

ROMMELSBACHER

Garzeiten-Tabelle

für die Dampfdruckprogramme*

mein Hans



Gericht	Garzeit in Min.	Dampfdruckstufe
Rindfleisch (500 g)		
Beinscheiben	20	II
Gulasch	15 – 20	II
Kalbfleisch, geschnetzelt	6	II
Kalbsbraten	20 – 30	II
Kalbsgulasch, -filet	10 – 15	II
Kalbshaxe, -brust	15 – 20	II
Kalbsnierenbraten	20 – 30	II
Rinderbrust	20	II
Rindfleischklößchen	5	II
Rouladen, Filetbraten	15 – 20	II
Sauer-, Lendenbraten	30 – 40	II
Tafelspitz	40 – 45	II

Schweinefleisch (500 g)		
Eisbein/Schweinshaxe	30 – 40	II
Hackklößchen	5	II
Kasseler Rippchen	10 – 12	II
Pulled Pork	60	II
Schinken	30 – 35	II
Schweinebraten	45	II
Schweinefilet (am Stück)	10	II
Schweinepfeffer, -gulasch	10 – 15	II

Lamm (500 g)		
Braten	20 – 25	II
Ragout	10 – 15	II

Fisch/Meeresfrüchte (1000 g)		
Aal	7	I
Fischragout	3 – 4	I
Forelle (blau)	5	I
Heilbutt	7	I
Hummer	3	I
Kabeljau	7	I
Lachs (Filet)	7 – 8	I
Riesengarnelen	3	I
Rotbarsch/Goldbarsch	7	I
Scholle (Filet)	4	I
Seelachs (Filet)	7	I
Seezunge	4	I

Gericht	Garzeit in Min.	Dampfdruckstufe
Wild (500 g)		
Fasan	15 – 25	II
Hasenbraten/Kaninchen	15	II
Hasenkeulen	10	II
Hirschbraten	25	II
Hirschrouladen, -gulasch	15 – 20	II
Rebhuhn/Wachtel	12 – 15	II
Rehrbraten	20	II
Rehkeule	20 – 25	II
Rehrücken	15	II
Wildschweinbraten	25	II
Wildschweingulasch	15 – 20	II

Geflügel (500 g)		
Ente: Brust/Keule	15	II
Gans: Brust/Keule	30	II
Hähnchen: Brust/Keule	15	II
Pute: Brust/Keule	20	II

Suppen und Eintöpfe (1 Liter)		
Erbsensuppe	20 – 25	II
Fischsuppe/Brühe	10 – 15	II
Geflügel-Eintopf	8 – 10	II
Gemüsebrühe	8 – 10	II
Gemüse-Eintopf	4 – 8	II
Gemüse-Fleisch-Eintopf	15 – 20	II
Gemüsesuppe	4 – 8	II
Gulaschsuppe	15 – 20	II
Hühnersuppe	40 – 45	II
Kartoffelsuppe	15	II
Knochenbrühe	30 – 35	II
Linsensuppe	15 – 20	II
Ochsenchwanzsuppe	25	II
Pot-au-feu	20 – 25	II
Reis-Fleisch-Eintopf	8 – 10	II
Rindfleischsuppe	35 – 40	II
Tomatensuppe	5 – 6	II
Wildsuppe	30 – 35	II

* Da die Qualität, Beschaffenheit und Größe der Lebensmittel sowie das jeweilige Geschmacksempfinden variieren, sind die vorgeschlagenen Zeit- und Temperatureinstellungen der Programme nur eine Empfehlung. Die Garzeit beginnt, sobald der Inhalt aufgeheizt ist und sich der entsprechende Innendruck aufgebaut hat.



ROMMELSBACHER

Garzeiten-Tabelle

für die Dampfdruckprogramme*

mein Hans



Gericht	Garzeit in Min.	Dampfdruckstufe
Frischgemüse (500 g)		
Artischocke	5 – 10	I
Auberginen (Stücke)	3 – 4	I
Auberginen (gefüllt)	8 – 10	I
Blumenkohl (ganz)	10 – 15	I
Blumenkohl/Brokkoli	3 – 4	I
Fenchel (halbiert)	4 – 6	I
Grüne Bohnen	5 – 7	I
Grüne Erbsen	3 – 5	I
Kastanien (geschält)	6 – 12	II
Kohlrabi (Stücke)	5 – 8	I
Kohlrouladen	8 – 10	II
Kürbis	5 – 8	I
Maiskolben	5	II
Mischgemüse	5 – 6	I
Möhren/Karotten	4 – 6	I
Paprikaschote (gefüllt)	8 – 10	I
Paprikaschoten	1 – 2	I
Pastinaken	6 – 8	I
Porree/Lauch	2 – 4	I
Rosenkohl	4 – 5	I
Rote Beete (ganz)	15 – 20	I
Rotkohl/Blaukraut	4 – 5	II
Sauerkraut	8 – 10	II
Schwarzwurzeln (ganz)	7 – 9	I
Sellerie (ganz)	12	II
Sellerie (Stücke)	2 – 3	I
Spargel (ganz)	6 – 9	I
Spinat/Mangold	1 – 2	I
Süßkartoffeln	10	II
Tomaten (ganz)	1 – 2	I
Weißkohl	3 – 5	II
Winterkürbis	5	II
Wirsing	3 – 5	I
Zucchini	2 – 3	I
Zuckererbsen (in Schale)	3 – 5	I
Zwiebeln	5	I

Gericht	Garzeit in Min.	Dampfdruckstufe
Beilagen (500 g)		
Hefeklöße/Dampfnudeln	6	I
Knödel/Klöße	2 – 6	II
Mais (Polenta)	5 – 6	II
Naturreis	8 – 9	II
Pellkartoffeln	8 – 12	II
Risotto	6 – 9	II
Salzkartoffeln	6 – 8	II
Serviettenklöße	10 – 15	I
Weißer Reis	6 – 8	II

Hülsenfrüchte (400 g)		
Erbsen (getrocknet)	12 – 15	II
Bohnen (eingeweicht)	17	II
Kuhbohnen	10	II
Limabohnen	15	II
Linsen (getrocknet)	10 – 15	II
Rote Bohnen	15	II
Rote Kidneybohnen	15	II
Sojabohnen	15	II
Weißer Bohnen (gekeimt)	3 – 5	II
Weißer Bohnen (getrocknet)	20	II

Getreide (vorgeweicht)		
Buchweizen (nicht nachquellen)	6 – 7	II
Dinkel	8 – 9	II
Gerste	8 – 9	II
Grünkern	8 – 9	II
Hafer	8 – 9	II
Hirse (nicht nachquellen)	6 – 7	II
Roggen	8 – 9	II
Weizen	8 – 9	II

Sonstiges		
Dörrobst (nicht vorgeweicht)	8 – 10	II
Soft/Gelee	12 – 25	II
Wasserbad-Pudding (groß)	15 – 25	I
Wasserbad-Pudding (klein)	6 – 8	I

