



Lammhuft an Bärlauchjus mit weissen Spargeln

SousVide

Rezept für 10 Personen

Lammhuft

10 Stk	Lammhuft
0.1 l	Olivenöl
1 x	Salz und Pfeffer
0.3 l	Lamm oder Kalbsjus
0.1 l	Bärlauchpesto

Spargeln

30 Stk	Spargeln, weiss
0.100 kg	Butter
0.012 kg	Salz (pro kg Spargeln)
0.005 kg	Zucker (pro kg Spargeln)
20 Stk	Rohschinkentranchen

Vorbereitung

Lammhuft

- Sous Vide Bäder auf 58°C und auf 85°C vorwärmen
- Lammhüfte trocken tupfen und falls nötig parieren

Spargeln

- Spargeln rüsten und an den Enden ca. 1.5 cm wegschneiden
- Rohschinken in Tranchen schneiden

Zubereitung

Lammhuft

- Lammhuft mit Salz und Pfeffer würzen, in Olivenöl kurz sautieren
- Lammhuft im Schnellkühler unter 5°C runterkühlen
- Fleisch im kochfesten Vakuumbbeutel 100% vakuumieren
- Im Wasserbad bei 58°C 90 Minuten garen
- Die gegarte Lammhuft im vorgekühlten FrigoJet runterkühlen/ev. schockfrostern

Spargeln

- Spargeln nach dem rüsten abwägen und pro kg mit 12 g Salz / 5 g Zucker würzen
- Spargeln mit der Butter im kochfesten Vakuumbbeutel 100% vakuumieren
- Im Wasserbad bei 85°C 40 Minuten garen
- Die gegarten Spargeln im vorgekühlten FrigoJet runterkühlen
- Die Spitzen wegschneiden und immer 3 Spargelmittelstücke in 2 Schinkentranchen einwickeln und sautieren
- Spargel-Schinkenrolle in Tranchen schneiden

Serviovorschlag

- Bärlauchjus
- Bärlauchpesto
- Perlzwiebeln
- Bohnen

Zubereitung mit den Schweizer Kochsystemen

Regeneration

- Lammhuft im Sous Vide Bad 10 Minuten bei 65 °C regenerieren und anschliessend nochmals anbraten/grillieren
- Huft in Tranchen schneiden und mit den Spargelspitzen, den Spargel-Schinkentranchen, dem Bärlauchpesto und dem Jus fantasievoll anrichten

Sous Vide/ Haltbarkeit

- Lammhuft: 21 Tage im Frigo 3°C / 6 Monate im TK bei – 18°C
- Spargeln: 21 Tage im Frigo 5°C
- Selbstkontrolle: Gemäss Betriebs-Hygienekonzept