

# I TAGLI della Piemontese

## INFUORI O SOTTOFESA



VALORI NUTRIZIONALI	
Umidità - %	<b>75,1</b>
Proteine - %	<b>22,4</b>
Grassi - %	<b>1,1</b>
Carboidrati - %	<b>&lt; 1</b>
Calorie - KJ	<b>424</b>
Calorie - Kcal	<b>100</b>

COMPOSIZIONE ACIDI GRASSI	
Acidi grassi saturi (SFA) - %	<b>33,67</b>
Acidi grassi monoinsaturi (MUFA) - %	<b>21,67</b>
Acidi grassi polinsaturi (PUFA) - %	<b>44,66</b>
• Acidi grassi Omega 3 (Ω 3) - %	2,38
• Acidi grassi Omega 6 (Ω 6) - %	42,28
Rapporto Omega 3 (Ω 3)/Omega 6 (Ω 6)	<b>0,06</b>

INDICI (IA - IT) E COLESTEROLO	
Indice aterogenico (IA)	<b>0,31</b>
Indice trombogenico (IT)	<b>0,82</b>
Colesterolo - mg/100 g	<b>57,9</b>

Di forma geometrica rettangolare.

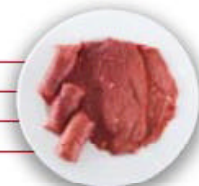
Taglio di prima categoria pregiatissimo, occupa la parte latero posteriore della coscia e ha come punti di attacco ossei la base dell'ischio e l'epifisi distale del femore.

È posta a diretto contatto con il taglio costituito dalla noce. La base anatomica muscolare è costituita da due soli muscoli: muscolo bicipitefemorale lungo vasto, muscolo paramerale lungo vasto.



### Denominazioni locali

Liguria	lacerto
Lombardia	fetta di mezzo
Toscana	lucertolo
Emilia Romagna	culatta



### Denominazione internazionali

Francia	tranche ronde
Spagna	contra
Germania	untershale
Inghilterra	top beef

### Usi

bistecche, fettine

