



ZWILLING



ZWILLING SOUS-VIDE



CONTEÚDO

Sucesso garantido na cozinha	4
Passo a passo para pratos de comer e chorar por mais.	8
Tabela de Temperatura para Cozinhar - quão tenro deve estar?	10
Visão Geral do Produto - Sous vide	14
Visão Geral do Produto - Fresh & save	16

FEITO PARA PRINCIPIANTES, COM SABOR A PROFISSIONAL.



Às vezes cozinha durante horas e no final o prato não sabe bem? Talvez o filete de peixe tenha ficado demasiado seco, os vegetais demasiado cozidos ou o bife bem passado em vez de mal passado? A partir de agora tudo vai ficar perfeito. É simples e descomplicado com ENFINIGY sous-vide! Este método é ideal para ingredientes de alta qualidade que resultam em pratos ao nível de restaurante (estrela). Suavemente cozinhado a vácuo em banho-maria (do francês: sous-vide) resulta em carne tenra e vegetais ‘al dente’.

Nada é cozinhado demais ou afetado por excesso de temperaturas, a comida é cozinhada através do controlo preciso do aquecimento. Isso preserva os valiosos nutrientes e aromas da comida. Se quer deliciosos sabores de um assado ou quer criar padrões de grelha, pode selar o bife numa panela ou grelhador quentes durante uns segundos após a cozedura. Isto funciona tanto para ferro fundido como para aço inoxidável e alumínio, por exemplo: em panelas STAUB ou ZWILLING, DEMEYERE ou BALLARINI.

REALMENTE FUNCIONA?



Definitivamente! Até parece demasiado simples: peixe ou filetes de carne, peitos de frango ou vegetais podem ser cozinhados num saco de vácuo em banho-maria, entre 45 e 85°C, e a comida está pronta para ser servida passado x tempo.



A ENFINIGY sous-vide mantém a temperatura desejada e garante a circulação da água durante todo o processo da cozedura. O alimento selado a vácuo é, portanto, fechado por todos os lados e cozido gentilmente e de maneira controlada.

Vantagens: Ao contrário do „normal“ processo de fritar e cozinhar em frigideiras e panelas, a ENFINIGY sous-vide previne as indesejáveis alterações da temperatura - que é essencial quando preparamos carne de alta qualidade ou delicados pratos de peixe. Delicioso sabor e consistência. Quando comparado com outros métodos, o controlo preciso da temperatura oferece mais escolhas quanto a textura dos pratos.

Em adição, a comida é cozinhada nos seus próprios sucos no saco de vácuo, o que resulta em sabor excepcional, também como, cozinhar demais a comida torna-se virtualmente impossível, mesmo se se esquecer do tempo. Ou os convidados chegue mais tarde do que o previsto.

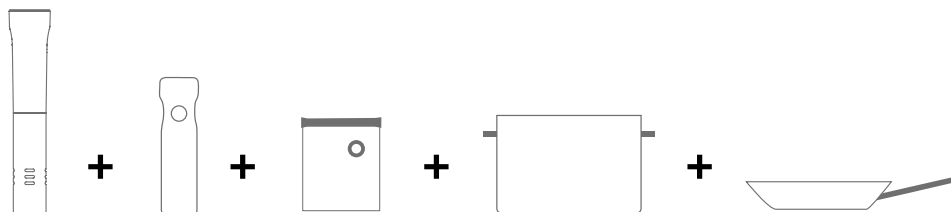
PASSO A PASSO PARA PRATOS DE COMER E CHORAR POR MAIS.



Por quanto tempo a comida deve cozinhar e a que temperatura? Vire por favor!



TUDO O QUE PRECISA PARA O SOUS-VIDE



Tudo o que precisa para refeições deliciosas ao lado de ENFINIGY sous-vide: uma panela grande, um saco de tamanho adequado e um selador a vácuo, por exemplo: bomba a vácuo sem fios da FRESH & SAVE e, de preferência, um grelhador ou frigideira para o acabamento. Mais informações em: www.zwilling.com



1.

O PRIMEIRO PASSO PARA A REFEIÇÃO PERFEITA É A PREPARAÇÃO.

Carne, peixe, vegetais ou frutas podem ser temperados como desejado e marinados com outros ingredientes como ervas aromáticas, óleo ou azeite antes da selagem a vácuo. Ingredientes de boa qualidade são essenciais, especialmente para peixe e carne.

Também é importante: o saco em que a comida será selada a vácuo e cozinhada deve ser resistente ao calor, seguro para alimentos, resistente a rasgos e, acima de tudo, sem BPA!



2.

CONTINUE

para o próximo passo, prenda a ENFINIGY sous-vide com o clipe no bordo de uma panela suficientemente grande, e coloque o separador sous-vide se necessário. Encha com água até a marca da máquina e defina a temperatura desejada. Quando a água estiver quente o suficiente - isso geralmente leva apenas alguns minutos - insira o saco a vácuo e os seus conteúdos e prenda-o ao separador se necessário. Isto garante que tudo permaneça debaixo da água durante todo o processo de cozedura. Agora é só definir o tempo de cozedura, a ENFINIGY sous-vide trata do resto.



3.

PARA TERMINAR

aqueça um grelhador para o toque final de sabor a grelhado, por exemplo: filete de carne, e aparência apetitosa. Grelhe a carne dos dois lados durante alguns segundos, tempere com sal, opcional com pimenta, e sirva!

TABELA DE TEMPERATURA PARA COZINHAR - QUÃO TENRO DEVE ESTAR?

São dois os fatores importantes para cozinhar sous-vide: a temperatura e o tempo, isto é, o tempo que demora a chegar á temperatura desejada. Ambos os parâmetros variam consoante o alimento. O peixe é cozinhado entre 41°C e 65°C, a carne de vada ou porco, também como as aves entre 50°C e 75°C. As frutas e vegetais aguentam temperaturas de 65°C até 85°C, e as leguminosas e cereais cozinham perto dos 100°C.

Tabela de Temperatura para Cozinhar serve como guia de preparação.

VACA

		Médio mal passado	Médio	Médio bem passado
		 50-55 °C	55-57 °C	57-60 °C
Filete, Carne Assada, Ribeye, Entrecosto, Bife de Alcatra	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

PORCO

		Médio mal passado	Médio	Médio bem passado
		 54 °C	58 °C	60-65 °C
Lombo de porco	4-5 cm	90 min	90 min	90 min
Costeleta	2-3 cm	60 min	60 min	60 min
Pescoço de porco	2-3 cm	60 min	60 min	60 min
Piano de porco	-	24 h	24 h	24 h

AVES

		Médio	Médio bem passado
		 55-60 °C	60-65 °C
Peito de pato / magret	2-3 cm	150 min	150 min
Perna de pato	6-8 cm	8 h	8 h
Peito de ganso	3-4 cm	120 min	120 min
Peito de frango	2-3 cm	75 min	75 min
Peito de peru	2-3 cm	90 min	90 min

VEADO / CORDEIRO

		Médio mal passado	Médio	Médio bem passado
		 52-55 °C	55-60 °C	60-65 °C
filete de cordeiro	2 cm	40 min	40 min	40 min
medalhões de cordeiro	3 cm	50 min	50 min	50 min
pernil de cordeiro	-	24 h	24 h	24 h
sela de cordeiro	-	150 min	150 min	150 min
filete de veado	2-3 cm	40 min	40 min	40 min
sela de corço	2-3 cm	40 min	40 min	40 min
javali	5 cm	120 min	120 min	120 min
sela de veado	2-3 cm	50 min	50 min	50 min

TABELA DE COZINHA – QUÃO TENRINHO DEVE SER?

PEIXE

		glaceado / caramelizado	tenro	firme	bem passado
		38–40 °C	40–45 °C	42–50 °C	46–55 °C
Salmão	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

		glaceado / caramelizado	tenro	firme	bem passado
		40 °C	40–47 °C	45–55 °C	52–61 °C
Perca, Pregado	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
Camarão	1–2 cm	40 min	40 min	40 min	40 min
Vieiras	2 cm	30 min	30 min	30 min	30 min

VEGETAIS

		
Couve-flor	85 °C	40 min
Funcho	85 °C	50 min
Couve-rábano	85 °C	60 min
Abóbora	85 °C	60 min
Cenouras	85 °C	60 min
cenouras baby	85 °C	20 min
Ruibarbo	85 °C	20 min
Beterraba	85 °C	60 min
Espargos	85 °C	40 min
Espargos brancos	85 °C	75 min

FRUTA

		
Morangos, Banana	60 °C	20 min
Pêssego, Ameixas	75 °C	80 min
Maçã, Pêra	80 °C	75 min
Purê de frutas	85 °C	45 min

OVOS

		
ovos escalfados	62 °C	75 min
ovo de gema líquida	65 °C	75 min
ovos gema mole	68 °C	75 min
ovos gema firme	72 °C	75 min

VISÃO GLOBAL DO PRODUTO SOUS-VIDE



SOUS-VIDE SET DE PRINCIPIANTE

- Tudo o que precisa para começar a cozinhar sous-vide
- Fácil de utilizar e de guardar



MAQUINA SOUS-VIDE

- Cozinhar com precisão
- Temperatura precisa e configurações de tempo



SEPARADOR SOUS-VIDE

- Fácil de alinhar várias sacos de vácuo
- Consistente circulação de água
- Tamanho ajustável



TAMPA PRO SOUS-VIDE

- Poupa até 50 % de energia
- Aro externo de silicone para uso universal
- Adequado para todas as panelas de 24cm de diâmetro



FRIGIDEIRA PRO, 28 CM AÇO INOX

- Ideal para selar



PANELA (PARA CALDOS) PRO, AÇO INOX

- Capacidade ideal e combina perfeitamente com a tampa Sous-vide

ENCONTRE TODOS OS
PRODUTOS AQUI



VISÃO GLOBAL FRESH & SAVE



BOMA DE VÁCUO

- Silenciosa extração de ar em segundos com um simples carregar no botão
- Sempre pronta para ser usada graças à bateria de longa duração de íons-lítio



SACOS DE VÁCUO & BARREIRA PARA LÍQUIDOS

- Reutilizável graças ao fecho zip
- Resistente ao calor e livre de BPA
- Para selar a vácuo comida com líquidos como óleos ou sucos de carne



CAIXAS DE VIDRO PARA ARMAZENAMENTO A VÁCUO

- Podem ser usadas em microondas, congelador e máquina de lavar louça
- Vidro borossilicato, resistente a altas temperaturas



CAIXAS DE PLÁSTICO PARA ARMAZENAMENTO A VÁCUO

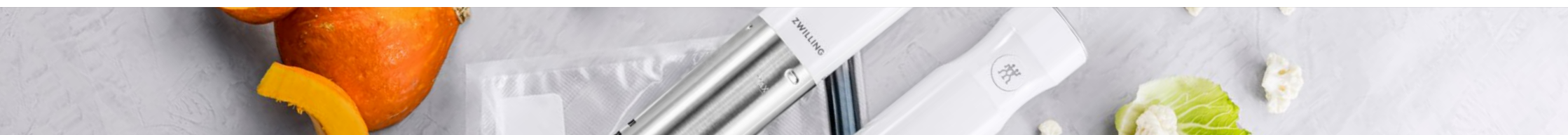
- Podem ser usadas em microondas, congelador e máquina de lavar louça



LANCHEIRAS A VÁCUO

- Comida fresca em qualquer momento
- Seguro para microondas, congelador e máquina de lavar louça

*comparado com armazenamento tradicional (não a vácuo)



FEITO POR
PRINCIPIANTES.
COM SABOR DE
PROFISSIONAL.



go.zwilling.com/sous-vide



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



www.zwilling.com

