

Sous vide gegarte Kalbsbrust auf Kartoffelstampf

Zutaten für vier Personen

1 kg Kalbsbrust
2 Knoblauchzehen
1 Chilischote
50 g braune Butter
Salz & Pfeffer

Muskatnuss
400 g Kartoffeln, mehlig kochend
etwas Milch (3,5% Fett)
100 g Butter

So bereiten wir die Niedrigtemperatur gegarte Kalbsbrust und den Kartoffelstampf zu:

1. Die Kalbsbrust Vakuum ziehen.
2. Den Ofen auf 70°C einstellen. Die eingeschweißte Kalbsbrust auf ein Gitterrost legen und ca. 9 Std. garen.
3. Knoblauch mit Schale, leicht mit der Handfläche andrücken. Die Chilischote längs halbieren.
4. Die Kalbsbrust aus der Folie nehmen, entstandener Fond auffangen, (für eine Soße verwenden) und die Kalbsbrust in 4 Portionen aufteilen.
5. Die braune Butter in einer Pfanne schmelzen, zusammen mit den Knoblauchzehen und der aufgeschnittenen Chilischote erhitzen. Die portionierte Kalbsbrust einlegen und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf beiden Seiten knusprig anbraten.
6. Kartoffeln waschen, schälen, vierteln, in den Dämpfeinsatz eines Dampfgarers geben und darin garen, bis sie weich sind. Anschließend gut ausdämpfen lassen. Die Kartoffeln noch heiß durch eine Kartoffelpresse(Kartoffelstampfer) drücken, Butterstückchen dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.