

Kerntemperaturen für die schonende Zubereitung von Fleisch

Fleischbezeichnung	Gewicht in Gramm	Anbratzeit in Minuten	Zeit im Ofen	Ofen-temperatur	Kerntemperatur rot	Kerntemperatur med.	Kerntemperatur durch
Rindfleisch							
Chateaubriand	800	5	90 Min.	70	50	55	60
Entrecôte double	400	6	40 Min.	70	50	55	60
Filet	800	5	90 Min.	70	50	55	60
Filet	1200	6	120 Min.	70	50	55	60
Filet mignon	je 70	3	20 Min.	70	50	55	60
Huft	800	10	120 Min.	70	50	55	60
Roastbeef	1000	10	120 Min.	70	50	55	60
Roastbeef	3900	20	300 Min.	70	englisch	englisch	64
Rumpsteaks	je 200	4	50 Min.	70	50	55	60
Tournedos	je 120	3	30 Min.	70	50	55	60

Kalbfleisch

Filet	800	5	90 Min.	80		55	60
Filet	1200	6	120 Min.	80		55	60
Huftsteaks	je 200	4	30 Min.	80		55	60
Koteletts	je 200	4	40 Min.	80		60	65
Kotelett Stück	1000	15	120 Min.	80		60	65
Nierstück	je 200	4	30 Min.	80		55	60
Nierstück Stück	800	10	120 Min.	80		55	60
runde Nuss	800	10	120 Min.	80		60	65

Schweinefleisch

Filet	400	5	90 Min.	80		60	65
Kotelett Stück	1000	15	180 Min.	80		60	65
Nierstück Stück	800	10	180 Min.	80		60	65
Nuss	800	10	120 Min.	80		60	65

Lammfleisch

Gigot mit Knochen	2000	20	150 Min.	80	55	60	
Hüftli	je 200	5	60 Min.	70	50	55	
Nierstück	je 200	3	30 Min.	70	50	55	
Racks	400	4	90 Min.	80	50	55	

Bei Gewicht, Anbrat- und Ofenzeit handelt es sich um ca.-Werte. Ofen- und Kerntemperatur sind feste Werte. Kalb- und Schweinefleisch sollte nicht blutig gegessen werden. Lamm darf immer rosa bleiben. Beim Lammgigot muss die Kerntemperatur am Knochen gemessen werden.

IHR FACHGESCHÄFT FÜR ALLTÄGLICHES UND AUSSERGEWÖHNLICHES



metzgerei
betschart

HAUPTSTRASSE 11
8716 SCHMERIKON
TEL. 055 282 13 07
FAX 055 282 54 37

RICKENSTRASSE 10
8733 ESCHENBACH
TEL. 055 282 48 48
FAX 055 282 48 49

FLEISCH · WURST · KÄSE · WEIN · PARTYSERVICE