

# Koch- Inspirationen.



Eine Auswahl inspirierender Rezepte für die neuen  
studioLine Backöfen mit Sous-vide.  
[siemens-home.bsh-group.com/welcome](https://siemens-home.bsh-group.com/welcome)

Wenn  
das Beste  
nicht gut  
genug ist.

Mit der Rezeptauswahl von Siemens genießen Sie geschmackvolle Inspiration für die gesunde Zubereitung der vielfältigsten Gerichte. Sous-vide macht Fisch, Fleisch und Gemüse besonders zart – und Abende unter Freunden zum perfekten Genuss.

Guten Appetit!



# Inhaltsverzeichnis

- 6 Sous-vide. So gut. Informationen zu Ihrem Gerät.
- 8 Dosiert Dampf machen – und besonders schonend zubereiten.
- 9 Nach Sous-vide ist kurz vor dem Essen.
- 10 Sous-vide Programme
- 11 Abkürzungen und Mengenangaben

## Rezepte

- 14 Bisonsteak mit grünem Salat
- 16 Ribeye
- 18 Lamm mit gewürztem Granatapfelreis
- 20 Quesadillas mit Hähnchenbrust
- 22 Entenbrust Peking Style
- 24 Lauwarmer Salat von der Entenbrust
- 26 Kabeljau-Sandwich mit Remouladensauce
- 28 Pochierte Jakobsmuschel mit Tigergarnelen
- 30 Lachs mit hellgrünem Kräuterrisotto
- 32 Seeteufel mit Spinat und Tomaten
- 34 Heilbutt asiatisch
- 36 Kürbis-Carpaccio
- 38 Grüner Spargel mit Trüffelsauce
- 40 Tomatensalat
- 42 Süßkartoffel-Gnocchi in brauner Salbeibutter
- 44 Vitello Tonnato
- 46 Piña-Colada-Dessert
- 48 Pistazienparfait mit pochierten Pflaumen
- 50 Dampfnudeln mit Vanille-Sauce
- 52 Schokoladenpudding



36  
Kürbis-Carpaccio



16  
Ribeye



28  
Pochierte Jakobsmuschel  
mit Tigergarnelen



46  
Piña-Colada-Dessert

# Sous-vidé. So gut. Informationen zu Ihrem Gerät.

## Garen ohne Luft mit Liebe.

Das französische Sous-vidé steht für Garen unter Vakuum und damit für eine besonders schonende Zubereitung verschiedenster Gerichte. In einem Vakuumbbeutel verpackt werden Fleisch, Fisch und Gemüse bei konstant niedrigen Temperaturen im Wasserbad oder mit Dampf gegart und so besonders zart und saftig zubereitet.

## Nie zu spät für den perfekten Genuss.

Kochen mit Sous-vidé ist Kochen ohne Stress. Denn dank der niedrigen Temperaturen bei der Zubereitung mit Sous-vidé ist ein Übergaren der Speisen nahezu unmöglich. Im Vakuumbbeutel bleiben die Nähr-, Geschmacks- und Aromastoffe fast vollständig erhalten und verleihen dem Essen auch ohne Würze einen intensiveren Eigengeschmack. So können Fleisch, Fisch und Gemüse besonders zart und saftig zubereitet werden, ohne dabei ihre natürlichen Farb- und Aromastoffe zu verlieren.

Und wenn die Gäste einmal später kommen, können Sie die Zubereitungsdauer bedenkenlos um bis zu 30 Minuten verlängern, ohne am perfekten Geschmackserlebnis zu sparen.

## Höchste Hygiene bei niedrigen Temperaturen.

Neben allgemeinen Hygienerichtlinien wie dem Desinfizieren der Hände, der Verwendung von Einmalhandschuhen und verschiedener Schneidebretter für unterschiedliche Speisen gelten für Sous-vidé spezielle Zubereitungsanforderungen, da das Garen ausschließlich bei niedrigen Temperaturen erfolgt.

Verwenden Sie für das Garen unter Vakuum nur frische Lebensmittel von einwandfreier und bester Qualität. Waschen Sie das Obst und Gemüse immer gründlich ab oder schälen Sie es, bevor Sie mit der Weiterverarbeitung beginnen. Rohe oder empfindliche Lebensmittel wie Geflügel, Eier und Fisch brauchen eine besonders sorgfältige Zubereitung. Bei gekühlten Lebensmitteln sollte die Kühlkette nur zum Vorbereiten unterbrochen und die Lagerungszeit der vakuumierten Speisen im Kühlschrank nicht länger als 24 Stunden betragen. Sind Ihre Speisen einmal fertig gegart, müssen sie sofort verzehrt und dürfen weder wiedererwärmt noch im Kühlschrank gelagert werden.

### Tipp!

Da sich auf fast allen Lebensmitteloberflächen Keime befinden, können Sie diese am besten abtöten, indem Sie die vakuumierte und noch nicht gegarte Speise für max. 3 Sekunden in kochendes Wasser halten! So sind Ihre Zutaten keimarm und hygienisch bestens vorbereitet für das Garen mit Sous-vidé.

## Sous-vidé. So geht's!

Bevor Sie mit der schonenden Zubereitung beginnen können, müssen Sie Ihre Speisen zunächst mithilfe einer Vakuumschubblende wie der Siemens BV910E1B1, welche ein Vakuum von ca. 99 % erzeugen kann, in hitzebeständige, für Sous-vidé geeignete Vakuumbbeutel verpacken. Diese können Sie ganz einfach über den Siemens eShop oder Kundendienst bestellen – oder alternativ auf ein fertig vakuumiertes Gericht von Ihrem Metzger zurückgreifen.

## Zubehör

### Vakuumbbeutel



**180x280 mm**  
Bestellnummer 17000222

**240x350 mm**  
Bestellnummer 17000223

### Siemens Vakuumschubblende



BV910E1B1

## Einfach mal Luft ablassen – und selbst vakuumieren.

Was Sie auch immer zubereiten wollen – beim Garen mit Sous-vidé sind Ihrer Fantasie fast keine Grenzen gesetzt. Wie Sie dabei am besten vorgehen, zeigen wir Ihnen Schritt für Schritt mit unseren Empfehlungen zur richtigen Befüllung der Vakuumbbeutel.

- Verwenden Sie für Ihr Rezept keinen Alkohol, keine kaltgepressten Öle und nur geringe Mengen Knoblauch, um einen unangenehmen Beigeschmack zu verhindern.
- Für ein einfaches Befüllen der Vakuumbbeutel klappen Sie den Rand des Beutels um und stellen ihn in einen Messbecher oder ein anderes hohes Gefäß. Falls Sie mehrere Fleisch- oder Fischstücke in einen Beutel geben, achten Sie darauf, diese nebeneinander zu positionieren. Gemüse und Dessert sollte möglichst flach evakuiert werden.
- Bei qualitativ hochwertigen Lebensmitteln braucht es nicht mehr als ein Stückchen Butter und eine Prise Salz, um aus dem intensiveren Eigengeschmack ein möglichst unverfälschtes Genusserelebnis zu machen.
- Bitte beachten Sie, dass bestimmte Inhaltsstoffe die Garzeit und Konsistenz Ihrer Speisen verändern können und daher nicht oder nur gezielt für Sous-vidé eingesetzt werden sollten. So verkürzen etwa Salz, Zucker und Flüssigkeit die Garzeit, während säurehaltige Lebensmittel wie Zitrone oder Essig die Konsistenz des Garguts festigen.
- Bitte überprüfen Sie abschließend ob der Beutel luftdicht verschlossen ist.



## Dosiert Dampf machen – und besonders schonend zubereiten.

1. Legen Sie die vakuumierten Speisen auf den Rost und achten Sie darauf, ausreichend Platz zwischen den Beuteln zu lassen. Denn für eine optimale gleichmäßige Wärmeverteilung sollten sich die Lebensmittel nicht berühren und bei großen Mengen auf zwei Einschubhöhen zubereitet werden.
2. Schieben Sie den Rost in die Mitte des Garraums und die Universalpfanne darunter auf die Einschubhöhe 1. Sollten Sie einen Dampfgarofen verwenden, legen Sie Ihre Speisen in den gelochten Dampfbehälter in die Mitte des Garraums, den ungelochten Dampfbehälter schieben Sie darunter in Einschubhöhe 1.
3. Nun werden die Speisen wie angegeben gegart.
4. Anschließend vorsichtig die Beutel aus dem Ofen nehmen, da sich beim Garen heißes Wasser auf der Oberfläche angesammelt hat.
5. Legen Sie die von außen abgetrockneten Beutel in eine saubere Schale. Jetzt nur noch aufschneiden und das gesamte Gargut mit angefallener Flüssigkeit in ein Gefäß geben.

### **⚠️ Warnung** **Verbrennungsgefahr!**

Geschirr und Zubehöre werden heiß, ebenso wie das Kondenswasser auf den Sous-vide Vakuumbuteln beim Garen. Entnehmen Sie daher alles immer nur mit einem Topflappen!

Während des Garens entsteht heißer Dampf im Innenraum, der je nach Temperatur nicht sichtbar ist. Fassen Sie daher während des Gerätebetriebes nicht in den Garraum und öffnen Sie Ihr Gerät im Anschluss mit Vorsicht. Kinder fernhalten.

## Nach Sous-vide ist kurz vor dem Essen.

Jetzt ist der Genuss schon fast perfekt! Nach dem Sous-vide Garen sind Ihre Speisen in nur wenigen Schritten verfeinert und servierfertig.

### **Fleisch:**

Durch kurzes und heißes Anbraten erhält das Fleisch eine schöne Kruste und verführerische Röstaromen, ohne dabei zu übergaren. Für ein besonders gutes Ergebnis empfiehlt sich die Zubereitung auf dem Grill. Tupfen Sie das Fleisch vor dem Anbraten in heißem Fett in jedem Fall mit einem Küchentuch ab! Das verhindert Fettspritzer und unerwünschte Flecken auf Kleidung, Fliesen oder Böden.

### **Fisch:**

Ein bisschen würzen, mit heißer Butter übergießen, fertig.

### **Gemüse:**

Das Gemüse kurz in einer Pfanne anbraten und bei Bedarf mit anderen Zutaten abschmecken.

Da mit Sous-vide zubereitete Speisen kein zweites Mal erwärmt werden sollten, können Sie die Anbratzeit einfach verlängern, sollte der gewünschte Gargrad noch nicht erreicht sein. Servieren Sie das Gericht auf vorgewärmten Tellern und wenn möglich, mit heißer Butter oder einen feinen Saucenkreation. Für die richtige und besonders geschmackvolle Note verwenden Sie hierzu einfach den Sud oder die Marinade des Gemüses. Um unnötigen Reinigungsaufwand zu vermeiden, entfernen Sie die Wasserrückstände in Ihrem Gerät einfach zeitnah mit einem Schwamm.

Weitere Informationen rund um Ihren Siemens Backofen oder Dampfgarofen und nützliche Tipps wie Gartabelle und Reinigungshinweise finden Sie in der beiliegenden Gebrauchsanweisung.

**Bitte beachten Sie dort auch die zusätzlichen Sicherheitshinweise.**

# Sous-vide Programme

In der Programmtabelle finden Sie alle Sous-vide Programme Ihres Gerätes. Um ihnen die Wahl beim Einstellen zu erleichtern, sind unter dem Punkt Garstufen die häufig gewünschten Gargrade und die einzustellenden Gartemperaturen aufgelistet. Ist Ihre gewünschte Garstufe nicht dabei,

können Sie innerhalb des einstellbaren Temperaturbereich in 1 °C Schritten frei wählen. Die Garzeit passt sich, entsprechend der eingestellten Gartemperatur, automatisch an. Legen Sie das Gargut im Sous-vide Beutel auf den Rost und schieben Sie die Universalpfanne darunter.

## Programmtabelle

Lebensmittel	Menge*	Temperaturbereich °C	Garstufen	einzu-stellende Temperatur	Tipp/Hinweis
<b>Rückensteaks vom Rind/ Kalb</b>	Dicke: 2-3 cm	58-65	rosa	58	Mit Butter und Rosmarin vakuumieren.
			rosa - durch	63	
			durchgegart	65	
<b>Rinder-/ Kalbsfilet-medailleurs</b>	Dicke: 3-4 cm	58-65	rosa	58	Mit Butter und Rosmarin vakuumieren.
			rosa - durch	63	
			durchgegart	65	
<b>Schweinefilet-medailleurs</b>	je 80-100 g	63-70	rosa-durch	63	Mit Butter und frischem Basilikum vakuumieren.
			durchgegart	70	
<b>Lammrücken</b>	je 150-250 g	58-68	rosa	58	Mit etwas Salz, Butter und Thymian vakuumieren.
			durchgegart	68	
<b>Entenbrust</b>	je 300 g	58-68	rosa	58	Fettschicht einschneiden, Fleischseite mit etwas Pfeffer und Salz bestreuen und mit einem kleinen Stück Orangenschale vakuumieren
			durchgegart	68	
<b>Hähnchenbrust</b>	je 150-250 g	65-75	zart + saftig	65	Mit etwas Salz, Butter und Thymian vakuumieren.
			durchgegart	75	
<b>Fischfilet</b>	Dicke: 2-3 cm	58-65	glasig	58	Dickfleischige Fischarten eignen sich besonders gut wie z. B. Lachs und Kabeljau Mit Butter, Dill und dünnen Bio-Zitronenscheiben vakuumieren.
			durchgegart	65	
<b>Jakobs-muscheln</b>	flach vakuumieren	60-70	glasig	60	Mit Limettensaft, Salz und Butter vakuumieren.
			durchgegart	70	
<b>Garnelen</b>	flach vakuumieren	60-65	glasig	60	Garnelen ohne Schale verwenden. Mit Orangensaft, Salz und Butter vakuumieren
			durchgegart	65	

Lebensmittel	Menge*	Temperaturbereich °C	Tipp/Hinweis
<b>Grüner Spargel</b>	–	85	Bleibt schön grün, wenn er vor dem Vakuumieren blanchiert wird. Mit Butter, Salz, wenig Zucker und Pfeffer vakuumieren.
<b>Kürbis, Würfel/ Spalten</b>	–	90	Mit Salz, Pfeffer, Butter und Thymian oder mit Ingwer vakuumieren. Chili und Currypulver optional.
<b>Kirschtomaten</b>	–	58	Rote und gelbe Kirschtomaten mischen. Mit Olivenöl, Salz und Zucker vakuumieren. Aceto Balsamico optional.
<b>Ananas, in Scheiben</b>	Dicke: 1,5 cm	85	Mit Butter, Honig und Vanille vakuumieren.
<b>Apfel, in Scheiben</b>	Dicke: 0,5 cm	85	Feste Sorten eignen sich besonders gut wie z.B. Jonagold und Boskop. Mit Karamellsauce vakuumieren.
<b>Vanillesauce</b>	–	82	siehe Rezept im Leaflet

\* Max.Gesamtmenge die gleichzeitig zubereitet werden kann - 2kg

## Abkürzungen und Mengenangaben

Abkürzungen	
ml	Milliliter
l	Liter
g	Gramm
kg	Kilogramm
cm	Zentimeter
mm	Millimeter
EL	Esslöffel
TL	Teelöffel
Msp.	Messerspitze
z. B.	zum Beispiel
ca.	circa
Ø	Durchmesser

Gewichte, Hohlmaße			
1 kg	1000 g	100 dg	2,22 lb
1 l	1000 ml	100 cl	10 dl

Nährwertangaben	
kcal	Kilokalorien
F	Fett
KH	Kohlenhydrate
E	Eiweiß

# Rezepte



# Bisonsteak mit grünem Salat

4 Portionen



## Zutaten:

### Für das Bisonsteak:

2 Bisonsteaks, à 300 g  
10 g Salz  
1 Bio-Zitrone  
1 Msp. Fenchelsamen  
60 g Butter

### Für den Salat:

100 g Brokkoli  
50 g Radieschen  
15 g Dijonsenf  
3 g Salz, 2 Prisen  
50 ml Olivenöl  
15 ml Sherryessig  
200 g gemischte Salatblätter

### Für das Aioli:

1 Ei  
5 g Knoblauch, gehackt  
2 g Paprikapulver geräuchert,  
1TL  
5 g weißer Essig,  
5 g Salz,  
250 ml Olivenöl

### Zum Bräunen des Bisonsteaks:

60 g Butterschmalz

### Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

1063 kcal, 103 g F, 3 KH, 36 g E

## Zubereitung:

1. Die Zitrone unter heißem Wasser abwaschen, trocken tupfen und die Schale abreiben.
2. Die Bisonsteaks unter Beachtung der Hygiene vorbereiten. Mit Salz, Fenchelsamen und Zitronenschale einreiben und mit Butter in einen Vakuumbierbeutel geben. Auf Stufe 3 vakuumieren und wie angegeben garen.
3. Salat, Brokkoli und Radieschen kalt abwaschen trocken tupfen. Radieschen und Brokkoli in sehr dünne Streifen schneiden und mit dem Salat in eine Salatschüssel geben.
4. Für das Salatdressing Senf, Olivenöl, Essig und Salz verrühren und kurz vor dem Servieren unter den Salat mischen.
5. Für das Aioli Ei, Knoblauch, Paprikapulver, Essig, Salz und 1 TL Olivenöl in einen Mixer geben. Während des Mixens das Öl nach und zugeben bis eine dickflüssige Konsistenz entsteht. Das Aioli kühl stellen.
6. Die Steaks nach dem Ende der Garzeit aus dem Vakuumbierbeutel nehmen und trocken tupfen.
7. Die Steaks in einer Pfanne mit Butterschmalz bei starker Hitze kurz von beiden Seiten goldbraun braten, aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller etwa 5 Minuten lang ruhen lassen.
8. Die Steaks in ca. 1 cm dünne Scheiben schneiden, in 4 Portionen teilen und mit Salat und Aioli servieren.

## Tipp:

- Sie können statt Bisonsteak auch Ribeye-Steak verwenden.

## So stellen Sie ein:

 ↓ 60cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 3
 ↓ 45cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 2
 ↓ 45cm	Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1 Dampfbehälter gelocht, Höhe 2
Sous-vide, 60 °C, <b>Garzeit:</b> 60 Minuten	

# Ribeye

Für 4 Portionen



## Zutaten:

### Marinade:

30 ml dunkle Sojasauce  
2 Tropfen Rauchöl  
30 ml Worcestersauce  
5 ml Zitronensaft, 1 TL  
5 g brauner Zucker, 1 TL  
40 g Butter

### Fleisch:

2 Ribeye Steaks, à 500 g  
30 g Butterschmalz

### Zum Abschmecken:

Salz  
schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
Muskatnuss, frisch gerieben

### Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45 cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

532 kcal, 33 g F, 4 KH, 56 g E

## Zubereitung:

1. Alle Zutaten für die Marinade miteinander verrühren.
2. Die Ribeye Steaks unter Beachtung der Hygiene vorbereiten. Die Ribeye Steaks nebeneinander in einen Vakuumbbeutel geben, die Marinade dazu geben und auf Stufe 2 vakuumieren. Die Ribeye Steaks für 4-8 Stunden im Kühlschrank marinieren.
3. Die Ribeye Steaks im Vakuumbbeutel in den Backofen geben und wie angegeben garen.
4. Nach dem Garen die Ribeye Steaks aus dem Beutel nehmen und trocken tupfen. Für die Sauce die Marinade sirupartig in einem kleinen Topf einköcheln lassen.
5. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Ribeye Steaks im heißen Fett von allen Seiten kurz anbraten, so dass die Oberfläche eine schöne Bräunung erhält und der Kern zart und saftig bleibt
6. Die Sauce durch ein feines Sieb gießen, abschmecken und zum den Ribeye Steaks servieren.

## Tip:

- Servieren Sie zu den Ribeye Steaks den Tomatensalat Sous-vide.

## So stellen Sie ein:

 60 cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3

 45 cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2

 45 cm Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 60 °C, **Garzeit:** 60 Minuten

# Lamm mit gewürztem Granatapfelreis

4 Portionen



## Zutaten:

### Für das Lamm:

2 g gemahlener Kreuzkümmel, ½ TL

2 g gemahlene Koriandersamen, ½ TL

2 g schwarzer Pfeffer, gemahlen, ½ TL

800 g Lammrücken, ohne Knochen

10 g Salz

60 g Butter

### Für den Reis:

40 g Butterschmalz

15 g Schalotten, gehackt

10 g Knoblauch, gehackt

3 g Kurkumapulver, ½ TL

1 Stange Zimt

200 g Basmatireis

8 g Salz

320 ml Hühnerbrühe, heiß

1 Granatapfel

### Zum Bräunen des Lammes:

40 g Butterschmalz

### Für das Topping:

10 g Petersilie, gehackt

2 g Chiliflocken, ½ TL

### Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45 cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

799 kcal, 45 g F, 47 KH, 52 g E

## Zubereitung:

1. Eine Bratpfanne bei mittlerer Hitze aufheizen und Kreuzkümmel, Koriandersamen und schwarzen Pfeffer anrösten, bis die Gewürze duften.
2. Den Lammrücken unter Beachtung der Hygiene vorbereiten. mit Salz und den gerösteten Gewürzen von allen Seiten einreiben, mit der Butter in den Vakuumbbeutel geben und auf Stufe 3 vakuumieren. Wie angegeben garen.
3. Für den Basmatireis einen Topf mit der Butter erhitzen, Schalotten und Knoblauch hinzufügen. 5 Minuten anschwitzen und dabei mehrmals umrühren.
4. Die Gewürze hinzugeben und 1 Minute garen, bis die sie duften.
5. Den Basmatireis hinzugeben und gut umrühren. Hühnerbrühe und Salz hinzufügen und 15 Minuten garen. Anschließend von der Kochstelle nehmen und mit geschlossenem Deckel 10 Minuten ruhen lassen.
6. Den Granatapfel waschen, trocken tupfen, halbieren und die Kerne entnehmen.
7. Die Hälfte der Granatapfelkerne unter den Basmatireis mischen.
8. Nach dem Ende der Garzeit den Lammrücken aus dem Vakuumbbeutel nehmen, die Gewürze abspülen und das Fleisch trocken tupfen.
9. Den Lammrücken in einer Pfanne mit Butterschmalz bei starker Hitze goldbraun braten. 5 Minuten ruhen lassen, danach in 4 Portionen teilen.
10. Den Lammrücken auf dem gewürzten Basmatireis anrichten und mit gehackter Petersilie und Chiliflocken bestreuen.

## Tipps:

- Sie können statt Lammrücken auch Lammsteak verwenden.
- Sie können die andere Hälfte der Granatapfelkerne als Topping für Obstsalat oder Müsli verwenden.

## So stellen Sie ein:

 60 cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3

 45 cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2

 45 cm Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 61 °C, **Garzeit:** 50 Minuten

# Quesadillas mit Hähnchenbrust

4 Portionen



So stellen Sie ein:

 60cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 3
 45cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 2
 45cm	Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1 Dampfbehälter gelocht, Höhe 2
<b>Hähnchenbrustfilet:</b> Sous-vide, 65 °C, <b>Garzeit:</b> 60 Minuten	
<b>Spargel:</b> Sous-vide, 80 °C, <b>Garzeit:</b> 30 Minuten	

## Zutaten:

### Für das Hähnchen:

600 g Hähnchenbrustfilet  
10 g Salz  
1 g Oregano  
2 g Kreuzkümmel, gemahlen,  
½ TL  
1 g Chilipulver, 1 Msp.  
2 g schwarzer Pfeffer, ½ TL  
30 ml Sonnenblumenöl

### Für die Guacamole:

600 g Avocado, 2 Stück  
60 g Schalotten, gehackt  
20 ml Limettensaft  
80 g Kirschtomaten, halbiert  
8 g Salz  
5 g frischer Koriander, gehackt

### Zum Bräunen der Hähnchenbrustfilets

30 g Butter

### Für die Quesadilla:

150 g grüner Spargel  
4g Salz  
40 g Butter  
12 Weizentortillas, Ø 20 cm  
250 g Cheddar, gerieben

## Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

## Nährwertangaben:

1288 kcal, 73 g F, 88 KH, 68 g E

## Zubereitung:

1. Die Hähnchenbrustfilets unter Beachtung der Hygiene vorbereiten, salzen und mit den Gewürzen einreiben. In den Vakuierbeutel geben und auf Stufe 3 vakuumieren. Wie angegeben garen.
2. Für die Guacamole die Avocado abwaschen, trocken tupfen, halbieren und entkernen.
3. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen, in eine Schüssel geben und mit einer Gabel zerdrücken. Die restlichen Zutaten hinzufügen und alles vorsichtig vermengen.
4. Die Hähnchenbrustfilets nach dem Ende der Garzeit 10 Minuten ruhen lassen. Danach aus dem Vakuierbeutel nehmen und trocken tupfen.
5. Den Spargel abwaschen, trocken tupfen und die harten Enden entfernen.
6. Spargel mit Salz und Butter in einen Vakuierbeutel geben und auf Stufe 3 vakuumieren und wie angegeben garen.
7. Butter in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze erwärmen. Die Hähnchenbrustfilets hinzugeben und von beiden Seiten anbraten. Danach in 1 cm dünne Scheiben schneiden.
8. Den Spargel aus dem Vakuierbeutel nehmen und in dünne Scheiben schneiden.
9. 6 Tortillas gleichmäßig mit Spargel, Cheddar und Hähnchenbrustscheiben belegen. Mit den restlichen Tortillas bedecken, sodass Quesadillas entstehen.
10. Butter in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze erwärmen. Nacheinander eine Quesadilla hineinlegen und von beiden Seiten goldbraun anbraten.
11. Auf diese Weise alle Quesadillas in der Pfanne anbraten.
12. Die Quesadillas schräg schneiden und mit der Guacamole servieren.

## Tipps:

- Sie können statt Hähnchenbrust auch Putenbrust verwenden.
- Zu Quesadillas können Sie auch eine frische Tomaten-Chili-Salsa servieren. Dazu Tomaten und rote Zwiebeln würfeln, mit Limettensaft und gehackten frischen Korianderblättern verfeinern.

# Entenbrust Peking Style

4 Portionen



So stellen Sie ein:

	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 3
	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 2
	Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1 Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 62 °C, **Garzeit:** 90 Minuten

## Zutaten:

### Für die Entenbrust:

2 Entenbrüste, à 400g
5 g Salz, 1 TL
5 g Fünf-Gewürze-Pulver, 1 TL
10 g Ingwer, gerieben
20 ml Sojasauce
20 g Rohrzucker
2 g Chilipulver, ½ TL
1 Bio-Orange

### Für die Pfannkuchen, 4 Stück:

130 g Mehl
15 g Maisstärke
125 ml Wasser
125 ml Vollmilch
3 Eier
25 g Butter, zerlassen
Prise Salz

### Für das Gemüse:

100 g Salatgurke
100 g Karotten
100 g Frühlingszwiebeln
50 g Hoisin-Sauce

## Zubehör:

 60/45 cm  
Universalpfanne, Rost

 45 cm  
Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

## Nährwertangaben:

708 kcal, 42 g F, 39 KH, 43 g E

## Zubereitung:

1. Die Entenbrüste unter Beachtung der Hygiene vorbereiten. Mit einem scharfen Messer die Haut der Entenbrüste raufenförmig einritzen. Darauf achten, dass die Schnitte nur in der Fettschicht sind und sehr dicht nebeneinanderliegen.
2. In einer kleinen Schüssel Salz, Fünf-Gewürze-Pulver, Ingwer, Sojasauce, Zucker und Chilipulver verrühren.
3. Die Orange unter heißem Wasser waschen, trocknen und ein dünnes Stück Schale abschneiden.
4. Die Entenbrüste mit der Gewürzmischung kräftig einreiben und zusammen mit der Orangenschale in einen Vakuumbbeutel geben. Auf Stufe 3 vakuumieren und im Kühlschrank mindestens 2 Stunden marinieren.
5. Nach dem Marinieren wie angegeben garen.
6. Für die Pfannkuchen alle Zutaten mit einem Schneebesen glatrühren und 15 Minuten abgedeckt ruhen lassen.
7. Gurke und Karotten waschen und schälen. Frühlingszwiebeln waschen und trocken tupfen. Das Gemüse in 10 cm lange und 2 mm dünne Stifte schneiden.
8. Für die Pfannkuchen Butter in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze erwärmen. Pfannkuchen in ca. 16 cm Durchmesser backen. Pro Pfannkuchen eine ¼ Tasse Teig verwenden und goldbraun backen. Die fertigen Pfannkuchen abdecken, damit sie nicht austrocknen.
9. Die Entenbrüste nach dem Ende der Garzeit aus dem Vakuumbbeutel nehmen und trocken tupfen.
10. Eine Pfanne bei mittlerer Hitze aufheizen. Die Entenbrüste mit der Fettseite nach unten hineinlegen, mit einem Spatel andrücken und goldbraun und knusprig braten. Wenden und ca. 20 Sekunden weiterbraten. Danach fünf Minuten auf einen Teller ruhen lassen.
11. Mit einem scharfen Messer die Entenbrüste in dünne Scheiben schneiden.
12. Die Pfannkuchen mit Hoisin-Sauce beträufeln, Entenbrustscheiben, Gurken, Karotten und Frühlingszwiebeln darauf legen und servieren.

## Tipp:

- Anstelle von Pfannkuchen können Sie auch fertige Weizentortillas verwenden. Diese 5 Minuten vor dem Verzehr mit der Regenerierfunktion Ihres Backofens erwärmen.

# Lauwarmer Salat von der Entenbrust

Für 4 Portionen



## Zutaten:

2 Entenbrüste, à ca. 300 g  
40 g Butter  
2 Stängel frische Minze  
1 frischer Korianderzweig  
20 ml Olivenöl  
1 Bund Frühlingszwiebeln  
1 walnussgroßes Stück frischer Ingwer  
1-2 Knoblauchzehen  
75 ml Reissessig oder Obstessig  
50 ml helle Sojasauce  
20 ml geröstetes Sesamöl  
30 ml Sonnenblumenöl  
30 g Erdnüsse, gehackt  
Salz  
schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
Zucker

## Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45 cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

## Nährwertangaben:

695 kcal, 60 g F, 3 KH, 31 g E

## Zubereitung:

1. Die Entenbrüste unter Beachtung der Hygiene vorbereiten, mit der Butter in einen Vakuumbbeutel geben und auf Stufe 3 vakuumieren.
2. Die Entenbrüste im Vakuumbbeutel in den Dampfbackofen geben und wie angegeben garen.
3. Nach dem Garen die Entenbrüste aus dem Beutel nehmen und trocken tupfen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Entenbrüste im heißen Fett von allen Seiten anbraten, so dass die Oberfläche eine schöne Bräunung erhält und der Kern saftig und zart bleibt.
4. Die Entenbrüste abkühlen lassen und schräg in dünne Scheiben schneiden.
5. Die Frühlingszwiebeln waschen, trocken tupfen und schräg in feine Scheiben schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken. Alles zusammen mit Essig, Sojasauce und den beiden Ölen vermischen und über die Entenbrustscheiben geben.
6. Den Salat abschmecken und mit gehackten Erdnüssen bestreut servieren.

## So stellen Sie ein:

 60cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3

 45cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2

 45cm Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 62 °C, **Garzeit:** 70 Minuten

# Kabeljau-Sandwich mit Remouladensauce

4 Portionen



## Zutaten:

### Für den Kabeljau:

500 g frisches Kabeljaufilet, ohne Gräten und Haut

1 Lorbeerblatt

80 g Butter

10 g Salz

### Für die Remoulade:

30 g Knollensellerie, gewaschen, geschält und fein gerieben

10 g Senf

Tabasco, nach Geschmack

150 g Mayonnaise

10 g Kapern, gehackt

10 g Essiggurken, gehackt

10 g Schalotten, gehackt

½ Bio-Zitrone, Saft und Schale

5 g Schnittlauch, fein gehackt

5 g Estragon, fein gehackt

### Für die Sandwiches:

4 Brioche-Brötchen

40 g Butter

60 g Rucola, gewaschen

### Zubehör:

60/45 cm

Universalpfanne, Rost

45 cm

Dampfbehälter ungelocht, Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

854 kcal, 67 g F, 34 KH, 31 g E

## Zubereitung:

1. Das Kabeljaufilet unter Beachtung der Hygiene vorbereiten, mit der Butter, Salz und dem Lorbeerblatt in einen Vakuumierbeutel geben. Auf Stufe 2 vakuumieren und wie angegeben garen.
2. Die Zitrone abwaschen, trocken tupfen, Schale abreiben und auspressen.
3. Für die Remoulade alle Zutaten in einer Schüssel mischen und mit Salz abschmecken.
4. Die Brioche-Brötchen halbieren. Butter in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze erwärmen. Die Brioche-Brötchen mit der Schnittfläche nach unten hineinlegen und goldbraun und knusprig braten.
5. Das Kabeljaufilet nach dem Ende der Garzeit aus dem Vakuumierbeutel nehmen, trocken tupfen und in 4 Portionen teilen.
6. Die untere Brötchenhälfte mit einer Schicht Remoulade bestreichen, eine Portion Kabeljau und Rucola darauflegen und mit der oberen Brötchenhälfte abdecken.

## Tipp:

- Sie können statt Kabeljau auch Schellfisch, Seehecht oder Lachs verwenden.

## So stellen Sie ein:

	↓ 60cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 3
	↓ 45cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 2
	↓ 45cm	Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1 Dampfbehälter gelocht, Höhe 2
Sous-vide, 61 °C, <b>Garzeit:</b> 18 Minuten		

# Pochierte Jakobsmuschel mit Tigergarnelen

4 Portionen



## Zutaten:

### Für die Jakobsmuscheln:

120 g Butter  
4 Jakobsmuscheln, sauber,  
ausgenommen  
700 g Tigergarnelen  
6 g Salz, 1 TL gehäuft  
120 ml Orangensaft

### Für das Gemüse:

80 g Salatgurke  
60 g rote Zwiebeln  
15 g Jalapeño Paprika  
10 g Korianderblätter

### Außerdem:

10 ml Limettensaft  
200 g Nachos

### Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

671 kcal, 40 g F, 40 KH, 39 g E

## Zubereitung:

1. Die Butter in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze leicht anbräunen, abseihen und abkühlen lassen.
2. Die Jakobsmuscheln unter Beachtung der Hygiene vorbereiten.
3. Die Tigergarnelen unter Beachtung der Hygiene vorbereiten, schälen, Kopf und Darm entfernen.
4. Jakobsmuscheln und Tigergarnelen salzen und mit der vorbereiteten Butter und Orangensaft in einen Vakuumierbeutel geben. Dabei darauf achten, dass sich Jakobsmuscheln und Tigergarnelen nicht überlappen.
5. Auf Stufe 2 vakuumieren und wie angegeben garen.
6. Gurke und Jalapeño Paprika kalt abwaschen und trocken tupfen. Rote Zwiebel schälen.
7. Rote Zwiebel, Jalapeño Paprika und Gurke in feine Scheiben schneiden.
8. Nach dem Ende der Garzeit den Vakuumierbeutel öffnen und den Inhalt vorsichtig in eine Schüssel geben. Den Limettensaft zugeben und vermengen.
9. Die Jakobsmuscheln und Tigergarnelen in Sauce mit Gemüse in 4 Portionen teilen und mit Korianderblättern garnieren. Mit Nachos als Beilage servieren.

## Tipp:

- Sie können statt Tigergarnelen auch andere Garnelen oder Langusten verwenden.

## So stellen Sie ein:

 ↓ 60cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 3
 ↓ 45cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 2
 ↓ 45cm	Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1 Dampfbehälter gelocht, Höhe 2
Sous-vide, 60 °C, <b>Garzeit:</b> 18 Minuten	

# Lachs mit hellgrünem Kräuterrisotto

4 Portionen



So stellen Sie ein:

	60cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 3
	45cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 2
	45cm	Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1 Dampfbehälter gelocht, Höhe 2
Risotto: Dämpfen, 100 °C, Garzeit: 25 Minuten		
Risotto und Lachs: Sous-vide, 61 °C, Garzeit: 15 Minuten		

## Zutaten:

### Für den Lachs:

600 g Lachsfilets, mit Haut, gesäubert
10 g Salz
60 g Butter
10 g Dill

### Für das Risotto:

100 g weiße Zwiebeln, gehackt
15 g Knoblauch, gehackt
30 g Butter
280 g Risotto-Reis, z. B. Arborio
80 ml Weißwein
600 ml Geflügelfond
8 g Salz
20 g Parmesan, gerieben
50 g Butter
½ Bio Zitrone

### Für das grüne Kräuterpüree:

10 g Minzblätter
30 g Petersilienblätter
100 g Spinat
30 g Schnittlauch
5 g Salz, 1TL

### Zum Bräunen der Lachsfilets:

30 g Butter
-------------

### Zubehör:

	60/45cm	Universalpfanne, Rost
--	---------	-----------------------

	45cm	Dampfbehälter ungelocht, Dampfbehälter gelocht
Dampf- und hitzebeständige Form		

### Nährwertangaben:

916 kcal, 60 g F, 58 KH, 36 g E
---------------------------------

## Zubereitung:

- Die Lachsfilets unter Beachtung der Hygiene vorbereiten und in 4 Portionen teilen.
- Die Lachsfilets salzen und mit Butter und Dill in einen Vakuumierbeutel geben. Auf Stufe 2 vakuumieren und kühl stellen.
- Für das Risotto die Butter in einem Topf bei mittlerer Hitze erwärmen. Zwiebel und Knoblauch zugeben und unter Rühren anbraten, bis die Zwiebeln glasig sind. Den Risotto-Reis zugeben und unter Rühren ca. 30 Sekunden anbraten.
- Den Weißwein hinzufügen und unter Rühren kochen, bis der Reis den Wein aufgenommen hat. Den Geflügelfond hinzufügen und umrühren.
- Die Reismischung in ein dampf- und hitzebeständiges flaches Kochgeschirr geben und wie angegeben garen.
- Nach 25 Minuten den Lachs neben das Risotto legen und wie angegeben garen. Bei Bedarf die Tür 1 Minute öffnen, um den Ofen auf die Gartemperatur vom Lachs abkühlen zu lassen.
- Für das grüne Kräuterpüree einen Topf mit Wasser und 1 EL Salz zum Kochen bringen. Kräuter und Spinat hinzufügen und 10 Sekunden blanchieren
- Mit einer Schaumkelle aus dem Topf nehmen, kurz abtropfen und in eiskaltem Wasser abschrecken.
- Kräuter und Spinat trocken tupfen, grob hacken und zusammen mit 100 ml des Kochwassers pürieren.
- Die Zitrone abwaschen, trocken tupfen und die Schale abreiben.
- Nach dem Ende der Garzeit Parmesan, Butter, Kräuterpüree und die Hälfte der Zitronenschale zum Risotto geben und cremig rühren.
- Die Lachsfilets vorsichtig aus dem Vakuumierbeutel nehmen und trocken tupfen.
- Die Lachsfilets in einer Pfanne mit etwas Butter goldbraun und kross anbraten.
- Die Lachsfilets auf dem grünen Risotto anrichten und mit der restlichen Zitronenschale bestreuen.

## Tipp:

- Sie können statt Lachsfilets auch Forelle verwenden.

# Seeteufel mit Spinat und Tomaten

4 Portionen



## Zutaten:

### Für den Seeteufel:

600 g Seeteufelfilet, ohne Haut und Gräten

10 g Salz

60 g Butter

### Für den Spinat:

30 ml Olivenöl

10 g Knoblauch, fein gehackt

400 g Spinatblätter

50 g getrocknete Tomaten, grob gehackt

80 g Feta, zerbrösel

### Zum Bräunen des Fisches:

30 g Butter

### Für die Zitronen:

2 Bio-Zitronen

### Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45 cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

436 kcal, 32 g F, 5 KH, 30 g E

## Zubereitung:

1. Das Seeteufelfilet unter Beachtung der Hygiene vorbereiten, in 4 gleich große Stücke schneiden, salzen und mit Butter in einen Vakuumierbeutel geben. Auf Stufe 2 vakuumieren und wie angegeben garen.
2. Die Spinatblätter abwaschen und trocken tupfen.
3. Eine Bratpfanne bei mittlerer Hitze aufheizen. Öl und Knoblauch hineingeben und unter Rühren ca. 2 Minuten anbraten bis der Knoblauch duftet. Die Spinatblätter nacheinander hinzugeben, und erhitzen, bis sie deutlich an Volumen verloren haben.
4. Die Pfanne vom Kochfeld nehmen, getrocknete Tomaten und Feta zum Spinat geben und vermengen.
5. Die Zitronen abwaschen, trocken tupfen und halbieren.
6. Das Seeteufelfilet nach dem Ende der Garzeit aus dem Vakuumierbeutel nehmen und trocken tupfen.
7. Butter in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze erwärmen. Das Seeteufelfilet hineingeben und goldbraun anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und in 4 Portionen verteilen.
8. In derselben Pfanne die Zitronenhälften mit der Schnittfläche nach unten ca. 1 Minute lang goldbraun anbraten.
9. Spinat und Zitronenhälften zum Seeteufel servieren.

## Tipps:

- Sie können statt Spinat auch Mangold verwenden. Dazu die Blätter von den Rippen trennen und die Rippen länger garen.
- Für dieses Rezept eignet sich auch Red Snapper oder Wolfsbarsch.

## So stellen Sie ein:

 60cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3

 45cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2

 45cm Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 60 °C, **Garzeit:** 20 Minuten

# Heilbutt asiatisch

Für 4 Portionen



## Zutaten:

### Fisch:

2 Heilbuttfilets, à 300 g

Salz

40 g Butter

### Gemüse:

300 g Karotten

1 Bund Frühlingszwiebeln

10 ml Öl, 1 EL

150 ml Hühnerbrühe

75 ml Sojasauce

30 ml Sherry

1 walnussgroßes Stück frischer Ingwer

100 g Bambussprossen

150 g Mungobohnensprossen

20 g Ahornsirup

Chilipulver

### Außerdem:

¼ Bund frischer Koriander

20 g geröstete Cashewkerne

### Zubehör:

60/45 cm

Universalpfanne, Rost

45 cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

392 kcal, 20 g F, 11 KH, 39 g E

## Zubereitung:

1. Die Heilbuttfilets unter Beachtung der Hygiene vorbereiten. Mit wenig Salz einreiben und zusammen mit der Butter in einen Vakuumbbeutel geben. Auf Stufe 3 vakuumieren und wie angegeben garen.
2. Die Karotten schälen und schräg in Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und vierteln.
3. Das Öl in eine Pfanne geben. Karotten und Frühlingszwiebeln darin anbraten. Hühnerbrühe, Sojasauce und Sherry zugießen. Den geschälten Ingwer durch eine Knoblauchpresse drücken und zugeben. Offen etwa 5 Minuten einkochen lassen.
4. Die Sprossen unterrühren. Mit Ahornsirup, Salz, Pfeffer und Chilipulver abschmecken.
5. Die Heilbuttfilets aus dem Vakuumbbeutel nehmen und auf dem Gemüse anrichten. Den Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Filets mit Korianderblättchen und Cashewkernen garnieren.

## So stellen Sie ein:



Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3



Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2



Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 58 °C, **Garzeit:** 30 Minuten

# Kürbis- Carpaccio

4 Portionen



## Zutaten:

### Für den Butternusskürbis:

500 g Butternusskürbis  
120 ml Traubenkernöl  
10 g frische Thymianzweige  
50 g frischer Ingwer, geschält  
und zerkleinert  
3 g Salz, 2 Prisen

### Außerdem:

200 g Hartkäse, z. B. Cheddar  
100 g Rucola, gewaschen  
50 g geröstete Walnüsse,  
gehackt

### Zubehör:

 60/45 cm  
Universalpfanne, Rost

 45 cm  
Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

575 kcal, 53 g F, 17 KH, 8 g E

## Zubereitung:

1. Den Butternusskürbis kalt abwaschen, der Länge nach halbieren, vierteln, die harten Enden abschneiden und schälen. Das Fruchtfleisch mit einem Gemüsehobel in etwa 2 mm dünne Scheiben schneiden.
2. Die Kürbisscheiben mit Traubenkernöl, Thymianzweigen, Ingwerstücken und Salz in einen Vakuierbeutel geben. Auf Stufe 2 vakuumieren und wie angegeben garen.
3. In der Zwischenzeit den Käse mit einem Käsehobel oder Sparschäler in dünne Scheiben schneiden.
4. Nach dem Ende der Garzeit den Inhalt des Beutels vorsichtig auf einen Teller geben.
5. Abwechselnd Kürbis- und Käsescheiben fächerförmig übereinanderlegen. Mit gehackten Walnüssen und Rucola servieren.

## Tipp:

- Sie können auch andere Hartkäsesorten verwenden, wie z. B. Parmesan, Gouda, Gruyère.

## So stellen Sie ein:

 60cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 3
 45cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 2
 45cm	Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1 Dampfbehälter gelocht, Höhe 2
Sous-vide, 90 °C, <b>Garzeit:</b> 20 Minuten	

# Grüner Spargel mit Trüffelsauce

4 Portionen



## Zutaten:

### Für den Spargel:

800 g grüner Spargel

5 g Salz, 1TL

40 g Butter

### Für die Trüffelsauce:

150 g Butter

4 Eigelb

25 g Sojasauce, japanisch

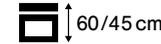
20 g Zitronensaft

20 g Balsamico-Essig

15 g schwarzer Trüffel, gehackt

25 g Wasser

## Zubehör:



Universalpfanne, Rost



Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

## Nährwertangaben:

457 kcal, 46 g F, 5 KH, 7 g E

## Zubereitung:

1. Den Spargel abwaschen, trocken tupfen und das untere Drittel entfernen. Zusammen mit Salz und Butter in einen Vakuierbeutel geben und auf Stufe 3 vakuumieren.
2. Einen weiteren Vakuierbeutel mit umgeschlagenen Rändern in einen Messbecher stellen und die Zutaten für die Trüffelsauce hineingeben. Auf Stufe 2 vakuumieren. Den Vakuiervorgang beobachten, es kann Flüssigkeit aufsteigen. Das Vakuumieren frühzeitig stoppen.
3. Den Vakuierbeutel mit dem Spargel wie angegeben garen. 8 Minuten vor dem Garzeitende den Vakuierbeutel der Trüffelsauce dazugeben.
4. Die Trüffelsauce aus dem Vakuierbeutel in ein hohes Gefäß gießen. Mit einem Stabmixer kurz pürieren, bis die Sauce glatt und luftig ist.
5. Den Spargel aus dem Vakuierbeutel nehmen und mit der Trüffelsauce servieren.

## Tipps:

- Sie können statt Trüffel auch getrocknete Herbsttrompeten verwenden. Die Pilze dazu in warmem Wasser einlegen und anschließend fein hacken.
- Sie können statt grünem auch weißen Spargel verwenden. Verlängern Sie die Garzeit um 5–8 Minuten.

## So stellen Sie ein:



Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3



Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2



Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

**Spargel:** Sous-vide, 80 °C, **Garzeit:** 23 Minuten

**Spargel und Trüffelsauce:**  
Sous-vide, 80 °C, **Garzeit:** 8 Minuten

# Tomatensalat

Für 4 Portionen



## Zutaten:

500 g reife Cocktailtomaten,  
rot und gelb  
1 Prise Salz  
schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
5 g brauner Zucker, 1 TL  
30 ml Aceto balsamico  
1 Zweig Rosmarin  
1 Zweig Thymian  
3 EL Olivenöl "extra vergine"

## Zubehör:

 ↑ 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 ↑ 45cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

## Nährwertangaben:

103 kcal, 8 g F, 6 KH, 1 g E

## Zubereitung:

1. Die Tomaten gründlich waschen, trocken tupfen und halbieren.
2. Die Tomaten mit den restlichen Zutaten in einen Vakuierbeutel geben und auf Stufe 2 vakuumieren. Wie angegeben garen.
3. Nach dem Garen auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

## Tipp:

- Servieren Sie den Tomatensalat mit Mozzarella und frischem Brot oder als Beilage zu Ribeye Steaks.

## So stellen Sie ein:

 ↓ 60cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3

 ↓ 45cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2

 ↓ 45cm Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 58 °C, **Garzeit:** 25 Minuten

# Süßkartoffel-Gnocchi in brauner Salbeibutter

4 Portionen



So stellen Sie ein:

 60cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 3
 45cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 2
 45cm	Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1 Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 90 °C, **Garzeit:** 50 Minuten

## Zutaten:

### Für die Süßkartoffeln:

600 g Süßkartoffeln  
1 Prise Salz  
20 g Butter

### Für die Gnocchi:

150 g Ricotta  
8 g Salz  
60 g Parmesan, gerieben  
½ TL Muskatnuss, frisch gemahlen  
250 g Mehl

### Für die Salbeibutter:

80 g Butter, ungesalzen  
15 g Salbeiblätter  
Salz  
Schwarzer Pfeffer, gemahlen

## Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

## Nährwertangaben:

695 kcal, 32 g F, 84 KH, 17 g E

## Zubereitung:

1. Die Süßkartoffeln abwaschen, schälen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden.
2. Süßkartoffeln mit Salz und Butter in einen Vakuumbbeutel geben. Auf Stufe 3 vakuumieren und wie angegeben garen.
3. Anschließend die Süßkartoffeln aus dem Vakuumbbeutel nehmen, auf einem Sieb abtropfen lassen und in eine Schüssel geben.
4. Die Süßkartoffeln mit einer Gabel zerdrücken und größere Faserbündel entfernen. Kurz abkühlen lassen und dann mit Ricotta, Parmesan, Salz und Muskatnuss vorsichtig vermengen.
5. Das Mehl portionsweise untermischen, bis ein weicher Teig entsteht.
6. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 6 gleich große Stücke teilen. Jedes der Teigstücke auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem 50 cm langen, etwa 2,5 cm dicken Strang rollen. Falls der Teig zu klebrig ist, mit Mehl bestreuen. Jedoch nicht zu viel Mehl verwenden.
7. Aus jedem der Stränge etwa 20 Stücke schneiden. Jedes Stück über die Zinken einer Gabel abrollen, sodass ein Rillenmuster entsteht. Die geformten Gnocchi auf einem Backpapier verteilen.
8. Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen und Salz nach Bedarf hinzufügen.
9. Gnocchi in Teilmengen ca. 5-6 Minuten kochen, bis sie an die Oberfläche aufsteigen. Die gegarten Gnocchi mit einer Schaumkelle aus dem Kochwasser nehmen und auf einem Backblech verteilen.
10. Butter in einem großen Topf bei mittlerer Hitze erwärmen und unter Rühren ca. 5 Minuten anbräunen.
11. Die Salbeiblätter hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
12. Gnocchi in Teilmengen in die Butter geben und bei mittlerer Hitze anbräunen. Mit einer Kelle aus dem Topf nehmen und in einer Schüssel servieren.

## Tipps:

- Sie können statt Salbei auch andere Kräuter verwenden, z. B. Rosmarin oder Thymian.
- Sie können statt Süßkartoffeln auch Kartoffeln verwenden. Je nach deren Stärkegehalt benötigt man mehr oder weniger Mehl für einen weichen Teig. Erhöhen Sie hierbei Gartemperatur auf 95 °C.

# Vitello Tonnato

4 Portionen



## Zutaten:

### Für das Kalbfleisch:

650 g Kalbshende

8 g Salz

10 ml Sonnenblumenöl

2 Lorbeerblätter

5 g frische Salbeiblätter

150 ml Geflügelfond

### Für die Sauce:

5 g gesalzene Anchovis

15 g Kapern, abgetropft

50 g Tunfisch aus der Dose,  
abgetropft

10 ml Zitronensaft

10 ml natives Olivenöl extra

2 g schwarzer Pfeffer,  
gemahlen

150 g Mayonnaise

### Außerdem:

20 g Kapern, abgetropft

40 g Rucola

### Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

523 kcal, 40 g F, 2 KH, 41 g E

## Zubereitung:

1. Die Kalbshende unter Beachtung der Hygiene vorbereiten, salzen und in einer Pfanne mit Sonnenblumenöl von allen Seiten goldbraun anbraten.
2. Die Kalbshende aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Geflügelfond, Salbei- und Lorbeerblätter in die Pfanne geben, auf die Hälfte des Volumens einkochen, abkühlen lassen.
3. Geflügelfond-Reduktion und Kalbshende in einen Vakuumbbeutel geben. Beim Vakuumieren darauf achten, dass Flüssigkeit aufsteigt, den Vakuumiervorgang frühzeitig stoppen. Auf Stufe 3 vakuumieren und wie angegeben garen.
4. Für die Sauce alle Zutaten, außer der Mayonnaise, mit einem Mixer verrühren. Wenn die Textur geschmeidig geworden ist, die Mayonnaise hinzugeben und bei niedriger Geschwindigkeit weiter verrühren, bis eine glatte Sauce entsteht. In den Kühlschrank stellen.
5. Nach dem Ende der Garzeit den Vakuumbbeutel mit der Kalbshende zum Abkühlen etwa 30 Minuten lang in eine Schüssel mit Eiswasser legen.
6. Die Kalbshende aus dem Vakuumbbeutel nehmen und trocken tupfen.
7. Die Kalbshende in 0,5 cm dünne Scheiben schneiden. Auf einem Teller mit Sauce, Rucola und Kapern anrichten und servieren.

## Tipps:

- Sie können statt Kalbfleisch auch Schweinelende verwenden. Dabei die Gartemperatur auf 63 °C erhöhen.
- Sie können statt Geflügelfond auch Kalbsfond verwenden.
- Je nach Geschmack können Sie die Zutaten der Soße variieren, z. B. gibt Miso oder Sojasauce der Mayonnaise eine asiatische Note.

## So stellen Sie ein:

 60cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3

 45cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2

 45cm Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 60 °C, **Garzeit:** 90 Minuten

# Piña-Colada-Dessert

4 Portionen



## Zutaten:

### Für die Ananas:

800 g vollreife Ananas

¼ Vanilleschote

80 g Honig

Prise Salz

### Für die Kokoscreme:

250 ml Kokosnusscreme

ca. 20 % Fettgehalt, gut gekühlt

25 g Ahornsirup

1 Bio-Limette

### Zum Karamellisieren der Ananas:

60 g Butter

### Zubehör:

 ↑ 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 ↑ 45cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

410 kcal, 24 g F, 46 KH, 2 g E

## Zubereitung:

1. Die Ananas schälen, vierteln und den Strunk entfernen.
2. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herausschaben.
3. Ananas, Vanillemark, Honig und Salz in einen Vakuumbbeutel geben. Auf Stufe 2 vakuumieren und wie angegeben garen.
4. Die Limette waschen, trocknen tupfen und die Schale abreiben.
5. Die gekühlte Kokosnusscreme schaumig schlagen. Ahornsirup und die Hälfte der geriebenen Limettenschale hinzufügen und die Mischung zu einer steifen Masse weiter schlagen. In den Kühlschrank stellen.
6. Nach Garzeitende die Ananas vorsichtig aus dem Vakuumbbeutel nehmen.
7. Ananas in einer Pfanne mit Butter leicht anbraten, zwischendurch umrühren und so lange garen, bis aus der Garflüssigkeit eine dickflüssige Sauce entsteht.
8. Pro Portion ein Ananasviertel mit je einem großen Löffel Kokoscreme anrichten, mit der restlichen Limettenschale bestreuen und servieren.

## Tipps:

- Für eine alkoholhaltige Variante dieses Desserts geben Sie etwas Rum zu der Kokoscreme.
- Die Kokoscreme kann auch mit anderen Zitrusfrüchten wie Orange oder Zitrone aromatisiert werden.

## So stellen Sie ein:

 ↓ 60cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 3
 ↓ 45cm	Universalpfanne, Höhe 1 Rost, Höhe 2
 ↓ 45cm	Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1 Dampfbehälter gelocht, Höhe 2
Sous-vide, 75 °C, <b>Garzeit:</b> 30 Minuten	

# Pistazienparfait mit pochierten Pflaumen

4 Portionen



## Zutaten:

### Für das Parfait:

75 ml Milch  
230 ml Schlagsahne,  
30 % Fettgehalt,  
70 g Zucker  
2 Eigelb  
70 g geschälte, ungesalzene,  
geröstete Pistazien  
4 g Gelatineblätter, in kaltem  
Wasser eingeweicht

### Für die Pflaumen:

4 Pflaumen  
40 g Zucker  
1 g Tonkabohne, gerieben  
4 Kardamomkapseln, zerstoßen  
Prise Salz

### Zum Aufschlagen des Parfaits:

200 ml Schlagsahne,  
35 % Fettgehalt

### Für das Topping:

40 g geröstete Pistazien,  
gehackt

### Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht  
4 Förmchen Ø 12 cm

### Nährwertangaben:

700 kcal, 55 g F, 42 KH, 12 g E

## Zubereitung:

1. Für das Parfait alle Zutaten in einen Mixer geben und durchmischen, bis eine geschmeidige Konsistenz erreicht ist. Die Mischung in einen Vakuumbierbeutel geben und auf Stufe 2 vakuumieren. Den Vorgang beobachten, es kann Flüssigkeit aufsteigen. Das Vakuumieren frühzeitig stoppen. Den Vakuumbierbeutel in den Kühlschrank geben.
2. Die Pflaumen abwaschen, trocken tupfen, halbieren und entsteinen.
3. Pflaumen zusammen mit den übrigen Zutaten in einen Vakuumbierbeutel geben. Auf Stufe 2 vakuumieren und zusammen mit dem Pistazienparfait wie angegeben garen.
4. Nach dem Ende der Garzeit den Vakuumbierbeutel mit der Parfaitmasse in eine Schüssel mit Eiswasser tauchen und kontinuierlich bewegen, um eine sehr schnelle Abkühlung zu erreichen.
5. Die Parfaitmasse aus dem Vakuumbierbeutel nehmen und in einer Schüssel glattrühren.
6. Die Parfaitmasse in 4 Förmchen verteilen und etwa 2-3 Stunden gefrieren lassen.
7. Die Pflaumen im Vakuumbierbeutel im Kühlschrank abkühlen lassen.
8. Die Parfaits mit pochierten Pflaumen belegen und gehackten, gerösteten Pistazien garnieren und servieren.

## Tipps:

- Um eine perfekte Textur zu erhalten, lassen Sie das Parfait 5 Minuten vor dem Servieren etwas antauen.
- Sie können auch andere Früchte verwenden, z. B. Pfirsiche, Aprikosen oder Kirschen

## So stellen Sie ein:

 60cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3

 45cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2

 45cm Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 84 °C, **Garzeit:** 30 Minuten

# Dampfnudeln mit Vanille-Sauce

Für 4 Portionen



## Zutaten:

### Vanillesauce:

Mark einer halben Vanilleschote  
200 ml Milch  
100 ml Sahne  
3 Eigelb  
45 g Zucker

### Dampfnudeln:

250 g Mehl  
10 g frische Hefe  
15 g Zucker  
2 g Salz, ½ TL  
60 ml Milch, lauwarm  
1 Ei  
50 g Butter

### Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45 cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

### Nährwertangaben:

566 kcal, 28 g F, 65 KH, 14 g E

## Zubereitung:

1. Für die Vanille-Sauce alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben, kurz mit dem Pürierstab durchmischen und für 2 Stunden kalt stellen. Anschließend in einen Vakuumbbeutel füllen, auf Stufe 2 vakuumieren und wie angegeben garen.
2. Den Vakuumbbeutel herausnehmen und noch warm leicht durchkneten, so dass sich alle Aromen und Stoffe gut verbinden. Die Sauce bis zum Servieren der Dampfnudeln im verschlossenen Beutel lassen.
3. Das Mehl in eine Schüssel sieben. Hefe, Zucker und Salz in der lauwarmen Milch auflösen und zum Mehl geben. Ei und Butter zufügen. Alles kräftig durchkneten und zu einem glatten Teig verarbeiten. Wenn nötig noch etwas Mehl zufügen. Den Teig wie angegeben auf dem Rost gehen lassen.
4. Den Teig nochmals durchkneten, in 8 gleich große Portionen teilen, zu Kugeln formen und nochmals gehen lassen.
5. Die Dampfnudeln wie angegeben dämpfen. Auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Vanillesauce servieren. Bei Bedarf die Vanillesauce vor dem Servieren mit einem Schneebesen kurz durchrühren.

## So stellen Sie ein:

 60 cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3

 45 cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2

 45 cm Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

**Vanille-Sauce:** Sous-vide, 80 °C, **Garzeit:** 15 Minuten

### Dampfnudeln:

Teig herstellen: 40 °C, 20 Minuten

Teig aufarbeiten: 40 °C, 20 Minuten

Dampfnudeln dämpfen: 100 °C, 25 Minuten

# Schokoladenpudding

4 Portionen



## Zutaten:

### Für den Pudding:

1 Eigelb  
200 ml Milch  
150 ml Sahne, 30 % Fettgehalt  
50 g Zucker  
20 g Maisstärke  
40 g Kakaopulver  
Prise Salz  
1 Msp. Kardamom, gemahlen

### Für die Sauce:

300 g Himbeeren,  
reif oder gefroren  
100 g Zucker  
Schale 1 Bio-Zitrone

### Für das Topping:

60 g Haselnüsse, gehackt  
50 g Cranberries

## Zubehör:

 60/45 cm

Universalpfanne, Rost

 45 cm

Dampfbehälter ungelocht,  
Dampfbehälter gelocht

4 Förmchen mit Ø 12 cm

## Nährwertangaben:

535 kcal, 28 g F, 61 KH, 10 g E

## Zubereitung:

1. Für den Pudding alle Zutaten verrühren. Dabei darauf achten, dass kein Schaum entsteht.
2. Die Zitrone abwaschen, trocken tupfen und die Schale abreiben.
3. Für die Sauce alle Zutaten in einem Vakuumbbeutel mit umgefalteten Rändern mischen, auf Stufe 2 vakuumieren und zusammen mit dem Puddingbeutel wie angegeben garen.
4. Nach dem Ende der Garzeit den noch heißen Vakuumbbeutel des Puddings kneten, bis alle Zutaten gründlich durchmischt sind.
5. Mit einer Schere eine kleine Ecke des Beutels abschneiden und den Pudding in 4 Förmchen füllen.
6. Die Himbeeren mit dem Zucker vermischen, pürieren und auf dem Schokoladenpudding verteilen.
7. Sie können das Dessert nun entweder im Kühlschrank etwa 1 Stunde lang abkühlen lassen oder warm servieren.
8. Vor dem Servieren mit gehackten Haselnüssen und Cranberries bestreuen.

## So stellen Sie ein:

 60cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 3

 45cm Universalpfanne, Höhe 1  
Rost, Höhe 2

 45cm Dampfbehälter ungelocht, Höhe 1  
Dampfbehälter gelocht, Höhe 2

Sous-vide, 80 °C, **Garzeit:** 30 Minuten





9001652131 (020516) de

**SIEMENS**

Siemens Hausgeräte

Die BSH Gruppe ist eine Markenlizenznehmerin der Siemens AG.