

Sous Vide Rehrücken mit Birnen und Linsen

Autor: Heiko Antoniewicz
Zubereitungszeit: 30 Minuten
Garzeit: 1 Stunde 40 Minuten



Zutaten

Für 4 Personen

Rehrücken (Sous Vide):

480 g Rehrücken pariert
1 Bund Blatt Petersilie gezupft und fein gehackt
Salz und frischer Pfeffer aus der Mühle
8 Pimentkörner
50 g Butter

Birnen (Sous Vide):

2 Birnen
2 Zweige Salbei
40 g Butter
40 ml Birnensaft

Linsen (Sous Vide):

100 g feine Linsen
200 ml Wasser
1 Lorbeerblatt
30 ml Balsamessig
30 g Butter
5 g Zucker

Zubereitung

Rehrücken (Sous Vide):

Den Rehrücken in vier gleich große Stücke schneiden und in der Petersilie wälzen. Gut damit ummanteln und mehrfach in Klarsichtfolie einrollen. Die Enden mit Knoten verschließen. Bei 65 °C im Sous Vide Wasserbad von **fusionchef** 20 Minuten Sous Vide garen. Die Butter mit dem Piment aufschäumen und nach dem Garen den Rehrücken darin kurz anbraten. Leicht salzen und aufschneiden.

Birnen (Sous Vide):

Die Birnen schälen, entkernen und in gleichgroße Spalten schneiden. Mit den weiteren Zutaten vakuumieren und bei 85 °C im Sous Vide Wasserbad von **fusionchef** 15 Minuten Sous Vide garen. In Eiswasser abschrecken und bei Bedarf in einer Pfanne erwärmen.

Linsen (Sous Vide):

Alle Zutaten zusammen vakuumieren und über Nacht im Kühlschrank quellen lassen. Bei 95 °C im Sous Vide Wasserbad von **fusionchef** 65 Minuten Sous Vide garen und in Eiswasser abschrecken. Bei Bedarf in einem Topf erwärmen und würzig abschmecken.

Dazu empfehlen wir: Eine dunkle Sauce oder Kräuterbutter.

Foto: © Fotoart-Wallraf / Fotolia.com