



Kerntemperaturen bei Fleisch

Rind	Garzustand	Kerntemperatur	Kalb	Garzustand	Kerntemperatur
Rinderfilet	rare	40-48°C	Kalbsfilet	medium	54-58°C
Rinderfilet	medium-rare	48-52°C	Kalbshüfte	rare	40-44°C
Rinderfilet	medium	54-56°C	Kalbshüfte	medium	52-58°C
Rumpsteak	rare	42-48°C	Kalbskaree	medium	58-62°C
Rumpsteak	medium-rare	48-52°C	Kalbshaxe	medium-durch	78-84°C
Rumpsteak	medium	54-56°C			
T-Bone Steak	rare	40-48°C			
T-Bone Steak	medium-rare	48-52°C			
T-Bone Steak	medium	54-56°C			
Porterhouse-Steak	rare	40-48°C			
Porterhouse-Steak	medium-rare	48-52°C			
Porterhouse-Steak	medium	54-56°C			
Kotelett	medium	54-58°C			
Roastbeef	medium	54-58°C			
Beef Brisket	well done	88-92°C			
Beef Ribs	well done	82-86°C			

Lamm	Garzustand	Kerntemperatur
Lammfilet	medium	50-55°C
Lammhüfte	medium	55-60°C
Lammhüfte	medium-durch	55-60°C
Lammschulter	medium	65-70°C
Lammrücken	medium	58-62°C
Lammkeule	medium-durch	64-70°C
Lammkaree	medium	52-55°C
Lammkotelett	medium	52-55°C

Schwein	Garzustand	Kerntemperatur
Schweinefilet	durch	62-66°C
Schweinefilet	medium-durch	58-62°C
Schweinerücken	durch	64-68°C
Schweinerücken	medium-durch	60-64°C
Schweinenacken	durch	72-78°C
Schweineschulter	medium-durch	74-78°C
Pulled Pork	durch	91-94°C
Krustenbraten	medium-durch	72-74°C
Bacon Bomb	durch	70-72°C
Spare Ribs	durch	80-85°C
Schweinschaxe	durch	82-86°C
Schweinebauch, gefüllt	medium-durch	72-76°C
Schweinebauch	medium-durch	80-84°C

Wild	Garzustand	Kerntemperatur
Rehrücken	medium	54-60°C
Rehkeule	medium	60-65°C
Hirschrücken	medium	54-58°C
Wildschweinefilet	medium	58-64°C
Wildschweinkeule	durch	72-74°C

Fisch	Garzustand	Kerntemperatur
Lachs	glasig	50-55°C
Forelle (ganz)	saftig	55-60°C
Tunfisch-Steak	rare	40-45°C
Tunfisch-Steak	medium rare	45-50°C

Geflügel	Garzustand	Kerntemperatur*
Hähnchenbrust	durch	74-78°C
Hähnchenschenkel	durch	76-80°C
Chickenwings	durch	76-80°C
Beer Butt Chicken	durch	76-80°C
Putenbrust	durch	74-80°C
Putenschenkel	durch	78-82°C
Putenschnitzel	durch	76-80°C
Entenbrust	rosa	62-65°C

*Geflügel sollte wegen Salmonellengefahr grundsätzlich durchgegart werden