

# DAISY & CHOU - GUIDES TECHNIQUES

Retrouvez ces guides sur <https://daisychou.fr/>

## 1. TEMPÉRATURES À CŒUR (SONDE)

VIANDE	SAIGNANT	À POINT	BIEN CUIT	EFFILOCHÉ
Bœuf (Steak)	52-54°C	58-60°C	65°C+	-
Bœuf (Brisket)	Cuisson lente (Low & Slow)			93°C - 96°C
Porc (Côte/Filet)	-	63°C	70°C+	-
Porc (Épaule/Ribs)	Cuisson lente			93°C
Volaille	DANGER		74°C (Sécurité)	-
Poisson	45°C (Nacré)	50°C	55°C	-

\* Retirez la viande 2°C avant la cible, la température monte au repos.

## 2. ACCORDS BOIS (PELLETS)

BOIS	PROFIL	IDÉAL POUR
Hickory	Fort & Bacon	Bœuf, Porc, Gibier
Mesquite	Très Intense	Bœuf (Texas Style)
Pommier (Apple)	Doux & Fruité	Porc, Volaille
Cerisier (Cherry)	Doux & Coloré	Travers (Ribs), Canard
Chêne (Oak)	Neutre	Tout (Universel)

## 3. TEMPS AIR FRYER (MOYENNES À 200°C)

PRODUIT	TEMPS	CONSEIL
Frites Surgelées	15-18 min	Secouer à mi-cuisson
Nuggets / Panés	10-12 min	Pas d'huile ajoutée
Ailes de Poulet	20-25 min	Peau croustillante
Légumes Racines	15-20 min (190°C)	Mélanger avec un peu d'huile
Saumon (Pavé)	7-9 min	Peau vers le bas