

DOPORUČENÉ TEPLoty PRO ÚPRAVY MASA

Stupeň propečení	Teplota servírování	Barva středu masa, struktura, šťavnatost	USDA minimum
Hovězí, Jehněčí, Zvěřinové - steaky, kotlety, pečeně			63°C
Bleu, Blue, Pittsburgh	43 - 49°C	Tmavě červeno-fialová, studená, lepkavá, mírně šťavnaté	
Rare	49 - 54°C	Jasně červeno-fialová, teplá, měkké, šťavnaté	
CHEF TEMP Medium Rare	54 - 57°C	Jasně červená, teplá, měkká, velmi šťavnaté	
Medium	57 - 63°C	Hodně růžová, poddajná, lehce šťavnaté	
Medium Well	63 - 68°C	Světle hnědá s růžovou, pevná - mírně vláknitá, jen trochu šťávy	
Well Done	68°C a více	Světle hnědá až hnědá - žádná růžová, žvýkavá, takřka bez šťávy	
Vepřové a Telecí - steaky, kotlety, pečeně			63°C
Rare	49 - 54°C	Světle růžový střed, teplá, měkká, velmi šťavnaté	
Medium Rare	54 - 57°C	Krémově růžová, měkká, šťavnaté	
CHEF TEMP Medium	57 - 63°C	Krémová s trochou růžové, poddajná, šťavnaté	
Medium Well	63 - 68°C	Krémová, pevná, trochu čiré šťávy	
Well Done	68°C a více	Krémová, pevná, suché	
Ryby			63°C
CHEF TEMP Medium	57 - 63°C	Svalové segmenty se oddělují, bílkovina vystupuje na povrch	
Kuřecí a krůtí - celé nebo mleté			74°C
CHEF TEMP	74°C	Krémově zbarvené, mírně křehké, šťavnaté - čirá šťáva	
Burgery, sekaná, klobásy, (kromě kuřecího a krůtího masa)			71°C
Aby jste si byli jistí, upravujte mleté maso na 71°C a šťavnatost dosahujte použitím 80% libového masa a 20% tuku			
Vepřová žebra, vepřová plec, hovězí hrudí			63°C
CHEF TEMP	88 - 96°C	Velmi tučné, bílkovina vystupuje na povrch, metoda Low & Slow	

USDA - doporučená minimální teplota vaření pro zničení všech škodlivých bakterií.