



ZWILLING SOUS-VIDE



CONTENIDO

Éxito garantizado en la cocina	4
Paso a paso hacia una comida deliciosa	8
Tipos de cocción- ¿Cuán tierna debe ser?	10
Descripción del producto Sous Vide	14
Descripción del producto Fresh & Save	16

HECHO POR PRINCIPIANTES. RESULTADO PROFESIONAL.



¿Cuántas veces cocinas durante horas y al final no sabe tan bien como esperabas? El filete de pescado está demasiado seco, los vegetales están casi deshechos, el bistec nunca queda en su punto... Ahora todo quedará perfecto con ENFINIGY Sous-vide, nunca ha sido tan fácil.

Este método es ideal para comida de alta calidad, para obtener un resultado de restaurante de lujo. Cuidadosamente cocinado al vacío, sumergido en agua a baja temperatura (Sous-Vide en Francés) consigues carne tierna mientras mantienes las verduras al dente.

La comida no quedará demasiado cocinada ni se pasará por un exceso de temperatura. Los alimentos se cocinan con un control preciso de la temperatura. Esto se traduce en una mayor conservación de los nutrientes y aromas de los alimentos.

Si quieres conseguir el delicioso sabor de la brasa o de la parrilla, puedes sellar el bistec en la sartén o en la parrilla bien caliente durante unos segundos después de cocinarlo con el método Sous-vide. Para sellar la carne, lo puedes hacer con una sartén de hierro (Staub), acero inoxidable o aluminio (ZWILLING, DEMEYERE o BALLARINI)

¿REALMENTE FUNCIONA?



¡Por supuesto! Casi que parece demasiado fácil: los filetes de pescado o carne, y las pechugas de pollo o las verduras se pueden cocinar en una bolsa de vacío sumergida en agua entre 45 y 85°C y la comida está lista para servir una vez pasado el tiempo de cocción.



La varilla Sous-vide mantiene la temperatura de cocción deseada y hace circular el agua durante el tiempo de cocción. El alimento sellado al vacío, completamente cerrado se cocina suavemente y de forma controlada. Ventajas: a diferencia de la cocina tradicional, como freír o cocinar en una sartén o una olla, la varilla Sous-vide evita cambios de temperatura no deseados. Esto es imprescindible para preparar alimentos de alta calidad, tanto carnes como pescado con delicioso sabor y consistencia. El control preciso de la temperatura también ofrece más opciones sobre la textura de los alimentos que otros métodos de cocción. Además, la comida se cocina con su propio jugo en la bolsa de vacío, lo que da como resultado un sabor excepcional. Cocinar demasiado la comida es imposible, incluso si te pasas de tiempo, o los invitados llegan a cenar más tarde de lo previsto.

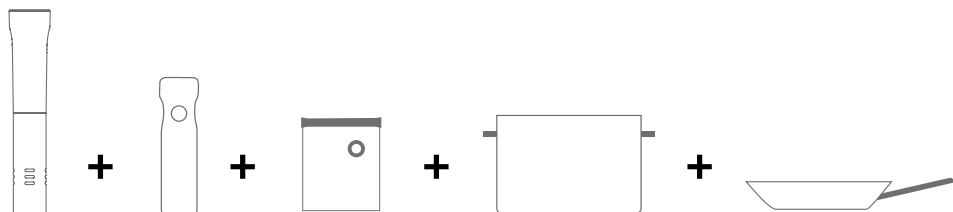
PASO A PASO CÓMO HACER COMIDA DELICIOSA



¿Cuánto tiempo se cocina la comida y a qué temperatura?



TODO LO QUE NECESITAS PARA COCINAR AL VACÍO



Todo lo que necesitas para hacer comida deliciosa con la varilla Sous-vide de ENFINIGY: una olla grande, una bolsa para vacío y un sellador de vacío (vea la bomba de vacío FRESH & SAVE) y, si lo prefiere, también puede utilizar una sartén (o parrilla) para el acabado.



1.

EL PRIMER PASO HACIA LA COMIDA PERFECTA ES LA PREPARACIÓN.

Carnes, pescados, verduras o frutas pueden ser sazonados a su gusto y marinados con ingredientes como hierbas y aceites antes del sellado al vacío. La buena calidad de los alimentos es esencial, especialmente para el pescado y la carne.

IMPORTANTE: La bolsa en la que depositamos los alimentos debe ser apta para el sellado al vacío, resistente al calor, a las roturas, y sobre todo, ¡libre de BPA!



2.

CONTINUAR

Para el siguiente paso, debemos adjuntar la varilla de ENFINIGY Sous-vide con el clip en el borde de una olla suficientemente grande, y colocar la rejilla Sous-vide en la olla si es necesario. Llenar con agua hasta la marca en la varilla y establecer la temperatura deseada.

Cuando el agua está lo suficientemente caliente - esto generalmente sólo tarda unos minutos - inserte la bolsa con la comida al vacío en la rejilla. La rejilla garantiza que todo permanezca bajo el agua durante todo el tiempo de cocción.

Ahora sólo queda establecer el tiempo de cocción. La varilla Sous-vide de ENFINIGY se encarga del resto.



3.

PARA TERMINAR

Caliente una sartén o grill para obtener ese sabor final de asado, por ejemplo en un filete de ternera. Freír la carne por ambos lados durante unos segundos, sazonar con sal y pimienta al gusto y servir!

TIPOS DE COCCIÓN - ¿CUÁN TIERNA DEBE SER?

Dos factores son importantes para cocción: la temperatura y el tiempo de cocción. Ambos varían dependiendo de la comida. El pescado se cocina entre 41 °C y 65 °C, la carne de ternera o cerdo, así como aves de corral y caza entre 50 °C y 75 °C. Frutas y verduras pueden soportar 65 °C a 85 °C, mientras legumbres y cereales se cocinan cerca del punto de ebullición.

Los tipos de cocción proporcionan unas guías de preparación según el tipo de alimento.

TERNERA

		Poco hecho	Medio (Al punto)	Bien hecho
		 50-55 °C	55-57 °C	57-60 °C
Filete, Carne asada, Chuletón, Entrecot, Bistec	2 cm	60 min	60 min	60 min
	3 cm	100 min	100 min	100 min
	4 cm	150 min	150 min	150 min
	5 cm	200 min	200 min	200 min

CARNE DE CERDO

		Poco hecho	Al punto	Bien hecho
		 54 °C	58 °C	60-65 °C
lomo de cerdo	4-5 cm	90 min	90 min	90 min
chuleta	2-3 cm	60 min	60 min	60 min
cuello de cerdo	2-3 cm	60 min	60 min	60 min
costillas	-	24 h	24 h	24 h

AVES

		Al punto	Bien hecho
		 55-60 °C	60-65 °C
Magret de pato	2-3 cm	150 min	150 min
Muslo de pato	6-8 cm	8 h	8 h
Pechuga de ganso	3-4 cm	120 min	120 min
Pechuga de pollo	2-3 cm	75 min	75 min
Pechuga de pavo	2-3 cm	90 min	90 min

VENADO / CORDERO

		Poco hecho	Al punto	Bien hecho
		 52-55 °C	55-60 °C	60-65 °C
Filete de cordero	2 cm	40 min	40 min	40 min
Medallón de cordero	3 cm	50 min	50 min	50 min
Pata de cordero	-	24 h	24 h	24 h
Lomo de cordero	-	150 min	150 min	150 min
Filete de venado	2-3 cm	40 min	40 min	40 min
Lomo de venado	2-3 cm	40 min	40 min	40 min
Jabalí	5 cm	120 min	120 min	120 min
Lomo de venado	2-3 cm	50 min	50 min	50 min

TIPOS DE COCCIÓN - ¿CUÁN TIERNA DEBE SER?

PESCADO

	glaseado	Tierno	Firme	Bien hecho
	 38-40 °C	40-45 °C	42-50 °C	46-55 °C
Salmón	2 cm 30 min	30 min	30 min	30 min
	3 cm 45 min	45 min	45 min	45 min
	4 cm 60 min	60 min	60 min	60 min
	5 cm 75 min	75 min	75 min	75 min

	glaseado	Tierno	Firme	Bien hecho
	 40 °C	40-47 °C	45-55 °C	52-61 °C
Preca, rodaballo	2 cm 30 min	30 min	30 min	30 min
	3 cm 45 min	45 min	45 min	45 min
	4 cm 60 min	60 min	60 min	60 min
	5 cm 75 min	75 min	75 min	75 min
	6 cm 90 min	90 min	90 min	90 min
Camarones, gambas	1-2 cm 40 min	40 min	40 min	40 min
Vieiras	2 cm 30 min	30 min	30 min	30 min

VERDURAS

		
Coliflor	85 °C	40 min
Hinojo	85 °C	50 min
Colinabo	85 °C	60 min
Calabaza	85 °C	60 min
Zanahorias	85 °C	60 min
Mini Zanahorias	85 °C	20 min
Ruibarbo	85 °C	20 min
Remolacha	85 °C	60 min
Espárragos	85 °C	40 min
Espárragos blancos	85 °C	75 min

FRUTA

		
Fresas, Plátanos	60 °C	20 min
Melocotones, ciruelas	75 °C	80 min
Melocotones, ciruelas	80 °C	75 min
Puré de frutas	85 °C	45 min

HUEVOS

		
Pochados	62 °C	75 min
Huevo Onsen	65 °C	75 min
Pasados por agua	68 °C	75 min
Duros	72 °C	75 min

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO SOUS-VIDE



SET SOUS-VIDE

- Todo lo que necesitas para empezar a cocinar con el sistema Sous-Vide
- Manejable y fácil de guardar



SOUS-VIDE STICK

- Cocción precisa
- Temperatura y tiempo de cocción exactos.



REJILLA SOUS-VIDE

- Deposita fácilmente las bolsas de vacío en la olla
- Resistente a la circulación del agua
- Medida ajustable



TAPA PRO SOUS-VIDE

- Ahorra un 50% de energía
- Silicona para uso universal
- Adaptable a cualquier olla de 24 cm



OLLA PRO DE ACERO INOXIDABLE

- Capacidad óptima y encaja con la tapa Sous-vide



SARTÉN DE ACERO INOXIDABLE PRO 28 CM

- Ideal para el sellado

DESCUBRE TODOS
LOS PRODUCTOS AQUÍ



DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

FRESH & SAVE



BOMBA DE VACÍO

- Consigue el sellado al vacío en segundos apretando el botón
- Siempre listo para su uso gracias a la batería de ion de litio de larga duración



BOLSAS DE VACÍO Y PROTECTOR DE LÍQUIDO

- Reutilizable gracias al cierre tipo cremallera
- Resistentes al calor y libres de BPA
- Para hacer el vacío a comida con líquidos como aceites o jugos



RECIPIENTES DE VACÍO DE CRISTAL

- Resistente al microondas, congelador y lavavajillas
- Cristal de borosilicato resistente al calor



RECIPIENTES DE VACÍO DE PLÁSTICO

- Apto para microondas, congelador y lavavajillas



FIAMBRERAS DE VACÍO

- Disfruta de la comida fresca en cualquier lugar
- Apto para microondas, congelador y lavavajillas

*en comparación con el envasado tradicional sin vacío



HECHO POR
PRINCIPIANTES.
RESULTADO
PROFESIONAL.



go.zwilling.com/sous-vide



08/2021 · © 2021 ZWILLING J.A. Henckels AG



www.zwilling.com