

PODEŠAVANJE VREMENA I TEMPERATURE

Uputstvo:

- Podešavanje temperature i vremena kuvanja zavise od dosta faktora kao što su kvalitet hrane, vrsta proizvoda, debljina komada proizvoda koji se kuva itd. Donji parametri mogu odstupati u zavisnosti od proizvoda.
- Veoma bitno: sirovu i nepasterizovanu hranu nikad ne treba posluživati osobama za oslabljenim imunitetom, trudnicama, deci mlađoj od četiri godine i starijim ljudima. Iz bezbednosnih razloga, preporuka je da se hrana ne čuva na temperaturi između 5°C i 55°C duže od 4 sata.



GOVEDINA

	STEPEN KUVANJA	TEMPERATURA VODE U POSUDI	VREME KUVANJA	TEMPERATURA JEZGRA	PREPORUKE ZA PRIPREMU
Stejkovi - filet stejkovi, rib eye, ramsteci, strip stejkovi itd. Debljine: do 8 cm	VERY RARE	53 °C	60 minuta		Flash prženje ili kratko grilovanje; 30 sekundi sa svake strane
	RARE	56 °C	60 minuta	54 °C	
	PINK	58 °C	60 minuta	56 °C	
	MEDIUM	60 °C	90 minuta	60 °C	
	WELL DONE	72 °C	90 minuta	72 °C	
Pečenje - rebra, prime rib, eye of round, top sirloin itd. Debljine: okvirno 10 cm	VERY RARE	53 °C	2.5 sata		Može se zapeći pre ili posle sous vide kuvanja; 45 sekundi sa svake strane
	RARE	57 °C	2.5 sata		
	PINK	61 °C	2.5 sata		
	MEDIUM	69 °C	2.5 sata		
	WELL DONE	75 °C	2.5 sata		
Tanka rebra, prsa, suhomesnati proizvodi	KUVATI DO OMEKŠAVANJA	65 °C	48 sati	63 °C	Grilovati, pržiti ili poslužiti direktno iz kese
Obraz, jezik	KUVATI DO OMEKŠAVANJA	67 °C	48 sati	63 °C	Grilovati ili iseći na tanke komade i konzervirati



JAGNJETINA

Kotleti, slabina Debljine: oko 1 cm	RARE	56 °C	2 sata
	MEDIUM/WELL DONE	67 °C	2 sata
Kolenica Debljine: 5 - 8 cm najdeblje tačke na komadu	COOKED UNTIL TENDER	69 °C	18-24 sata
Plečka Debljine: do 13 cm	COOKED UNTIL TENDER	64 °C	12 sati
Jezik, vrat, obraz	COOKED UNTIL TENDER	69 °C	26-30 sata



MORSKI PLODOVI I RIBA

Očišćene kozice	52 °C	30 minuta
Očišćene školjke (scallopi)	54 °C	10 minuta
Očišćeni jastog	58 °C	25 minuta
Tuna filet	49 °C	18 minuta
Filet soma	57 °C	20 minuta
Filet bakalara	53 °C	22 minuta
Filet malog bakalara (vahnja)	56 °C	18 minuta
Filet halibuta	56 °C	22 minuta
Pike - perch filet	56 °C	22 minuta
Crveni snapper filet	50 °C	20 minuta
Losos filet	52 °C	12 minuta
Filet smuđa	52 °C	15 minuta
Filet od sabljarke	55 °C	15 minuta
Filet nilskog smuđa	57 °C	15 minuta



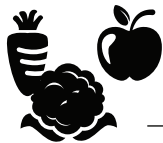
ŽIVINA

	TEMPERATURA VODE U POSUDI	VREME KUVANJA
Pileća prsa (sa kostima)	58 °C	90 minuta
Pileća prsa (bez kostiju)	58 °C	60 minuta
Pileći batak (bez kostiju)	65 °C	90 minuta
Pileći batak (sa kostima)	65 °C	105 minuta
Ćureće grudi	58 °C	2 sata
Ćureći batak	80 °C	8-12 sati



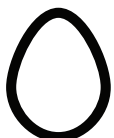
SVINJETINA

	STEPEN KUVANJA	TEMPERATURA VODE U POSUDI	VREME KUVANJA	TEMPERATURA JEZGRA
Kotleti, slabina, stekjovi Debljine: do 10 cm	PINK	62 °C	90 minuta	60 °C
	MEDIUM	66 °C	105 minuta	64 °C
	WELL DONE	71 °C	2 sata	71 °C
Pečenje, plečka Debljine: do 15 cm	PINK	66 °C	12 sati ili duže	66 °C
Slabina Debljine: do 5 cm		68 °C	2 sata	68 °C
Rebra, zadnja rebra	KUVATI DO OMEKŠAVANJA	70 °C	18 sati	70 °C



**POVRĆE I
VOĆE**

	TEMPERATURA VODE U POSUDI	VREME KUVANJA	PREPORUKE ZA PRIPREMU
Korenasto povrće - krompir, šargarepa, cvekla, celer, luk itd.	85 °C	60 minuta	Povrće isečeno na kriške (debljine 2-3 cm) ravnomernije će se i brže skuvati. Proveriti stepen kuvanja ako je potrebno. Povrće treba da bude mekano, ali čvrsto na dodir.
„Nežnije,, povrće - asparagus, karfiol, brokoli, pasulj, grašak u mahuni, bundeva itd.	85 °C	30 minuta	
Banane	56 °C	20 minuta	
Ananas, breskve, jagode, višnje	65 °C	25 minuta	
Jabuke, kruške	85 °C	25 minuta	



JAJA

	TEMPERATURA VODE U POSUDI	VREME KUVANJA	ŽUMANCE	BELANCE
Brzo poširana jaja u ljusci	75 °C	15 minuta		
Brzo spremljeni meki kajgan u kesii	86 °C	15 minuta	Stiskati kese na svakih 3 do 5 minuta	
Brzo spremljeni, čvrsti kajgan u kesii	92 °C	16-22 minuta	Stiskati kese na svakih 10 minuta	
Spisak parametara celih poširanih jaja:	57 °C	60 minuta	Toplo, niskog viskoziteta	Tečno, slabo zamućeno
	60 °C	60 minuta	Tečno	Zamućeno i pomalo želatinasto
	63 °C	60 minuta	Tečno, ali više viskozno	Blago želatinasto, veoma sunderasto
	66 °C	60 minuta	Viskozno, ali još tečno	Sunderasto
	68 °C	60 minuta	Visoko viskozno, ali ne čvrsto, gusto	Sunderasto čvrsto
	71 °C	60 minuta	Koenzistencija poput fondana	Skoro pa potpuno čvrsto
	74 °C	60 minuta	Žumance je spolja čvrsto, a u centru još vlažno	Potpuno čvrsto
	77 °C	60 minuta	Čvrsto, vlažno	Čvrsto
	79 °C	60 minuta	Čvrsto i isušeno	Veoma čvrsto