



PESCADOS		
PRODUCTO	TEMPERATURA	TIEMPO
Anguila	59 °C	10'
Atún	50 °C	11'
Bacalao	65 °C	30'
Caballa	55 °C	13'
Calamar	65 °C	25'
Chipirón de anzuelo	55 °C	7'
Esturión	61 °C	16'
Hígado de rape	65 °C	3h 15'
Lenguado	56 °C	20'
Lubina	60 °C	12'
Merluza	60 °C	12'
Mero	55 °C	14'
Pez espada	50 °C	12-15'
Rape	60 °C	12'
Raya	55 °C	12'
Salmón	65 °C	14'
Salmonete	55 °C	5'
Sepia	64 °C	10h
Txitxarro	55 °C	18'
Ventresca de bonito	50 °C	8'

MARISCOS		
PRODUCTO	TEMPERATURA	TIEMPO
Almejas	90 °C	2'
Berberechos	90 °C	2'
Carabinero	65 °C	7'
Mejillones	90 °C	2'
Mejillones de roca	80 °C	3'
Navajas	65 °C	5'
Ostras	85 °C	4'
Pulpo	77 °C	5h

\*Nota: Todos los tiempos y temperaturas de cocción son orientativos.



CARNES		
PRODUCTO	TEMPERATURA	TIEMPO
Aguja de cerdo	65 °C	16h
Carré de cordero	60 °C	35'
Carrillera de cerdo	80 °C	8h
Carrillera de ternera	80 °C	14-18h
Chateaubriand	60 °C	45'
Chuleta de cerdo	65 °C	1h
Cochinillo entero	80 °C	12h
Codillo de cerdo	80 °C	10h
Codorniz rellena	65 °C	1h
Conejo	80 °C	1h
Conejo en terrina	74 °C	12h
Corazón de ternera	80 °C	24h
Costilla de ternera	70 °C	12h
Costilla de cerdo	80 °C	18h
Cuello de cordero	80 °C	16h
Escabeche de codorniz	90 °C	3h
Foie gras	65 °C	30'
Guiso de buey	80 °C	16h
Hamburguesa	65 °C	25'
Hígado de ternera	65 °C	1h
Jarrete de ternera	80 °C	16h
Lengua de ternera	80 °C	8h
Magret de canetón	65 °C	25'
Magret de pato	65 °C	50'
Manitas de cerdo	80 °C	18h

Mollejas de ternera	82 °C	8h
Morro - oreja de cerdo	80 °C	18h
Muslo de pato	80 °C	8-10h
Muslo de pavo	75 °C	4h
Muslo de perdiz	80 °C	6h
Muslo de pichón	80 °C	2h 30'
Muslo de pollo	80 °C	2h
Muslo de pularda	68 °C	1h
Paletilla de cabrito	80 °C	10h
Paletilla de cordero	80 °C	18h
Paletilla de cordero	75 °C	7 h
Panceta de cerdo	80 °C	10h
Papada de cerdo	80 °C	18h
Pechuga de pichón	65 °C	15'
Pechuga de pollo	65 °C	35'
Pechuga de pollo de caserío	65 °C	50'
Pechuga de pularda	62 °C	1h 30'
Pularda	62 °C	1h 30'
Rabo de cerdo	82 °C	8h
Rabo de toro	82 °C	8h
Riñones de ternera	85 °C	1h 30'
Terrina de bacon y costillas de conejo	65 °C	12'
Tripa de ternera	82 °C	8h

\*Nota: Todos los tiempos y temperaturas de cocción son orientativos.



VERDURAS		
PRODUCTO	TEMPERATURA	TIEMPO
Acelga	85 °C	15'
Ajo confitado	85 °C	1h
Ajo tierno	85 °C	10-25'
Alcachofa	85 °C	25-45'
Apionabo	85 °C	30'
Boniato	90 °C	50'
Calabacín	85 °C	14-15'
Calabacín baby	85 °C	20'
Calabaza	85 °C	12-15'
Cebolleta	85 °C	30'
Champiñones	85 °C	15'
Chirivía	85 °C	10'
Coliflor	85 °C	40'
Colinabo	85 °C	16'
Espárragos blancos	85 °C	40'
Espárragos verdes	85 °C	24'
Espinacas	85 °C	15'
Guisantes congelados	85 °C	15'
Habas congeladas	85 °C	20'
Hinojo	85 °C	50'
Membrillo	85 °C	45'
Nabo	85 °C	20-40'
Nabo negro	85 °C	20-25'
Pak choy	85 °C	6'
Patata entera	85 °C	3h

Patata laminada 1 cm	85 °C	25'
Patata guarnición	90 °C	50'
Pimiento morrón	80 °C	50'
Rabanitos	85 °C	5'
Remolacha	85 °C	2'
Ruibarbo	61 °C	1h
Salsifí	85 °C	14'
Zanahoria	85 °C	45-55'
Zanahoria baby	85 °C	16-20'

\*Nota: Todos los tiempos y temperaturas de cocción son orientativos.



FRUTAS Y OTROS		
PRODUCTO	TEMPERATURA	TIEMPO
Agua de granada	80 °C	30'
Caqui	83 °C	35'
Cereza	83 °C	20'
Ciruela	65 °C	20'
Coco	83 °C	40'
Crema inglesa	83 °C	20'
Higos	63 °C	40'
Jugo de frambuesa	65 °C	45'
Kiwi	80 °C	20'
Manzana	85 °C	12'
Melocotón en almíbar	80 °C	45'
Melón	65 °C	20'
Naranja confitada en almíbar (escaldada previamente)	65 °C	2h
Papaya	64 °C	45'
Pera en puré	83 °C	1h
Piña	80 °C	30'
Plátano	65 °C	20'
Sandía	65 °C	20'

\*Nota: Todos los tiempos y temperaturas de cocción son orientativos.