

Lomo de corzo Sous Vide con peras y lentejas

Autor: Heiko Antoniewicz

Tiempo de preparación: 30 minutos

Tiempo de cocción: 1 hour 40 minutes



Ingredientes

Para 4 personas

Lomo de corzo (Sous Vide):

480 g de lomo de corzo limpio

1 manojo de perejil de hoja lisa, deshojado y finamente picado

Sal y pimienta recién molida

8 granos de pimienta

50 g de mantequilla

Peras (Sous Vide):

2 peras

2 ramilletes de salvia

40 g de mantequilla

40 ml de zumo de pera

Lentejas (Sous Vide):

100 g de lentejas pequeñas

200 ml de agua

1 hoja de laurel

30 ml de vinagre balsámico

30 g de mantequilla

5 g de azúcar

Preparación

Lomo de corzo (Sous Vide):

Corte el lomo de corzo en cuatro trozos del mismo tamaño y rebócelos con el perejil. Cúbralos bien y envuélvalos varias veces en film transparente. Cierre los extremos anudándolos. Cuézalo a 65 °C durante 20 minutos al baño maría Sous Vide de **fusionchef**. Caliente la mantequilla con la pimienta molida y dore con ella el lomo de corzo una vez que esté cocido. Sálelo ligeramente y filetéelo.

Peras (Sous Vide):

Pele las peras, córtelas en gajos y retire el corazón. Enváselas al vacío con el resto de los ingredientes y cuézalas a 85 °C al baño maría Sous Vide de **fusionchef** durante 15 minutos. Páselas por agua helada y, si es necesario, manténgalas calientes en una sartén.

Lentejas (Sous Vide):

Envase todos los ingredientes al vacío y déjelos reposar durante la noche en el frigorífico. Cuézalas a 95 °C durante 65 minutos al baño maría Sous Vide en la **fusionchef** y páselas después por agua helada. Cuando vaya a servir las, caliéntelas en una olla y condiméntelas al gusto.

Nuestra recomendación: salsa marrón o mantequilla de hierbas.

Foto: © Fotoart-Wallraf / Fotolia.com