



POISSONS		
PRODUIT	TEMPÉRATURE	TEMPS
Anguille	59 °C	10'
Calamar	65 °C	25'
Chinchard	55 °C	18'
Chipiron	55 °C	7'
Colin	60 °C	12'
Espadon	50 °C	12-15'
Esturgeon	61 °C	16'
Foie de lotte	65 °C	3h 15'
Lotte	60 °C	12'
Loup de mer	60 °C	12'
Maquereau	55 °C	13'
Mérou	55 °C	14'
Morue	65 °C	30'
Raie	55 °C	12'
Rouget	55 °C	5'
Saumon	65 °C	14'
Seiche	64 °C	10h
Sole	56 °C	20'
Thon	50 °C	11'
Ventrêche de thon	50 °C	8'

FRUITS DE MER		
PRODUIT	TEMPÉRATURE	TEMPS
Coques	90 °C	2'
Couteaux	65 °C	5'
Gambon écarlate	65 °C	7'
Huîtres	85 °C	4'
Moules	90 °C	2'
Moules de roche	80 °C	3'
Palourdes	90 °C	2'
Poulpe	77 °C	5h

*Remarque: tous les temps et températures de cuisson sont approximatifs.



VIANDES		
PRODUIT	TEMPÉRATURE	TEMPS
Aiguillette de porc	65 °C	16h
Blanc de pigeon	65 °C	15'
Blanc de poularde	62 °C	1h 30'
Blanc de poulet	65 °C	35'
Blanc de poulet fermier	65 °C	50'
Caille farcie	65 °C	1h
Carré d'agneau	60 °C	35'
Chateaubriand	60 °C	45'
Cochon de lait entier	80 °C	12h
Cœur de veau	80 °C	24h
Côte de veau	70 °C	12h
Côte de porc	65 °C	1h
Côtelette de porc	80 °C	18h
Cuisse de canard	80 °C	8-10h
Cuisse de dinde	75 °C	4h
Cuisse de perdrix	80 °C	6h
Cuisse de pigeon	80 °C	2h 30'
Cuisse de poularde	68 °C	1h
Cuisse de poulet	80 °C	2h
Épaule de chevreau	80 °C	10h
Épaule de mouton	80 °C	18h
Épaule de mouton	75 °C	7h
Escabèche de caille	90 °C	3h
Foie de veau	65 °C	1h
Foie gras	65 °C	30'
Gorge de mouton	80 °C	16h

Gorge de porc	80 °C	18h
Hamburger	65 °C	25'
Jarret de porc	80 °C	10h
Jarret de veau	80 °C	16h
Joue de porc	80 °C	8h
Joue de veau	80 °C	14-18h
Langue de veau	80 °C	8h
Lapin	80 °C	1h
Lapin en terrine	74 °C	12h
Magret de canard	65 °C	50'
Magret de caneton	65 °C	25'
Museau – oreille de porc	80 °C	18h
Pieds de porc	80 °C	18h
Poitrine de porc	80 °C	10h
Poularde	62 °C	1h 30'
Queue de porc	82 °C	8h
Queue de taureau	82 °C	8h
Ragoût de bœuf	80 °C	16h
Ris de veau	82 °C	8h
Rognons de veau	85 °C	1h 30'
Terrine de bacon et râbles de lapin	65 °C	12'
Tripes de veau	82 °C	8h

*Remarque: tous les temps et températures de cuisson sont approximatifs.



LÉGUMES VERTS		
PRODUIT	TEMPÉRATURE	TEMPS
Ail confit	85 °C	1h
Ail jeune	85 °C	10-25'
Artichaut	85 °C	25-45'
Asperges blanches	85 °C	40'
Asperges vertes	85 °C	24'
Betterave	85 °C	2'
Blette	85 °C	15'
Carotte	85 °C	45-55'
Carotte baby	85 °C	16-20'
Céleri-rave	85 °C	30'
Champignons	85 °C	15'
Chou-fleur	85 °C	40'
Ciboulette	85 °C	30'
Coing	85 °C	45'
Courgette	85 °C	14-15'
Courgette baby	85 °C	20'
Epinards	85 °C	15'
Fenouil	85 °C	50'
Fèves surgelées	85 °C	20'
Navet	85 °C	20-40'
Navet noir	85 °C	20-25'
Pak choy	85 °C	6'
Panais	85 °C	10'
Patate douce	90 °C	50'
Petits pois surgelés	85 °C	15'
Poivron rouge	80 °C	50'

Pomme de terre en chips 1 cm	85 °C	25'
Pomme de terre entière	85 °C	3h
Pomme de terre garnison	90 °C	50'
Potiron	85 °C	12-15'
Radis	85 °C	5'
Rhubarbe	61 °C	1h
Rutabaga	85 °C	16'
Salsifis	85 °C	14'

*Remarque: tous les temps et températures de cuisson sont approximatifs.



FRUIT ET AUTRES		
PRODUIT	TEMPÉRATURE	TEMPS
Ananas	80 °C	30'
Banane	65 °C	20'
Cerise	83 °C	20'
Coco	83 °C	40'
Crème anglaise	83 °C	20'
Figues	63 °C	40'
Grenadine	80 °C	30'
Jus de framboise	65 °C	45'
Kaki	83 °C	35'
Kiwi	80 °C	20'
Melon	65 °C	20'
Orange confite au sirop (ébullantée au préalable)	65 °C	2h
Papaye	64 °C	45'
Pastèque	65 °C	20'
Pêches au sirop	80 °C	45'
Poires en purée	83 °C	1h
Pomme	85 °C	12'
Prune	65 °C	20'

*Remarque: tous les temps et températures de cuisson sont approximatifs.