Температура готовности мяса

PitMaster
шпаргалка на холодильник

Меряйте щупом в самой толстой части, не касаясь кости. «Снимать при» — когда убирать с огня: за время отдыха температура поднимется ещё на 2–5 °C.

Стейки говядины и баранины

Прожарка	Снимать	После отдыха
Blue внутри почти сырое	**44–46 °C**	46–49 °C
С кровью rare	**49–50 °C**	52 °C
Слабая medium rare	**52–54 °C**	55–57 °C
Средняя medium	**57–58 °C**	60–63 °C
Средне-сильная medium well	**62–63 °C**	65–67 °C
Полная well done	**68 °C**	70 °C+

Свинина

Как	Снимать	После отдыха
Корейка, вырезка, стейки отдых 5–10 минут; любая свинина — до 73 °C	**71–72 °C**	73–75 °C
Шашлык из шеи на шампуре отдыха почти нет	**73–75 °C**	—

Птица

Что	Готово при
Грудка курицы и индейки	**74 °C**
Бёдра, голени, ножки безопасно с 74 °C, но хрящи тают только к этой температуре	**80–85 °C**
Утиная грудка ниже норматива безопасности — на ваш риск	**57–60 °C**

Фарш

Что	Готово при
Люля, котлеты, бургеры	**71 °C**
Фарш из птицы	**74 °C**

Рыба

По нормативу	**63 °C**
Лосось по вкусу только охлаждённая из магазина или после заморозки	**50–55 °C**

Низко и медленно

копчение, барбекю — готовность не по безопасности, а по мягкости

Кусок	Снимать
Грудинка (брискет) заворачивать при 68–74 °C; щуп входит как в масло; отдых в термобоксе 1–4 ч	**93–96 °C**
Лопатка, шея на пулд заворачивать около 70 °C; кость выходит чисто; отдых 1–3 ч	**93–96 °C**
Свиные рёбра стойка прогибается на щипцах, мясо трескается	**90–93 °C**

Плато 65–75 °C — не поломка: влага испаряется и охлаждает мясо, может стоять часами.

Щуп — в толстую часть, мимо кости и жира; у целой птицы — в толстую часть бедра.

Отдых — стейк 5–10 мин, большой кусок до часа: сок не вытечет на доску.

Сомневаетесь — проверьте в двух местах и ориентируйтесь на меньшее значение.

Готовьте по температуре с PitMaster
Рецепты по шагам с таймерами, сигнал щупа «пора снимать», справочник и калькуляторы — без интернета.
pitmasters.ru · RuStore · App Store

Новые шпаргалки каждую среду — @pitmaster_app