

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ ТЕЛЯТИНА

## Филе отдельным куском

Минимальная длительность	<b>1 ч 30 мин – 2 ч</b>
Температура в камере	с кровью: 55 °С до готовности: 59 °С
Приправление	розмарин тимьян оливковое масло
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде
Примечание к рецепту	см. рецепт «Телячье филе в пряных травах», стр. 38

## Телячья корейка отдельным куском

Минимальная длительность	<b>1 ч 30 мин</b>
Температура в камере	до готовности: 60 °С
Приправление	смесь трав сушеные сливы сливочное масло
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

## Ложное филе (круглый кусок)

Минимальная длительность	<b>3 ч</b>
Температура в камере	до готовности: 57 °С
Приправление	розмарин тимьян
Обжаривание	ранее, на очень горячей сковороде, или без обжаривания (для вителло тоннато)
Примечание к рецепту	например, для вителло тоннато

## Телячьи голени

Минимальная длительность	<b>14 ч</b>
Температура в камере	64 °С
Приправление	соус репчатый лук
Обжаривание	ранее, на очень горячей сковороде

## Данная информация касается всех таблиц термообработки для мяса

Если мясо вакуумируется лишь с небольшим количеством жидкости (например, растительным маслом для придания аромата), можно использовать интенсивность 3. При большем количестве жидкости (например, если мясо вакуумируется уже с соусом) используйте интенсивность не выше 2.

Значения времени в таблицах термообработки мяса указаны из расчета на 4 человек. Расчетное количество на человека – 150 г мяса. После достижения заданной температуры сердцевины мяса можно еще оставить в камере на время до 1 часа.

↷ требуется температурный зонд

## Медальоны из филе

<b>45 мин</b>
с кровью: 51 °С до готовности: 55 °С
розмарин тимьян оливковое масло
затем, на очень горячей сковороде

## Телячьи отбивные

<b>2 ч 30 мин</b>
до готовности: 60 °С
тимьян перец горошком
затем, на очень горячей сковороде

## Телячьи щечки

<b>8 ч</b>
78 °С
бульон соус репчатый лук
ранее, на горячей сковороде

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ ГОВЯДИНА

## Говяжье филе отдельным куском

Минимальная длительность	<b>2 ч</b>
Температура в камере	с кровью: 51 °С до готовности: 55 °С
Приправление	тимьян
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде
Примечание к рецепту	см. рецепт «Телячье филе с эстрагоном и медом», стр. 46

## Антрекот отдельным куском

Минимальная длительность	<b>2 ч 30 мин</b>
Температура в камере	с кровью: 51 °С до готовности: 55 °С
Приправление	тимьян розмарин
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

## Верхняя спинная часть отдельным куском

Минимальная длительность	<b>2 ч 30 мин</b>
Температура в камере	до готовности: 61 °С
Приправление	тимьян майоран чеснок перец
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

## Огузок отдельным куском

Минимальная длительность	<b>2 ч 30 мин</b>
Температура в камере	до готовности: 61 °С
Приправление	тимьян майоран перец
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

## Гуляш/тушеное мясо

Минимальная длительность	<b>36 ч</b>
Температура в камере	58 °С
Приправление	бульон/соус стручковый перец репчатый лук
Обжаривание	ранее, на горячей сковороде
Примечание к рецепту	см. рецепт «Бёф бургињон», стр. 44

↷ требуется температурный зонд

## Медальоны из говяжьего филе

<b>45 мин</b>
с кровью: 51 °С до готовности: 55 °С
тимьян
затем, на очень горячей сковороде

## Стейки из антрекота

<b>35 мин</b>
с кровью: 51 °С до готовности: 55 °С
тимьян розмарин
затем, на очень горячей сковороде

## Стейки из верхней спинной части

<b>35 мин</b>
до готовности: 61 °С
тимьян майоран чеснок перец
затем, на очень горячей сковороде

## Жаркое из лопатки

<b>60 ч</b>
62 °С
бульон репчатый лук морковь
ранее, на горячей сковороде

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ СВИНИНА

## Филе отдельным куском

Минимальная длительность	1 ч 15 мин
Температура в камере	до готовности: 59 °C
Приправление	тимьян лавровый лист перец можжевеловый душистый перец
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде
Примечание к рецепту	см. рецепт «Телячье филе в бузиновом соке», стр. 60

## Поясничная часть

Минимальная длительность	1 ч 45 мин
Температура в камере	63 °C
Приправление	шапфей перец
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

## Свиная грудинка

Минимальная длительность	24 ч
Температура в камере	64 °C
Приправление	лавровый лист тимьян майоран перец соль
Обжаривание	затем, в духовой печи или на гриле
Примечание к рецепту	см. рецепт «Свиная грудинка с острым манговым пюре», стр. 58

## Медальоны из филе

30 мин
до готовности: 59 °C
тимьян лавровый лист перец можжевеловый душистый перец
затем, на очень горячей сковороде

## Огузок отдельным куском

2 ч
63 °C
тимьян майоран чеснок перец
затем, на очень горячей сковороде

## Ребрышки

24 ч
64 °C
паприка карри мед
затем, в духовой печи или на гриле
см. рецепт «Ребрышки карри с абрикосовым чатни», стр. 56

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ ЯГНЯТИНА

## Поясничная часть

Минимальная длительность	30 мин
Температура в камере	с кровью: 53 °C до готовности: 57 °C
Приправление	сливочное масло розмарин цедра апельсина
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде
Примечание к рецепту	см. рецепт «Поясничная часть ягненка с оливковым соусом томатным компотом», с. 62

## Окорок отдельным куском

Минимальная длительность	2 ч 15 мин
Температура в камере	с кровью: 61 °C до готовности: 65 °C
Приправление	розмарин оливковое масло чеснок
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде
Примечание к рецепту	

## Огузок отдельным куском

45 мин
до готовности: 59 °C
садовый чабер розмарин
затем, на очень горячей сковороде

## Ножка

24 ч
58 °C
лавровый лист оливковое масло
затем, на очень горячей сковороде
см. рецепт «Оссобуко из ягненка по-средиземноморски», стр. 66

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ ПТИЦА

## Грудка цыпленка

Минимальная длительность	1 ч
Температура в камере	64 °C
Приправление	цедра апельсина карри перец
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде
Примечание к рецепту	см. рецепт «Чиабатта с грудкой цыпленка», стр. 68

## Утиная грудка

Минимальная длительность	35 мин
Температура в камере	62 °C
Приправление	цедра апельсина тимьян перец
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде
Примечание к рецепту	см. рецепт «Утиная грудка с салатом из спаржи», стр. 70

## Ножка цыпленка

Минимальная длительность	1 ч 15 мин
Температура в камере	71 °C
Приправление	мед рапсовое масло перец чили
Обжаривание	затем, в духовой печи или на гриле

## Индюшиная грудка

Минимальная длительность	2 ч
Температура в камере	64 °C
Приправление	сушеная клюква перец
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ ДИЧЬ

## Корейка косули отдельным куском

Минимальная длительность	1 ч 15 мин
Температура в камере	52 °C
Приправление	розмарин ягоды можжевельника оливковое масло
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде
Примечание к рецепту	см. рецепт «Корейка косули с инжиром и каштановым кремом», стр. 76

## Медальоны из корейки косули

Минимальная длительность	30 мин
Температура в камере	52 °C
Приправление	розмарин ягоды можжевельника оливковое масло
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

требуется температурный зонд

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ КОНИНА

## Филе из конины отдельным куском

Минимальная длительность	1 ч 45 мин
Температура в камере	с кровью: 55 °C до готовности: 59 °C
Приправление	тимьян майоран чеснок
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

## Медальоны из филе из конины

Минимальная длительность	45 мин
Температура в камере	с кровью: 55 °C до готовности: 59 °C
Приправление	тимьян майоран чеснок
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ МЯСО СТРАУСА

## Филе страуса отдельным куском

Минимальная длительность	1 ч 45 мин
Температура в камере	с кровью: 55 °C до готовности: 59 °C
Приправление	тимьян розмарин
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

## Медальоны из филе страуса

Минимальная длительность	45 мин
Температура в камере	с кровью: 55 °C до готовности: 59 °C
Приправление	тимьян розмарин
Обжаривание	затем, на очень горячей сковороде

требуется температурный зонд

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ РЫБА

## Голец

Минимальная длительность	25 мин
Температура в камере	47 °C
Приправление	перец чили, сливочное масло

## Лосось

Максимальная длительность	20 мин
Температура в камере	с кровью: 51 °C, до готовности: 55 °C
Приправление	ваниль, оливковое масло
Примечание к рецепту	см. рецепт «Лосось конфи», стр. 80

## Форель

Максимальная длительность	30 мин
Температура в камере	49 °C
Приправление	сливочное масло, лимонная цедра, петрушка
Примечание к рецепту	см. рецепт «Фасоль с форелью с соусом из смородины и лука», стр. 82

## Судак

Максимальная длительность	15 мин
Температура в камере	55 °C
Приправление	оливковое масло, соль, перец
Примечание к рецепту	

### Данная информация касается всех видов рыбы и ракообразных

Если не указано иное, в таблице термообработки речь идет о рыбном филе. Ракообразных перед термообработкой очищают от панциря.

Значения времени в таблицах термообработки для рыбы и ракообразных указаны из расчета на 4 человека. Расчетное количество на человека – 180 г рыбы/ракообразных.

Как правило, рыбу следует вакуумировать с уровнем интенсивности 2, поскольку она более чувствительна к давлению, чем мясо. Мясистые виды рыб, такие как морской черт, или ракообразных можно вакуумировать с уровнем интенсивности 3.

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ РАКООБРАЗНЫЕ

## Морские гребешки

Минимальная длительность	25 мин
Температура в камере	47 °C
Приправление	имбирь, сливочное масло
Примечание к рецепту	

## Кальмар

Минимальная длительность	5 ч
Температура в камере	79 °C
Приправление	дольки лимона, лавровый лист
Примечание к рецепту	см. рецепт «Карпаччо из тунца», стр. 90

## Медальоны из тунца

15 мин
43 °C
сливочное масло, звездчатый анис

## Морской черт

1 ч
49 °C
лимонная цедра, перец

## Треска

20 мин
60 °C
петрушка, лимонная цедра, перец

## Морской окунь целиком

45 мин
62 °C
сливочное масло, семена фенхеля
см. рецепт «Морской окунь с фенхелем», стр. 92

## Лангустины

30 мин
58 °C
оливковое масло, сумач, лимонная цедра
см. рецепт «Лангустины с беконом и айоли с манго и шафраном», стр. 88

## Хвост омара

20 мин
55 °C
кайенский перец, дольки лимона, сливочное масло

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ ОВОЩИ

## Белая спаржа целиком

Минимальная длительность	45 мин
Температура в камере	85 °C
Приправление	оливковое масло    цедра и сок лимона

## Свекла кубиками

Максимальная длительность	1 ч 15 мин
Температура в камере	92 °C
Приправление	сливочное масло    соль    лимон    кервель
Примечание к рецепту	см. рецепт «Свекла с муссом из горгонзолы», стр. 102

## Морковь

Максимальная длительность	1 ч
Температура в камере	85 °C
Приправление	сливочное масло

## Турецкий горох

Максимальная длительность	7 ч
Температура в камере	90 °C
Приправление	вода/бульон: в количестве, необходимом для замачивания согласно инструкции на упаковке    лавровый лист    перец

## Данная информация касается овощей и фруктов

Значения времени в таблицах указаны из расчета на 4 человек.

При отсутствии большого количества жидкости (например, при обработке бобовых) овощи и фрукты можно вакуумировать с уровнем интенсивности 2. Более

твердые сорта, такие как корнеплодные овощи или ананас, можно вакуумировать с уровнем интенсивности 3.

## Зеленая спаржа целиком

30 мин
85 °C
оливковое масло    перец

## Фенхель, разрезанный на 8 частей

1 ч
85 °C
сливочное масло    соль    перец

## Зеленая чечевица

4 ч
90 °C
вода/бульон: в количестве, необходимом для замачивания согласно инструкции на упаковке    лавровый лист    перец

# ТАБЛИЦА ТЕРМООБРАБОТКИ ФРУКТЫ

## Семечковые плоды (яблоки, груши) целиком

Минимальная длительность	50 мин
Температура в камере	85 °C
Приправление	красное вино    сахарный сироп
Примечание к рецепту	

## Пюре (на 8 частей)

Минимальная длительность	30 мин
Температура в камере	85 °C
Приправление	сахар    лимон    корица

## Косточковые плоды (сливы, абрикосы)

## Компот (половинками)

Максимальная длительность	25 мин
Температура в камере	85 °C
Приправление	сахар    лимон    корица
Примечание к рецепту	см. рецепт «Крем-брюлле амаретто», стр. 106

## Ананас, ломтиками, без стебля

Максимальная длительность	1 ч
Температура в камере	75 °C
Приправление	перец чили    ваниль
Примечание к рецепту	см. рецепт «Ароматизированный ананас с парфе из зеленого чая», стр. 110

## Дыни (галия, шарантская), холодное маринование

Максимальная длительность	20 мин
Температура в камере	53 °C
Приправление	мята    апельсин    ликер
Примечание к рецепту	см. рецепт «Дыня с апельсином и ванильно-шафрановым соусом», стр. 114

## Компот (на 8 частей)/пюре (на 8 частей)

25 мин
85 °C
сахар    лимон    корица
См. рецепт «Ореховый порошок с яблоками и шафраном», стр. 108

## Ананас, очень тонкими ломтиками (карпаччо) со стежнем

15 мин
85 °C
перец чили    ваниль