

# Kernetemperatur

## Din garanti for perfekt tilberedt Kød

Når du vil være sikker på, at din steaken er mør, kyllingebryst er gennemstegt og flæskestegen er saftig er det vigtigt, at du kender kernetemperaturen. Det er den, der afgør, hvornår kødet er færdigt tilberedt.



Derfor: Brug altid et stegetermometer! Jeg anbefaler, at kødet altid skal hvile ca. 15 min inden servering, og i den forbindelse skal du være ops på, at kødets kernetemperatur stiger et par grader. Derfor tager man kødet af grillen i god tid. Jeg anbefaler 2-3 grader, inden den ønskede kernetemperatur er nået.

<b>Kød</b>	<b>Rosa</b>	<b>Medium</b>	<b>Done</b>
Oksekød	55-60°C	60-65°C	65-68°C
Kalvekød	58-60°C	60-65°C	65-68°C
Svinekød	-	65°C	70°C
Lamekød	58-60°C	70°C	75°C
Vildtkød	60-62°C	65-70°C	71-75°C
Fjerkræ	-	65°C*	72°C

\*gælder ikke kylling