

El corte de carne que es barato, sabroso e ideal para la cacerola o el horno

28/04/2024



En los últimos meses, uno de los ítems de consumo básico y cotidiano que más aumentó fue la carne. Los cortes más populares como el asado, el vacío, las milanesas, o incluso la bondiola de cerdo, aumentaron considerablemente sus precios y hace un tiempo dejaron de ser tan accesibles. Sin embargo, todavía **existe un corte de carne que es barato, sabroso y sirve para varias preparaciones.**

Esta pieza de carne, que está subestimada y a menudo no suele ser muy consumida por las personas, es una excelente alternativa para seguir incorporando proteína animal, pero gastando lo menos posible.

¿Cuál es el corte de carne subestimado que destaca por ser más barato y sabroso?

Se trata de la **marucha**, un corte sabroso y tierno que casi nadie pide y que, además, es considerablemente más económico. Esta pieza de carne es el músculo que recubre los bifés anchos, es decir, es un corte de la zona delantera del animal, entre el cuello y la espalda (la región escapular).



Si bien es un corte que tiene dificultades para ser cocinado en la parrilla, si se prepara al horno a la cacerola puede ser muy sabroso y tierno. Otro dato a tener en cuenta es que no todas las carnicerías suelen tener esta pieza de carne, pero en caso de encontrarlo es una alternativa que se debe aprovechar para ahorrar y disfrutar de una buena comida al mismo tiempo.

En los supermercados, la marucha se suele conseguir con más

facilidad y, en ocasiones, viene en bandejas y con forma de bifés, aunque también la venden entera. Algunas cadenas la etiquetan como **“bife americano”**; lo único “complicado” a la hora de adquirir este corte es que **suele tener un nervio grande en el medio**, pero si se retira cuidadosamente, quedará igual de tierna que un corte del cuarto trasero.



La marucha puede prepararse a la parrilla, al horno o a la cacerola y queda riquísima.

Como se mencionó anteriormente, la marucha integra la parte delantera del vacuno y puede asemejarse a cortes como la colita o la tapa de cuadril, pero a un precio significativamente más bajo que aquellos cortes más populares. Está pegada al ojo de bife, por lo que también se la conoce como “tapa de ojo de bife”.

¿Cómo se puede preparar la marucha?

Es un corte que se puede hacer al horno, a la parrilla o en estofado. Si la vas a hacer a la parrilla, al horno o a la plancha, la opción de marinarla durante algunas horas le agrega mucho sabor y, a su vez, la ablanda. Algunas opciones para marinar esta pieza pueden ser con vino blanco o tinto y distintas especias al gusto.

Como cualquier corte de carne, se puede acompañar con ensaladas, papas, o también se puede rellenar con distintas verduras y condimentos.

Fuente: Crónica