

Kerntemperaturentabel

CVLINARIVS

RECEPTEN UIT DE HELE WERELD

RUNDEVLEES

Braadstuk



Vlees aan het tot

Rare, saignant

50-52 °C

kern is helder rood, rosé aan het buitenste gedeelte

Medium rare

55-58 °C

kern is sterk rosé, iets grijs-bruin aan het buitenste gedeelte

Medium, à point

60-63 °C

kern is licht rosé, het buitenste gedeelte is bruinig

Medium well

65-67 °C

kern is grijs

Well done, bien cuit

70+ °C

gelijkmatig grijs-bruin

Gehakt



Well done, bien cuit

70+ °C

Gelijkmatig grijs-bruin



Rollade



Steak

VARKENSVLEES

Vlees aan het tot



Rollade



Gehakt



Medium, à point

60-63 °C

kern is licht rosé, het buitenste gedeelte is bruinig

Well done, bien cuit

70+ °C

gelijkmatig grijs-bruin

70+ °C



Ham (rauw)



Ribben



Schouder

60-63 + °C



Ham (gekookt)

LAMSVLEES

Braadstuk



Vlees aan het tot

Rare, saignant

50-52 °C

kern is helder rood, rosé aan het buitenste gedeelte

Medium rare

55-58 °C

kern is sterk rosé, iets grijs-bruin aan het buitenste gedeelte

Medium, à point

60-63 °C

kern is licht rosé, het buitenste gedeelte is bruinig

Medium well

65-67 °C

kern is grijs

Well done, bien cuit

70+ °C

gelijkmatig grijs-bruin

Gehakt



Well done, bien cuit

70+ °C

gelijkmatig grijs-bruin



Rollade



Steak

Kerntemperaturentabel

CVLINARIVS

RECEPTEN UIT DE HELE WERELD

ANDER VLEES



Worst, farce, vulling

Well done, bien cuit 70+ °C gelijkmatig grijs-bruin

LICHT GEVOGELTE



Kalkoen



Kip



Kwartel

Well done, bien cuit
70- 72 °C
Sappen worden helder

VIS

Tonijn, marlin, zwaardvis

Medium rare bereiden
52 °C
anders is het te droog



Heel, gefileerd, steaks

In de kern niet meer doorzichtig
60 °C
Valt makkelijk uit elkaar



SCHELPIEDIEREN

Coquilles



Zonder schelp: 2x2 min.
Oven, halve schelp: 6-7 min.
melkwit, niet meer doorzichtig, stevig

Mosselen, kokkels, vongole

Totdat de schelp opent.
Ongepende weggoaien.



Oesters

Totdat de schelp opent.
Ongepende weggoaien.

SCHAALDIEREN

Scampi's



Medium-rare bereiden, anders te droog:
Grootte:
Medium 3-4 min.
Large 5-7 min.
Jumbo 7-8 min.
Buitenkant rood-oranje, kern ondoorzichtig



Kreeftenstaart

Well done, bien cuit
Gebakken 15 min.
Oven/grill 9-10 min.

Kreeft, heel



Medium-rare bereiden, anders te droog:
500g:
Oven/grill 9-10 min.
Gekookt 12-15 min.
Gestoomd 15-20 min.
Buitenkant rood-oranje, kern ondoorzichtig