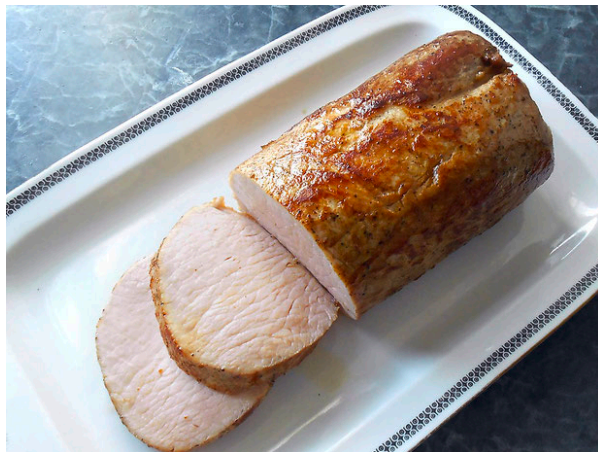




Schweinsbraten Sous-vide-Garen

Zutaten

1000 g Schweinsbraten
2 Knoblauch Zehe
2 EL Butter
Rosmarien / Lorbeer
Olivenoel
Pfeffer / Salz



Zubereitung

Das Rückenstück mit etwas Olivenöl einreiben und mit Knoblauchscheiben und dem Lorbeerblatt belegen und vakuumieren.

Für ca. 75 - 90 Minuten in ein 60° bis 65° warmes Wasserbad geben. Alternativ geht es auch im Dampfgarer.

Die Zeit ist von untergeordneter Bedeutung, da das Fleisch nicht wärmer als 60° werden kann. Lieber etwas länger drin lassen, wenn man unsicher ist.

Dann Schweinefleisch heraus nehmen, Butter in einer heißen Pfanne aufschäumen lassen und das Fleisch kurz darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und aufschneiden.