Zanahorias Sous Vide con hierba limón

Autor: Andreas Miessmer
Tiempo de preparación: 15 minutes
Tiempo de cocción: 1 hour

Ingredientes

580 g de zanahorias pequeñas con tallo (limpias 400 g)
4 ramitas de hierba limón
15 g de jengibre fresco
1 pizca de flor de sal
1 cucharadita de azúcar moreno

Preparación

Lave y pele las zanahorias finamente. Deje aproximadamente entre 3 y 4 cm del tallo. Colóquelas juntas en una bolsa adecuada para cocinar al vacío.
Retire el tercio superior de las ramitas de hierba limón, pártalas a lo largo por la mitad y añádalas a las zanahorias. Lave el jengibre, córtelo en rodajas finas y añádalo también. A continuación, espolvoree las verduras con sal y azúcar. Envíselas al 100 % de vacío y cuézalas a 80 °C durante 60 minutos al baño maría Sous Vide de ***fusionchef***. Refrésquelas después en agua helada y almacénelas en un lugar fresco. Justo antes de servir, caliéntelas en la bolsa, saltéelas unos segundos y retire la hierba limón y el jengibre. Sírvalo al gusto con unas gotas de aceite de oliva y pimienta molida gruesa.

Fotografía: ©dima_pics / Fotolia.com