

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (BOEUF)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

45°C (Bleu), 50°C (Saignant), 55°C (À point), 60°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
CÔTE (+/-1.200kg)	5 min	2 h 30	80°C	45°C - Bleu 55°C - A point
CÔTES COUVERTES (+/-800g)	4 min	2 h	80°C	45°C - Bleu 55°C - A point
ÉMINCÉ (+/-800g)	30 sec	35 min	65°C	45°C - Bleu
ENTRECÔTES (+/-200 g)	1 min	40 min	80°C	55°C - A point
ENTRECÔTES DOUBLES (+/-400 g)	1 min 30 sec	1 h	80°C	45°C - Bleu 55°C - A point
FILET (+/-800g)	4 min	1 h 30	80°C	45°C - Bleu 55°C - A point
MÉDAILLONS (+/-100g)	1 min	35 min	75°C	55°C - A point
PAUPIETTES (+/-150g)	1 min	45 min	75°C	68°C - A point
PAVES DE RUMSTECK (+/-200g)	1 min 30 sec	45 min	80°C	45°C - Bleu 55°C - A point
RÔTI (+/-800g)	4 min	2 h	80°C	55°C - A point
RÔTI (+/-2kg)	10 min	3 h	80°C	55°C - A point
RUMSTECK (+/-800g)	4 min	2 h	80°C	45°C - Bleu 55°C - A point
STEAKS DE RUMSTECK (+/-200g)	1 min	45 min	75°C	45°C - Bleu 55°C - A point
FILET BŒUF(+/-800g)	5 min	1 h	80°C	45°C - Bleu 55°C - A point
ROSBIF (+/-1kg)	10 min	2 h	80°C	45°C - Bleu 55°C - A point

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
JOUE DE BŒUF (+/- 900g)	5 min	5 h	100°C	70°C - Bien cuit
OSSO-BUCO (+/-1kg)	5 min	10 h	70° C	65°C - Bien cuit
PIÈCES A BRAISER ET A BOUILLIR	10 min	10 - 12 h	66°c	66°C - Bien cuit

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (VEAU)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

58°C (Rosé), 60°C (À point), 70°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
CARRE (+/-1.200kg)	5 min	2 h 45	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
CÔTELETTE (+/- 200g)	1min 30	50 min	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
CÔTELETTES DOUBLES (+/-450g)	2 min	1 h 45	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
FILET D'ÉPAULE (+/-400g)	3 min	2 h 30	80°C	60°C - A point
FILET MIGNON (+/- 800g)	4 min	1 h 45	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
ÉMINCE (+/-800G)	30sec	30 min	65°C	50°C - A point
MÉDAILLONS (+/- 100g)	1 min	35 min	75°C	55°C - Rosé 58°C - A point
PETITES ESCALOPES	1 min	30 min	65°C	50°C - A point
RÔTI (+/-800g)	4 min	2 h	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
RÔTI (+/- 3,500kg)	12 min	4 h15	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
STEAKS (+/-200g)	1 min	50 min	75°C	58°C - Rosé

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
				60°C - A point
PAUPIETTES (+/- 150g)	1 min	45 min	75°C	65°C - A point
NOIX PATISSIERE (+/-800G)	10 min	2 h	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
CARRE (+/-1.200kg)	5 min	2 h 45	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
CÔTELETTE (+/- 200g)	1min 30	50 min	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (AGNEAU)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

58°C (Rosé), 60-70°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
CARRE (+/- 400g)	2min 30	1h30	80°C	55°C - Rosé
SOURI D' AGNEAU CONFITES	5 min	12 h	70°C	70°C - Bien cuit
SOURI D' AGNEAU	5 min	6 h	80°C	80°C - Bien cuit
CÔTELETTE (+/-100g)	1 min	35 min	75°C	55°C - Rosé
ÉMINCE ,MINI-FILET (+/-800g)	30 sec	35 min	65°C	50°C - Rosé
FILET DE SELLE (+/-200g)	1 min	45 min	75°C	55°C - Rosé
GIGOT AVEC OS (+/-2 kg)	10 min	3 h 30	80°C	58°C - Rosé

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
GIGOT SANS OS EN RÔTI (+/- 1.300kg)	6 min	3 h	80°C	55°C - Rosé
QUASI (+/-200g)	1 min 30	1 h	80°C	55°C - A point
STEAK DE GIGOT (+/-200g)	1 min	55 min	75°C	58°C:ROSE
CARRE (+/- 400g)	2 min 30	1 h 30	80°C	58°C - Rosé
SOURI D' AGNEAU CONFITES	5 min	12 h	70°C	70°C - Bien cuit
SOURI D' AGNEAU	5 min	6 h	80°C	80°C - Bien cuit
CÔTELETTE (+/-100g)	1 min	35 min	75°C	55°C - Rosé

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (PORC)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

65-75°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
CARRE (+/- 1.200kg)	5 min	3h15	80°C	68°C - Bien cuit
CÔTELETES (+/-200g)	1min 30	55 min	80°C	68°C - Bien cuit
FILET MIGNON (+/-400g)	3 min	1h30	80°C	68°C - Bien cuit
MÉDAILLONS (+/-80g)	1min	50 min	75°C	65°C - Bien cuit

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
NOIX PÂTISSERIE (+/- 800 g)	4 min	2h30	80°C	68°C - Bien cuit
RÔTI FILET OU COU (+/-800g)	4 min	2h30	80°C	68°C - Bien cuit
JARRE D' PORC		6 h	75°C	75°C - Bien cuit
TRAVERS DE PORC		8 h - 24 h	75°C	68°C - Bien cuit

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (CANARD)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

53°C (Mi-cuit), 58°C (Rosé), 60°C (À point), 70°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
MAGRET (+/- 200g)	3 min	1 h	80°C	55°C - Rosé
CUISSES DE CANARD CONFITES		6 h	90°C	70°C - Bien cuit
CANARD ENTIER	10 min	12 h	65°C	65°C - A point
FOIS GRAS		40 min	68°C	53°C - Mi Cuit 58°C - A point

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (DINDE)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

72°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
FILET (+/- 1.500kg)	6 min	2 h 45	90°C	72°C - Bien cuit
RÔTI DE DINDE	5 min	2 h 30	90°C	72°C - Bien cuit
DINDE OU CHAPON ENTIER(e) (+/- 3.5 kg)	15 min	4 h 45	90°C	72°C - Bien cuit
CUISSE (+/- 1.500kg)	5 min	2 h 30	90°C	72°C - Bien cuit

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (PINTADE)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

72°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
SUPRÊMES (+/- 180g)	2 min	50 min	90°C	72°C - Bien cuit
CUISSES (+/- 170g)	2 min 30 sec	1 h 45	90°C	72°C - Bien cuit
PINTADE (+/- 1kg)	10 min	1 h 30	90°C	72°C - Bien cuit

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES(POULET)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

72°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
BLANCS (+/- 180g)	3 min	50 min	90°C	72°C - Bien cuit
CUISSES (+/- 170g)	2 min 30	1 h 45	90°C	72°C - Bien cuit
ÉMINCÉ (+/- 800g)	30 sec	40 min	75°C	72°C - Bien cuit
POULET ENTIER (+/- 1.2 kg)	10 min	3 h 15	90°C	72°C - Bien cuit

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (CERF)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

50-58°C (Rosé), 60°C (À point), 75°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
MÉDAILLONS (+/-80g)	1 min	50 min	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
NOIX (+/-400g)	2 min 30s	1 h 15	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (CHEVREUIL)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

50-58°C (Rosé), 60°C (À point), 75°C (Bien cuit)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
MÉDAILLONS (+/-80g)	1 min	50 min	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point
NOIX (+/-400g)	2 min 30s	1 h 15	80°C	58°C - Rosé 60°C - A point

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (LAPIN)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

70°C (À point)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
CUISSES (+/-180g)	2 min 30 sec	1 h	80°C	70°C - A point
RÂBLE (+/-750g)	2 min 30 sec	1 h	80°C	70°C - A point

TABLEAU DE CUISSON BASSE TEMPÉRATURE POUR VOS VIANDES (POISSON)

Degrés de cuisson à cœur indicatifs :

40°C (Bleu), 45°C (Rosé), 50-54°C (À point)

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
POISSONS BLANCS, BAR , CABILLAUD... (+/-150g)	3 min	35 min	70°C	51°C - 54°C A point
TRUITE, OMBLE... (+/-150 g)	3 min	25 min	65°C	51°C - 54°C A point
SAUMON (+/-150 g)	3 min	25 à 35 min	70°C	45°C - Rosé 54°C - A point
LOTTE (+/-150 g)	3 min	30 min	70°C	51°C - 54°C A point
LIEU JAUNE (+/-150 g)	3 min	35 min	70°C	51°C - 54°C A point

Produit	Saisir A/R	Durée de la Cuisson	Température du Four °C	Température à cœur °C
THON, ESPADON, MARLIN (+/-150 g)	3 min	20 à 35 min	70°C	40°C - Bleu 45°C - Rosé 50°C - A point
RAIE	3 min	12 mn	50°C	51°C - 54°C A point