

## Cuisson au four

### Cuisson à basse température à 80 degrés

Assaisonnez la viande avec des épices Speth salées (préférable de Robert Speth) et avec du poivre noir moulu frais

<b>Veau</b>	<b>Préparation</b>	<b>Temps de cuisson</b>
Côtelette double	Faire revenir chaque côté 6- 8 min. (selon épaisseur)	2 jusqu'à 2 ½ heures
Filet 500 – 800 g	Faire revenir chaque côté 5 – 6 min.	1 ¾ jusqu'à 2 heures
Carrée de veau	Faire revenir chaque côté 8 – 10 min.	2 jusqu'à 2 ½ heures
Noix de veau Qusasi de veau	Faire revenir chaque côté 8 – 10 min.	2 jusqu'à 3 heures

<b>Boeuf</b>	<b>Préparation</b>	<b>Temps de cuisson</b>
Filet jusqu'à 800 g	Faire revenir chaque côté 5 – 6 min.	1 ¼ (saignant) jusqu'à 1 ½ heure (rosé)
Filet 1,2 – 2 kg	Faire revenir chaque côté 6 – 8 min. (selon épaisseur)	1 ½ (saignant) jusqu'à 2 ¼ heures (rosé)
Entrecôte double 300 – 400 g	Faire revenir chaque côté 2 ½ - 3 min.	Env. 1 (saignant) jusqu'à 1 ½ heure (rosé)
Entrecôte 500 – 900 g	Faire revenir chaque côté 4 – 5 min. (selon épaisseur)	1 ¼ (saignant) jusqu'à 2 heures (rosé)
Entrecôte 1 – 1.5 kg	Faire revenir chaque côté 5 – 6 min. (selon épaisseur)	1 ½ (saignant) jusqu'à 2 heures (rosé)

<b>Agneau</b>	<b>Préparation</b>	<b>Temps de cuisson</b>
Gigot d'agneau roulé (Gigot désossé)	Faire revenir 8 - 10 min. (selon épaisseur)	2 ½ jusqu'à 3 heures
Gigot (gigot à l'os)	Faire revenir 10 – 12 min. dans la poêle (selon épaisseur) ou rôtir à 250 degrés au four pendant 12 – 15 min, ensuite réduire la température vite à 75 degrés (ouvrir la porte du four)	3 jusqu'à 4 heures

<b>Porc</b>	<b>Préparation</b>	<b>Temps de cuisson</b>
Filet-mignon 400 – 600 g	Faire revenir chaque côté 5 min. (selon épaisseur)	1 ½ jusqu'à 1 ¾ heure
Carrée de porc	Faire revenir chaque côté 8 - 10 min. (selon épaisseur)	2 jusqu'à 2 ½ heures

## Cuisson à 160 degrés

Assaisonnez la viande avec des épices Speth salées (préférable de Robert Speth) et avec du poivre noir moulu frais

Sorte de viande	Préparation	Temps de cuisson	Temperature noyau
Steak de veau	Saisir dans la poêle	env. 45 min.	64 degrés
Faux-filet de veau	Rôtir au four, 15 min. à 230 degrés	env. 45 Min. à 180 degrés	64 degrés
Entrecôte	Saisir dans la poêle	env. 65 Min.	54 degrés
Faux-filet de boeuf (Rib-eye)	Saisir dans la poêle	env. 60 Min.	54 degrés
Filet de boeuf	Saisir dans la poêle	env. 40 Min.	54 degrés