

| Продукт | Толщина, мм | Температура | Время, мин. | Время, макс. |
|---|-----------------------|-------------------------------|-------------|--------------|
| Мясо | | | | |
| Говядина или баранина, нежное мясо <i>Длинный филей, вырезка, бифштекс из реберной или задней части, отбивные из баранины</i> | | | | |
| Нежная говядина, баранина | 25 мм | 56,5°C и выше | 1 час | 4 часа |
| Нежная говядина, баранина | 50 мм | 56,5°C и выше | 2 часа | 4 часа |
| Говядина или баранина, более жесткое/тощее мясо <i>Мясо для жаркого, ребрышки, грудинка, бифштекс из плечевой части, говядина травяного откорма, нога ягненка, бизона, дичь</i> | | | | |
| Бизон, дичь | 25 мм | 56,5°C и выше | 8-10 часов | 12-24 часа |
| Мясо для жаркого, нога ягненка | 70 мм | 56,5°C и выше | 10 часов | 24-48 часов |
| Ребрышки | 50 мм | 80°C | 24 часа | 48-72 часа |
| Говяжья пашинка, грудинка | 25 мм | 56,5°C и выше | 8-10 часов | 24-30 часов |
| Свинина, нежные куски <i>Длинный филей, мясо на ребрышках</i> | | | | |
| Длинный филей | 38 мм | 56,5°C и выше | 90 мин | 6-8 часов |
| Мясо на ребрышках | | 74°C | 4-8 часов | |
| Свинина, более жесткие куски <i>Отбивные, мясо для жаркого, ребрышки</i> | | | | |
| Отбивные из свинины | 25 мм | 56,5°C и выше | 2-4 часа | 6-8 часов |
| Отбивные из свинины | 50 мм | 56,5°C и выше | 4-6 часов | 8-10 часов |
| Свинина для жаркого | 70 мм | 71-80°C | 12 часов | 30 часов |
| Ребрышки | 70 мм | 71-80°C | 12 часов | 30 часов |
| Птица | | | | |
| Куриные грудки на кости | 50 мм | 63,5°C и выше | 2,5 часа | 4-6 часов |
| Куриные грудки без кости | 25 мм | 63,5°C и выше | 1 час | 2-4 часа |
| Куриный окорок/бедро | | 71°C и выше | 4 часа | 6-8 часов |
| Курица кусками | 70 мм | 71°C и выше | 6 часов | 8 часов |
| Окорок индейки/утки | | 80°C | 8 часов | 10 часов |
| Конфи | 70 мм | 80°C | 8 часов | 18 часов |
| Утиные грудки | 25 мм | 56,5°C и выше | 2,5 часа | 6-8 часов |
| Рыба и морепродукты | | | | |
| Нежирная рыба | 12,5 мм | Температура подачи по желанию | 30-40 мин | |
| Жирная рыба | 25 мм | Температура подачи по желанию | 40-50 мин | |
| Омар | 25 мм | 60°C | 45 мин | |
| Морские гребешки | 25 мм | 60°C | 40-60 мин | |
| Креветки | Крупные/очень крупные | 60°C | 30 мин | |
| Овощи | | | | |
| Корнеплоды <i>Свекла, морковь, корень сельдерея, пастернак, картофель, репа</i> | | | | |
| | До 50 мм | 84°C | 1-2 часа | 4 часа |
| Нежные овощи <i>Спаржа, брокколи, цветная капуста, зерновые, баклажан, фенхель, зеленый горошек, лук, бобовые, тыква</i> | | | | |
| | До 50 мм | 84°C | 45 мин | 1,5 часов |
| Фрукты | | | | |
| Твердые фрукты <i>Яблоко, груша</i> | | | | |
| | До 50 мм | 84°C | 45 мин | 2 часа |
| Мягкие фрукты <i>Персик, абрикос, слива, манго, папайя, нектарин, клубника</i> | | | | |
| | До 50 мм | 84°C | 30 мин | 1 час |
| Яйца <i>Куриные, крупные (для приготовления в скорлупе не запечатывайте их в вакууме в пакеты)</i> | | | | |
| Всмятку в скорлупе (быстро) | 1-12 | 75°C | 15 мин | 18 мин |
| Всмятку в скорлупе (медленно) | 1-12 | 63,5°C | 45 мин | 1,5 часа |
| Вкрутую в скорлупе | 1-12 | 71°C | 45 мин | 1,5 часа |
| Яичница | 5 | 75°C | 20 мин | |
| Пастеризованное в скорлупе | 1-12 | 57°C | 1,25 часа | 2 часа |