

REZEPTDIENST

GEWERBE/INDUSTRIE

STARBEEFER - Sous Vide Steaks



Materialzusammenstellung:

Beiried, R-Nuss (schön zugeputzt, ohne Deckel, an den Sehen in der Mitte geteilt), Gab, Hüfte, Rib-Eye-Steak, ...

Das Rindfleisch sollte mind. 10 Tage gereift sein.

RAPS Produkte pro kg Masse:

15-20 g STARBEEFER – Sous vide Steaks Art.Nr.: 30905
Ev. 15 g Speiseöl

Herstellung

1. Steaks schneiden mit 200-400 g.
2. Fleischstücke mit auf die Masse berechnetem Gewürz einreiben/marinieren.
3. Einzeln oder bis zu vier Stücke unter Vakuum verpacken, nicht übereinander stapeln (Beutel müssen zum Kochen geeignet sein).
4. Über Nacht durchziehen lassen.
5. Je nach gewünschtem Gargrad erhitzen:
 - a. Rare: bei 52-54 °C im Wasserbad für 4-6 h garen
 - b. Medium/Rare: bei 54-56 °C im Wasserbad für 4-6 h garen
 - c. Medium: bei 56-59 °C im Wasserbad für 4-6 h garen
 - d. Wer's wirklich will - Well Done: bei 60-64 °C im Wasserbad für 4-6 h garen
6. In Eiswasser abkühlen.

REZEPTDIENST

GEWERBE/INDUSTRIE



Zubereitung:

1. Fleisch auf den Kühlschrank legen und ca. 30 min. temperieren lassen.
2. In der Pfanne scharf anbraten.
3. Jede Seite ca. 3-5 min. braten, unter mehrmaligem Wenden.
4. Fleisch dann aus der Pfanne nehmen und ca. 1 min. ruhen lassen.