

# Wow wie Vakuum

---

VOLLER GENUSS AUS DEM WASSERBAD



**Sous-vidé – die Technik ist nicht neu. Schon seit den Siebzigerjahren kennen Convenience-Hersteller die ausgefeilte Garmethode, die darin besteht, Lebensmittel in speziellen Kunststoffbeuteln zu vakuumieren und bei sanften Temperaturen im Wasserbad garziehen zu lassen. Da geht nichts verloren: Kein Aroma verflüchtigt sich, keine Flüssigkeit tritt aus – der volle Genuss!**

Heute ist die einst der Industrie vorbehaltene Technik allgemein zugänglich. Und jetzt erkennt man auch außerhalb der Industrie den ganzen Wert, den das Verfahren in sich birgt – wenn man es gut beherrscht. Präzision nämlich ist das größte Geheimnis hinter dem Funktionieren: Akkuratess ist beim Einschweißen der Lebensmittel genauso gefragt wie bei der Einhaltung der Temperaturen.

Das alles erreicht man mit der richtigen Ausrüstung – von geeigneten Beuteln über Kerntemperaturfühler bis zum thermostatierten Wasserbad. Viele nutzen auch einfach ihren Kombidämpfer dafür. Geeignete Zutaten gibt es bei Hügli.

Das nötige Know-how liefert Hügli natürlich auch: Die Anwendungsberater von Hügli erklären die Technik. Step by Step: Vakuumieren – garen – HACCP-gerecht lagern – fachgerecht regenerieren – fertig!

„Mit Sous-vidé serviert man frisch angerichtete, selbst gekochte Speisen. Auch ohne klassische Küche!“



„Da geht nichts verloren: Kein Aroma verflüchtigt sich, keine Flüssigkeit tritt aus – der volle Genuss!“

Und hat man die Technik des Sous-vidé-Garens erst mal im Griff, offenbart sich schnell der ganze Nutzen: Die Produktion bereitet weniger Stress, Geräte sind besser ausgelastet, Energiespitzen werden vermieden, die Speisen behalten dank der schonenden Zubereitung ihre Optik und Nährstoffe, aber auch ihr Volumen und Gewicht, was sich günstig auf den Wareneinsatz auswirkt.

Nicht zuletzt sind Sous-vidé gegarte Produkte die ideale Basis fürs moderne Cook & Chill! Auf einmal fertigt man sein eigenes Convenience-Food. Und zwar dann, wenn man Zeit dafür hat. Auf einmal lassen sich Produktion und Ausgabe entkoppeln – zeitlich wie räumlich. Denn mit Sous-vidé serviert man frisch angerichtete, selbst gekochte Speisen auch ohne klassische Küche!

# Step by Step: Sous-vide in Bildern

1. Gargut in Vakuumbbeutel geben
2. + 3. Gewünschte Komponenten hinzufügen
4. Vakuumieren
5. Einlagern
6. Im Wasserbad regenerieren
7. Gegebenenfalls kurz angrillen oder -braten
8. Anrichten und servieren





7



8

## Bestens geeignet – die richtigen Produkte für Sous-vide

**Zubereiten, wenn Zeit dazu ist, vakuumieren, garen, gekühlt lagern und auf Bestellung frisch regenerieren. Das Sous-vide-Verfahren bringt viele Vorteile, wenn es um Effizienz in der Gastronomie geht. Welche Anforderungen aber stellt es an die Produkte?**

In unserem Sortiment finden Sie eine Vielzahl von Produkten, die sogar die wesentlich anspruchsvolleren Anforderungen nach DIN 10508 erfüllen und Cook & Chill geeignet sind.

Bouillons, Suppen, Saucen, Würzmittel, Pasta und andere Convenience-Produkte, mit denen Sie jederzeit auf der sicheren Seite sind.



# Sous-vide – die technische Seite

**Vergessen Sie bitte für einen Moment Augenmaß und Handgewicht. Beim Sous-vide-Garen geht es um Präzision. Dabei hilft Ihnen die richtige Technik.**

**Zwei Aspekte sind bei diesem Garverfahren von Bedeutung:**

## 1. Luftabschluss

Das Gargut kommt in einen handelsüblichen Vakuumbbeutel. Anschließend wird dem Ganzen die Luft entzogen. Für diese Methode reicht schon ein haushaltsübliches Vakuumiergerät, das die Luft einfach aus dem Beutel saugt.



Wenn Sie allerdings auch Flüssigkeiten vakuumieren möchten, brauchen Sie ein Kammer-Vakuumiergerät. Bei diesem Verfahren werden die Beutel in einer Kammer platziert und anschließend vakuumiert – eine saubere und professionelle Lösung.



## 2. Temperaturkontrolle

Bei der Sous-vide-Methode ist eine schonende und kontrollierte Erwärmung wichtig. Aufgrund der geringeren Wärmeleitfähigkeit von Luft eignet sich das Backrohr für diese Art der Zubereitung nicht. Wasserbäder mithilfe eines Zirkulators bieten hierbei die perfekte Lösung. Die Temperatur bleibt konstant, auch wenn sie das kühle Gargut einlegen. Übertemperaturen werden ebenfalls vermieden. Der Zirkulator kombiniert Heizelement, Regler und Umwälzpumpe in einem. Die Umwälzpumpe hat den Vorteil, dass die Temperatur gleichmäßig verteilt wird und sich keine lokalen heißen Stellen bilden.

Dampfgarer bzw. Kombidämpfer eignen sich auch für die Sous-vide-Technik. Sie haben den Vorteil, dass sie in den meisten Profiküchen vorhanden sind.