

Braadwijzer

Werken met uw kerntemperatuurmeter.

Het gebruik van een kerntemperatuurmeter is eenvoudig, er zijn echter wel belangrijke criteria.

Door de naald in het vlees te steken, kun je de temperatuur van de kern van het vlees aflezen. Let wel op! Het is de uiterste punt van de naald die de temperatuur meet en weergeeft. Die punt moet in het thermisch centrum van uw product zitten. In de meeste gevallen is dat het midden van het product op de plaats waar de diameter het grootst is. Het meten is pas betrouwbaar met een constante omgevingstemperatuur, dus uitsluitend in de oven (niet in de pan op het vuur, want deze wordt van onderaf verwarmd). Hou er ook rekening mee dat de kerntemperatuur van een bereiding die uit de oven komt, nog zal klimmen als je deze bereiding laat rusten.

Elk product heeft zijn specifieke kerntemperatuur. Deze kerntemperatuur is belangrijk. Als deze te laag is, is het vlees niet gaar genoeg.

Enkele vuistregels:

- Bij een kerntemperatuur van 65°C is het vlees gaar.
- Als u gaat verhitten om uw product langer te bewaren, zal je minimaal een kern van 75°C moeten halen.
- Bij 75°C kern is wit vlees veilig voor consumptie.
- Rood vlees heeft minder verhitting. Als u het vlees mooi rosé wilt braden, volstaat een kern van om en bij de 55°C
- Gaar het vlees langzaam, op lage temperatuur!
- Groenten kan je meten maar hier geldt de gaarheid en malsheid in functie van de tijd en niet in functie van de temperatuur.

Enkele voorbeelden

Product	Garing	Kerntemperatuur
Lamsvlees	Roze	58-62 °C
	A Point	62-63 °C
	Doorbakken	+ 63 °C
Rundsvlees	Bleu	48-54 °C
	Saignant	54-58 °C
	Roze	58-60 °C
	A Point	60-63 °C
	Doorbakken	+ 65 °C
Varkensvlees	A point	63-65 °C
	Doorbakken	+ 65 °C
Kalfsvlees	roze	56-62 °C
	A point	62-68 °C
	Doorbakken	+ 68 °C
Gevogelte (Filet)	A Point	65-68 °C
	Doorbakken	+ 68 °C
Gevogelte (Bouten)	A Point	70-72 °C
	Doorbakken	+ 72 °C
Wild	Roze	58-62 °C
	A Point	62-68 °C
	Doorbakken	+ 68 °C
Vis	Nacre	55 °C
	Roze bij de graat	56-62 °C
	A point	62-68 °C
	Doorbakken	+ 68°C

