

Thịt đà điểu vừa ngon vừa lành



Cứ 100g thịt đà điểu có 26,9g protein, 3g mỡ và 142 kcal. Hàm lượng protein của thịt đà điểu tương đương thịt bò và thịt gà, nhưng có lượng mỡ thấp hơn 66% so với thịt bò, 50% so với thịt gà.

Đặc biệt thịt đà điểu có hàm lượng cholesterol thấp hơn thịt bò, thịt gà, thịt lợn và thịt cừu (hàm lượng cholesterol của thịt đà điểu, thịt bò, thịt lợn, thịt gà và thịt cừu lần lượt là 81, 83, 94, 89 và 95 mg/100g). Hàm lượng sắt trong thịt đà điểu cũng giàu hơn so với các loại thịt kể

trên.

Do ít mỡ, không có mỡ giắt và thấp cholesterol, thịt đà điểu không gây nguy cơ thừa cân, béo phì và bệnh tim mạch như các loại thịt khác như thịt lợn hay thịt cừu.

Một thí nghiệm thực hiện trên 18 người gồm cả nữ và nam, kéo dài 28 ngày. Bữa ăn của nữ chứa 1.500 kcal và của nam chứa 2.000 kcal. Cứ mỗi tuần có 10 bữa ăn có thịt đà điểu thay cho các loại thịt khác. Chế độ tập luyện của nam hay nữ giữ ổn định trong suốt thời kỳ thí nghiệm. Các người tham gia thí nghiệm được đo hàm lượng cholesterol máu và cân thể trọng trước và sau thí nghiệm. Việc cân thể trọng và đo hàm lượng cholesterol được thực hiện sau 8 giờ nhịn đói.

Kết quả là sau thí nghiệm, tổng thể trọng của 18 người đã giảm 110,3 kg; nữ giảm trung bình 5,2 kg (biến động từ 3,1 đến 6,7 kg) còn nam giảm trung bình 7,4 kg (biến động từ 5,9 kg đến 9,5 kg). Hàm lượng cholesterol của phụ nữ giảm 12,5% còn của nam giới giảm 17,9%.

Thịt đà điểu không những bổ và lành mà còn mềm và thơm ngon. Mặt khác, ăn thịt đà điểu không làm thay đổi thói quen ăn thịt đỏ của nhiều người vì thịt đà điểu có thể chế biến theo cách rán, nướng hay sào... giống như thịt đỏ và hấp dẫn không kém thịt đỏ.

Khi sử dụng thịt đà điểu có một điểm cần chú ý là pH của thịt giảm nhanh sau khi giết mổ và đạt pH = 6 trong vòng 6 giờ. Giá trị pH này là cao và thuận lợi cho vi khuẩn sinh sôi nảy nở dẫn đến giảm thời gian bảo quản. Điều này cho thấy cần phải chú ý khâu bảo quản thịt đà điểu sau giết mổ, nếu bảo quản lạnh chỉ nên kéo dài 2-3 tuần, tốt nhất chỉ nên bảo quản 9 ngày; thịt bao gói chân không thời gian bảo quản lạnh có thể kéo dài thêm.

Một con đà điểu nuôi 11- 12 tháng có thể nặng 100 kg, tỷ lệ thịt xẻ đạt 60% (thịt xẻ là phần thân thịt đã loại bỏ lông, huyết, phủ tạng, đầu, da và chân), tỷ lệ thịt tinh đạt khoảng 30%. Giá 1kg thịt đà điểu ở châu Âu đắt hơn thịt bò từ 1,2 - 1,5 lần. Ở nước ta giá một kilogram thịt đà điểu hiện nay cao hơn thịt bò 1,7 - 1,8 lần. Sở dĩ như vậy là vì nước ta phát triển nghề nuôi đà điểu mới chỉ được 10-15 năm gần đây. Ngoài ra người nuôi đà

điều mới chỉ khai thác được ưu thế về thịt chứ chưa khai thác được ưu thế về da.

Da đà điều rất mềm mại và bền, mặt khác có 2 đặc điểm mà da của những động vật khác không có, đó là có nốt sần ở giữa bề mặt da (chiếm 40% diện tích tấm da) và vân sọc ở bề mặt xung quanh (chiếm 60% diện tích tấm da). Da chân và ngón cũng có thể đưa vào thuộc và cho vẻ đẹp không kém da rắn do có vẩy giống vẩy rắn.

Giá trị của da đà điều chiếm tỷ lệ cao hơn giá trị của thịt (da chiếm 60-70% tổng giá trị của đà điều). Giá của da đà điều đắt hơn da bê 4 - 7 lần. Tuy nhiên thuộc da đà điều đòi hỏi công nghệ cao và kinh nghiệm truyền thống (Ý là một trong các nước có công nghệ thuộc da đà điều nổi tiếng thế giới).

Nước ta đang phát triển mạnh nghề nuôi đà điều, đặc biệt nghề này đang phát triển mạnh ở vùng đồi núi, đất đai khô cằn, khí hậu khắc nghiệt. Đây là một hướng chăn nuôi có triển vọng, tuy nhiên khi phát triển nghề nuôi đà điều cần chú ý cả ưu thế về thịt và ưu thế về da.