

# Tiras de costilla, cebolla caramelizada, estragón, liquen islándico **Sous Vide**

**Autor:** Sandra Scheidl



## Ingredientes

### Laqueado de especias:

1 hoja de laurel  
2 bayas de enebro  
3 boletus  
200 g de vinagre balsámico oscuro  
150 g de azúcar

### Tiras de costillas (Sous Vide):

1,2 kg de tiras de costilla  
Laqueado de especias

### Fondo:

150 g de agua  
150 g de azúcar  
150 g de vinagre de vino blanco  
1 puñado de liquen islándico

### Cebolla perla flambeada:

20 cebollas tipo perla  
500 g de fondo

### Aceite de estragón:

150 g de espinacas  
300 g de estragón  
500 g de aceite neutro

### Crema de boletus:

600 g de nata  
20 g de boletus deshidratados  
1 hoja de laurel  
Sal

### Caldo de cebolla caramelizada:

1,3 kg de cebollas blancas  
Aceite

## Preparación

### Laqueado de especias:

Llevar a ebullición la hoja de laurel, las bayas de enebro, los boletus deshidratados y el vinagre balsámico. Añadir azúcar y dejar reducir hasta obtener un laqueado espeso.

### Información:

Una vez se enfría, la masa se vuelve aún más gruesa. Lo mejor es utilizar un plato frío para probarla.

### Tiras de costillas (Sous Vide):

Limpiar las tiras de costillas y envasar al vacío. Cocinar a 70 °C al baño maría de **fusionchef** durante 3 horas. Sofreír en una sartén a fuego fuerte, verter encima el propio jugo y untar con el laqueado.

### Fondo:

Llevar a ebullición el agua, el azúcar y el vinagre de vino blanco. Verter sobre el musgo cortado a trozos pequeños. Dejar enfriar a temperatura ambiente.

### Cebolla perla flambeada:

Cortar las cebollas perla por la mitad a lo largo y quitar las capas superiores. Blanquear, escaldar y dejar reposar en el fondo. Antes de emplatar, flambear las cebollas.

### Aceite de estragón:

Mezclar todos los ingredientes en la Thermomix a 70 °C durante 7 minutos. Colar la mezcla y dejar reposar en el colador para separar el agua del aceite.

### Crema de boletus:

Llevar a ebullición la nata con los boletus y la hoja de laurel. Reducir, sazonar con sal, enfriar y dejar que obtenga consistencia.

### Caldo de cebolla caramelizada:

Pelar las cebollas y cortarlas en tiras finas. Verterlas en una olla con un poco de aceite y dejar que caramelice lentamente. Al mismo tiempo, asar la carne en el horno hasta que quede dorada. Rebajar las cebollas con vinagre de vino blanco y

# Tiras de costilla, cebolla caramelizada, estragón, liquen islándico **Sous Vide**

Trozos de carne  
20 g de vinagre de vino blanco  
Agua  
un poco de fondo  
5 champiñones  
3 bayas de enebro  
1 hoja de laurel  
Pimienta  
Elemento aglutinante  
20 g de salsa de soja

#### **Chips de pan:**

100 g de pan integral  
Aceite  
2 boletus deshidratados

verter agua. Añadir los champiñones, las bayas de enebro, la hoja de laurel y la pimienta. Colar el fondo, reducirlo y espesarlo. Sazonar con un chorrito de salsa de soja.

#### **Chips de pan:**

Cortar el pan en rodajas finas. Untar con un poco de aceite y rayar los boletus deshidratados por encima. Secar los chips en el horno y romperlos.

#### **Emplatado:**

Emplatar la tira de costillas con las cebollitas flambeadas, el aceite de estragón, la crema de boletus, el fondo de cebolla caramelizada y los chips de pan.

Sandra Scheidl ha tenido la amabilidad de compartir con nosotros esta receta tomada de la final de "JUNGE WILDE 2020". Foto: ©Sandra Scheidl