

Cuisson au four à 120°C

Ce mode cuisson convient aux morceaux moins nobles, plutôt entrelardés, mais aussi à la volaille et au poisson. Le long temps de cuisson – jusqu'à 7 heures – rend tendres et juteux même des morceaux de prix abordable.

Veau	Temps pour saisir	Temps au four	Température à cœur
Carré (d'env. 1,2 kg)	env. 8 min	env. 1 h	65° C
Côte couverte d'une pièce (d'env. 800 g)	env. 8 min	env. 80 min	60° C
Filet d'une pièce (d'env. 800 g)	env. 6 min	env. 45 min	60° C
Noix pâtissière (d'env. 800 g)	env. 8 min	env. 1¼ h	63° C
Poitrine d'une pièce (d'env. 1 kg)	env. 8 min	env. 4½ h	90° C
Rôti (cou, d'env. 1,2 kg)	env. 8 min	env. 1¼ h	80° C
Tendrons (d'env. 200 g)	env. 4 min	env. 2¾ h	**
Travers (d'env. 1½ kg)	env. 8 min	env. 5 h	90° C
Bœuf			
Côte couverte (d'env. 800 g)	env. 8 min	env. 1 h	55° C
Plat de côtes	env. 8 min	env. 5 h	90° C
Rôti (épaule, d'env. 1,2 kg)	env. 8 min	env. 5 h	90° C
Rôti (épaule, d'env. 2 kg)	*	env. 7 h	95° C
Porc			
Carré (d'env. 1,2 kg)	env. 8 min	env. 1½ h	65° C
Côtes levées (d'env. 1½ kg)	env. 2 min	env. 3 h	**
Faux-filets mignons (d'env. 300 g)	env. 5 min	env. 35 min	65° C
Filet entier, farci (d'env. 800 g)	env. 8 min	env. 80 min	**
Jarrets (d'env. 500 g)	env. 8 min	env. 5 h	**
Poitrine (d'env. 1,2 kg)	env. 8 min	env. 3 h	90° C
Rôti (cou, d'env. 1½ kg)	*	env. 6 h	90° C
Rôti (épaule, d'env. 1,2 kg)	env. 8 min	env. 3½ h	80° C
Travers (d'env. 1½ kg)	env. 4 min	env. 3½ h	**
Agneau			
Épaule désossée (d'env. 1 kg)	env. 8 min	env. 1¼ h	60° C
Gigot désossé (d'env. 1 kg)	env. 8 min	env. 1¼ h	60° C
Ragoût (tajine)	*	env. 2½ h	**
Volaille			
Ailes de poulet	env. 2 min	env. 1½ h	**
Blancs de poularde de maïs (d'env. 200 g)	env. 2 min	env. 35 min	**
Cuisses de poulet (d'env. 200 g)	env. 2 min	env. 1¾ h	**
Magrets de canard (d'env. 200 g)	env. 4 min	env. 20 min	65° C
Poule à bouillir (d'env. 1 kg)	*	env. 4 h	**
Poisson / fruits de mer			
Queues de crevettes géantes crues	*	env. 30 min	**
Truites	*	env. 40 min	**

* Ces pièces ne sont pas saisies à la poêle.

** On ne peut pas planter le thermomètre à viande dans ces pièces.