

# Plancha/Griddle Temperaturen

OBERFLÄCHEN TEMPERATUR GRIDDLE/PLANCHA

## Fleisch

Smash-Burger	425-475°F	220-245°C
Burger Patties	375-425°F	190-220°C
Huhn (Brust/ Schenkel)	375-400°F	190-205°C
Schweinekoteletts	375-425°F	190-220°C
Hot Dogs	375-400°F	190-205°C
Rinderhackfleisch (Taco)	375-425°F	190-220°C
Dünne Steaks	450-500°F	230-260°C
Lachs- u. Fischfilets	350-400°F	175-205°C
Garnelen	375-425°F	190-220°C

## Frühstück

Eier (Rühr./Spiegel)	300-350°F	150-175°C
Omelettes	300-350°F	150-175°C
Pfannkuchen	325-375°F	160-190°C
Arme Ritter/French Toast	350-375°F	175-190°C
Speck/Wurst	375-425°F	190-220°C
Kartoffelpuffer/ Kartoffeln	375-425°F	190-220°C

## Gemüse

Paprika	375-425°F	190-220°C
Zwiebeln	375-425°F	190-220°C
Pilze	350-400°F	175-205°C
Grüne Bohnen/ Erbsen	350-400°F	175-205°C
Kartoffeln gewürfelt	375-425°F	190-220°C
Brokkoli	375-425°F	190-220°C
Kürbis/Zucchini	350-400°F	175-205°C
Spargel	350-400°F	175-205°C
Mais	350-400°F	175-205°C
Rosenkohl	375-425°F	190-220°C

## Verschiedenes

Gebratener Reis	425-475°F	220-245°C
Asia Pfannen	425-475°F	220-245°C
Gegrillter Käse	325-375°F	160-190°C
Quesadilas/ Tortillas	350-375°F	175-190°C
Gefrorene Pommes	375-400°F	190-205°C
Nudelgerichte	350-375°F	175-190°C

## Huhn

Hähnchenbrust	165°F	74°C
Oberschenkel/ Beine/Wings	165-175°F	74-80°C
Hühnerhackfleisch	165°F	74°C

## Schwein

Schweinekoteletts/ Lendenfilet	145°F	63°C
Schweinehack/ Wurst	160°F	70°C
Pulled-Pork/Ribs	195-205°F	90-96°C

## Meeresfrüchte

Fischfilets	145°F	63°C
Shrimps	120°F	50°C

## Rind

Extra Rare	110-120°F	43-50°C
Rare	120-130°F	50-54°C
Medium Rare	130-135°F	54-57°C
Medium	135-145°F	57-63°C
Medium Well	145-155°F	63-68°C
Well Done	160°F	71°C
Brisket	200-205°F	93-96°C

Notizen:

KERN-TEMPERATUREN