

GEMÜSE	TEMPERATUR	GARZEIT	BEIGABEN FÜR DEN BEUTEL/REZEPT
<b>JUNGE KARTOFFELN</b> , halbiert	90 °C	1 Std.	Butter, Salz
<b>KARTOFFELN</b> , 1 cm große Würfel	85 °C	40 Min.	Butter, Gemüsebrühe, Salz
<b>KIRSCHTOMATEN</b>	75 °C	40 Min.	Olivenöl, Rosmarin, Salz
<b>KOHLRABI</b> , 1 cm große Spalten	85 °C	40 Min.	Butter, Salz, Zucker, Gemüsebrühe
<b>MÖHREN</b> , 0,5 cm dicke Scheiben	85 °C	40 Min.	Olivenöl, Salz, Orangensaft
<b>ROTE BETE</b> , 2,5 cm große Spalten	85 °C	1 Std. 30 Min.	Honig, Aceto balsamico, Rote-Bete-Saft, Salz
<b>STAUDENSELLERIE</b>	85 °C	25 Min.	Salz, Zucker, etwas Wasser
<b>SÜSSKARTOFFEL</b> , 1 cm große Würfel	85 °C	30 Min.	Olivenöl, Korianderkörner, Salz
<b>WEISSER SPARGEL</b> , geschält	85 °C	25 Min.	Butter, Zitronenschale, Salz, Zucker, etwas Wasser
<b>ZUCCHINI</b> , 1,5 cm dick	85 °C	20 Min.	Olivenöl, Thymian, Salz

## OBST

Obst am besten immer am Vortag garen, damit beim Ziehenlassen über Nacht die unterschiedlichen Aromen in das Gargut eindringen können.

OBST	TEMPERATUR	GARZEIT	BEIGABEN FÜR DEN BEUTEL/REZEPT
<b>ANANAS</b> , längs geviertelt, ohne Strunk	85 °C	1 Std. 10 Min.	Butter, Honig, Zimtstange, Vanillemark
<b>APRIKOSENHÄLFTEN</b>	62 °C	25 Min.	Aprikosensaft, Vanillemark, Zucker
<b>BANANEN</b> , geschält, zum Braten	65 °C	30 Min.	Kokosmilch, Honig, Vanillemark
<b>FEIGEN</b> , ganz	65 °C	25 Min.	Rosmarin, Portwein, Honig

OBST	TEMPERATUR	GARZEIT	BEIGABEN FÜR DEN BEUTEL/REZEPT
<b>HIMBEEREN</b> , ganz	65 °C	20 Min.	Zucker, Vanillezucker, Himbeersaft
<b>PFIRSICHHÄLFTEN</b>	65 °C	25 Min.	Pfirsichsaft, Vanillemark, Zucker
<b>PFLAUMENHÄLFTEN</b>	75 °C	30 Min.	Zucker, Butter, Vanillemark
<b>RHABARBER</b> , 8 cm lange Stücke	75 °C	20 Min.	Rhabarbersaft, Zucker, Vanillemark
<b>WEINTRAUBEN</b>	75 °C	15 Min.	Traubensaft, Zucker, Butter

## DAS PERFEKTE EI

Das Ei hat in der Sous-Vide-Küche einen besonderen Stellenwert, denn es bringt seine Verpackung sozusagen schon mit. Genau das machen wir uns beim Garen auch zunutze, indem das Ei einfach ins Wasserbad gelegt wird.

KONSISTENZ	TEMPERATUR	GARZEIT
<b>SEHR WEICHES EI</b>	62 °C	35 Min.
<b>WEICHES EI</b>	65 °C	30 Min.
<b>WACHSWEICHES EI</b>	72 °C	22 Min.
<b>FESTES EI</b>	75 °C	20 Min.
<b>HARTES EI</b>	85 °C	15 Min.



# Vorspeisen & Kleinigkeiten

