

SPARGEL-HÄHNCHENBRUSTSALAT

Das brauchen Sie für 4 Personen

1 kg Spargel
1 kg Hähnchenbrust
4 Frühlingszwiebeln
Honig
Balsamico
Öl
1 kleine Chili
1 klein Knoblauchzehe gepresst

Einstellung

Dampfgaren 100°C
7 Minuten

Zubereitung im Dampfgarer

Hähnchenbrust im Miele-Bräter anbraten und abkühlen lassen
Hähnchen in Streifen schneiden
Spargel schälen, klein schneiden und bei 100 Grad 7 min. im Dampfgarer garen
Spargel und Hähnchen mit andern Zutaten vermischen und ziehen lassen

Producterlebnis

Miele

KRÄUTERRISOTTO

Das brauchen Sie:

700 ml Geflügelfond (Glas)
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
100 g Parmesan
50 ml Olivenöl
250 g Risottoreis
150 ml Weißwein
200 g frische gemischte Kräuter
100 g Butter (davon 50 g kalt)
Kalahari Salz
Tellicherry Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung im Dampfgarer

Den Geflügelfond aufkochen. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln.

50 g Parmesan fein reiben.

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Den Reis zufügen und unter Rühren glasig dünsten.

Den Weißwein dazu gießen und bei milder Hitze unter Rühren einkochen lassen.

¼ des heißen Fonds dazu gießen und den Reis unter häufigem Rühren so lange garen, bis die Körner die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen haben. Diesen Vorgang noch 3 x wiederholen, bis der Fond aufgebraucht ist (das dauert je nach Reissorte 18-25 Minuten; das Reiskorn soll außen weich und innen einen leicht bissfesten Kern haben.)

Kräuter fein schneiden. 50 g Parmesan mit einem Sparschäler fein hobeln. Das Risotto mit Salz und Pfeffer würzen.

Dann den Topf vom Herd nehmen und 50 g kalte gewürfelte Butter untermischen. Den geriebenen Parmesan unterrühren, damit das Risotto eine cremige Konsistenz bekommt. Die Kräuter unterrühren und mit Schnittlauch und Parmesanhobeln bestreuen

Produktenerlebnis

Miele

TERIYAKILACHS

Das brauchen Sie:

Frischer Lachs
Teriyakisauce

Einstellung

Dampfgarer mit Backofen

Vorheizen

Combigaren

Grill

Temperatur

225°C:

Feuchtigkeit:

80%

Zeit:

bis gewünschte Bräune erreicht ist

Zubereitung

Lachs mit der Fleischseite nach unten 2 Stunden in Teriyakisauce einlegen.

Zubereitung im Backofen

Fisch auf den Combirost legen und zusammen mit dem Universalblech in den vorgeheizten **Dampfgarer mit Backofen** schieben. Garen bis die gewünschte Bräune erreicht ist.

Zubereitung auf der Tepanplatte

Fisch mit der Hautseite auf die vorgeheizte Tepanplatte legen und braten, dann wenden und von allen Seiten kurz anbraten.

Produktenerlebnis

Miele