



Ugyanott helyezkedik el a marhánál, mint sertésnél a szűzpecsenye, vagyis a gerincet alkotó csonton, a hátszín mellett. Gömbölyű részét, az úgynevezett bélszínfejet és a másik felén lévő vékony részét tokánynak vagy darálva, tatárbifszteknek használjuk el, míg a többit egészben vagy szeletben, frissen sütve szokás elkészíteni. Felhasználástól

független, előkészítése pácolást igényel. Ehhez a hús tetején húzódnó vékony fehér hártát éles késsel lefejtjük, majd a pecsenyét mustár és őrölt fekete bors keverékével bedörzsöljük. Egy akkora tálba tesszük, amekkorába éppen belefér, majd annyi olajat öntünk rá, amennyi ellepi. (Ha túl nagy tálba tesszük, sokkal több olaj kell rá.) Hűtőszekrényben így érleljük 3-5 napon át, közben párszor megforgatjuk.

Javák, szeletek, érmék teszik ki a bélszínből és hátszínből készült ételek zömét. Egyes szakácsművészeti lexikonokban 250-féle (!) változatát is ismertetik.

Aszerint csoportosítjuk, hogy milyen súlyú húst kínálunk adagonként. A dupla bélszínjava (chateaubriand - ejtsd satobrian) 32 dekás, a bélszínjava (beefsteak - ejtsd bifsztek) 16-18 dekás szeletet jelent. A bélszínszelet (tournedos - ejtsd turnedo) 2, egyenként 12 dekás szelet, a bélszínérem (medaillon - ejtsd médáljon) 3, egyenként 5 dekás szelet személyenként.

Ahogy az egészben sült bélszínnél, a szeletben sülténél is háromféle sütési módozat létezik. Az angolos, amikor a pecsenyét tenyerünkkel egy kicsit megnyomjuk, majd fűszerezve forró rostlapon vagy serpenyőben oldalanként kb. 3 percig sütjük. Így csak a széle sül meg, a közepe nyers, azaz angolos marad. A félangoloshoz a pecsenyét kissé megütögetjük, ugyanúgy sütjük, mint az előbb, de forró (kb. 200 °C-os) sütőbe is betoljuk 5 percre. Így a közepe rózsaszínű lesz, de már nem véres. Ha pedig teljesen átsütjük a pecsenyét, akkor a húst egy kicsit jobban kiverjük, és elősütés után, a forró sütőben 10 percig sütjük. Akkor jó, ha csak az egészen közepe rózsaszínű kissé. Sütéskor a húst, különösen a dupla és a szimpla bélszínjavát szalonnával is szokás körbekötni, azaz egy-egy vékony szelet húsos szalonnát (sliced bacon) körétekerünk, vékony zsinnyel rögzítjük. Hústüvel is rögzíthetjük, de akkor azt csak tálaláskor, a tányéron húzzuk ki belőle.

A bélszín előkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.