Kerntemperaturen

Welche Kerntemperaturen und Garstufen gelten bei welchem Fleisch?

	Bleu	Medium rare	Medium	Well done
Rind	47 - 49°C	55 - 57°C	59 - 61°C	71 - 73°C
Wasserbüffel	48 - 52°C	53 - 55°C	55 - 60°C	wird zu trocken
Kalb			59 - 61°C	69 - 71°C
Schwein *			62 - 64°C	71 - 73°C
Lamm		54 - 56°C	59 - 61°C	69 - 71°C
Poulet / Huhn				74 - 76°C
Rehrücken			50 - 60°C	> 60°C
Wildschwein *		immer	durch	75 - 78°C
Wildschweinrücken*			64 - 67°C	ab 69°C
Feldhase			55 - 65°C	70 - 75°C
Fisch Lachs - Thunsisch			45°C	50°C
Fisch Kabeljau			58°C	

Richtige Gartemperaturen und Garzeiten beim Sous-Vide Grillen

Ohne Angaben von Garzeiten und Gartemperaturen wirst Du beim Sous-Vide Grillen nicht ganz von dieser Grillmethode zu überzeugen sein. ich habe mich auf ein Rindersteaks bei den folgenden Angaben bezüglich der Kerntemperatur festgelegt: s.o.
Die Mindestgarzeiten für ein Medium Steak betragen circa:

Dicke / Stärke	Zeit in Min.
1,5 cm	50
bis 2,5 cm	70
bis 4 cm	120
bis 5 cm	160 - 165

… in einem Wasser-Bad von 50°C. Ein Steak „bleu“ zu bekommen ist mit meinen Temperaturen allso nicht möglich.

* Fleisch von Hausschweinen, Einhufern, Wildschweinen, Bären, Füchsen, Biberratten und Dachsen sowie von allen anderen Tieren, die Träger von Trichinen (zoologisch heute als Trichinellen bezeichnet) sein können, unterliegt einer Untersuchungspflicht, wenn deren Fleisch zum Genuss für Menschen verwendet werden soll. Verzehr von rohem befallenem Fleisch kann zur Trichinellose führen.

Grillen
Essen und Mehr

From:
https://ddws.de/ - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:
https://ddws.de/fuer_s_grillen:kerntemperaturen

Last update: **10.05.2023 13:58**