

VITELLO TONNATO

Vitello tonnato ist ein aus dem Piemont stammender Antipasto.

Bei dieser Vorspeise der italienischen Küche handelt es sich um mit Weißwein und Gemüse gekochtes, dünn aufgeschnittenes Kalbfleisch, das erkaltet mit einer Thunfischsauce überzogen wird.



In diesen Beitrag geht es um wahlweise 2 verschiedene Zubereitungsarten, aus dem Kombi-MULTI-Dampfgarer!

Die 2 Methoden:

- Die "klassische Methode" hat den höchsten Geschmack im Fleisch an Weißwein und Wurzelgemüse.
- Die "Sous-Vide" Methode im Vakuumbbeutel verspricht das saftigste und zarteste Fleisch. Bei der Sous Vide Methode verwenden wir in diesen Beitrag keinen Wurzelsud. Das Fleisch braten wir vor dem vakuumieren scharf an.

Zeitplanung:

Kalbfleisch und Thunfischsauce am Vortag zubereiten.

Zutaten/Einkaufsliste:

4 - 6 Personen "Vorspeise"

"Vitello"- Kalbfleisch:

ca. 1 kg Kalbfleisch
(Kalbssteakhälfte oder
Kalbstafelspitz)

Weißweinsud: "Klassische Methode"

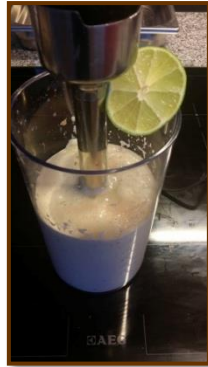
1/4 LT Weißwein
1/4 LT Wasser
1 EL Salz
5 Stk Pfefferkörner
1 Stk Lorbeerblatt
1 Stk Karotte/Möhre
1 Stk Petersilwurzel
1/2 Stange Porree/Lauch

Sous Vide Methode:

1 EL Salz
1 TL Pfefferstolz Edelschrot
1 Zweig Liebstöckel
etwas Olivenöl
1 Vakuumbbeutel

"Tonnato" - Thunfischsauce:

200 GR Thunfisch in Öl
abgetropft
1 Tube Mayonnaise 200gr
1 Becher Sauerrahm/Schmand
1 Stk Zitrone
4 Stk Sardellenringe
1 Glas kleine Kapern
etwas Salz
etwas Pfefferstolz



Vorbereitung:

Thunfischsauce:

- Thunfisch, Kapern, Sardellenringe abtropfen lassen.
- Zitrone auspressen.
- Alle Zutaten mit einem Stabmixer fein zu einer Sauce pürieren.
- Im Kühlschrank Sauce kalt stellen.

Kalbfleisch im Wurzelsud

(Klassische Methode)

- Karotte, Petersiliewurzel, Porree, waschen und in Stücke schneiden.
- In einen ungelochten Garschalenbehälter Wasser, Weißwein, Lorbeerblatt, Pfefferkörner und geschnittenes Gemüse geben.
- Kalbfleisch in den Sud legen.
- Über das Kalbfleisch salzen.
- Den Kerntemperaturfühler (KT) in die Mitte des Kalbfleischstücks stechen.

Zubereitung:

- Im Kombi-MULTI-Dampfgarer mit der Ofenfunktion "Vital Dampf" oder „Dämpfen“ (100% Dampfstufe) bei 85°C im Sud "Dampf-pochieren."

Kerntemperaturfühler am MDG anschließen und den Gargrad einstellen!

Gargrad:

- 57°C KT Medium - rosa
- 65°C KT Welldone - durch

Nach dem Dampf-pochieren das Kalbfleisch im Sud auskühlen lassen und über Nacht kalt stellen.



Sous Vide Methode

- Kalbfleisch salzen und pfeffern.
- In Öl rundum scharf am Herd in einer Pfanne anbraten.

WICHTIG:

- Wenn Fleisch vor dem vakuumieren angebraten wird muss das Fleisch einige Stunden gut durchgekühlt werden.



Begründung: Wird Fleisch warm vakuumiert zerreißen durch den Luftentzug im Unterdruck die Fleischfasern. Durch den Unterdruck im Beutel verändert sich der Siedepunkt, und der Fleischsaft läuft aus dem Fleisch! Darum werden Produkte immer kalt in das Vakuum gezogen!!!!

- Angebratenes kaltes Kalbfleisch mit einem Liebstöckelzweig in einen Vakuumbeutel geben, ins Vakuum ziehen und Beutel verschweißen.

Zubereitung:

- Mit der Ofenfunktion Sous Vide oder Vital Dampf bei 60°C den Beutel 4 Stunden im Dampf sousvidieren.
- Beutel über Nacht im Kühlschrank lagern.



Am Serviertag das Kalbfleisch in dünne Scheiben schneiden.

Mit Thunfischsauce überziehen und mit einigen Kapern und sehr dünn geschnittenen Zitronen am Teller anrichten.

Kühl stellen - servierbereit als Antipasto