

# Garzeiten



## Fleisch

Fischstäbchen	230 °C	ca. 20-30 Min.
Nackensteaks	230 °C	ca. 30 Min.
Kassler	200 °C	ca. 20-25 Min.
Hähnchenfilet	200 °C	ca. 40-45 Min.
Frikadellen	230 °C	ca. 30 Min.
Hackbraten	230 °C	ca. 45-50 Min.
Schnitzel frisch, paniert	230 °C	ca. 30 Min.
Bratwurst	230°C	ca. 25 Min.
Hähnchenschnitzel	230 °C	ca. 25 Min.
Braten	200-220 °C	ca. 120-180 Min.
Rouladen	200-220 °C	ca. 120-180 Min.
Gulasch	200-220 °C	ca. 120-180 Min.
Ganzes Hähnchen	200°C	ca. 60 Min.
Pizza   Flammkuchen	250°C	ca. 15 Min.

## Gemüse

Blumenkohl	220°C	ca. 35 Min.
Brokkoli	180°C	ca. 20 Min.
Karotten	200°C	ca. 30 Min.
Kürbis	200°C	ca. 25-30 Min.
Paprika	200°C	ca. 20 Min.
Rote Beete	200°C	ca. 30-35 Min.
Zucchini	200°C	ca. 20 Min.

## Kartoffeln und Co.

Pommes	220°C	ca. 30 Min.
Röstis	200°C	ca. 30 Min.
Kartoffelecken   Wedges	220°C	ca. 45 Min.
Kartoffeln, frisch in Stücken	200°C	ca. 45-50 Min.

Christine Mendl  
Selbständige Pampered Chef Beraterin  
Am Sturz 8  
91785 Ramsberg  
Tel. 091446233  
Email: mendl.christine @outlook.de

pampered | chef  
SELBSTSTÄNDIGE BERATERIN