

Doporučené teploty a časy vaření

Potravina	Tloušťka	Teplota	Čas	
	(cm)	(°C)	Min	Max
Hovězí, jehněčí, zvěřina				
Měkčí kousky				
svíčková, Rib-eye, T-bone, kotlety	2,5	56,5 a více	1 hodina	4 hodiny
	5	56,5 a více	3 hodiny	6 hodin
Tužší kousky				
bizon, zvěřina	2,5	56,5 a více	8 - 10 hodin	12 - 24 hodin
jehněčí pečeně nebo stehno	7	56,5 a více	10 hodin	24 - 48 hodin
Spare ribs (žebra)	5	56,5 a více	24 hodin	48 - 72 hodin
Flank steak, bůček	2,5	56,5 a více	8 hodin	24 hodin
	5	56,5 a více	12 hodin	30 hodin
Vepřové				
svíčková	4	56,5 a více	90 min	6 - 8 hodin
Baby back ribs (žebírka)		74	4 - 8 hodin	24 hodin
kotlety	2,5	56,5 a více	2 - 4 hodiny	6 - 8 hodin
	5	56,5 a více	4 - 6 hodiny	8 - 10 hodin
pečeně	7	71 - 80	12 hodin	30 hodin
Spare ribs (žebra)	7	71 - 80	12 hodin	30 hodin
břicho (rychle)	5	85	5 hodin	8 hodin
břicho (pomalu)	5	75	24 hodin	48 - 72 hodin

Drůbež				
Bílé maso				
kuřecí prso s kostí	5	63,5 a více	2,5 hodiny	4 - 6 hodin
kuřecí prso bez kosti	2,5	63,5 a více	1 hodina	2 - 4 hodiny
krůtí prso s kostí	7	63,5 a více	4 hodiny	6 - 8 hodiny
krůtí prso bez kosti	5	63,5 a více	2,5 hodiny	4 - 6 hodin
kachní prso	2,5	63,5 a více	90 minut	4 - 6 hodin
Tmavé maso				
kuřecí stehno s kostí		74 - 80	4 hodiny	6 - 8 hodin
kuřecí stehno bez kosti	2,5	74 - 80	2 hodiny	4 - 6 hodin
krůtí stehno		74 - 80	8 hodin	10 hodin
kachní stehno		74 - 80	8 hodin	18 hodin
Split game hen	7	65,5 a víc	6 hodin	8 hodin
Ryby a mořské plody				
Ryby				
tuňák, halibut, snapper, mořský jazyk, losos, pstruh, makrela	1,25 - 2,5	52 a víc	20 min	30 min
	2,5 - 5	52 a víc	30 min	40 min
Korýši a měkkýši				
humr	2,5	60	45 min	60 min
hřebenatky	2,5	60	40 min	60 min
krevety	jumbo	60	30 min	40 min

Zelenina				
Kořenová zelenina				
mrkev, pastináč, brambory, tuřín, celer, řepa	až do 2,5	84	1 - 2 hodiny	4 hodiny
	2,5 - 5	84	2,5 hodiny	4 hodiny
Ostatní zelenina				
chřest, brokolice, kukuřice, květák, lilek, cibule, fazolky, fenykl, dýně, čerstvý hrášek	až do 2,5	84	30 min	90 min
Ovoce				
Tvrdé				
jablko, hruška	až do 2,5	84	45 min	2 hodiny
Měkké				
meruňka, broskev, švestka, mango, papaya, nektarinka, lesní plody	až do 2,5	84	30 min	1 hodina
Vejce				
na měkko (rychle)	L	75	15 min	18 min
na měkko (pomalu)	L	63,5	45 min	90 min
na tvrdo	L	71	45 min	90 min
pasterizovaná ve skořápce	L	57	85 min	120 min
míchaná (5 vajec)	L	75	20 min	20 min