



كتالوج قطعيات لحوم البقر

The Complete Beef Cuts Catalogue

دليلك لمعرفة كل قطعة وأفضل طرق استخدامها



من المزرعة إلى مائدتك

تقدّم لك إكسال العالمية للتجارة في هذا الكتالوج دليلًا مصوّرًا لأجزاء البقرة وقطعياتها، لتختار القطعة الأنسب لكل طبق؛ من الستيك الفاخر إلى القدور البطيئة. تعتمد خرائط التقطيع على تقسيم الذبيحة إلى 10 مناطق رئيسية تتفرع منها القطعيات التفصيلية، ونعرض في صفحة مستقلة الموردين العالميين الذين نتعامل معهم.

المناطق الرئيسية ونسبة كل منها من الذبيحة

26%	Chuck / Shoulder	الكثف 1
6%	Brisket	الصدر 2
4%	Fore Shank	الساق الأمامية 3
5.5%	Plate / Flank / Skirt	أسفل البطن 4
4%	Hind Shank	السمانة 5
27%	Round	الفخذ 6
9%	Sirloin / Rump	الكفل 7
8%	Loin	الخاصرة 8
9.5%	Rib	الأضلاع 9
—	Variety Cuts	قطعيات متنوعة 10

★★★★★
مؤشر الطراوة: 5 أطرى

C°
درجات حرارة داخلية مقترحة

10
مناطق رئيسية للتقطيع

نتعامل مع نخبة من الموردين العالميين

العلامات التجارية والشركات التالية هي موردو إكسال العالمية للتجارة، ومنها نوّـر لعملائنا تشكيلة متنوعة من اللحوم والدواجن والأسماك والمنتجات الغذائية.

ST. HELEN'S MEAT
PACKERS LIMITED

THE
MIDFIELD
GROUP

Norsk
Sjømat As
Quality Seafood

PERDIX

FLETCHER

JBS

MC. HERD
GEELONG - AUSTRALIA

AUSKOBE

Mondelle

Friboi

JACK'S
CREEK
Prima of Australia
BLACK ANGUS

Capitaine

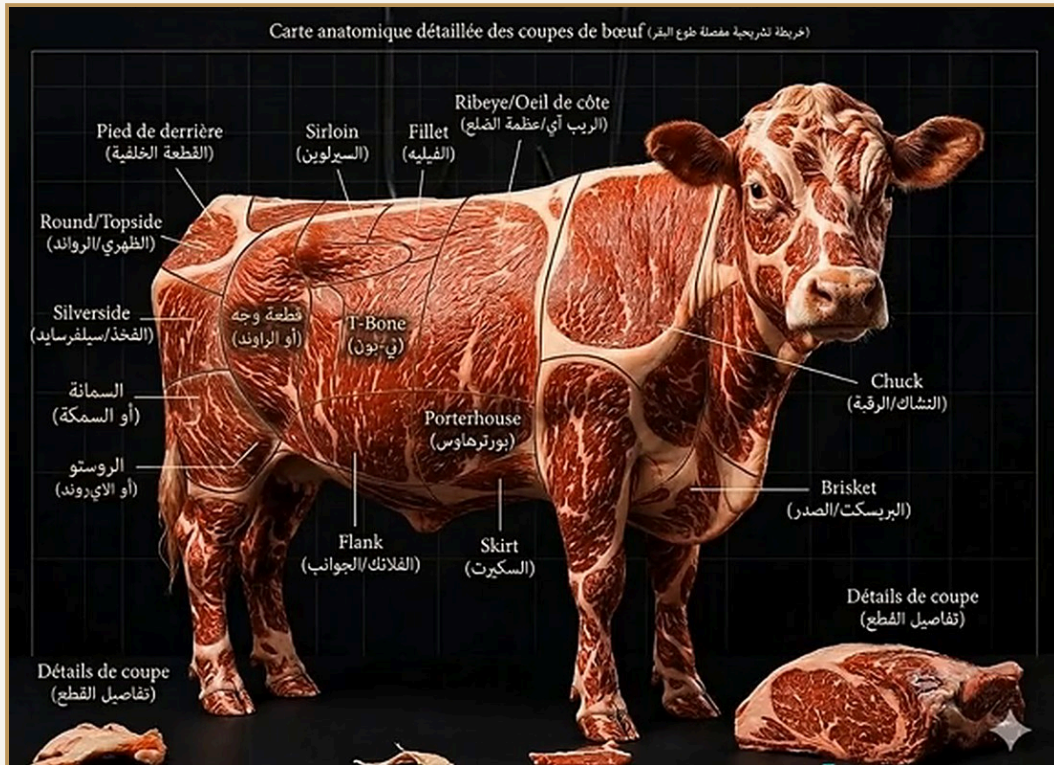
ANZCO
FOODS

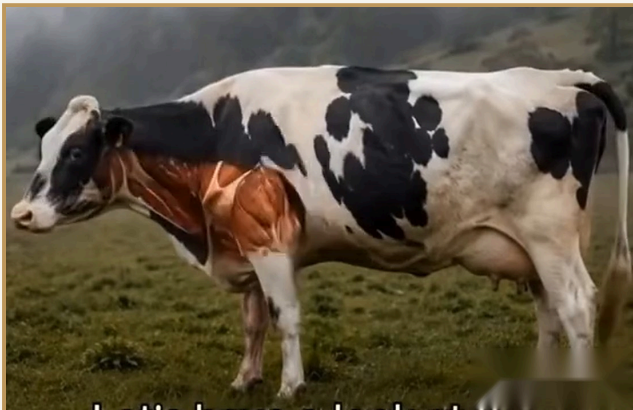
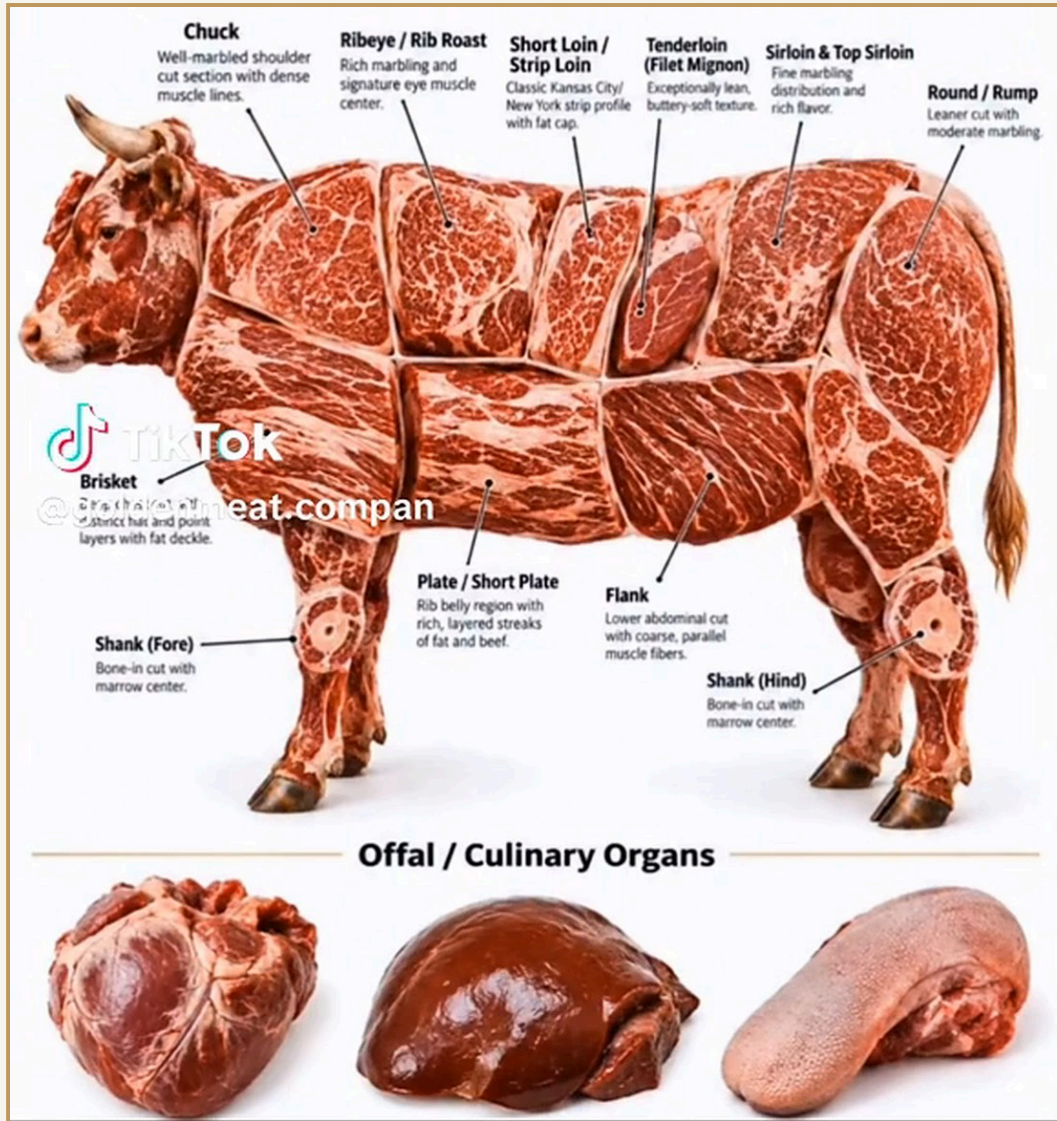
BERTO
بيرتو

ALLIANCE
FARMERS' PRODUCE

Jaguá

SILVER
FERN
FARMS





كيف نقرأ الخريطة؟

نُرقّم الذبيحة من 1 إلى 10. كل رقم يمثل منطقة لها طبيعتها: مناطق الحركة (الكثف والساق والفخذ) غنية بالنكهة وتحتاج طهيًا بطيئًا، ومناطق الظهر (الخاصرة والأضلاع) هي الأطرى وتناسب الشواء السريع.

- | | | |
|------|----|----------------|
| 26% | 1 | الكثف |
| 6% | 2 | الصدر |
| 4% | 3 | الساق الأمامية |
| 5.5% | 4 | أسفل البطن |
| 4% | 5 | السمانة |
| 27% | 6 | الفخذ |
| 9% | 7 | الكفل |
| 8% | 8 | الخاصرة |
| 9.5% | 9 | الأضلاع |
| — | 10 | قطعيات متنوعة |



26%

الكثف Chuck / Shoulder

1



نشاك الكثف Chuck

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة إلى عالية

أفضل استخداماتها: اليخنات، لحم الحلال، الشرائح المفرومة، خلطة البرجر، اللحم المسحوب

طريقة الطهي: طهي بطيء رطب (تحمير ثم سلق هادئ أو فرن مغطى)
التوقيت والحرارة: 2.5-3.5 ساعة على 150-160°م حتى تلين بالشوكة



ريش الكثف Shoulder / Blade

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة

أفضل استخداماتها: المكعبات للكبسة والمندي واليخنات، الشرائح الرفيعة للشواء السريع، الفرم

طريقة الطهي: تحمير ثم طهي بطيء، أو شرائح رفيعة على حرارة عالية
التوقيت والحرارة: للمكعبات: 1.5-2 ساعة تقريبًا حتى تنضج وتلين



السنام Hump

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: عالية

أفضل استخداماتها: القدور والطهي الطويل، التحمير مع البصل والبهارات

طريقة الطهي: طهي بطيء بدرجة حرارة منخفضة
التوقيت والحرارة: 2-3 ساعات حسب حجم القطع

6%

الصدر Brisket

2



بريسكت Brisket

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: عالية مع نسيج ضام

أفضل استخداماتها: التدخين (BBQ)، البسطرمة، اللحم المقدد، اللحم المسلوق، الشرائح الطرية

طريقة الطهي: تدخين بطيء أو طهي رطب لساعات طويلة
التوقيت والحرارة: 8-12 ساعة على 107-120°م حتى 93-96°م داخليًا

4%

الساق الأمامية Fore Shank

3



الساق الأمامية (موزة) Shank (Fore)

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة مع عظم ونخاع
أفضل استخداماتها: الشورية والمرق، الهريس، الأوسوبوكو، اليخنات
طريقة الطهي: طهي بطيء رطب جدًا، تُقطع بالعظم عرضيًا
التوقيت والحرارة: 3 ساعات فأكثر على نار هادئة



عظام النخاع Beef Bones

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: نخاع غني
أفضل استخداماتها: مرق العظام، النخاع المشوي، تعزيز نكهة الصلصات
طريقة الطهي: شوي في فرن حار أو سلق طويل للمرق
التوقيت والحرارة: نخاع مشوي: 15-20 دقيقة على 220°م — مرق: 8-12 ساعة

5.5%

أسفل البطن Plate / Flank / Skirt

4



فلانك (الجوانب) Flank Steak

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة
أفضل استخداماتها: الفاهيتا، التقلب السريع، الشرائح المتبلّة على الشواية
طريقة الطهي: تتبيلة ثم شوي سريع على حرارة عالية
التوقيت والحرارة: 2-4 دقائق لكل جهة (متوسط نيئ نحو 54°م) وتُقطع عكس الألياف



سكيرت (الحجاب) Skirt Steak

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة
أفضل استخداماتها: الفاهيتا، الأسادو، الشرائح السريعة المتبلّة
طريقة الطهي: حرارة عالية جدًا لوقت قصير
التوقيت والحرارة: 2-3 دقائق لكل جهة وتُقطع عكس الألياف



Bottom Sirloin
Flap

فلاپ (بافيت) Bottom Sirloin Flap

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة

أفضل استخداماتها: الشوي المتبل، الأسياخ العريضة، شرائح الأسادو

طريقة الطهي: تتبيلة طويلة ثم شوي سريع

التوقيت والحرارة: 3-4 دقائق لكل جهة وتُقطع رفيعة عكس الألياف



Short Plate

بلايت (القطعة الأمامية السفلية) Short Plate

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: عالية

أفضل استخداماتها: البسطرمة، الفاهيتا، الفرغ الغني

طريقة الطهي: طهي بطيء أو تدخين

التوقيت والحرارة: 3-5 ساعات حسب الاستخدام

4%

السمانة Hind Shank

5



Shank (Hind)

السمانة (الساق الخلفية) Shank (Hind)

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة مع نسيج ضام

أفضل استخداماتها: الشورية، الأوسوبوكو، اليخنات، لحم الهريس والمرق

طريقة الطهي: طهي بطيء رطب

التوقيت والحرارة: 3 ساعات فأكثر حتى تلين تمامًا

27%

الفخذ Round

6



Top Round /
Topside

ظهري الفخذ (روائد) Top Round / Topside

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة جدًا

أفضل استخداماتها: الروست بيف المقطع رفيعًا، الشنيتزل، الشاورما، الجاف (بيف

جيركي)

طريقة الطهي: شوي في الفرن على حرارة متوسطة ثم تقطيع رفيع

التوقيت والحرارة: 135-150°م حتى 55-57°م داخليًا ثم راحة 15 دقيقة



Silverside

سلفر سايد Silverside

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة

أفضل استخداماتها: اللحم المخلل، قدور اللحم، التحمير مع الصلصات

طريقة الطهي: طهي بطيء رطب أو سلق

التوقيت والحرارة: 2-3 ساعات على نار هادئة



عين الفخذ Eye of Round

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة جدًا

أفضل استخداماتها: الروست بيف، شرائح رفيعة، التقلب، الجاف

طريقة الطهي: فرن لطيف ثم تقطيع رفيع جدًا — تجنب الإفراط في الطهي

التوقيت والحرارة: حتى 54-57°م داخليًا



Bottom Round

الفخذ السفلي Bottom Round

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة

أفضل استخداماتها: القدور واليخانات، الفرم الخالي من الدهن، شرائح الروست

طريقة الطهي: طهي بطيء رطب أو روست مغطى

التوقيت والحرارة: 2-3 ساعات حسب الحجم

9%

الكفل Sirloin / Rump

7



Top Sirloin

توب سيرلوين Top Sirloin

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة إلى متوسطة

أفضل استخداماتها: شرائح الستيك، أسياخ الشواء، التقلب السريع

طريقة الطهي: شوي أو تحمير على حرارة عالية

التوقيت والحرارة: 3-4 دقائق لكل جهة (متوسط نيئ 54-57°م)



Top Sirloin Cap / Picanha

غطاء السيرلوين (بيكانيا) Top Sirloin Cap / Picanha

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة مع طبقة دهن

أفضل استخداماتها: الشوي على السيخ على الطريقة البرازيلية، الروست بالدهن

طريقة الطهي: شوي على جمر أو فرن بعد تشريط الدهن

التوقيت والحرارة: حتى 54-57°م ثم تقطيع عكس الألياف



رامب كاب (غطاء الكفل) Rump Cap

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة

أفضل استخداماتها: الستيك السميك، الروست، المكعبات للقدور

طريقة الطهي: شوي أو روست ثم راحة

التوقيت والحرارة: حتى 54-60°م حسب الرغبة



تراي تيب Tri-Tip

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة

أفضل استخداماتها: الشواء على الفحم، الروست بالفرن، الشرائح الطرية

طريقة الطهي: شوي مباشر ثم فرن (Reverse Sear)

التوقيت والحرارة: حتى 54-57°م ثم تقطيع عكس الألياف

8%

الخاصرة Loin

8



فيليه (تندرلوين) Tenderloin / Fillet

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة

أفضل استخداماتها: فيليه مينيون، بيف ويلنغتون، التورنيديو

طريقة الطهي: تحمير سريع بالزبدة ثم راحة

التوقيت والحرارة: 2-3 دقائق لكل جهة (نبيئ إلى متوسط نبيئ 50-54°م)



ستريب لوين (نيويورك ستريب) Striploin / New York Strip

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة مع طبقة دهن

أفضل استخداماتها: ستيك الشواية والمقلاة الحديدية

طريقة الطهي: تحمير على حرارة عالية ثم راحة

التوقيت والحرارة: 3-4 دقائق لكل جهة (متوسط نبيئ 54-57°م)



تي بون T-Bone

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة

أفضل استخداماتها: ستيك بالعظم للشواء على الفحم

طريقة الطهي: شوي حار مع قلب واحد، ثم نقل لمنطقة أخف

التوقيت والحرارة: سماكة 3 سم: 4-5 دقائق لكل جهة



Porterhouse

بورترهاوس Porterhouse

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة

أفضل استخداماتها: ستيك كبير للمشاركة مع قطعة فيليه أكبر

طريقة الطهي: شوي حار أو Reverse Sear

التوقيت والحرارة: سماكة 3-4 سم: حتى 54-57°م

9.5%

الأضلاع Rib

9



ريب آي (عين الضلع) Ribeye

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: عالية (تقرق ممتاز)

أفضل استخداماتها: الستيك الفاخر، المقلاة الحديدية، الشواء

طريقة الطهي: مقلاة حديدية ساخنة جدًا مع زبدة وثوم وإكليل الجبل

التوقيت والحرارة: 3-4 دقائق لكل جهة (متوسط نبي 54-57°م)



Rib Roast / Prime Rib

روست الأضلاع (برايم ريب) Rib Roast / Prime Rib

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: عالية

أفضل استخداماتها: المناسبات والولائم، الروست المقطع شرائح

طريقة الطهي: فرن منخفض الحرارة ثم تحمير نهائي

التوقيت والحرارة: 120-135°م حتى 52°م داخليًا ثم راحة 20-30 دقيقة



الأضلاع القصيرة Short Ribs

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: عالية

أفضل استخداماتها: الأضلاع المطهّوة بطيئًا، الباربيكيو، غالبي الكوري

طريقة الطهي: طهي بطيء رطب أو تدخين

التوقيت والحرارة: 3 ساعات فأكثر حتى تنفصل عن العظم



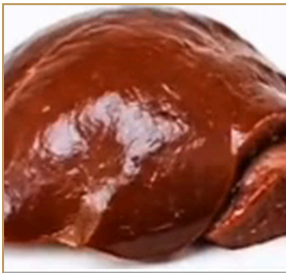
ذيل البقر Oxtail

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: عالية مع جيلاتين
أفضل استخداماتها: الشورية، اليخنات، الأطباق الشعبية
طريقة الطهي: طهي بطيء رطب
التوقيت والحرارة: 3-4 ساعات على نار هادئة



القلب Heart

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة جدًا
أفضل استخداماتها: شرائح مشوية متبلة، يخنات
طريقة الطهي: شرائح رفيعة على حرارة عالية أو طهي بطيء
التوقيت والحرارة: شوي سريع 2-3 دقائق أو يخنة ساعتين



الكبد Liver

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: قليلة
أفضل استخداماتها: القلي مع البصل، الأطباق السريعة
طريقة الطهي: قلي سريع — الإفراط يجعلها قاسية
التوقيت والحرارة: دقيقتان لكل جهة تقريبًا



اللسان Tongue

الطراوة: ★★★★★ | الدهون: متوسطة
أفضل استخداماتها: السندويشات، التاكو، الشرائح مع الصلصات
طريقة الطهي: سلق طويل ثم تقشير وتقطيع
التوقيت والحرارة: 2.5-3 ساعات على نار هادئة

الدرجة	الحرارة الداخلية	المظهر	مناسبة لـ
نَيِّئ (Rare)	49°-52°م	أحمر عميق، طري جدًا	فيليه
متوسط نَيِّئ (Medium Rare)	54°-57°م	أحمر وردي، عصيري — الأنسب للستيك	ريب آي، ستريب لوين
متوسط (Medium)	60°-63°م	وردي فاتح	توب سيرلوين
متوسط الاستواء (Medium Well)	65°-68°م	وردي خفيف جدًا	—
مستوٍ جيدًا (Well Done)	71°م فأكثر	بني بالكامل	الفرم والبرجر دائمًا 71°م

نصائح الطهارة

- ◆ اترك اللحم يستريح: 5-10 دقائق للستيك و15-30 دقيقة للروست قبل التقطيع.
- ◆ قطع عكس اتجاه الألياف: خصوصًا الفلانك والسكيرت والتراي تيب.
- ◆ تبّل قبل الطهي: الملح قبل 45 دقيقة على الأقل أو قبل الطهي مباشرة.
- ◆ أخرج اللحم من الثلاجة: 20-30 دقيقة قبل الشوي ليتوزع النضج بالتساوي.
- ◆ استخدم ميزان حرارة: هو الطريقة الأدق لضبط الاستواء.

الأرقام إرشادية وتختلف حسب الذوق وسماكة القطعة. تنص جهات سلامة الغذاء على 63°م للستيك الكامل و71°م للفرم.

فيليه، ريب آي، ستريب لوين، تي بون، بورترهاوس	ستيك فاخر
نشاك الكتف مع بريسكت (خلطة 80/20)	برجر وكفته
ريش الكتف، الساق الأمامية والخلفية، نشاك	كبسة ومندي ويخات
بريسكت، أضلاع قصيرة، تراي تيب، بيكانيا	باريكو وتدخين
فلانك، سكيرت، فلاب، توب سيرلوين	فاهيتا وتقليب سريع
روست الأضلاع، ظهري الفخذ، عين الفخذ	روست ومناسبات
عظام النخاع، ذيل البقر، الساق	شورية ومرق
توب سيرلوين، ظهري الفخذ، الفخذ السفلي	أسيخ وشاورما
الكبد، القلب، اللسان	أطباق تقليدية



للطلب والاستفسار تواصل معنا

0509647887



mly46544@gmail.com



إكسال العالمية للتجارة | EXSAL International Trading