

# I TAGLI della Piemontese

## BRUTTO E BUONO



VALORI NUTRIZIONALI	
Umidità - %	<b>73,8</b>
Proteine - %	<b>19,5</b>
Grassi - %	<b>5,7</b>
Carboidrati - %	<b>&lt; 1</b>
Calorie - KJ	<b>540</b>
Calorie - Kcal	<b>125</b>

COMPOSIZIONE ACIDI GRASSI	
Acidi grassi saturi (SFA) - %	<b>41,68</b>
Acidi grassi monoinsaturi (MUFA) - %	<b>34,75</b>
Acidi grassi polinsaturi (PUFA) - %	<b>23,57</b>
• Acidi grassi Omega 3 (Ω 3) - %	1,14
• Acidi grassi Omega 6 (Ω 6) - %	22,43
Rapporto Omega 3 (Ω 3)/Omega 6 (Ω 6)	<b>0,05</b>

INDICI (IA - IT) E COLESTEROLO	
Indice aterogenico (IA)	<b>0,49</b>
Indice trombogenico (IT)	<b>1,25</b>
Colesterolo - mg/100 g	<b>61,4</b>

Taglio che fa parte della regione del collo, ha come base anatomica ossea le vertebre cervicali e le prime coste.

La base muscolare è costituita da un solo muscolo: il muscolo lungo del collo.

Ha forma allungata a sezione rettangolare e si sviluppa dalla prima vertebra cervicale fino alla 5ª costa.

È un taglio tipicamente piemontese adatto per il bollito e lo spezzatino che non trova corrispondenze in altre regioni italiane e neanche in altre nazioni.



### Denominazioni locali

Liguria	collo
Lombardia	collo
Toscana	glogo
Emilia Romagna	guido



### Denominazioni internazionali

Francia	collier
Spagna	cuello
Germania	nacken
Inghilterra	chuck

### Usi

Bollito, spezzatino

