



# Metzgerei Brand AG



**Fleisch/Wurst** 3655 Sigriswil  
**Grillspezialitäten** Tel. 033 251 14 14  
**Party-Service** Fax 033 251 38 51  
[www.brand-metzg.ch](http://www.brand-metzg.ch) [info@brand-metzg.ch](mailto:info@brand-metzg.ch)

Die unten stehenden Zeiten verstehen sich als Richtwerte. Je nach dem wie heiss und wie lang angebraten wird, kann sich die Garzeit im Ofen etwas verkürzen oder verlängern. Auch die Ofentemperatur kann schwanken, was einen Einfluss auf die Gardauer haben kann. Es ist deshalb wichtig, auf die Kerntemperatur des Fleisches zu achten.

Rindfleisch	Anbratzeit	Zeit im Ofen	Kerntemperatur
Chateaubriand (ca. 800 g)	ca. 5 Min.	ca. 1½ Std.	55 Grad (à point)
Entrecôtes (je ca. 200 g)	ca. 2 Min.	ca. 40 Min.	55 Grad (à point)
Entrecôtes doubles (je ca. 400 g)	ca. 6 Min.	ca. 50 Min.	55 Grad (à point)
Filet (ca. 800 g)	ca. 5 Min.	ca. 1½ Std.	55 Grad (à point)
Filetbeefsteaks (je ca. 180 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	55 Grad (à point)
Filets mignons (je ca. 70 g)	ca. 4 Min.	ca. 20 Min.	55 Grad (à point)
Hohrücken (ca. 800 g)	ca. 15 Min.	ca. 2 Std.	55 Grad (à point)
Hohrückensteaks (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 45 Min.	55 Grad (à point)
Huft (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	55 Grad (à point)
Roastbeef (ca. 800 g – 1 kg)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	55 Grad (à point)
Rumpsteaks (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 50 Min.	55 Grad (à point)
Tournedos (je ca. 100 g)	ca. 4 Min.	ca. 30 Min.	55 Grad (à point)

Die Garstufe für Rindfleisch in den Rezepten ist immer à point angegeben (d. h. Kerntemperatur 55 Grad). Wer das Fleisch lieber etwas mehr gegart mag, kann die Kerntemperatur auf 60 Grad ansteigen lassen. Wird das Fleisch saignant gewünscht, verkürzt sich die Garzeit etwas und die Kerntemperatur liegt dann bei 50 – 55 Grad.

Kalbfleisch	Anbratzeit	Zeit im Ofen	Kerntemperatur
Falsches Filet (ca. 600 g)	ca. 10 Min.	ca. 1½ Std.	60 Grad
Filet (ca. 800 g)	ca. 5 Min.	ca. 1½ Std.	60 Grad
Hohrücken am Stück (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	60 Grad
Kalbsbuststeaks (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 30 Min.	60 Grad
Koteletts (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	60 Grad
Koteletts am Stück (ca. 1 kg)	ca. 15 Min.	ca. 2 Std.	60 Grad
Medaillons (je ca. 80 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	55 Grad
Nierstück am Stück (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	60 Grad
Nierstücksteaks (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 30 Min.	60 Grad
Runde Nuss (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	60 Grad
Schulterfilet (ca. 400 g)	ca. 10 Min.	ca. 1½ Std.	60 Grad

Schweinefleisch	Anbratzeit	Zeit im Ofen	Kerntemperatur
Filet (ca. 400 g)	ca. 5 Min.	ca. 1½ Std.	60–65 Grad
Koteletts (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 45 Min.	60–65 Grad
Koteletts am Stück (ca. 1 kg)	ca. 15 Min.	ca. 3 Std.	60–65 Grad
Medaillons (je ca. 80 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	60–65 Grad
Nierstück am Stück (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 3 Std.	60–65 Grad
Nuss (ca. 800 g)	ca. 10 Min.	ca. 2 Std.	60–65 Grad

Lamm	Anbratzeit	Zeit im Ofen	Kerntemperatur
Lammgigot mit Knochen (ca. 2 kg)	ca. 25 Min.	ca. 2½ Std.	60 Grad
Lammhüftli (je ca. 200 g)	ca. 5 Min.	ca. 1 Std.	55 Grad
Lammhüftli (je ca. 200 g), gefüllt	ca. 8 Min.	ca. 1 Std.	55 Grad
Lammnierstücke (je ca. 200 g)	ca. 3 Min.	ca. 30 Min.	55 Grad
Lammrack (ca. 400 g)	ca. 4 Min.	ca. 1½ Std.	55 Grad

Geflügel*/Kaninchen/Reh	Anbratzeit	Zeit im Ofen	Kerntemperatur
Entenbrüstli* (je ca. 200 g)	ca. 4 Min.	ca. 40 Min.	65 Grad
Perlhuhnbrüstli* (je ca. 180 g)	ca. 4 Min.	ca. 50 Min.	70 Grad
Pouletbrüstli* (je ca. 180 g)	ca. 4 Min.	ca. 50 Min.	70 Grad
Pouletröllchen* (je ca. 180 g)	ca. 4 Min.	ca. 50 Min.	70 Grad
Rehbäggli (ca. 400 g)	ca. 4 Min.	ca. 1 Std.	60 Grad
Reh-Medaillons (je ca. 80 g)	ca. 4 Min.	ca. 50 Min.	60 Grad
Kaninchenschenkel (je ca. 200 g)	ca. 6 Min.	ca. 1¼ Std.	65 Grad

\* Geflügel wird immer bei einer Ofentemperatur von 90 Grad gegart.

## Eigene Bemerkungen: