

Braad- en baktabel

Kalfsvlees

Kalfsvlees wordt over het algemeen à point gegeten. Vlees dat à point is gebakken blijft in het hart roze. Tracht die roze kleur te behouden. Kalfsvlees smaakt zo immers nog zachter!

Vlees	Techniek	Temperatuur	Tijd
Gebraad in de pan	Smoren	160-180°C (Oven)	1.30 tot 2.00 uur per kilo
	Smoren	Op een zacht vuur (drukpan)	1.30 uur per kilo
Zenuwstukje van het kalf	Smoren	160-180°C (Oven)	1.30 tot 2.00 uur per kilo
	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.30 uur per kilo
Kalfsrug	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.30 uur per kilo
Kalfsblanquette / kalfsragout	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	2.00 uur per kilo
Osso buco van kalf	Smoren	160-180°C (Oven)	1.30 uur per kilo
	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.00 uur per kilo
Gebraad	Bakken in de pan of grillen		A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Tussenribstuk (entrecote) van het kalf	Bakken in de pan of grillen		A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Kalfsrib/Kalfskotelet	Bakken in de pan of grillen		A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Kalfsplakjes	Wokken		
Kalfsrug	Braden	180°C (Oven)	30 tot 40 minuten voor 500 g
Kalfsgebraad	Braden	180°C (Oven)	30 tot 40 minuten voor 500 g

Braad- en baktabel

Varkensvlees

Varkensvlees eet je over het algemeen goed doorbakken, maar laat je vlees echter niet te lang op het vuur staan. Wanneer varkensvlees te lang wordt verhit, wordt het vezelig. En dat heeft uiteraard een negatieve impact op de malsheid van het vlees.

Vlees	Techniek	Temperatuur	Tijd
Schoudergebraad	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.00 uur per kilo
Schouderstuk met been	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.00 uur per kilo
	Smoren	160-180°C (Oven)	1.30 uur per kilo
Hammetje	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	2.00 uur per kilo
Stoofvlees karbonade	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.00 uur per kilo
	Smoren	160-180°C (Oven)	1.30 uur per kilo
Ardeens gebraad	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.00 uur per kilo
	Smoren	160-180°C (Oven)	1.15 uur per kilo
Varkenshaasje	Bakken In de pan of grillen		Bien cuit goed gebakken: 6 tot 10 minuten
Plak ham	Bakken In de pan of grillen		Bien cuit goed gebakken: 6 tot 10 minuten
Varkensrib	Bakken In de pan of grillen		Bien cuit goed gebakken: 6 tot 10 minuten
Varkensmedaillon	Bakken In de pan of grillen		Bien cuit goed gebakken: 6 tot 10 minuten
Varkensspiesjes	Bakken In de pan of grillen		Bien cuit goed gebakken: 6 tot 10 minuten
Varkensplakjes	Wokken		
Varkensrug	Braden	180°C (Oven)	1.00 uur per kilo
Hamgebraad	Braden	180°C (Oven)	1.00 uur per kilo

Braad- en baktabel

Rundvlees

Rundvlees kan op verschillende bakwijzen worden gegeten. Je kunt het bleu, saignant, à point of bien cuit eten. De bakwijze is echter ook afhankelijk van de manier waarop het vlees werd gesneden.

Vlees	Techniek	Temperatuur	Tijd
Zenuwstukje	Smoren	160-180°C (Oven)	1.30 tot 2.00 uur per kilo
	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.00 uur per kilo
Gebraad in de pan	Smoren	160-180°C (Oven)	1.30 tot 2.00 uur per kilo
	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.00 uur per kilo
Stoofvlees karbonade	Smoren	160-180°C (Oven)	1.30 tot 2.00 uur per kilo
	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.00 uur per kilo
Tournedos	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Bleu: 1 tot 2 minuten aan elke zijde • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Tussenribstuk 6 ribstukken	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Bleu: 1 tot 2 minuten aan elke zijde • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Chateaubriand	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Bleu: 1 tot 2 minuten aan elke zijde • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Lendenbiefstuk	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Bleu: 1 tot 2 minuten aan elke zijde • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Côte à l'os	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Bleu: 1 à 2 minutes par face • Saignant: 2 à 3 minutes par face • A point: 3 à 4 minutes par face
Rundspiesjes	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Bleu: 1 tot 2 minuten aan elke zijde • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Rundplakjes	Wokken		
Rosbief	Braden	180°C	15 minuten voor de eerste 500 g vervolgens 10 minuten voor elke volgende 500 g
Rosbief op Franse wijze	Braden	180°C	15 minuten voor de eerste 500 g vervolgens 10 minuten voor elke volgende 500 g
Aloyau	Braden	180°C	15 minuten voor de eerste 500 g vervolgens 10 minuten voor elke volgende 500 g

Braad- en baktabel

Lamsvlees

Lamsvlees kan op verschillende bakwijzen worden gegeten, maar over het algemeen wordt de voorkeur gegeven aan rosé.

Vlees	Techniek	Temperatuur	Tijd
Ragout	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.30 uur per kilo
Lamsschouder	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	1.00 uur per kilo
	Smoren	160-180°C (Oven)	1.00 uur per kilo
Lamsbout	Smoren	Op een zacht vuur (Drukpan)	0.50 uur per kilo
	Smoren	80°C (Oven)	7.00 uur per kilo
Lamsfilet	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Lamskoteletten	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Stuk lamsbout	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Stuk lamsschouder	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Lamspiesjes	Bakken in de pan of grillen		<ul style="list-style-type: none"> • Saignant: 2 tot 3 minuten aan elke zijde • A point: 3 tot 4 minuten aan elke zijde
Lamsplakjes	Wokken		
Lamskroontje	Braden	180°C (Oven)	20 tot 25 minuten
Lamsbout	Braden	180°C (Oven)	20 minuten voor de eerste 500 g vervolgens 10 minuten voor elke volgende 500 g
Lamsschouder (vraag je slager om het te ontbenen en op te binden)	Braden	180°C (Oven)	15 minuten per 500 g voor rosé