Schweinefilet sous-vide im Pancettamantel

Rezept zur Verfügung gestellt mit Erlaubnis der Veröffentlichung bei einem Kenwood-Kochevent bei Backkonzepte 12/2016

Das Rezept stammt von einem ehemaligen Kenwoodkoch.

Zutaten:
1 ganzes Schweinfilet (ca. 700 gr)
2-3 Zweige Salbei
150 gr. Pancetta oder anderer luftgetrockneter Schinken in dünnen Scheiben
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Außerdem benötigt:
Frischhaltefolie/Alufolie

Zubereitung:
Filet rundherum kräftig salzen und pfeffern.

Die Pancetta-Scheiben übereinanderlappend auf Frischhaltefolie auslegen, darauf die gezupften Salbeiblätter verteilen und das Filet mit der Frischhaltefolie wasserdicht einwickeln.

Das Ganze nochmals fest in Alufolie einwickeln und die Enden gut zudrücken.

Die Rührschüssel mit 2,5 Liter heißem Wasser füllen und die Temperatur von 56 Grad (handschriftlich im Rezept vermerkt 58 Grad) einstellen. Die Maschine auf Intervallrührstufe 3 ohne Rührelement anlaufen lassen. Sobald die gewünschte Temperatur erreicht ist, das Filet auf 50 MInuten im Wasserbad ziehen lassen.

Zum Ende des Garprozesses das Fleisch herausnehmen, ausweickeln und etwas abkühlen lassen. Anschließend in einer sehr heissen Pfanne mit etwas Rapsöl, einer angedrückten Knoblauchzehe und einem Zweig Rosmarin von allen Seiten anbraten.