

Chefs

DEZ/JAN
D 30383
chefsbest.de
Deutschland
Österreich
Schweiz

12/1
10/11

best

equipment, f+b, practice, business.



KOPPERT CRESS
Architecture Aromatique



... eine Idee voraus!



Sous-Vide

... ist weithin auch bekannt als Niedertemperaturgaren, mit dem sich gleichbleibend hohe Resultate von höchster Qualität erzielen lassen. Die vakuumierten Lebensmittel werden in präzise temperiertem Wasser gegart, was ein Überkochen verhindert. So lässt sich Fleisch, Fisch oder Gemüse exakt auf den gewünschten Punkt zubereiten. Zusätzlich wird der Garverlust deutlich reduziert. Vitamine, Spurenelemente und Mineral-salze werden bewahrt, der Geschmack der Speisen wird intensiviert. Qualitativ hochwertige Lebensmittel können so jederzeit mit einem konstanten Qualitätsniveau reproduzierbar zubereitet werden. Erfunden wurde es bereits 1970 von dem französischen Wissenschaftler Dr. Bruno Goussault.



Chefs best: Herr Antoniewicz, was bedeutet Sous-Vide-Garen und wo liegen die Vorteile?

Heiko Antoniewicz: Der Begriff Sous-Vide-Garen stammt sprachlich aus Frankreich und bedeutet "unter Vakuum". Das Sous-Vide-Garen verfeinert den Geschmack der Produkte zusätzlich, Vitamine werden bei der Zubereitung geschont. Voraussetzung ist natürlich eine gute und hochwertige Qualität der Produkte. Außerdem hat es auch einen wirtschaftlichen Hintergrund, da der Bratverlust beim Fleisch nicht so hoch ist wie bei einer konventionellen Zubereitung. Mein Eindruck ist, wer es einmal versucht und Speisen durch dieses Zubereitungsverfahren gegessen hat, will nicht mehr ohne.

Chefs best: Wie lange und für welche Anwendungen setzen Sie es bevorzugt ein?

Heiko Antoniewicz: Konsequenterweise setze ich es seit sieben Jahren ein, die Anfänge liegen aber bereits zwölf Jahre zurück. Das Verfahren ist ja nichts Neues. Bruno Goussault verwendet die Sous-Vide Garmethode bereits seit 1970. Ich bin seinerzeit über einen Artikel darauf gestoßen, der eigentlich falsch verstanden wurde und die Vorteile wohl nicht richtig deutlich machte. Ich setze mich auch seit Jahren mit der molekularen Küche auseinander, die ja auch hinterfragt hat, was man in der klassischen Küche noch besser machen kann. Mit dem Sous-Vide-Garen lassen sich die eigenen Produkte noch weiter verbessern.

Interview mit Heiko Antoniewicz:

Das Sous-Vide-Verfahren

Ich verwende es mittlerweile für Fisch, Fleisch, Obst und Gemüse. Man muss sich aber das zu verwendende Lebensmittel genau anschauen. Passt es in meine Art der Küche und zum jeweiligen Gericht? Mit dem Verfahren entstehen ganz neue Geschmacksbilder, es gibt den Speisen eine zusätzliche Dynamik.

Chefs best: Für wen ist es besonders geeignet?

Heiko Antoniewicz: Eigentlich hat es in jeder Küche seinen Platz und seine Berechtigung – ob im Fine Dining, der Großküche oder im Catering. In Frankreich wird zum Beispiel die gesamte Armee über dieses Verfahren versorgt. Man muss natürlich die Arbeitsweise in der eigenen Küche etwas umstellen. Ich bereite

damit Fine Dining Speisen aber auch gut bürgerliche Küche zu.

Chefs best: Welche Vorteile bringt es der Gastronomie?

Heiko Antoniewicz: Effizienz und Kostensparnis! Jeder Bereich hat seine Spitzenzeiten. Mit dem Sous-Vide-Garen optimiere ich die Leerlaufzeiten. So kann ich am Dienstag ohne Qualitätsverlust mein *mise en place* für Freitag fertigen. Zudem werden auch die Servierzeiten kürzer.

Chefs best: Welche Bedeutung kann das Sous-Vide-Garen für anspruchsvolle Profiküchen erlangen?

Heiko Antoniewicz: Mittlerweile greift ein Großteil der Köche auf diese Zubereitungsform zurück, da sie gemerkt haben, dass diese Technik ihnen in ihrer täglichen Zubereitung enorm weiterhelfen kann.

Chefs best: Warum sollte man zum Sous-Vide-Garen die neuartigen Wasserbäder wie zum Beispiel "fusionchef" by Julabo verwenden?

Heiko Antoniewicz: Weil Wasser physikalisch der beste Wärmeleiter ist und mit einer Umwälzpumpe den Ansprüchen einer Profiküche am besten gerecht wird. Wasser ist zum Garen der Speisen eindeutig besser als stille Hitze, wie sie in vielen anderen Zubereitungsformen verwendet wird!