوانات
المركز الأول على المائدة؛
فطبق اللحم هو الطبق
الرئيسى والمفضل فى
الوجبة، وتعتبر اللحوم
بأنواعها المختلفة
مصادر ممتازة
للبروتين عالى
القيمة الحيوية،
ويختلف تركيب
وطعم اللحم
باختلاف نوع
الحيوان.

المختصر المفيد في أنواع اللحوم

بالطهو أكثر من الكندوز، ولكنه يعطى عند سلقه مرقاً جيداً فاتح اللون لتحول النسيج الضام إلى جيلاتين يعطى القوام الهلامى الجيد للمرق.

٢- اللحم الكندوز:

هو لحم العجول والثيران والأبقار البالغة (أكثر من سنة) واللحم الكندوز الجيد لونه أحمر زاهى إلى أحمر قرمذى قاتم، ويزيد اللون قنامة كلما كبرت سن الحيوان، كما أن أليافه تكون دقيقة متماسكة غير رخوة، ويتخللها كمية

عمرها بين ٣ أسابيع و١٤ أسبوعاً، وأفضلها يتراوح عمرها بين ٤، ٨ أسابيع. أما التى يقل عمرها عن ٤ أسابيع فيكون لحمها ضعيف الطعم غير متماسك باهت اللوت، وإذا زاد عمرها على العام تفقد مميزات اللحم البتلو الجيد وتغلظ أليافها وفى الوقت نفسه لا تصل إلى جودة اللحم الكندوز (العجل البالغ). واللحم البتلو الجيد لونه وردى (أحمر فاتح) قليل الدهن وهذا يجعله متوسط الليونة، كما ترتفع به نسبة الماء والنسيج الضام اللين، ولذا ينقص وزنه

وتقسم اللحوم تبعاً لأنواع الحيوانات إلى:

- ١- البتلو: وهو لحم العجول الصغيرة (الرضيعة).
 - ٢- الكندوز: وهو لحم العجول والثيران والأبقار البالغة.
 - ٣- الضأن: وهو لحم الخراف.
 - ٤- لحم الماعز.
 - ٥- اللحم الجملى.
- فتعال نعرف المزيد عن أنواع اللحم:

١- اللحم البتلو:

هو لحم العجول الرضيعة التى تتغذى على اللبن ومنتجاته ويتراوح

فيسمى ضأن يذبح من الشهر الثاني عشر إلى السنتين من عمره، وأجود أنواعه ما كان جسمه ممتلئاً رفيع العظام ويتميز لحمه باللون الأحمر الزاهى القانى، ويكون مغلفاً بطبقة متوسطة من الدهن الأبيض الشمعى.

ولحم الضأن له نكهة خاصة قد لا يستسيغها البعض، وهو سهل الهضم فيما عدا الدهن، وكلما كبر الحيوان فى السن زاد لون اللحم قتامة، ويفضل أكله فى الشتاء لارتفاع نسبة الدهن به.

٤- لحم الماعز:

ويعرف لحم الماعز بالنييفة. وغالباً يقتصر تقديم هذا النوع من اللحم على المطاعم المتخصصة فى تقديمه مشويًا.

٥- اللحم الجملى:

وهو عدة أنواع حسب عمر الحيوان، وهو يستهلك بكميات كبيرة فى الأحياء الشعبية وفى الأرياف بصفة خاصة.

إرشادات

عند شراء اللحم الطازج حديث الذبح يجب أن يكون جيد الرائحة، ولونه أحمر زاهياً غير مسود أو به بقع زرقاء، غير رخو، أليافه دقيقة يتخللها بعض الدهن (مجزع). وإذا كان مغطى بطبقة من الدهن، فيجب أن تكون خفيفة بيضاء غير مترنخة، وأن يكون اللحم مختوماً بالختم المميز لكل نوع.

كما يجب أن يراعى عند شراء اللحم ملاحظة نسبة ما به من دهن وعظم لأن اللحم الأحمر هو المهم.



الموقع الرئيسى فى قائمة اللحم وفى مائدة الطعام.

٢- لحم الضأن:

هو لحم الخراف، وينقسم إلى: لحم الحمل الصغير (القوزى)، ويذبح عادة بين الأسبوع العاشر والثانى عشر من عمره، ويتميز لحمه بلون أحمر فاتح ودهن قليل أبيض، وعظامه رقيقة سهلة الكسر محمرة اللون، وعندما يبلغ العام من عمره يسمى حمل أو خروف حولى، أما الأكبر سناً عن ذلك

متوسطة من الدهن (معرق) لإكسابه الليونة المرغوبة، على ألا تزيد كمية الدهن كثيراً، فيصبح اللحم غير اقتصادى وأقل فائدة، ولا يستفيد المستهلك منه كثيراً. ولحم العجول كبيرة السن خشن الألياف وعظامها شديدة الصلابة، وتكثر نسبة النسيج الضام الجامد الذى لا يلين بسهولة، واللحم الكندوز أكثر أنواع اللحوم استهلاكاً ويؤكل على مدار السنة، وهو عالى القيمة الغذائية، ويحتل