

Lomos de cordero lemosín Sous Vide

Autor: Marc Rennhack

Tiempo de cocción: 2 hours 5 minutes



Ingredientes

Para 4 personas:

Lomos de cordero (Sous Vide):

0,8 kg de filete de lomo de cordero (3 o 4 kg de la silla completa)

0,1 l de aceite de oliva español

Albahaca fresca

Aceite de rábano picante (Sous Vide):

0,1 l de aceite de pepitas de uva

0,1 l aceite de oliva

50 g rábano picante fresco y picado

Verduras de temporada (Sous Vide):

0,1 kg de zanahorias tiernas

0,1 kg de guisantes frescos

0,2 kg de remolacha

0,1 kg de boletus

0,1 kg nabos tiernos

Laurel fresco

Granos de pimienta

Aceite de oliva

Vinagre de vino tinto

Mantequilla

Copos de sal marina Maldon

Crema de nabos tiernos (Sous Vide):

0,3 kg de nabos tiernos

0,003 l de aceite de oliva

0,002 kg polvo de regaliz

0,005 l vinagre de vino blanco

Sal marina Maldon

Salsa para el cordero:

Aprox. 3 kg de huesos de cordero

Preparación

Lomos de cordero (Sous Vide):

Comience por extraer la carne de la silla de cordero y, después, filetee el lomo.

Limpie debidamente el filete, separe la capa de grasa y córtelo en forma de cruz.

Envase al vacío el filete entero con aceite de oliva y albahaca fresca.

Cuézalo a 65 °C durante 25 minutos al baño maría de **fusionchef**. A continuación, manténgalo tal y como está en un Hold-o-mat durante 15 minutos. Condimente el filete de lomo con sal y pimienta blanca. Después fríalo en una sartén caliente con mantequilla fría, romero fresco y ajetes. Déjelo reposar brevemente, córtelo en cuatro y sírvalo.

Aceite de rábano picante (Sous Vide):

Pique rábano picante que esté bien fresco y enváselo al vacío con aceite de pepitas de uva y aceite de oliva. Después, cuézalo a 50 °C durante aproximadamente 30 minutos al baño maría Sous Vide de **fusionchef**. Luego, enfríelo en agua helada.

Verduras de temporada (Sous Vide):

Lave los nabos tiernos enteros, pélelos, séquelos, enváselos al vacío con un poco de aceite de oliva y cuézalos a 60 °C durante aproximadamente 10 minutos al baño maría Sous Vide de **fusionchef**. Después, fríalos en mantequilla y añádales sal marina Maldon.

Envase al vacío las zanahorias tiernas con unas gotas de aceite de rábano picante. Cuézalo a 80 °C durante aproximadamente 30 minutos, en función del tamaño, al baño maría Sous Vide de **fusionchef**.

Desenvaine los guisantes frescos y cuézalos en agua con sal hasta que estén en su punto. Después enfríelos en agua helada.

Lave la remolacha entera, séquela y envásela al vacío junto con el laurel fresco, los granos de pimienta, el vinagre de vino tinto y el aceite de oliva. Cuézalo al vapor en el horno con aire caliente entre 30 y 40 minutos, según el tamaño, hasta que esté tierno.

Lomos de cordero lemosín Sous Vide

0,5 kg de cebolla
0,2 kg de zanahoria
0,2 kg de apio
0,5 kg de tomate
0,25 kg de tomate sin piel en conserva
0,05 l vinagre de vino tinto
0,5 l de vino tinto
0,3 l caldo de ave
Romero
Ajetes
0,2 kg de champiñón de París marrón
0,008 kg de almidón de maranta aprox.

Limpie los boletus con pincel, córtelos en cuartos y fríalos en una sartén caliente con aceite de vegetal. Después, añada copos de sal marina Maldon y mantequilla.

Crema de nabos tiernos (Sous Vide):

Limpie los nabos tiernos, pélelos y córtelos fino. Enváselos al vacío con aceite de oliva y el polvo de regaliz y cuézalo a 90 °C durante 30 minutos al baño maría Sous Vide de **fusionchef**. Después, mézclelo fino en la Thermomix. Condimente con sal y vinagre de vino blanco.

Salsa para el cordero: Fría unos huesos de cordero del tamaño de una nuez, añada un mirepoix de verduras y tomate fresco o en conserva. Agregue romero, ajetes, boletus frescos en dados y especias. Rocíe el vinagre de vino tinto y el vino tinto y deje que reduzca. Añada agua o caldo de ave para que reduzca de nuevo y, tras cuatro horas, cuélelo con un chino y obtenga la consistencia deseada. Después, añada y reduzca vino tinto y Oporto. Rellene con el jugo de cordero y vuelva a reducir una vez más. Si fuera necesario, puede espesarlo más aún con almidón de maranta y, luego, especie al gusto.

Receta cortesía de Marc Rennhack.