



Sous-vide-Garzeiten

Kalb

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|--------------------|-------------|----------------------------------|-----------|----------------------------|
| Backe | | Stück | 60°C | 16 h |
| Brust | | Stück | 67°C | 20 h |
| Filet Roastbeef | Rosa | 20-30 mm 30-40 mm 40-50 mm | 60°C | 0:45 h 1:20 h 2:05 h |
| Haxe | | Stück | 65°C | 18 h |
| Hüfte | Medium | Stück | 55°C | 6 h |
| Schulter | | Stück | 78°C | 16 h |
| Zunge | | Stück | 72°C | 18 h |

Wild

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|-----------------------------|-------------|-----------|-----------|---------|
| Hirschrücken | Rosa | 20-30 mm | 58°C | 0:30 h |
| Kaninchen- keule | Rosa | Stück | 62°C | 4 h |
| Rehfilet | Rosa | 20-30 mm | 58°C | 0:20 h |
| Rehrücken | Rosa | 20-30 mm | 58°C | 0:30 h |
| Wildschwein | Rosa | 20-30 mm | 58°C | 0:30 h |

Rindfleisch

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|--|-------------|--|-----------|--|
| Backe | | Stück | 62°C | 20h |
| Brust | | Stück | 78°C | 20h |
| Filet Roastbeef Hochrippe | Rare | 20-30 mm 30-40 mm 40-50 mm 50-60 mm 60-70 mm | 55°C | 0:40 h 1:05 h 1:45 h 2:25 h 2:55 h |
| | Rosa | 20-30 mm 30-40 mm 40-50 mm 50-60 mm 60-70 mm | 58°C | 0:45 h 1:20 h 2:05 h 3:30 h |

Rindfleisch

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|---------------------|-------------|-----------|-----------|---------|
| Rippen - Short Ribs | Medium | 1 kg | 65°C | 16 h |
| Rib-Eye Steak | Medium | 25 mm | 56 - 59°C | 0:45 h |
| Sauerbraten | | 1 kg | 65°C | 16 h |
| Schulter | | 1 kg | 64°C | 48 h |
| Tafelspitz | | Stück | 72°C | 3:15 h |
| Lende | | 76 mm | 59°C | 0:45 h |
| Porterhouse Steak | Medium | 25 mm | 56 - 59°C | 0:45 h |

Schwein

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|-------|-------------|----------------------|-----------|------------------|
| Bauch | | Stück | 80°C | 8 h |
| Brust | | Stück | 80°C | 10 h |
| Filet | Medium | 30-40 mm 40-50 mm | 60°C | 1:05 h 1:40 h |

Schwein

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|------------------|-------------|-----------|-----------|---------|
| Roastbeef | Medium | 20-30 mm | 60°C | 0:35 h |
| | | 30-40 mm | | 1:05 h |
| | | 40-50 mm | | 1:40 h |
| | | 50-60 mm | | 2:15 h |
| | | 60-70 mm | | 2:40 h |
| Rippen | Medium | 25 mm | 59°C | 48 h |
| Schinken | | Stück | 65°C | 10 h |
| Schulter | | Stück | 80°C | 10 h |
| Steak | Medium | 20-30 mm | 60°C | 0:30 h |
| | | 30-40 mm | | 0:45 h |

Lamm

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|------------------|-------------|-----------|-----------|---------|
| Filet | Medium | 20 mm | 55°C | 0:02 h |
| Haxe | | Stück | 72°C | 24 h |
| Hüfte | Medium | Stück | 60°C | 0:55 h |
| Lammkeule | Medium | 38 mm | 58°C | 6 h |

Lamm

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|------------------|-------------|-----------|-----------|---------|
| Roastbeef | Medium | | 60°C | 0:50 h |
| Schulter | | | 72°C | 16 h |
| Rücken | Rare | 30 mm | 53°C | 0:30 h |
| | Medium | Stück | 55°C | 3 h |

Schalen- und Krustentiere

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|-----------------------------|-------------|-----------|-----------|---------|
| Garnelen | | 25 mm | 50°C | 0:25 h |
| Hummer | Medium | Stück | 59°C | 0:15 h |
| Jakobs- muscheln | | 20-25 mm | 47°C | 0:30 h |

Fisch

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|----------------------|-------------|-----------|-----------|---------|
| Dorschfilet | Medium | 20-30 mm | 58°C | 0:25 h |
| Forellenfilet | Medium | 20-30 mm | 47°C | 0:18 h |

Fisch

| | Zubereitung | Stärke/kg | Wasserbad | Garzeit |
|-------------------------|-------------|---------------------|-----------|---------|
| Heilbuttfilet | Medium | 25 mm | 59°C | 0:15 h |
| Kabeljaufilet | Medium | 25 mm | 60°C | 0:11 h |
| Lachsfilet | Rosa | 20-30 mm | 49°C | 0:15 h |
| | Medium | 20-30 mm | 55°C | 0:15 h |
| Makrelenfilet | Rosa | 20-30 mm | 52°C | 0:10 h |
| Seeteufelfilet | Medium | 20-30 mm | 52°C | 0:30 h |
| Seezungenfilet | Medium | 20-30 mm | 52°C | 0:15 h |
| Steinbuttfilet | Medium | 20-30 mm | 52 °C | 0:20 h |
| Thunfischfilet | Rosa | 20-30 mm | 58°C | 0:30 h |
| | | 30-40 mm | | 0:45 h |
| | | 40-50 mm | | 0:50 h |
| Wolfsbarschfilet | Medium | 20-30 mm | 52°C | 0.15 h |
| Oktopus | | kurz vorblanchieren | 85°C | 4 h |

Gemüse

| | Wasserbad | Garzeit |
|------------------|-----------|---------|
| Artischocken | 85°C | 0:50 h |
| Chicorée | 85°C | 1 h |
| Fenchel | 85°C | 1 h |
| Grüne Bohnen | 85°C | 2 h |
| Karotten | 85°C | 0:50 h |
| Kartoffel | 85°C | 0:50 h |
| Kohlrabi | 85°C | 1 h |
| Kürbis | 85°C | 0:10 h |
| Maiskolben | 85°C | 1 h |
| Mangold | 85°C | 1:45 h |
| Rhabarber | 61°C | 0:15 h |
| Rosenkohlblätter | 85°C | 0:05 h |
| Schalotten | 85°C | 1:30 h |

Gemüse

| | Wasserbad | Garzeit |
|---------------|-----------|---------|
| Schwarzwurzel | 88°C | 0:45 h |
| Sellerie | 85°C | 1:45 h |

Obst

| | Wasserbad | Garzeit |
|----------------------|-----------|---------|
| Äpfel | 85°C | 0:25 h |
| Beeren | 70°C | 0:45 h |
| Birnen | 85°C | 0:25 h |
| Kirschen | 70°C | 0:25 h |
| Pflaumen | 70°C | 0:25 h |
| Pfirsiche | 85°C | 0:15 h |
| Ananas (in Scheiben) | 85°C | 0:45 h |
| Aprikosen | 65°C | 0:25 h |
| Bananen | 65°C | 0:20 h |