



## Sous Vide Checklist

Der Sous Vide Stick ist wasserdicht nach IPX7 und lässt sich einfach und fest mit der Geräteklammer am Topfrand anbringen. Dem perfekten Steak mit einem Sous Vide Stick steht nichts mehr im Weg. Mit dem Sous Vide Stick Test hast Du die Möglichkeit mehr über die Vorteile der Garer Sticks zu erfahren.

## Was Ist Sous Vide?

Mithilfe des Sous Vide Geräts von Wancle gelingt Ihnen jedes Gericht. Der Vorteil an einem Sous Vide Garer ist, dass er Lebensmittel besonders schonend gar kocht, ohne dass wertvolle Vitamine oder Aromen verloren gehen. Spitzenköche schwärmen von zarten Fleischgerichten, die dank der Sous Vide-Methode auf der Zunge zergehen wie Butter. Für einen Überblick schauen Sie sich unserer Gartabelle des Sous Vide Garer Test an, auf der sie viele wichtige Garzeiten und -temperaturen zu gängigen Nahrungsmitteln finden. Besonders beim Sous Vide Stick sollten Sie weiterhin darauf achten, dass diese in der Regel eine gewisse Mindesthöhe des Topfes erfordern.

Der Garvorgang erfolgt im Sous Vide Garer oder mit Hilfe eines Sous Vide Sticks im Wasserbad und ist eine sehr schonende Methode der Essenzzubereitung. Der Vakuumbbeutel ist beim Sous Vide Garen ein sehr wichtiges Utensil. Selbstverständlich können Sous Vide Garer auch aus zweiter Hand gekauft werden. In der mittleren Preiskategorie bewegen sich die Sous Vide Garer und Sticks etwa zwischen 200,00 EUR und 300,00 EUR. Wenn Sie einen Sous Vide Garer kaufen, sollten Sie auf die maximale Garzeit achten.



## Wie funktioniert ein Sous Vide Stick?

Kochen mit dem Sous-vidé-Stick Dafür werden Fleisch, Fisch oder Gemüse in einen Vakuumbbeutel aus Kunststoff eingeschweißt. Das bedeutet, Sie brauchen hierfür ein spezielles Vakuumier-Gerät, das den Beutel verschließen kann. Danach werden diese im Wasserbad mehrere Stunden bei Temperaturen zwischen 50 und 90 °C gegart.

Mit der Sous Vide Methode wird das Selchkarree zart und das Sauerkraut behält seinen saftigen Geschmack. Karotten behalten ihren eigenen Geschmack und die Aromen werden durch die Niedrigtemperaturen (Sous Vide) nicht zerstört. Für das Vakuumieren stehen am Gerät 3 Stufen zur Verfügung, um Zutaten für den Sous Vide Garvorgang vorzubereiten, aber auch um Lebensmittel haltbarer zu machen. Sous Vide Wasseröfen erhitzen das Wasserbecken, (viele Modelle) zirkulieren das Wasser aber nicht. Frisches Gemüse als Sous vide gegart behalten ihren Geschmack und Vitamine.

## Was ist ein Sous Vide?

Ein Sous-vidé-Garer ist ein Gerät, welches zum Vakuumgaren benötigt wird. Dabei werden Fleisch oder Gemüse vakuumiert und über mehrere Stunden bei niedrigen Temperaturen gegart. Ein Sous-vidé-Tank oder Sous-vidé-Stick hält das für das Garen benötigte Wasser über Stunden konstant auf eine [Die Homepage besuchen](#) bestimmte Temperatur.

Weitere relevante Vorzüge, die der Sous Vide Garer zu bieten hat, sind der äußerst geringe Vitaminverlust, der sich in erster Linie durch den besonders schonenden Garprozess erklärt. Mit dem Profi Cook PC-SV 1112 Sous Vide Niedrigtemperatur Garer können Sie demnächst das schonende, fettfreie Sous Vide Garen auch bequem zu Hause nutzen. Zusätzlich brauchen Sie einen Sous Vide Stick oder Garer, mit dem Sie meist über ein LCD Touchdisplay die exakte Temperatur und Zeit einstellen können. Die Sous Vide Garer zeichnen sich durch eine recht unterschiedliche Watt Leistung aus.

## Gedanken Zu „Steak Sous Vide: Lohnt Sich Der Aufwand?“

## Was macht ein Sous Vide Stick?

Sous-vidé-Stick Der Stick wird wie ein Tauchsieder in einen Topf mit Wasser eingehängt. Mit einer Umwälzpumpe

im Gerät wird dafür gesorgt, dass das Wasser gleichmäßig temperiert ist. Die Temperatur lässt sich sehr exakt einstellen, bei guten Geräten auf 0,5 Grad genau. Die Sticks gibt es bereits ab 70 Euro.

Und Sous Vide ist noch immer eine verhältnismäßig neue Methode. Die Zubereitung im Sous Vide Verfahren ist eigentlich ganz einfach. Die optimale Gartemperatur kann beim Sous Vide Garen je nach Produkt und gewünschter Garstufe also stark variieren. Inzwischen gibt es auch Profi-Sous Vide Geräte zum erschwinglichen Preis für zu Hause. Wir nutzen beispielsweise den Hippo Sous Vide von Byzoound können diesen auch uneingeschränkt empfehlen.

Je nach Sous Vide Stick brauchen Sie einen unterschiedlich hohen Topf damit das Gerät ordnungsgemäß befestigt werden kann und nicht auf dem Boden aufliegt. Aufgrund der niedrigen Gartemperatur bildet sich beim Sous Vide Garen keine Kruste auf dem Gargut. Der Sous Vide Garer hält die Temperatur konstant und das bis auf 0,1°C genau.

Wenn du das Sous Vide Garen zuhause ausprobieren möchtest, empfiehlt sich in jedem Fall die Anschaffung eines Sous Vide Garer. Ein Sous Vide Stick ist handlich und schnell verstaut, allerdings benötigst du einen separaten Behälter dafür.

Sous Vide Garen kann so zu einem besonderen Geschmackserlebnis werden, denn hier wird garantiert nichts verkochen und anbrennen. Durch Sous Vide Geräte kann der Nutzer seine vakuumierten Mahlzeiten warmhalten und fertige Mahlzeiten aus dem Gefrierschrank können so sehr schonend aufgewärmt werden. Sous Vide Geräte wurden für die Gastronomie geschaffen und waren beliebt bei Sterneköchen, wo auf dem Teller nur eine Spitzenleistung für den Gourmet serviert werden darf.