

Inspirace pro vaření v páře.



Inspirativní recepty pro nové
pečicí trouby studioLine se sous-vide
www.siemens-home.bsh-group.com/cz

Siemens domácí spotřebiče

SIEMENS

Objevte kouzlo šetrného vaření metodou sous-vide.

Inspirujte se chutnými recepty na zdravou přípravu nejrůznějších pokrmů. Díky sous-vide budou ryby, maso a zelenina obzvláště křehké a večery s přáteli se stanou báječným kulinářským zážitkem.

Dobrou chuť!



Obsah

- 6 Sous-vide. Taková dobrota. Informace o spotřebiči.
- 8 Dávkujte páru. Pro mimořádně šetrnou přípravu.
- 9 Sous-vide vaření. Rychlé a snadné.
- 10 Programy sous-vide
- 11 Zkratky a množstevní údaje

Recepty

- 14 Steak z bizona se zeleným salátem
- 16 Rib eye
- 18 Jehněčí s ochucenou rýží a granátovým jablkem
- 20 Quesadillas s kuřecími prsíčky
- 22 Kachní prsa po pekíngsku
- 24 Vlažný salát z kachních prsou
- 26 Sendvič s treskou obecnou a remuládovou omáčkou
- 28 Pošírované hřebenatky s tygřími krevetami
- 30 Losos se světle zeleným bylinkovým rizotem
- 32 Mořský d'as se špenátem a rajčaty
- 34 Platýs po asijsku
- 36 Dýňové carpaccio
- 38 Zelený chřest s lanýžovou omáčkou
- 40 Rajčatový salát
- 42 Batátové gnocchi v hnědém šalvějovém másle
- 44 Vitello Tonnato
- 46 Dezert Piña Colada
- 48 Pistáciový parfait s pošírovanými švestkami
- 50 Buchty na páře s vanilkovým krémem
- 52 Čokoládový pudink

36

Dýňové carpaccio



16

Rib eye



28

Pošírované hřebenatky
s tygřími krevetami



46

Dezert Piña colada



Sous-vide. Taková dobrota.

Informace o spotřebiči.

Šetrné vaření bez vzduchu.

Francouzská zkratka „sous-vide“ znamená vaření ve vakuu, a tedy obzvláště šetrnou přípravu nejrůznějších pokrmů. Maso, ryby a zelenina se zavakuované v sáčku vaří při trvale nízkých teplotách ve vodní lázni nebo v páře a výsledky jsou obzvláště křehké a šťavnaté.

Na dokonalý požitek není nikdy pozdě.

Vaření metodou sous-vide je vařením bez stresu. Díky nízkým teplotám při přípravě pokrmů metodou sous-vide je totiž téměř vyloučeno rozvaření. V sáčku zůstanou zachované téměř veškeré živiny, chuťové a aromatické látky a jídlo má intenzivnější přirozenou chuť, a to i bez dochucení. To znamená, že maso, ryby a zelenina se mohou připravovat zvláště jemně a zůstanou šťavnaté a neztrácejí svou přirozenou barvu ani vůni.

A pokud hosté dorazí později, můžete dobu vaření bez obav prodloužit až o 30 minut, aniž by to bylo na úkor dokonalého chuťového zážitku.

Maximální hygiena při nízkých teplotách.

Kromě obecných hygienických zásad, jako je dezinfekce rukou, používání jednorázových rukavic a různých prkének pro krájení odlišných potravin, platí pro sous-vide zvláštní požadavky na přípravu, protože vaření probíhá výhradně při nízkých teplotách.

Pro vaření ve vakuu používejte pouze čerstvé potraviny, bezvadné a nejlepší kvality. Než začnete ovoce a zeleninu dále zpracovávat, vždy je důkladně omyjte nebo oloupejte. Syrové nebo choulostivé potraviny, např. drůbež, vejce nebo ryby, vyžadují obzvláště pečlivou přípravu. Chlazené potraviny byste měli z chladničky vyndat těsně před přípravou.

Tip!

Vzhledem k tomu, že se na povrchu téměř každé potraviny nacházejí bakterie, nejlepší způsob, jak je zničit, je podržet zavakuované a ještě nevařené potraviny po dobu maximálně 3 sekund ve vroucí vodě! Tímto způsobem suroviny zbavíte bakterií a po strážce hygienické optimálně připravíte pro vaření metodou sous-vide.

Sous-vide. Takhle to funguje!

Než začnete s šetrnou přípravou, musíte potraviny nejprve vložit do tepelně odolných vakuovacích sáčků vhodných pro sous-vide, a to pomocí vakuovací zásuvky, jako je například Siemens BV910E1B1, která dokáže vytvořit až 99 % vakuum. Ty si můžete snadno objednat přes zákaznický servis domácích spotřebičů Siemens – případně můžete použít hotový zavakuovaný pokrm od řezníka.

Příslušenství

Vakuovací sáček



180x280 mm

Objednací číslo 17000222

240x350 mm

Objednací číslo 17000223

Vakuovací zásuvka Siemens

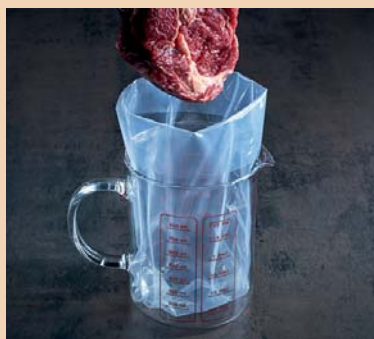


BV910E1B1

Jednoduše vypustíte vzduch a sami si zavakuujete.

At' už chcete připravit cokoli – při vaření metodou sous-vide se vaší fantazii nekladou téměř žádné meze. Podívejte se, jak nejlépe postupovat při plnění vakuovacích sáčků.

- Nepoužívejte alkohol, oleje lisované zastudena ani úplně malé množství česneku. Předejdete tak nepříjemné pachuti.
- Pro snadné plnění vakuovacích sáčků přehněte okraj sáčku a vložte ho do odměrky nebo jiné vysoké nádoby.
- Pokud do jednoho sáčku vložíte více kusů masa nebo ryb, dbejte na to, aby byly umístěny vedle sebe. Zelenina a moučníky by se měly vakuovat v co nejplošší podobě.
- U vysoce kvalitních potravin stačí jen kousek másla a špetka soli, aby byl požitek co nejméně zkeslený a přirozená chuť pokrmu intenzivnější.
- Upozorňujeme, že některé přísady mohou změnit dobu vaření a konzistenci pokrmu, a proto by se pro přípravu sous-vide používat neměly nebo by se měly používat opatrně. Například sůl, cukr a tekutina zkracují dobu vaření, zatímco kyselé potraviny, jako je citron nebo ocet, konzistenci pokrmu zpevňují.
- Vložte sáček do vakuovací zásuvky a použijte dle návodu. Nakonec zkontrolujte, zda je sáček hermeticky uzavřený.



Dávkujte páru. Pro mimořádně šetrnou přípravu.

1. Zavakuované potraviny vložte na rošt do trouby a dbejte na to, aby mezi sáčky zůstal dostatečný prostor. Je to proto, že pro optimální rovnoměrné rozložení tepla by se potraviny neměly vzájemně dotýkat a v případě velkého množství by se měly připravovat ve dvou výškách.
2. Zasuňte rošt do středu varného prostoru a pod něj do první úrovně vložte univerzální plech. Pokud používáte parní troubu, vložte pokrm do perforovaného plechu doprostřed varného prostoru a pod něj do první úrovně umístěte neperforovaný plech.
3. Nyní jídlo uvařte podle návodu v receptu.
4. Poté sáčky opatrně vyjměte z trouby. Pozor: na povrchu se během vaření hromadí horká voda.
5. Zvnějšku osušené sáčky vložte do čisté misky. Nyní je stačí už jen rozříznout a všechny uvařené potraviny s nashromážděnou tekutinou využít k přípravě luxusního pokrmu.

⚠ Varování **Nebezpečí popálení!**

Nádobí a příslušenství se při vaření zahřívá, stejně jako kondenzát na vakuovacích sáčcích pro sous-vide. Proto vždy berte vše do ruky jen pomocí kuchyňské chňapky!

Během vaření se ve vnitřním prostoru vytváří horká pára, která nemusí být v závislosti na teplotě viditelná. Proto během provozu spotřebiče nesahejte do varného prostoru a troubu otevírejte velmi opatrně. Dbejte, aby se do blízkosti trouby nedostaly děti.



Sous-vide vaření. Rychlé a snadné.

A je téměř hotovo! Po vaření metodou sous-vide už jen jídlo během několika málo kroků doděláte a můžete podávat.

Maso:

Krátkým osmahnutím při vysoké teplotě získá maso krásnou kůrčičku a lákavou vůni pečeně, aniž by se rozvařilo. Pro dosažení obzvláště dobrého výsledku doporučujeme přípravu na grilu. Před osmahnutím v horkém tuku maso každopádně osušte kuchyňskou utěrkou! Zabráníte tím vystřikování tuku a vzniku nežádoucích skvrn na oblečení, dlaždicích nebo podlaze.

Ryby:

Trochu je okořeňte, přelijte horkým máslem a je hotovo!

Zelenina:

Zeleninu krátce osmažte na pánvi a podle potřeby ji dochuťte dalšími ingrediencemi.

Pokrm podávejte na přehřátých talířích a pokud možno s horkým máslem nebo jemnou omáčkou. Pro správný a obzvláště chutný aromatický odstín stačí použít vývar nebo marinovat zeleninu. Parní troubu ihned po skončení vaření vytřete houbou a vysušte.

Další informace o parních troubách Siemens, ale i užitečné tipy, např. tabulku s doporučenou dobou a teplotou přípravy pro různé druhy potravin vaření a pokyny k čištění, najdete v přiloženém návodu k použití.

Řiďte se i dalšími bezpečnostními pokyny, které jsou v návodu uvedené.

Programy sous-vide

V následující tabulce najdete všechny programy sous-vide tohoto spotřebiče. Abychom vám usnadnili volbu při nastavování, je pod bodem „Stupně uvaření“ uveden seznam často požadovaných stupňů a nastavených teplot vaření. Pokud není požadovaný stupeň vaření uvedený,

můžete zvolit libovolně po 1 °C v uvedeném teplotním rozsahu. Doba vaření se automaticky přizpůsobí nastavené teplotě vaření.

Potraviny v sáčku sous-vide položte na rošt a pod něj zasuňte univerzální plech.

Tabulka programů

Potravina	Množství*	Rozsah teplot °C	Stupeň uvaření	Teplota, kterou je třeba nastavit	Tip/upozornění
Steak z hovězí/telecí svíčkové	Tloušťka: 2-3 cm	58-65	růžový	58	Vakuujte s máslem a rozmarýnem.
			růžový – medium	63	
			propečený	65	
Medailonky z hovězího/telecího filetu	Tloušťka: 3-4 cm	58-65	růžové	58	Vakuujte s máslem a rozmarýnem.
			růžové – medium	63	
			propečené	65	
Medailonky z vepřového filetu	kus 80-100 g	63-70	růžové – medium	63	Vakuujte s máslem a čerstvou bazalkou.
			propečené	70	
Jehněčí hřbet	kus 150-250 g	58-68	růžový	58	Vakuujte s trochou soli, máslem a tymiánem.
			propečený	68	
Kachní prsa	kus 300 g	58-68	růžová	58	Naříznete tukovou vrstvu, stranu masa posypte trochou pepře a soli a zavakuujte s malým kouskem pomerančové kůry.
			propečená	68	
Kuřecí prsa	kus 150-250 g	65-75	jemná + šťavnatá	65	Vakuujte s trochou soli, máslem a tymiánem.
			propečená	75	
Rybí filé	Tloušťka: 2-3 cm	58-65	blanšírované	58	Zvlášť vhodné jsou masité druhy ryb, např. losos nebo treska obecná. Vakuujte s máslem, koprem a tenkými plátky bio citronu
			propečené	65	
Hřebenatky	vakuujte naplocho	60-70	blanšírované	60	Vakuujte s limetkovou šťávou, solí a máslem.
			propečené	70	
Garnáti	vakuujte naplocho	60-65	blanšírované	60	Použijte garnáty bez krunýře. Vakuujte s pomerančovou šťávou, solí a máslem.
			propečené	65	

Potravina	Množství*	Teplota °C	Tip/upozornění
Zelený chřest	–	85	Zůstane pěkně zelený, pokud ho před vakuováním budete blanširovat. Vakuujte s máslem, solí, trochou cukru a pepřem.
Dýně, kostky/ proužky	–	90	Vakuujte se solí, pepřem, máslem a tymiánem nebo se zázvorem. Další možnost – chilli a sušené kari.
Třešňová rajčata	–	58	Smíchejte červená a žlutá třešňová rajčata. Vakuujte s olivovým olejem, solí a cukrem. Je možné přidat i balsamický ocet.
Ananas, plátky	Tloušťka: 1,5 cm	85	Vakuujte s máslem, medem a vanilkou.
Jablka, plátky	Tloušťka: 0,5 cm	85	Zvlášť vhodné jsou pevné druhy jako např. Jonagold a Boskop. Vakuujte s karamelovým přelivem.
Vanilkový přeliv	–	82	viz recept v letáku

* Maximální celkové množství, které lze připravovat najednou: 2 kg.

Zkratky a množstevní údaje

Zkratky	
ml	mililitr
l	litr
g	gram
kg	kilogram
cm	centimetr
mm	millimetr
PL	polévkové lžíce
KL	kávová lžička
ŠN	špička nože
např.	například
cca	přibližně
Ø	průměr

Hmotnosti, prostorové míry			
1 kg	1000 g	100 dkg	2,22 lb
1 l	1000 ml	100 cl	10 dl

Nutriční údaje	
kcal	kilokalorie
T	tuky
S	sacharidy
B	bílkoviny

Recepty





Steak z bizona se zeleným salátem

4 porce



Ingredience:

Na steak z bizona:

2 steaky z bizona, à 300 g

10 g soli

1 bio citron

1 šN fenyklového semínka

60 g másla

Na salát:

100 g brokolice

50 g ředkviček

15 g dijonské hořčice

3 g soli (2 špetky)

50 ml olivového oleje

15 ml sherry octa

200 g mixu salátových listů

Na aioli:

1 vajíčko

5 g nasekaného česneku

2 g uzené mleté papriky (1 KL)

5 g bílého octa


5 g soli

250 ml olivového oleje

Na opečení steaku z bizona:

60 g přepuštěného másla

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45 cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

1063 kcal, 103 g T, 3 g S, 36 g B

Příprava:

1. Citron omyjte pod horkou vodou, osušte a nastrouhejte kůru.
2. Připravte si steaky z bizona, přitom dodržte hygienu. Vetřete sůl, semínka fenyklu a citronovou kůru a s máslem vložte do vakuovacího sáčku. Zavakujte na stupeň 3 a uvařte podle pokynů.
3. Salát, brokolici a ředkvičky opláchněte ve studené vodě a osušte. Ředkvičky a brokolici nakrájejte na velmi tenké proužky a přidejte je do salátové mísy k salátu.
4. Na zálivku smíchejte hořčici, olivový olej, ocet a sůl a těsně před podáváním vmíchejte do salátu.
5. Na přípravu aioli (domácí majonéza) dejte do mixeru vajíčko, česnek, mletou papriku, ocet, sůl a 1 KL olivového oleje. Během mixování postupně přidávejte olej, dokud nezískáte hustou konzistenci. Aioli uložte do chladu.
6. Po skončení vaření vyjměte steaky ze sáčku a osušte je.
7. Steaky z obou stran krátce a zprudka opečte na pánvi s přepuštěným máslem dozlatova, vyjměte z pánve a nechte asi 5 minut odpočívat na talíři.
8. Steaky nakrájejte na asi 1 cm tenké plátky, rozdělte na 4 porce a podávejte se salátem a aioli.

Tip:

- Místo steaku z bizona můžete použít i rib eye steak.

Nastavení:



60cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3



45cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2



45cm

neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 60 °C, **doba vaření:** 60 minut

Rib eye

4 porce



Ingredience:

Marináda:

30 ml tmavé sójové omáčky

2 kapky kouřového oleje

30 ml worcestrové omáčky

5 ml citronové šťávy (1 KL)

5 g hnědého cukru (1 KL)

40 g másla

Maso:

2 rib eye steaky, à 500 g

30 g přepuštěného másla


Podle chuti:

sůl

černý pepř z mlýnku

čerstvě nastrohaný muškátový
oříšek

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

532 kcal, 33 g T, 4 g S, 56 g B


Příprava:


1. Smíchejte všechny ingredience na marinádu.
2. Připravte si rib eye steaky, přitom dodržujte hygienu. Rib eye steaky uložte jeden vedle druhého do vakuovacího sáčku, přidejte marinádu a vakuujte na stupeň 2. Rib eye steaky marinujte v chladničce 4-8 hodin.
3. Zavakuované rib eye steaky vložte do trouby a vařte je podle pokynů.
4. Po upečení vyjměte rib eye steaky ze sáčku a osušte je. Na omáčku povařte marinádu jako sirup v malém hrnci.
5. Na pánvi rozehejte přepuštěné máslo a rib eye steaky na něm krátce osmažte ze všech stran, aby byly na povrchu pěkně hnědé a jádro zůstalo křehké a šťavnaté.
6. Omáčku přelijte přes jemné sítko, dochuťte a podávejte s rib eye steaky.


Tip:

- K rib eye steakům podávejte rajčatový salát sous-vide.

Nastavení:

 60cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3

 45cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2

 45cm neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 60 °C, **doba vaření:** 60 minut

Jehněčí s ochucenou rýží a granátovým jablkem

4 porce



Ingredience:

Na jehněčí:

2 g mletého římského kmínu
(½ KL)

2 g mletých semen koriandru
(½ KL)

2 g mletého černého pepře
(½ KL)

800 g jehněčího hřbetu bez
kostí

10 g soli

60 g másla

Na rýži:

40 g přepuštěného másla

15 g nasekané šalotky

10 g nasekaného česneku

3 g mleté kurkumy (½ KL)

1 svítek skořice

200 g rýže basmati

8 g soli

320 ml horkého kuřecího
vývaru

1 granátové jablko

Na opečení jehněčího:


40 g přepuštěného másla

Na ozdobu:

10 g nasekané petrželky

2 g chilli vloček (½ KL)

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošť

 45 cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

799 kcal, 45 g T, 47 g S, 52 g B




Příprava:

1. Na středním plameni ohřejte pánev a restujte římský kmín, semena koriandru a černý pepř, dokud se koření nerozvoní.
2. Připravte si jehněčí hřbet, přitom dodržujte hygienu. Ze všech stran vetřete sůl a orestované koření, s máslem vložte do vakuovacího sáčku a vakuujte na stupeň 3. Vařte podle návodu.
3. Na rýži basmati zahřejte máslo v hrnci, přidejte šalotku a česnek. Poduste 5 minut a vícekrát zamíchejte.
4. Přidejte koření a vařte 1 minutu, dokud se nerozvoní.
5. Přidejte rýži basmati a dobře promíchejte. Přidejte kuřecí vývar a sůl a vařte 15 minut. Poté odstavte z varné desky a nechte pod pokličkou 10 minut odpočívat.
6. Granátové jablko omyjte, osušte, rozkrojte napůl a vyjměte semínka.
7. Polovinu semínek granátového jablka vmíchejte do rýže basmati.
8. Na konci vaření vyjměte jehněčí hřbet z vakuovacího sáčku, opláchněte koření a maso osušte.
9. Jehněčí hřbet osmažte na pánvi s přepuštěným máslem při vysokém výkonu dozlatova. Nechte 5 minut odpočinout a poté rozdělte na 4 porce.
10. Jehněčí hřbet naaranžujte na ochucenou rýži basmati a posypte nasekanou petrželkou a chilli vločkami.

Tipy:

- Místo jehněčího hřbetu můžete použít také jehněčí steak.
- Druhou polovinu semínek z granátového jablka můžete použít jako ozdobu ovocného salátu nebo müsli.

Nastavení:




 60 cm	univerzální plech, výška 1 rošť, výška 3
 45 cm	univerzální plech, výška 1 rošť, výška 2
 45 cm	neperforovaná parní nádoba, výška 1 perforovaná parní nádoba, výška 2
sous-vide, 61 °C, doba vaření: 50 minut	

Quesadillas s kuřecími prsíčky

4 porce



Nastavení:

 ↓ 60cm	univerzální plech, výška 1 rošt, výška 3
 ↓ 45cm	univerzální plech, výška 1 rošt, výška 2
 ↓ 45cm	neperforovaná parní nádoba, výška 1 perforovaná parní nádoba, výška 2
Filet z kuřecích prsíček: sous-vide, 65 °C, doba vaření: 60 minut	
Chřest: sous-vide, 80 °C, doba vaření: 30 minut	

Ingredience:

Na kuře:

600 g filetů z kuřecích prsíček

10 g soli

1 g oregana

2 g mletého římského kmínu
(½ KL)

1 g mletého chilli (1 ŠN)

2 g černého pepře (½ KL)

30 ml slunečnicového oleje

Na guacamole:

600 g avokáda, 2 kusy

60 g nasekané šalotky

20 ml limetkové šťávy

80 g půlených třešňových rajčat

8 g soli

5 g čerstvého nasekaného
koriandru

Na opečení filetů z kuřecích prsíček:

30 g másla

Na quesadillu:

150 g zeleného chřestu

4 g soli

40 g másla

12 pšeničných tortil, Ø 20 cm

250 g strouhaného čedaru

Příslušenství:



↑ 60/45 cm

univerzální plech, rošt



↑ 45cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

1288 kcal, 73 g T, 88 g S, 68 g B

Příprava:

1. Připravte si filety z kuřecích prsíček, přitom dodržujte hygienu. Filety osolte a potřete kořením. Vložte je do vakuovacího sáčku a vakuujte na stupeň 3. Vařte podle návodu.
2. Na přípravu guacamole omyjte avokádo, osušte je, rozpulte a zbavte pecky.
3. Od slupky oddělte lžící dužinu, vložte ji do mísy a rozmačkejte vidličkou. Přidejte zbývající ingredience a vše pečlivě promíchejte.
4. Po skončení doby vaření nechte filety z kuřecích prsou 10 minut odpočinout. Poté je vyjměte z vakuovacího sáčku a osušte.
5. Chřest opláchněte, osušte a odstraňte tvrdé konce.
6. Chřest se solí a máslem vložte do vakuovacího sáčku, vakuujte na stupeň 3 a vařte podle pokynů.
7. Vložte máslo na pánve a při středním výkonu ho rozehejte. Přidejte filety z kuřecích prsíček a z obou stran je osmahněte. Poté je nakrájejte na 1 cm tenké plátky.
8. Vyjměte chřest z vakuovacího sáčku a nakrájejte ho na tenké plátky.
9. 6 tortil rovnoměrně obložte chřestem, čedarem a plátky kuřecích prsou. Přiklopte zbývajících tortilami a vytvořte quesadilly.
10. Na pánve dejte máslo a při středním výkonu ho rozehejte. Postupně vkládejte quesadilly a z obou stran je osmahněte dozlatova.
11. Takto osmažte všechny quesadilly na pánvi.
12. Quesadilly příčně nakrájejte a podávejte s guacamole.

Tipy:




- Místo kuřecích prsíček můžete použít i krůtí.
- Ke quesadillám můžete také podávat čerstvou salsu z rajčat a chilli. Rajčata a červenou cibuli nakrájejte na kostičky, zjemněte limetkovou šťávou a nasekanými lístky čerstvého koriandru.

Kachní prsa po pekingsku

4 porce



Nastavení:

 ↓ 60cm	univerzální plech, výška 1 rošt, výška 3
 ↓ 45cm	univerzální plech, výška 1 rošt, výška 2
 ↓ 45cm	neperforovaná parní nádoba, výška 1 perforovaná parní nádoba, výška 2
sous-vide, 62 °C, doba vaření: 90 minut	

Ingredience:

Na kachní prsa:

2 kachní prsa, à 400 g

5 g soli (1 KL)

5 g mletého koření pěti vůní (1 KL)

10 g nastrouhaného zázvoru

20 ml sójové omáčky

20 g třtinového cukru

2 g mletého chilli (½ KL)

1 bio pomeranč

Na palačinky, 4 ks:

130 g mouky

15 g kukuřičného škrobu

125 ml vody

125 ml plnotučného mléka

3 vajíčka

25 g rozpuštěného másla

špetka soli

Na zeleninu:

100 g salátové okurky

100 g karotky

100 g jarní cibulky

50 g omáčky hoisin

Příslušenství:



↑ 60/45 cm

univerzální plech, rošt



↑ 45cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

708 kcal, 42 g T, 39 g S, 43 g B

Příprava:

1. Připravte si kachní prsa, přitom dodržte hygienu. Kůži na kachních prsou nařízněte ostrým nožem do mřížky tvarů kosočtverců. Dejte pozor, aby řezy byly pouze v tukové vrstvě a velmi blízko u sebe.
2. V mističce smíchejte sůl, mleté koření pěti vůní, zázvor, sójovou omáčku, cukr a mleté chilli.
3. Pomeranč omyjte pod horkou vodou, osušte ho a odkrojte tenký kousek kůry.
4. Kachní prsa důkladně potřete směsí koření a společně s pomerančovou kůrou vložte do vakuovacího sáčku. Vakuujte na stupeň 3 a nechte v chladničce alespoň 2 hodiny marinovat.
5. Po marinování uvařte podle návodu.
6. Všechny ingredience na palačinky vyšlehejte metlou dohladka a nechte je 15 minut zakryté odpočinout.
7. Okurku a karotku omyjte a oloupejte. Jarní cibulku omyjte a osušte. Zeleninu nakrájejte na 10 cm dlouhé a 2 mm tenké tyčinky.
8. Pro přípravu palačinek dejte na pánev máslo a rozehejte při středním výkonu. Smažte palačinky o průměru cca 16 cm. Na jednu palačinku použijte ¼ šálku těsta a pečte dozlatova. Hotové palačinky přikryjte, aby se nevysušily.
9. Na konci vaření vyjměte kachní prsa z vakuovacího sáčku a osušte je.
10. Rozehřejte pánev při středním výkonu desky. Kachní prsa vložte tukovou stranou dolů, přitlačte je špachtlí a smažte je dozlatova a dokřupava. Prsa otočte a smažte ještě asi 20 sekund. Poté je nechte pět minut odpočinout na talíři.
11. Kachní prsa nakrájejte ostrým nožem na tenké plátky.
12. Palačinky pokapejte omáčkou hoisin, navrch položte plátky kachních prsou, okurku, karotku a jarní cibulku a podávejte.

Tip:

- Místo palačinek můžete použít také hotové pšeničné tortily. Ohřejte je 5 minut před podáváním pomocí funkce regenerace pečící trouby.

Vlašný salát z kachních prsou

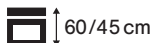
4 porce



Ingredience:

2 kachní prsa, à cca 300 g
40 g másla
2 stonky čerstvé máty
1 snítka čerstvého koriandru
20 ml olivového oleje
1 svazek jarní cibulky
1 kus čerstvého zázvoru o velikosti vlašského ořechu
1-2 stroužky česneku
75 ml rýžového nebo ovocného octa
50 ml světlé sójové omáčky
20 ml oleje z praženého sezamu
30 ml slunečnicového oleje
30 g nasekaných arašídů
sůl
černý pepř z mlýnku
cukr

Příslušenství:



univerzální plech, rošt



neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

695 kcal, 60 g T, 3 g S, 31 g B

Příprava:

1. Připravte si kachní prsa, přitom dodržujte hygienu. Kachní prsa s máslem vložte do vakuovacího sáčku a vakuujte na stupeň 3.
2. Zavakuovaná kachní prsa vložte do parní trouby a vařte podle návodu.
3. Po uvaření vyjměte kachní prsa ze sáčku a osušte je. Na pánvi rozehřejte přepuštěné máslo a kachní prsa osmahněte v horkém tuku ze všech stran, aby jejich povrch pěkně zžhněl a uvnitř zůstala šťavnatá a křehká.
4. Kachní prsa nechte vychladnout a nakrájejte napříč na tenké plátky.
5. Jarní cibulku omyjte, osušte a nakrájejte napříč na tenké plátky. Zázvor a česnek oloupejte a nadrobno nakrájejte. Vše smíchejte s octem, sójovou omáčkou a oběma oleji a přelijte přes plátky kachních prsou.
6. Salát podle potřeby dochuťte a podávejte posypaný nasekanými arašídů.

Nastavení:



univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3



univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2



neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 62 °C, **doba vaření:** 70 minut

Sendvič s treskou obecnou a remuládovou omáčkou

4 porce



Ingredience:

Na tresku obecnou:

500 g čerstvého filetu z tresky obecné bez kostí a kůže

1 bobkový list

80 g másla

10 g soli

Na remuládu:

30 g omyté, oloupané a jemně nastrouhané bulvy celeru

10 g hořčice

Tabasco, podle chuti

150 g majonézy

10 g nakrájených kaparů

10 g nakrájených kyselých okurek

10 g nasekané šalotky

½ bio citronu, šťáva a kůra

5 g najemno nasekané pažitky

5 g najemno nasekaného estragonu


Na sendviče:

4 brioškové housky

40 g másla

60 g oprané rukoly

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45 cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

854 kcal, 67 g T, 34 g S, 31 g B


Příprava:


1. Připravte si fileť z tresky obecné, přitom dodržujte hygienu. Vložte fileť společně s máslem, solí a bobkovým listem do vakuovacího sáčku. Vakuujte na stupeň 2 a vařte podle pokynů.
2. Citron omyjte, osušte, nastrouhejte kůru a vymačkejte.
3. Na remuládu smíchejte všechny ingredience v míse a osolte je.
4. Brioškové housky rozkrojte napůl. Máslo rozehejte na pánvi při středním výkonu varné desky. Na pánev položte brioškové housky rozříznutou stranou dolů a osmažte dozlatova a dokřupava.
5. Po skončení vaření vyjměte fileť z tresky obecné z vakuovacího sáčku, osušte a rozdělte na 4 porce.
6. Spodní polovinu housky potřete vrstvou remulády, na ni položte porci tresky obecné a rukoly a přiklopte horní polovinou housky.


Tip:

- Místo tresky obecné můžete použít také tresku skvrnitou.

Nastavení:

 60 cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3

 45 cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2

 45 cm neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 61 °C, **doba vaření:** 18 minut

Pošírované hřebenatky s tygřími krevetami

4 porce



Ingredience:

Na hřebenatky:

120 g másla

4 vybrané a čisté hřebenatky

700 g tygřích krevet

6 g soli (1 vrchovatá KL)

120 ml pomerančové šťávy

Na zeleninu:

80 g salátové okurky

60 g červené cibule

15 g papriček jalapeño


10 g koriandrových lístků

Příloha:

10 ml limetkové šťávy

200 g nachos

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45 cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

671 kcal, 40 g T, 40 g S, 39 g B


Příprava:


1. Máslo vložte do hrnce a při středním výkonu ho nechte lehce zhnědnout, scedte a nechte vychladnout.
2. Připravte si hřebenatky, přitom dodržte hygienu.
3. Připravte si tygří krevety, vyloujte je, odstraňte hlavu a střevo. Přitom dodržte hygienu.
4. Hřebenatky a tygří krevety osolte a s připraveným máslem a pomerančovou šťávou vložte do vakuovacího sáčku. Dávejte pozor, aby se hřebenatky a krevety nepřekrývaly.
5. Vakuujte na stupeň 2 a vařte podle pokynů.
6. Okurku a papričku jalapeño omyjte ve studené vodě a osušte. Olupejte červenou cibuli.
7. Červenou cibuli, papričku jalapeño a okurku nakrájejte na tenké plátky.
8. Na konci vaření otevřete vakuovací sáček a opatrně vysypte obsah do mísy. Přidejte limetkovou šťávu a promíchejte.
9. Hřebenatky a krevety v omáčce se zeleninou rozdělte na 4 porce a ozdobte lístky koriandru. Jako přílohu podávejte nachos.


Tip:

- Místo tygřích krevet můžete použít i jiné krevety nebo langusty.

Nastavení:

 60 cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3

 45 cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2

 45 cm neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2




sous-vide, 60 °C, **doba vaření:** 18 minut

Losos se světle zeleným bylinkovým rizotem

4 porce



Nastavení:

 ↓ 60cm	univerzální plech, výška 1 rošt, výška 3
 ↓ 45cm	univerzální plech, výška 1 rošt, výška 2
 ↓ 45cm	neperforovaná parní nádoba, výška 1 perforovaná parní nádoba, výška 2
Rizoto: vaření v páře, 100 °C, doba vaření: 25 minut	
Rizoto a losos: sous-vide, 61 °C, doba vaření: 15 minut	

Ingredience:

Na lososa:

600 g očištěných filetů z lososa s kůží

10 g soli

60 g másla

10 g kopru

Na rizoto:

100 g nasekané bílé cibule

15 g nasekaného česneku

30 g másla

280 g rýže na rizoto, např. Arborio

80 ml bílého vína

600 ml kuřecího vývaru

8 g soli

20 g nastrouhaného parmezánu

50 g másla

½ bio citronu

Na zelené bylinkové pyré:

10 g lístků máty

30 g petrželových lístků

100 g špenátu


30 g pažitky

5 g soli (1 KL)

Na opečení filetů z lososa:

30 g másla

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45 cm

neperforovaná parní nádoba,

perforovaná parní nádoba

forma odolná vůči páře a teplotě

Nutriční údaje:

916 kcal, 60 g T, 58 g S, 36 g B

Příprava:

1. Připravte si filety z lososa, přitom dodržujte hygienu. Filety rozdělte na 4 porce.
2. Filety z lososa osolte a spolu s máslem a koprem vložte do vakuovacího sáčku. Vakuujte na stupeň 2 a uložte do chladu.
3. Na rizoto rozehřejte na středním plameni v hrnci máslo. Přidejte cibuli a česnek a za míchání restujte, dokud cibule nezesklovatí. Přidejte rýži na rizoto, míchejte a cca 30 sekund restujte.
4. Přilijte bílé víno a za stálého míchání vařte, dokud rýže víno nevstřebá. Přidejte kuřecí vývar a zamíchejte.
5. Rýžovou směs vložte do mělké nádoby odolné vůči páře a teplotě a vařte podle návodu.
6. Po 25 minutách položte lososa vedle rizota a vařte podle pokynů. V případě potřeby otevřete na 1 minutu dvířka, aby trouba vychladla na teplotu, při které se losos peče.
7. Pro přípravu zeleného bylinkového pyré přiveďte k varu hrnec s vodou a 1 PŽ soli. Přidejte bylinky a špenát a 10 sekund blanšírujte.
8. Vyjměte bylinky a špenát z hrnce pomocí sběračky, nechte krátce odkapat a propláchněte v ledové vodě.
9. Bylinky a špenát osušte, nahrubo nasekejte a spolu se 100 ml vody z vaření rozmixujte.
10. Citron omyjte, osušte a nastrouhejte kůru.
11. Na konci vaření přidejte do rizota parmezán, máslo, bylinkové pyré a polovinu citronové kůry a míchejte, dokud nevznikne krémová hmota.
12. Filety z lososa opatrně vyjměte z vakuovacího sáčku a osušte.
13. Filety z lososa osmahněte na pánvi s trochou másla dozlatova a dokřupava.
14. Na zelené rizoto naaranžujte filety z lososa a posypte je zbylou citronovou kůrou.

Tip:

- Místo filetů z lososa můžete použít i pstruha.

Mořský d'as se špenátem a rajčaty

4 porce



Ingredience:

Na mořského d'asa:

600 g filetu z mořského d'asa
bez kůže a kostí

10 g soli

60 g másla

Na špenát:

30 ml olivového oleje

10 g najemno nasekaného
česneku

400 g špenátových listů

50 g nahrubo nakrájených
sušených rajčat

80 g rozdrobeného sýra feta

Na opečení ryby:

30 g másla

Na citrony:

2 bio citrony

Příslušenství:



60/45 cm

univerzální plech, rošt



45cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

436 kcal, 32 g T, 5 g S, 30 g B

Příprava:

1. Připravte si filet z mořského d'asa, přitom dodržujte hygienu. Filet nakrájejte na 4 stejné kusy, osolte a vložte spolu s máslem do vakuovacího sáčku. Vakuujte na stupeň 2 a vařte podle pokynů.
2. Špenátové listy opláchněte a osušte.
3. Rozehřejte pánev při středním výkonu desky. Na ni vložte olej a česnek a restujte cca 2 minuty, dokud se česnek nerozvoní. Postupně přidávejte špenátové listy a zahřívejte je, dokud se jejich objem výrazně nezmenší.
4. Odstavte pánev z varné desky, ke špenátu přidejte sušená rajčata a sýr feta a promíchejte.
5. Citrony omyjte, osušte a rozkrojte na poloviny.
6. Na konci vaření vyjměte filet z mořského d'asa z vakuovacího sáčku a osušte ho.
7. Vložte máslo na pánev a při středním výkonu ho rozehřejte. Přidejte filet z mořského d'asa a osmahněte ho dozlatova. Poté ho vyjměte z pánve a rozdělte na 4 porce.
8. Na stejné pánvi restujte půlky citronu uříznutou stranou dolů cca 1 minutu dozlatova.
9. Mořského d'asa podávejte se špenátem a půlkami citronu.

Tipy:

- Místo špenátu můžete použít také mangold. Za tímto účelem oddělte listy od žeber a žebra vařte déle.
- Pro tento recept se hodí také chňapal červený nebo okoun mořský.

Nastavení:



60cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3



45cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2



45cm

neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 60 °C, **doba vaření:** 20 minut

Platýs po asijsku

4 porce



Ingredience:

Ryby:

2 platýsi, à 300 g

sůl

40 g másla

Zelenina:

300 g karotky

1 svazek jarní cibulky

10 ml oleje (1 KL)

150 g kuřecího vývaru

75 ml sójové omáčky

30 ml sherry

1 kus čerstvého zázvoru
o velikosti vlašského ořechu

100 g bambusových výhonků

150 g výhonků mungo

20 g javorového sirupu


mleté chilli

Na ozdobu:

¼ svazku čerstvého koriandru

20 g pražených kešu oříšků

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45 cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

392 kcal, 20 g T, 11 g S, 39 g B

Příprava:

1. Připravte si filé z platýse, přitom dodržte hygienu. Potřete je trochou solí a vložte společně s máslem do vakuovacího sáčku. Vakuujte na stupeň 3 a vařte podle pokynů.
2. Oloupejte karotku a nakrájejte příčně na plátky. Jarní cibulky omyjte, očistěte a rozčtvřte.
3. Nalijte olej na pánev. Osmahněte na něm karotku a jarní cibulku. Přilijte kuřecí vývar, sójovou omáčku a sherry. Oloupaný zázvor prolisujte přes lis na česnek a přidejte k ostatním ingrediencím. Odkryté vařte po dobu asi 5 minut.
4. Vmíchejte výhonky. Dochutěte javorovým sirupem, solí, pepřem a mletým chilli.
5. Vyjměte filety z platýse z vakuovacího sáčku a naaranžujte je na zeleninu. Koriandr opláchněte, osušte a otrhejte lístky. Filety ozdobte lístky koriandru a kešu oříšky.

Nastavení:



60cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3



45cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2



45cm

neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 58 °C, **doba vaření:** 30 minut

Dýňové carpaccio

4 porce



Ingredience:

Na máslovou dýni:

500 g máslové dýně

120 ml oleje z hroznových
jadérek

10 g čerstvých snítek tymiánu

50 g oloupaného a nakrájeného
čerstvého zázvoru

3 g soli (2 špetky)


Na ozdobu:

200 g tvrdého sýra, např.
čedaru

100 g omyté rukoly

50 g nasekaných pražených
vlašských ořechů

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

575 kcal, 53 g T, 17 g S, 8 g B


Příprava:


1. Máslovou dýni omyjte ve studené vodě, podélně rozpulte, rozčtvřte, odřízněte tvrdé konce a oloupejte. Dužinu nakrájejte kráječem na zeleninu na cca 2 mm tenké plátky.
2. Plátky dýně vložte do vakuovacího sáčku spolu s hroznovým olejem, snítkami tymiánu, kousky zázvoru a solí. Vakuujte na stupeň 2 a vařte podle pokynů.
3. Mezitím nakrájejte pomocí kráječe na sýr nebo kuchyňské škrabky sýr na tenké plátky.
4. Po skončení vaření opatrně přemístěte obsah sáčku na talíř.
5. Plátky dýně a sýra pokládejte přes sebe do tvaru vějíře. Podávejte s nasekanými vlaškými ořechy a rukolou.


Tip:

- Můžete použít i jiné druhy tvrdého sýra, např. parmezán, gouda, gruyère.

Nastavení:

 60cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3

 45cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2

 45cm neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 90 °C, **doba vaření:** 20 minut

Zelený chřest s lanýžovou omáčkou

4 porce



Ingredience:

Na chřest:

800 g zeleného chřestu

5 g soli (1 KL)

40 g másla

Na lanýžovou omáčku:

150 g másla

4 vaječné žloutky

25 ml japonské sójové omáčky

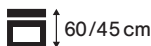
20 ml citronové šťávy

20 ml balsamikového octa

15 g krájených černých lanýžů

25 ml vody

Příslušenství:



univerzální plech, rošt



neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

457 kcal, 46 g T, 5 g S, 7 g B

Příprava:

1. Chřest omyjte, osušte a odstraňte spodní třetinu. Vložte ho spolu se solí a máslem do vakuovacího sáčku a vakuujte na stupeň 3.
2. Další vakuovací sáček se zahnutými okraji vložte do odměrky a přidejte ingredience na lanýžovou omáčku. Vakuujte na stupeň 2. Proces vakuování sledujte, kapalina může stoupat. Vakuování včas zastavte.
3. Sáček s chřestem uvařte podle pokynů. 8 minut před koncem vaření přidejte sáček s lanýžovou omáčkou.
4. Lanýžovou omáčku přelijte z vakuovacího sáčku do vysoké nádoby. Tyčovým mixerm omáčku krátce rozmixujte, aby byla hladká a nadýchaná.
5. Vyjměte chřest ze sáčku a podávejte s lanýžovou omáčkou.

Tipy:

- Místo lanýžů můžete použít také sušené stročky trubkovité. Houby namočte do teplé vody a poté nakrájejte nadrobno.
- Místo zeleného chřestu můžete použít i bílý. Dobu vaření prodlužte o 5–8 minut.

Nastavení:



univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3



univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2



neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

Chřest: sous-vide, 80 °C, **doba vaření:** 23 minut

Chřest a lanýžová omáčka:

sous-vide, 80 °C, **doba vaření:** 8 minut

Rajčatový salát

4 porce



Ingredience:

500 g zralých červených
a žlutých koktejlových rajčat

1 špetka soli

černý pepř z mlýnku

5 g hnědého cukru (1 KL)


30 ml balsamického octa

1 snítky rozmarýnu

1 snítky tymiánu

3 PL extra panenského
olivového oleje

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45 cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

103 kcal, 8 g T, 6 g S, 1 g B


Příprava:


1. Rajčata důkladně omyjte, osušte a rozkrojte na poloviny.
2. Rajčata vložte spolu se zbylými ingrediencemi do vakuovacího sáčku a vakuujte na stupeň 2. Vařte podle návodu.
3. Po uvaření nechte vychladnout na pokojovou teplotu.


Tip:

- Rajčatový salát podávejte s mozzarellou a čerstvým pečivem nebo jako přílohu k rib eye steakům.

Nastavení:

 60cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3

 45cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2

 45cm neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2




sous-vide, 58 °C, **doba vaření:** 25 minut

Batátové gnocchi v hnědém šalvějovém másle

4 porce



Nastavení:

 ↓ 60cm	univerzální plech, výška 1 rošt, výška 3
 ↓ 45cm	univerzální plech, výška 1 rošt, výška 2
 ↓ 45cm	neperforovaná parní nádoba, výška 1 perforovaná parní nádoba, výška 2
sous-vide, 90 °C, doba vaření: 50 minut	

Ingredience:

Na batáty:

600 g batátů

1 špetka soli

20 g másla

Na gnocchi:

150 g ricotty

8 g soli

60 g nastrouhaného parmezánu

½ KL čerstvě namletého
muškátového oříšku

250 g mouky

Na šalvějové máslo:


80 g neslazeného másla

15 g šalvějových lístků

sůl

mletý černý pepř

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45 cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

695 kcal, 32 g T, 84 g S, 17 g B

Příprava:

1. Batáty opláchněte, oloupejte a nakrájejte na přibližně 2 cm velké kostky.
2. Batáty vložte spolu se solí a máslem do vakuovacího sáčku. Vakuujte na stupeň 3 a vařte podle pokynů.
3. Poté batáty vyjměte z vakuovacího sáčku, nechte okapat na sítu a vložte do mísy.
4. Batáty rozmačkejte vidličkou a odstraňte větší svazky vláken. Nechte krátce vychladnout a poté opatrně promíchejte s ricottou, parmazánem, solí a muškátovým oříškem.
5. Po částech přimíchávejte mouku, dokud nevznikne měkké těsto.
6. Položte těsto na pomoučenou pracovní plochu a rozdělte ho na 6 stejně velkých kusů. Každý kousek těsta rozválejte na pomoučené pracovní ploše na 50 cm dlouhý a cca 2,5 cm silný váleček. Pokud se těsto příliš lepí, posypejte ho moukou. Nepoužívejte jí však příliš mnoho.
7. Z každého válečku postupně odřízněte asi 20 kousků. Každý kousek vytvarujte hroty vidličky, aby vznikl rýhovaný vzor. Vytvarované noky rozložte na papír na pečení.
8. Ve velkém hrnci přiveďte k varu vodu a podle potřeby ji osolte.
9. Gnocchi vařte po dávkách asi 5–6 minut, dokud nevyplavou na povrch. Uvařené vyjměte sběračkou z vody a rozložte na pečicí plech.
10. Ve velkém hrnci rozehrějte při středním výkonu máslo a za stálého míchání nechte cca 5 minut lehce zhnědnout.
11. Přidejte lístky šalvěje a dochuťte solí a pepřem.
12. Do másla přidávejte po částech gnocchi a při středním výkonu je opékejte. Z hrnce je vyberte naběračkou a podávejte v misce.

Tipy:

- Místo šalvěje můžete použít jiné bylinky, např. rozmarýn nebo tymián.
- Místo batátů můžete použít i brambory. Pro měkké těsto potřebujete více nebo méně mouky v závislosti na obsahu škrobu. Zvyšte teplotu vaření na 95 °C.

Vitello Tonnato

4 porce



Ingredience:

Na telecí maso:

650 g telecí panenky

8 g soli

10 ml slunečnicového oleje

2 bobkové listy

5 g čerstvých šalvějových lístků

150 ml kuřecího vývaru

Na omáčku:

5 g solených ančoviček

15 g okapaných kaparů

50 g okapaného konzervovaného tuňáka

10 ml citronové šťávy

10 ml extra panenského olivového oleje

2 g mletého černého pepře


150 g majonézy

Na ozdobu:

20 g okapaných kaparů

40 g rukoly

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

523 kcal, 40 g T, 2 g S, 41 g B


Příprava:


1. Připravte si telecí panenku, přitom dodržujte hygienu. Maso osolte a ze všech stran osmahněte na pánvi se slunečnicovým olejem dozlatova.
2. Telecí panenku vyjměte z pánve a dejte stranou. Na pánev přidejte kuřecí vývar, šalvějové a bobkové listy, zredukujte na polovinu objemu a nechte vychladnout.
3. Kuřecí vývar po redukcí a telecí panenku vložte do vakuovacího sáčku. Při vakuování dávejte pozor na stoupající tekutinu a vakuování včas zastavte. Vakuujte na stupeň 3 a vařte podle pokynů.
4. Na omáčku rozmixujte mixérem všechny ingredience kromě majonézy. Když je konzistence vláčná, přidejte majonézu a pokračujte v mixování nízkou rychlostí, dokud neveznikne hladká omáčka. Vložte do chladničky.
5. Na konci vaření vložte sáček s telecí panenkou asi na 30 minut do misky s ledovou vodou, aby se zchladil.
6. Telecí panenku vyjměte z vakuovacího sáčku a osušte.
7. Telecí panenku nakrájejte na 0,5 cm tenké plátky. Plátky na talíři ozdobte omáčkou, rukolou a kapary a podávejte.


Tipy:

- Místo telecího masa můžete použít i vepřovou panenku. Zvyšte teplotu vaření na 63 °C.
- Místo drůbežího vývaru můžete použít i vývar telecí.
- Ingredience omáčky můžete měnit podle chuti, např. miso nebo sójová omáčka dodají majonéze asijskou příchuť.

Nastavení:

 60cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3

 45cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2

 45cm neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 60 °C, **doba vaření:** 90 minut

Dezert Piña Colada

4 porce



Ingredience:

Na ananas:

800 g vyzrálého ananasu

¼ vanilkového lusku

80 g medu

špetka soli

Na kokosový krém:

250 ml dobře chlazené kokosové smetany, obsah tuku cca 20 %

25 g javorového sirupu

1 bio limetka

Na zkaramelizování ananasu:

60 g másla

Příslušenství:



60/45 cm

univerzální plech, rošt



45cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

Nutriční údaje:

410 kcal, 24 g T, 46 g S, 2 g B

Příprava:

1. Ananas oloupejte, rozkrojte na čtvrtiny a odstraňte korunku.
2. Vanilkový lusk podélně rozřízněte napůl a vyškrábněte dužinu.
3. Ananas, vanilkovou dužinu, med a sůl vložte do vakuovacího sáčku. Vakuujte na stupeň 2 a vařte podle pokynů.
4. Omyjte limetku, osušte ji a nastrouhejte kůru.
5. Vychlazenou kokosovou smetanu vyšlehejte do pěny. Přidejte javorový sirup a polovinu nastrouhané limetkové kůry a pokračujte ve šlehání, dokud směs neztuhne. Vložte do chladničky.
6. Na konci doby vaření ananas opatrně vyjměte z vakuovacího sáčku.
7. Ananas lehce osmahněte na pánvi s máslem, mezitím míchejte a vařte tak dlouho, dokud se tekutina z vaření nezmění v hustou omáčku.
8. Na každou porci naservírujte jednu čtvrtku ananasu s velkou lžící kokosového krému, posypte zbylou limetkovou kůrou a podávejte.

Tipy:

- Pro alkoholickou verzi tohoto dezertu přidejte do kokosového krému trochu rumu.
- Kokosový krém lze ochutit i jinými citrusovými plody, například pomerančem nebo citronem.

Nastavení:



60cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3



45cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2



45cm

neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 75 °C, **doba vaření:** 30 minut

Pistáciový parfait s pošírovanými švestkami

4 porce



Ingredience:

Na parfait:

75 ml mléka

230 ml šlehačky, obsah
tuku 30 %

70 g cukru

2 vaječné žloutky

70 g vyloupaných nesolených
pražených pistácií

4 g listy želatiny namočené ve
studené vodě

Na švestky:

4 švestky

40 g cukru

1 g nastrouhaných tonkových
bobů

4 rozdrčené kardamomové
tobolky

špetka soli


K našlehání parfaitu:

200 ml šlehačky, obsah tuku
35 %

Na ozdobu:

40 g nasekaných pražených
pistácií

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45 cm

nep perforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

4 formičky Ø 12 cm

Nutriční údaje:

700 kcal, 55 g T, 42 g S, 12 g B

Příprava:

1. Pro přípravu parfaitu vložte všechny ingredience do mixeru a mixujte, dokud nedosáhnete hladké konzistence. Směs vložte do vakuovacího sáčku a vakuujte na stupeň 2. Sledujte proces, tekutina může stoupat. Vakuování včas zastavte. Sáček vložte do chladničky.
2. Švestky opláchněte, osušte, rozpujte a vypeckujte.
3. Švestky vložte spolu s ostatními ingrediencemi do vakuovacího sáčku. Vakuujte na stupeň 2 a vařte společně s pistáciovým parfaitem podle pokynů.
4. Na konci doby vaření ponořte vakuovací sáček s parfaitovou hmotou do mísy s ledovou vodou a nepřetržitě jím pohybuje, aby se velmi rychle ochladil.
5. Hmotu na parfait vyjměte ze sáčku a promíchejte v míse dohladka.
6. Hmotu na parfait rozdělte do 4 formiček a nechte asi 2-3 hodiny zmrazit.
7. Švestky ve vakuovacím sáčku nechte zchladnout v chladničce.
8. Parfait obložte posírovanými švestkami, ozdobte nasekanými opraženými pistáciemi a podávejte.

Tipy:

- Chcete-li dosáhnout dokonalé konzistence, nechte parfait 5 minut před podáváním mírně rozmrazit.
- Můžete použít i jiné ovoce, např. broskve, meruňky nebo třešně.

Nastavení:

 60 cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3

 45 cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2

 45 cm

nep perforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 84 °C, **doba vaření:** 30 minut

Buchty na páře s vanilkovým krémem

4 porce



Ingredience:

Vanilkový krém:

dřeň z půlky vanilkového lusku

200 ml mléka

100 ml smetany

3 vaječné žloutky

45 g cukru

Buchty:

250 g mouky

10 g čerstvého droždí

15 g cukru


2 g soli (1/2 KL)

60 ml vlažného mléka

1 vajíčko

50 g másla

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba


Nutriční údaje:


566 kcal, 28 g T, 65 g S, 14 g B


Příprava:

1. Všechny ingredience na vanilkový krém vložte do vysoké nádoby, krátce rozmixujte tyčovým mixerem a nechte 2 hodiny chladit. Poté směs nalijte do vakuovacího sáčku, vakuujte na stupeň 2 a vařte podle pokynů.
2. Vyjměte sáček a ještě teplý krém lehce promíchejte, aby se všechny chutě a látky dobře spojily. Krém nechte v uzavřeném sáčku až do doby, kdy budete buchty podávat.
3. Do mísy prosijte mouku. Droždí, cukr a sůl rozpustíte ve vlažném mléce a přidejte do mouky. Přidejte vajíčko a máslo. Vše důkladně prohněťte a vypracujte hladké těsto. V případě potřeby přidejte ještě trochu mouky. Těsto nechte vykynout na roštu podle pokynů.
4. Těsto znovu prohněťte, rozdělte na 8 stejných dílů, vytvarujte kuličky a nechte znovu vykynout.
5. Buchty uvařte v páře podle návodu. Naaranžujte je na přehřáté talíře a podávejte s vanilkovým krémem. V případě potřeby vanilkový krém před podáváním krátce promíchejte metličkou.

Nastavení:

 60cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3

 45cm univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2

 45cm neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

Vanilkový krém: sous-vide, 80 °C, **doba vaření:** 15 minut

Buchty:

Příprava těsta: 40 °C, 20 minut

Vypracování těsta: 40 °C, 20 minut

Vaření v páře: 100 °C, 25 minut

Čokoládový pudink

4 porce



Ingredience:

Na pudink:

1 vaječný žloutek

200 ml mléka

150 ml smetany, obsah tuku
30 %

50 g cukru

20 g kukuřičného škrobu

40 g kakaa v prášku

špetka soli

1 ŠN mletého kardamomu

Na ovocné pyrė:

300 g zralých nebo mražených
malin

100 g cukru


kůra z 1 bio citronu

Na ozdobu:

60 g nasekaných lískových
oříšků

50 g brusinek

Příslušenství:

 60/45 cm

univerzální plech, rošt

 45 cm

neperforovaná parní nádoba,
perforovaná parní nádoba

4 formičky Ø 12 cm

Nutriční údaje:

535 kcal, 28 g T, 61 g S, 10 g B

Příprava:

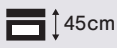
1. Smíchejte všechny ingredience na pudink. Dávejte pozor, aby nevznikla pěna.
2. Citron omyjte, osušte a nastrouhtejte kůru.
3. Na pyrė smíchejte všechny ingredience ve vakuovacím sáčku s přehnutými okraji, vakuujte na stupeň 2. Vařte společně s pudinkovým sáčkem podle návodu.
4. Na konci vaření hnětte ještě horký pudink ve vakuovacím sáčku tak dlouho, dokud se všechny ingredience důkladně nepromíchají.
5. Nůžkami odstříhnete malý roh sáčku a nalijte pudink do 4 formiček.
6. Maliny smíchejte s cukrem, rozmixujte na pyrė a rozetřete na čokoládový pudink.
7. Nyní můžete dezert nechat asi hodinu chladit v chladničce nebo ho můžete podávat teplý.
8. Před podáváním posypte nasekanými lískovými oříšky a brusinkami.

Nastavení:



60cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 3



45cm

univerzální plech, výška 1
rošt, výška 2



45cm

neperforovaná parní nádoba, výška 1
perforovaná parní nádoba, výška 2

sous-vide, 80 °C, **doba vaření:** 30 minut

Q8ACZS0423

SIEMENS

Siemens domácí spotřebiče

Skupina BSH je držitelem licence k ochranné známce Siemens AG.