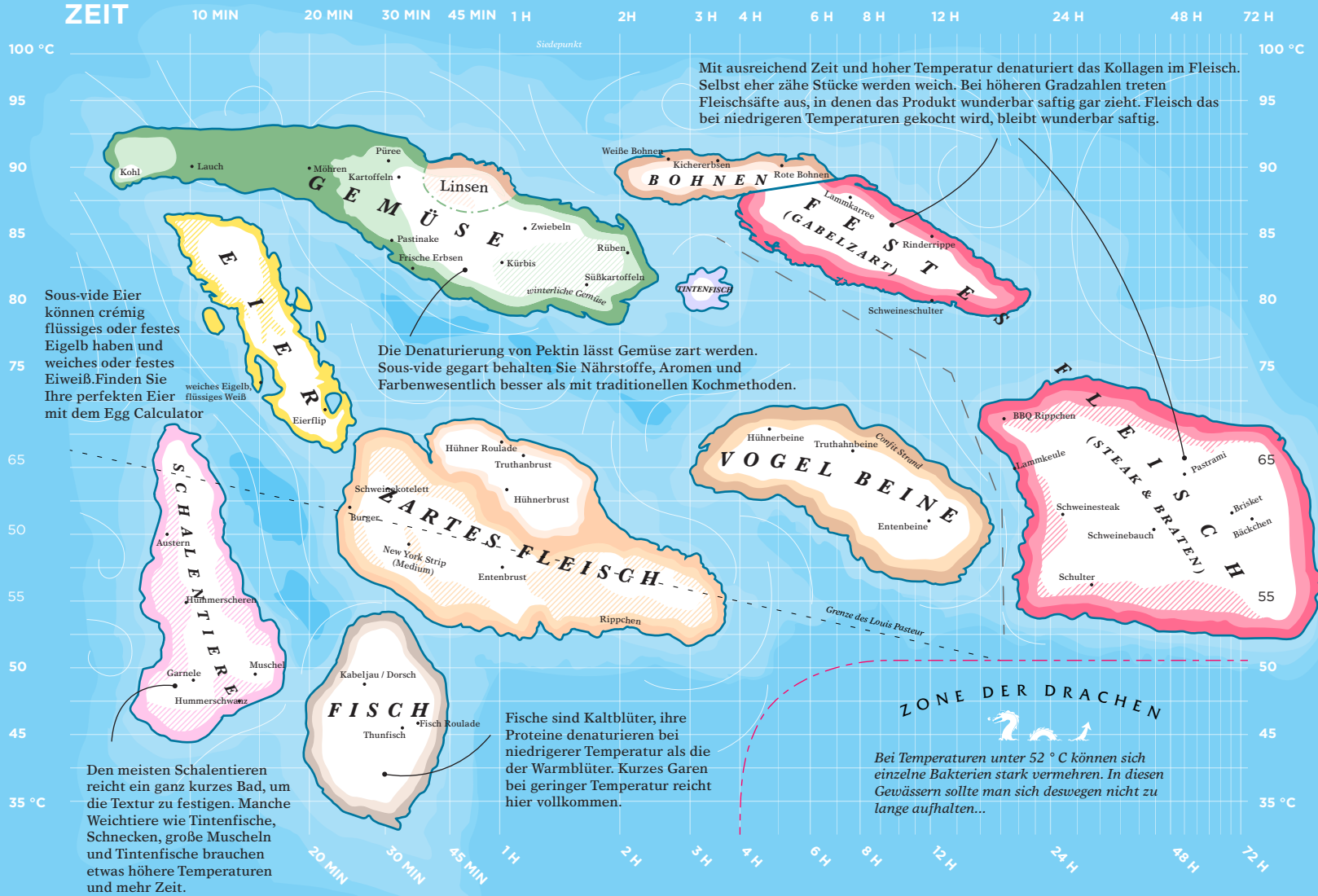
Die Landkarte des

SOUS VIDE COOKING

Die ganze Welt der planbaren Köstlichkeiten

Wir assoziieren Sous-vide oft nur mit dem langem Garen bei niedriger Temperatur. Aber eigentlich gibt es zahllose Varianten, was Garzeit und -temperatur betrifft. Ein Steak gart gänzlich anders als eine Kartoffeln oder ein Fisch es tut. Die gute Nachricht ist allerdings, dass Lachs nicht wirklich anders gegart wird, als ein Heilbutt. Steaks und Koteletts verhalten sich auch ganz ähnlich. Genau diese Gruppen von Lebensmitteln macht die Sous-vide Weltkarte sichtbar. Zonen, in denen Temperatur oder Garzeit ganz vergleichbar sind. Ein Fisch köchelt am besten in den kühleren Gewässern im Süden, während ein saftiges Stück Fleisch im Nordosten gart, wo sich die größeren Zeitfenster finden. Dreht es sich um Gemüse, navigieren Sie in den Norden, wo die Temperaturen am höchsten sind. Verwenden Sie diese Karte als Ausgangspunkt für ihre Reisen zu traditionellen Rezepte für Sous-vide und beim Experimentieren mit neuen Produkten.



ChefSteps

Diese kulinarische Kartographie ist Teil unseres Lehrgangs Kochen Sous Vide: Beyond the Basics. Besuchen Sie Chefsteps.com für Rezepte, Techniken und viel weitere Informationen rund um Sous Vide Garen. Deutsche Übersetzung von Kochfreunde.com.

kochfreunde