

ADLER  
EUROPE

# Wskazówki dotyczące gotowania



Warzywa



Dania rybne



Mięso

Sous vide Slow Cooker | AD 6415

# Wskazówki dotyczące gotowania

JEDZENIE	Grubość	Wynik gotowania	Temperatura gotowania	Minimalny/maksymalny czas gotowania	koniec
<b>WOŁOWINA</b>					
Kawałki delikatnej wołowiny (stek)	2-3 cm	krwisty	50°C	1-4 godziny	Patelnia lub grill
		średnio-krwisty	54 ° C	1-4 godziny	Patelnia lub grill
		średni	57 ° C	1-4 godziny	Patelnia lub grill
		Mocno ugotowany	60°C	1-4 godziny	Patelnia lub grill
<b>Ryby i owoce morza</b>					
Łosoś	2,5-4 cm	delikatny i soczysty	50°C	15 minut.	Patelnia lub grill
Halibut lub dorsz	2,5-4 cm	delikatny i soczysty	45°C	45 min.	Patelnia lub grill
Krewetki	-	delikatne i chrupiące	60°C	20 minut.	-
<b>Drób</b>					
Pierś z kurczaka	2,5 cm	delikatny i soczysty	63 ° C	12 godzin	Patelnia lub grill
Udko z kurczaka	-	delikatny i soczysty	72 ° C	1,5 -3 godziny	Patelnia lub grill
Pierś z indyka	4cm	delikatny i soczysty	63 ° C	3 - 6 godzin	Patelnia lub grill
Pierś z kaczki	4-5 cm	średnio-krwisty	54 ° C	1,5 - 3 godziny	Patelnia lub grill
		Mocno ugotowany	60°C	1,5 -3 godziny	Patelnia lub grill
<b>Mięso wieprzowe</b>					
Połędwiczy wieprzowe	5 cm	średni	57 ° C	1-4 godziny	Patelnia lub grill
		Mocno ugotowany	60°C	1-4 godziny	Patelnia lub grill
Łopatka wieprzowa	5-10 cm	łatwe do rwania i soczyste	74°C	24 godziny - 36 godzin	-
Żeberka wieprzowe	-	odpaść od kości	74°C	12-18 godzin	Patelnia lub grill
<b>owieczka</b>					
Jagnięcina, pieczeń i kotlety	2-4 cm	średnio-krwisty	54 ° C	1-3 godziny	Patelnia lub grill
		średni	57 ° C	1-3 godziny	Patelnia lub grill
		Mocno ugotowany	60°C	1-3 godziny	Patelnia lub grill
<b>Burgery</b>					
Burgery	2-2,5 cm	średnio-krwisty	58 ° C	45 min - 2 godziny	Patelnia lub grill
		Mocno ugotowany	64 ° C	45 min - 2 godziny	Patelnia lub grill
<b>JAJKA</b>					
Jajka	Duży	w koszulce	64 ° C	1-1,5 godziny	-
		ugotowane na twardo	74°C	1-1,5 godziny	-
<b>Zielone warzywa</b>					
Zielone warzywa	-	delikatne i chrupiące	82 ° C	10-15 minut	-

