

PESCI		
PRODOTTO	TEMPERATURA	TEMPO
Anguilla	59 °C	10'
Calamaro	65 °C	25'
Calamaretto	55 °C	7'
Cernia	55 °C	14'
Fegato di rana pescatrice	65 °C	3 h 15'
Merluzzo	65 °C	30'
Nasello	60 °C	12'
Pesce spada	50 °C	12-15'
Rana pescatrice	60 °C	12'
Razza	55 °C	12'
Salmone	65 °C	14'
Seppia	64 °C	10 h
Sgombro	55 °C	13'
Sogliola	56 °C	20'
Spigola	60 °C	12'
Storione	61 °C	16'
Sugarello	55 °C	18'
Tonno	50 °C	11'
Triglia	55 °C	5'
Ventresca di palamita	50 °C	8'

MARISCOS		
PRODUCTO	TEMPERATURA	TIEMPO
Cannolicchi	65 °C	5'
Cozze	90 °C	2'
Cozze selvatiche	80 °C	3'
Cuori di laguna	90 °C	2'
Gambero rosso	65 °C	7'
Ostriche	85 °C	4'
Polpo	77 °C	5 h
Vongole	90 °C	2'

* Nota: tutti i tempi e le temperature di cottura sono approssimativi.

CARNI		
PRODOTTO	TEMPERATURA	TEMPO
Animelle di vitello	82 °C	8 h
Carré d'agnello	60 °C	35'
Chateaubriand	60 °C	45'
Codino del maiale	82 °C	8 h
Codino del toro	82 °C	8 h
Collo di agnello	80 °C	16 h
Coniglio	80 °C	1 h
Coniglio in terrina	74 °C	12 h
Coscia d'anatra	80 °C	8-10 h
Coscia di gallina poulard	68 °C	1 h
Coscia di pernice	80 °C	6 h
Coscia di piccione	80 °C	2 h 30'
Coscia di pollo	80 °C	2 h
Coscia di tacchino	75 °C	4 h
Cosciotto di maiale	80 °C	10 h
Costina di maiale	80 °C	18 h
Costina di vitello	70 °C	12 h
Cotoletta di maiale	65 °C	1 h
Cuore di vitello	80 °C	24 h
Fegato di vitello	65 °C	1 h
Filetto d'anatra	65 °C	50'
Filetto d'anatra pressata	65 °C	25'
Foie gras	65 °C	30'
Gallina poulard	62 °C	1 h 30'
Garretto di vitello	80 °C	16 h

Girello di maiale	65 °C	16 h
Guance di maiale	80 °C	8 h
Guanciale di maiale	80 °C	8 h
Guanciale di vitello	80 °C	14-18h
Hamburger	65 °C	25'
Lingua di vitello	80 °C	8 h
Maialino da latte	80 °C	12 h
Marinata di quaglia	90 °C	3 h
Muso - orecchio di maiale	80 °C	18 h
Pancetta di maiale	80 °C	10 h
Pernice ripiena	65 °C	1 h
Petto di gallina poulard	62 °C	1 h 30'
Petto di piccione	65 °C	15'
Petto di pollo	65 °C	35'
Petto di pollo ruspante	65 °C	50'
Piede di maiale	80 °C	18 h
Rognone di vitello	85 °C	1 h 30'
Spalla d'agnello	80 °C	18 h
Spalla d'agnello	75 °C	7 h
Spalla di capretto	80 °C	10 h
Stufato di bue	80 °C	16 h
Terrina di bacon e costine di coniglio	65 °C	12'
Trippa di vitello	82 °C	8 h

* Nota: tutti i tempi e le temperature di cottura sono approssimativi.

VERDURE		
PRODOTTO	TEMPERATURA	TEMPO
Aglio candito	85 °C	15'
Aglio tenero	85 °C	10-25'
Asparagi bianchi	85 °C	40'
Asparagi verdi	85 °C	24'
Baby carota	85 °C	16-20'
Baby zucchina	85 °C	20'
Barbabietola	85 °C	2'
Bietola	85 °C	15'
Carciofo	85 °C	25-45'
Carota	85 °C	45-55'
Cavolfiore	85 °C	40'
Cipolla d'inverno	85 °C	30'
Fave surgelate	85 °C	20'
Finocchio	85 °C	50'
Funghi	85 °C	15'
Mela cotogna	85 °C	45'
Pak choy	85 °C	6'
Pastinaca	85 °C	10'
Patata dolce	90 °C	50'
Patata fisarmonica 1 cm	85 °C	25'
Patata guarnizione	90 °C	50'
Patata intera	85 °C	3 h
Peperone	90 °C	50'
Piselli surgelati	85 °C	15'

Rabarbaro	61 °C	1 h
Rapa	85 °C	20-40'
Rapa nera	85 °C	20-25'
Ravanelli	85 °C	5'
Rutabaga	85 °C	16'
Scorzobianca	85 °C	14'
Sedano rapa	85 °C	30'
Spinaci	85 °C	15'
Zucca	85 °C	12-15'
Zucchina	85 °C	14-15'

* Nota: tutti i tempi e le temperature di cottura sono approssimativi.



FRUTTA E ALTRO		
PRODOTTO	TEMPERATURA	TEMPO
Ananas	80 °C	30'
Arancia candita sciroppata (sbollentata in precedenza)	65 °C	2 h
Banana	65 °C	20'
Cachi	83 °C	35'
Ciliegia	83 °C	20'
Cocco	83 °C	40'
Cocomero	65 °C	20'
Crema inglese	83 °C	20'
Fichi	63 °C	40'
Kiwi	80 °C	20'
Mela	85 °C	12'
Melone	65 °C	20'
Papaia	64 °C	45'
Pesca sciroppata	80 °C	45'
Prugna	65 °C	20'
Purea di pera	83 °C	1 h
Succo di lampone	65 °C	45'
Succo di melograno	80 °C	30'

* Nota: tutti i tempi e le temperature di cottura sono approssimativi.