

Kabeljau

mit Dillsauce, Romanesco und Schnittlauch-Kartoffelstampf

Zubereitungszeit 70 – 90 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

4 Kabeljaufilets à 160 g
1 kleines Bund Thymian
Abrieb von 1 Zitrone
1 Kopf Romanesco
200 g Kartoffeln (mehlig kochend)
1 kleines Bund Schnittlauch
Muskat
25 g Butter
Etwas Milch
1 Schalotte, fein geschnitten
25 g Mehl
400 g Weißwein oder Fischfond
100 g Sahne
1 kleines Bund Dill

Einstellungen Dampfgarer

Betriebsart: Sous-vide
Temperatur: 60°C
Dauer: 13 Minuten

Einstellungen Vakuuimerschublade

Beutel vakuumieren
Vakuum Stufe 3

Zubereitung

Den Romanesco in kleine Röschen schneiden und in einen gelochten Garbehälter legen.

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einen ungelochten Garbehälter geben. Mit Salz und Muskat würzen, etwas Butter und einen Schuss Milch hinzugeben.

Den Romanesco und die Kartoffeln im Menügaren garen. Für die Kartoffeln die Einstellung „Salzkartoffeln“ auswählen.

Die Kabeljaufilets mit der abgeriebenen Zitronenschale und dem Thymian vakuumieren und im Dampfgarer garen.

Für die Sauce die Schalottenwürfelchen in Butter in einem Topf glasig werden lassen, dann das gesamte Mehl zugeben und mit einem Kochlöffel gleichmäßig verteilen. Mit dem Weißwein/Fond schrittweise ablöschen und mit einem Schneebesen verrühren, bis eine zunächst sämige, klümpchenfreie Masse entstanden ist. Erst danach mit einem weiteren Schuss aufgießen und erneut verrühren. Den gesamten Fond hinzugeben und etwas köcheln und einreduzieren lassen. Zuletzt die Sahne hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Dill fein hacken, aber erst kurz vor dem Anrichten hinzugeben.

Die Kartoffeln mit dem Sud in dem Garbehälter stampfen und den in feine Röllchen geschnittenen Schnittlauch unterheben.

Gefüllte Ofennudeln

Zutaten

500 g Weizenmehl
1 Würfel frische Hefe
30 g Zucker
etwa 130 ml Milch
1 Prise Salz
125 g weiche Butter
2 Eier
Pflaumenmus (oder Karamellcreme)
Puderzucker (zum Bestreuen)
Vanillesauce (siehe gesondertes Rezept)

Einstellung Dampfgarer mit Backofenfunktion

Betriebsart: Combigaren Heißluft plus
Temperatur: 170°C
Schritt 1:
Feuchte: 0 – 30%
Dauer: 5 Minuten
Schritt 2:
Feuchte: 75%
Dauer: 6 Minuten
Schritt 3:
Feuchte: 0 – 30%
Dauer: 5 – 10 Minuten

Zubereitung

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Etwa eine halbe Stunde gehen lassen. Anschließend nochmals gut durchkneten, ggf. noch etwas Mehl zufügen.

Aus dem Teig etwa 40 kleine Kugeln formen, diese etwas auseinanderziehen, jeweils mit einem Teelöffel Pflaumenmus oder Karamell füllen, zusammendrehen und mit der Nahtseite nach unten eng an eng in den gefetteten Miele Gourmet-Bräter oder in eine gefettete Auflaufform setzen.

Den Bräter in den Dampfgarer mit Backofenfunktion schieben und die Ofennudeln etwa 30 Minuten gehen lassen. Anschließend goldgelb backen. Die fertigen Ofennudeln aus dem Backofen nehmen. Mit Puderzucker bestreuen und mit Vanillesauce servieren.

Tipp:

Für die Karamellcreme eine geschlossene Dose gezuckerte Kondensmilch „Milchmädchen“ in 90 Minuten bei 100°C auf dem Rost im Dampfgarer garen. Danach ist das Karamell fertig.

Rosa gebratene Rinderhüftsteaks

mit Marktgemüse und Rosmarin-Polenta

Zutaten für 4 Portionen

4 Rinderhüftsteaks à 250 g
Salz, Pfeffer

Für das Marktgemüse

Bundmöhren
Brokkoli
Champignons
oder Gemüse der Saison

Für die Polenta

200 g Polenta
500 ml Wasser
500 ml Milch
20 g Butter
1 EL Rosmarin
Salz

Einstellungen

Dampfgarer mit Backofenfunktion

Betriebsart: Combigaren Heißluft plus
Temperatur: 120°C
Feuchte: 40%
Speisethermometer: ja
Kerntemperatur: 56°C

Zubereitung

Die Hüfte ggf. von Sehnen und Fett befreien und abtupfen. Den Bräter vorheizen. Das Fleisch von allen Seiten salzen und mit etwas Öl von allen Seiten kräftig anbraten.

Danach auf einen Rost mit Universalblech in den auf 120°C vorgeheizten Dampfgarer mit Backofenfunktion geben und das Speisethermometer mittig in das Fleisch stechen, sodass die Metallspitze komplett darin verschwindet. Die Kerntemperatur sollte für ein Medium-Ergebnis 56°C nicht überschreiten, damit es im Anschnitt rosa bleibt. Andere gewünschte Gargrade müssen dementsprechend angepasst werden.

Für das Marktgemüse die verschiedenen Sorten auf gleichmäßige Größen zuschneiden: Den Brokkoli in kleine Röschen, die geschälten Bundmöhren in gleichmäßige Scheiben sowie die Pilze ggf. halbieren. Alles zusammen im Dampfgarer separat oder auch im Menügaren zubereiten.

Für die Polenta Wasser, Milch, Butter sowie Salz und Pfeffer in einen ungelochten Garbehälter geben und im Dampfgarer bei 100°C für 4 Minuten erhitzen.

Danach die Polenta in die Flüssigkeit einrieseln lassen und dabei umrühren. Erneut bei 100°C für 10 Minuten garen.

Anschließend die Masse durchrühren, den Rosmarin hinzugeben und weitere 10 Minuten in den Dampfgarer geben.

Schnelle Vanillesauce

Zutaten für 3 – 4 Portionen

1 Vanilleschote
3 Eier
250 g Sahne
30 g Zucker

Einstellung Vakuumschublade

Beutel vakuumieren
Vakuum Stufe 2

Einstellung Dampfgarer

Betriebsart: Sous-vide
Temperatur: 76°C
Dauer: 30 Minuten

Zubereitungszeit

Ca. 40 Minuten

Garzeit

30 Minuten

Zubereitung

Die Vanilleschote halbieren, das Mark auskratzen und dieses mit Eiern, Sahne und Zucker im Mixer oder mit dem Stabmixer gut verquirlen.

Die Vanillemasse in den Vakuumbbeutel geben und vakuumieren (Einstellungen siehe links). Den Beutel mit der Vanillemasse auf dem Stellrost garen (Einstellungen siehe links).

Den Beutel anschließend gut durchkneten, direkt verwenden oder abkühlen lassen.