



## Mengenal Berbagai Bagian Daging Sapi

Mengenal berbagai bagian daging sapi sangat penting lho untuk menentukan cara memasak yang harus Anda gunakan. Memasak daging sapi sesuai dengan karakteristik bagiannya akan membuat cita rasa daging pada masakan Anda jadi lebih empuk dan lezat.

Bagian-bagian daging apa saja yang terdapat pada tubuh sapi?

### Sengkel (Shank)

Sengkel adalah bagian depan atas dari kaki sapi. Daging sengkel cocok diolah menjadi sup, bakso urat atau aneka jenis soto.

### Has Dalam (Tenderloin)

Tenderloin adalah daging dari bagian tengah badan sapi. Karena teksturnya yang sangat lembut dan empuk, tenderloin cocok dijadikan bahan baku steak.

### Has Luar (Sirloin)

Daging sirloin berasal dari bagian bawah daging iga hingga bagian luar dari tenderloin. Sirloin juga dikenal sebagai bagian daging sapi yang sering diolah menjadi steak.

### Sandung Lamur (Brisket)

Sandung lamur merupakan bagian daging sapi sekitar dada bawah hingga ketiak. Daging sandung lamur biasanya agak berlemak dan sering diolah menjadi berbagai hidangan khas Padang.

### Tetelan

Nama tetelan digunakan untuk menyebut sisa daging yang masih melekat pada tulang sapi. Daging yang melekat pada tulang sapi biasanya terdiri dari campuran daging, lemak dan urat. Karena kandungannya terdiri dari lemak, tetelan sering digunakan untuk membuat sup atau rawon. Lemak-lemak dari tetelan akan menghasilkan kaldu yang menyedapkan aneka hidangan berkuah tersebut.

### Tanjung (Rump)

Daging tanjung berasal dari sekitar punggung sapi



bagian belakang dan teksturnya cocok diolah menjadi sate.

#### Gandik (Silver Side)

Istilah gandik digunakan untuk menyebut bagian daging sapi di daerah paling luar paha belakang. Gandik biasanya bertekstur agak kenyal, mengandung banyak otot dan minim lemak. Karena teksturnya yang agak kenyal, bagian daging sapi ini biasanya diolah menjadi abon sapi atau dendeng balado.

#### Lamusir (Cube Roll)

Bagian daging sapi ini berasal dari daerah belakang tubuh sapi, di luar daging has dalam. Teksturnya cukup empuk karena mengandung butiran lemak. Dengan bentuknya yang menyerupai dadu dan teksturnya yang empuk, lamusir sering diolah menjadi rendang, empal dan bistik.

Selain bagian-bagian tubuh daging sapi tersebut, bagian lainnya seperti tulang, tulang iga dengkul, sumsum, dan lidah juga bisa diolah menjadi hidangan yang lezat dan bergizi.

Bila Anda mengolah daging sapi dengan cara memasak yang tepat, maka daging sapi akan terasa lezat dan menjadi sumber asupan protein hewani yang baik untuk tubuh.

#### Sources:

-johnnyprimesteaks.com/meat-information/meat-102/  
-Tim Dapur Demedia. 2008. Masakan Daging Sapi Nusantara. Jakarta: DeMedia Pustaka. [goo.gl/dfaVRK](http://goo.gl/dfaVRK)  
Diakses pada 30 September 2014.