

KERNTEMPERATUUR CHEATSHEET



DE BBQ-KLASSIEKERS

GERECHT	KERNTEMPERATUUR	VAN HET VUUR BIJ*
Biefstuk / steak	54–57 °C · medium rare	51–54 °C
Diamanthaas	54–57 °C · medium rare	51–54 °C
Bavette	54–57 °C · medium rare	51–54 °C
Tomahawk · reverse sear	54–57 °C · medium rare	46–48 °C uit de indirecte fase
Picanha · reverse sear	54–57 °C · medium rare	45–48 °C uit de indirecte fase
Hamburger · gemalen vlees	70 °C	meet 70 °C op het dikste punt
Gehaktbal · ook half-om-half	70 °C	meet 70 °C in de kern
Moink balls	70 °C	meet 70 °C in de kern
Kip · heel of filet	70–72 °C · wij houden 71 °C aan**	meet 71 °C in het dikste deel
Kippenbout / kippendij	minimaal 71 °C**	meet het dikste deel, niet tegen het bot
Beenham	65 °C	62–63 °C
Spareribs · low & slow	priktest · 92–95 °C	prikt als in pindakaas
Pulled pork	91–95 °C	n.v.t.
Brisket	±94 °C · én probe tender	soms pas bij 98–99 °C
Buikspek · low & slow	93 °C	n.v.t.
Riblap	90 °C	n.v.t.
Beefhammer / pulled beef	minimaal 92 °C	n.v.t.
Hele eend · gerookt	73 °C	gemeten in de bout, niet tegen het bot

*Doeltemperatuur minus nagaring (stuk van ±3 cm, normaal grillen). Bij low & slow is de eindwaarde zelf het doel.

**Veilig zodra de kern minimaal 1 minuut boven de 69 °C blijft; haal kip pas van het vuur als de meter 71 °C aangeeft, want een platte filet gaart nauwelijks na. Houd bij zwangerschap, jonge kinderen, ouderen of een kwetsbare weerstand 75 °C aan.

CUISSENS ROOD VLEES

● 43–48 °C	Bloedrood	<i>Bleu</i>
● 48–53 °C	Rood	<i>Rare</i>
● 54–57 °C	Rosérood	<i>Medium rare</i>
● 57–63 °C	Rosé	<i>Medium</i>
● 63–67 °C	Rosédoorbakken	<i>Medium well</i>
● 70+ °C	Doorbakken	<i>Well done</i>

NAGARING: HAAL HET OP TIJD VAN HET VUUR

- Normaal grillen (±3 cm dik): kerntemperatuur stijgt nog 2–4 °C na het vuur.
- Dik vlees (4 cm en meer) op hoge hitte: 5–8 °C nagaring.
- Low & slow: slechts 1–3 °C.
- Reverse sear: haal het vlees 8–10 °C onder je doel uit de indirecte fase; de sear voegt nog 6–8 °C toe.

GOED OM TE WETEN

- Spareribs test je op gevoel: de prikker moet erin gaan alsof je in een pot pindakaas prikt.
- Laat vlees onafgedekt op een rooster rusten; nooit onder folie als je de korst wilt houden.



SCAN VOOR DE VOLLEDIGE TABELLEN

Vis, wild en meer, plus alle uitleg over kerntemperaturen, op [BBQnerds.nl](https://bbqnerds.nl)