

# FLEISCHZUBEREITUNG

## Fingerdrucktest



### Garstufe: bleu | rare | stark blutig

Daumen und Zeigefinger zusammenlegen und auf den Daumenballen drücken. Wenn sich dein Stück Fleisch gleich anfühlt – also schwammig – ist der Kern noch stark blutig. Das entspricht der Garstufe «bleu» beziehungsweise «rare».



### Garstufe: saignant | medium rare | blutig

Daumen und Mittelfinger zusammenlegen und auf den Daumenballen drücken. Wenn sich dein Stück Fleisch gleich anfühlt – es also noch stark federt – ist es im Kern noch blutig. Das entspricht der Garstufe «saignant» beziehungsweise «medium rare».



### Garstufe: à point | medium | mittel/rosa

Daumen und Ringfinger zusammenlegen und auf den Daumenballen drücken. Wenn sich dein Stück Fleisch gleich anfühlt – also nur noch leicht federt – ist es im Kern rosa. Das entspricht der Garstufe «à point» beziehungsweise «medium».



### Garstufe: bien cuit | well done | durch

Daumen und kleinen Finger zusammenlegen und auf den Daumenballen drücken. Wenn sich dein Stück Fleisch gleich anfühlt – also fest – ist es im Kern durchgegart. Das entspricht der Garstufe «bien cuit» beziehungsweise «well-done».