

Niedergartabelle

Die Ofentemperatur beträgt 80 Grad.

Fleischstücke	Anbratzeit	Zeit im Ofen	Kerntemperatur des Fleisches
Rindfleisch			
Châteaubriand (ca. 800 g)	ca. 5 Min.	ca. 1½ Std.	55 Grad (à point)
Entrecôtes (je ca. 200 g)	ca. 2 Min.	ca. 40 Min.	55 Grad (à point)
Entrecôtes doubles (je ca. 400 g)	ca. 6 Min.	ca. 50 Min.	55 Grad (à point)
Filet (ca. 800 g)	ca. 5 Min.	ca. 1½ Std.	55 Grad (à point)
Filetbeefsteaks (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	55 Grad (à point)
Filet mignons (je ca. 70 g)	ca. 4 Min.	ca. 20 Min.	55 Grad (à point)
Hohrücken am Stück (ca. 800 g)	ca. 15 Min.	ca. 2 Std.	55 Grad (à point)
Hohrückensteaks (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 45 Min.	55 Grad (à point)
Huft (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	55 Grad (à point)
Roastbeef (ca. 800 g–1 kg)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	55 Grad (à point)
Rumpsteaks (Huft, je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 50 Min.	55 Grad (à point)
Tournedos (je ca. 100 g)	ca. 4 Min.	ca. 30 Min.	55 Grad (à point)

Kalbfleisch

falsches Filet (ca. 600 g)	ca. 5 Min.	ca. 1½ Std.	60 Grad
Filet (ca. 800 g)	ca. 5 Min.	ca. 1½ Std.	60 Grad
Hohrücken am Stück (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	60 Grad
Kalbshuftsteaks (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 30 Min.	60 Grad
Kotelettstück (ca. 1 kg)	ca. 15 Min.	ca. 2 Std.	60 Grad
Koteletts (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	60 Grad
Medaillons (je ca. 80 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	55 Grad
Nierstück am Stück (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	60 Grad
Nierstücksteaks (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 30 Min.	60 Grad
Runde Nuss (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	60 Grad

Schweinefleisch

Filet (ca. 400 g)	ca. 5 Min.	ca. 1½ Std.	60–65 Grad
Kotelettstück (ca. 1 kg)	ca. 15 Min.	ca. 3 Std.	60–65 Grad
Koteletts (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 45 Min.	60–65 Grad
Medaillons (je ca. 80 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	60–65 Grad
Nierstück am Stück (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 3 Std.	60–65 Grad
Nuss (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	60–65 Grad

Lamm

Gigot (ca. 2 kg)	ca. 25 Min.	ca. 2½ Std.	60 Grad
Hüftli (je ca. 200 g)	ca. 5 Min.	ca. 1 Std.	55 Grad
Nierstück (je ca. 200 g)	ca. 3 Min.	ca. 30 Min.	55 Grad
Racks (Carrés, je ca. 400 g)	ca. 4 Min.	ca. 1½ Std.	55 Grad

Reh

Rehbäggli (ca. 400 g)	ca. 4 Min.	ca. 1 Std.	60 Grad
Reh-Medaillons (je ca. 80 g)	ca. 4 Min.	ca. 50 Min.	60 Grad

Die Ofentemperatur für Geflügel beträgt 90 Grad.

Geflügel

Entenbrüstli (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	65 Grad
Pouletbrüstli (je ca. 180 g)	ca. 4 Min.	ca. 50 Min.	70 Grad

Wichtig: Nicht aufgeführte Fleischstücke eignen sich nicht zum Niedergaren!