



ZWILLING
SOUS-VIDE



SOMMAIRE

Succès en cuisine garanti !	4
Petit guide du plaisir ultime !	8
Ne ratez plus vos cuissons !	10
Nos produits sous-vide	14
Nos produits Fresh & Save	16

CUISINER COMME UN CHEF N'A JAMAIS ÉTÉ AUSSI FACILE



Poisson trop cuit, légumes trop mous, viande caoutchouteuse... Vous arrive-t-il de cuisiner pendant des heures pour qu'à la fin le résultat ne soit pas à la hauteur de votre investissement ? Il est désormais possible, et très facile, d'offrir à vos plats toute la saveur et la cuisson qu'ils méritent, grâce au thermoplongeur sous-vide ENFINIGY, votre meilleur allié pour une cuisson sous-vide réussie !

Idéal pour les aliments fragiles ou de grande qualité, ce type de technique permet une cuisson à basse température digne d'un chef étoilé. Les viandes et les poissons sont tendres comme du beurre et les légumes restent croquants et frais !

Grâce à un minutieux contrôle de la température, la cuisson sous-vide permet une cuisson précise, et uniforme qui préserve toute la saveur des aliments. De plus, cette nouvelle façon de cuisiner permet de conserver tous les nutriments des aliments !

Vous souhaitez que vos steaks aient des arômes de viandes grillées ? Après les avoir cuits sous-vide, il vous suffira alors de les snacker quelques secondes sur une poêle bien chaude ou sur un gril. Résultat garanti aussi bien avec de la fonte ou de l'acier inoxydable que vous retrouverez parmi les gammes des marques ZWILLING, STAUB, DEMEYERE ou bien BALLARINI.

ET ÇA MARCHE !



Trop simple pour être vrai ? Pourtant il ne suffit que de quelques gestes simples : glissez vos filets de poisson, steaks, blancs de poulet ou légumes dans un sac sous-vide, plongez-les dans un bain-marie compris entre 45 °C et 85 °C, faites cuire le temps nécessaire et servez !



Le thermoplongeur ENFINIGY assure un maintien constant de la température de cuisson choisie mais aussi une circulation régulière de l'eau. Cela permet une cuisson homogène ainsi qu'un contrôle très précis de la cuisson.

Le contrôle de la température est essentiel pour ne pas rater la préparation de pièces de viande nobles ou de poisson à la chair délicate : une cuisson réussie permet de préserver non seulement les goûts mais également la consistance des aliments. Contrairement à une cuisson traditionnelle à la poêle ou dans une marmite, le thermoplongeur ENFINIGY vous permet d'éviter toute variation indésirable de la température qui pourrait faire perdre aux aliments leurs qualités.

Autre avantage, dans le sac sous-vide les aliments cuisent dans leur propre jus, le goût est alors plus concentré ! Plus aucune subtilité ne vous échappera ! Et le contrôle de la température se faisant seul, il sera désormais impossible de surcuire ses aliments même si on oublie de les sortir de la casserole ou si vos invités arrivent plus tard que prévu !

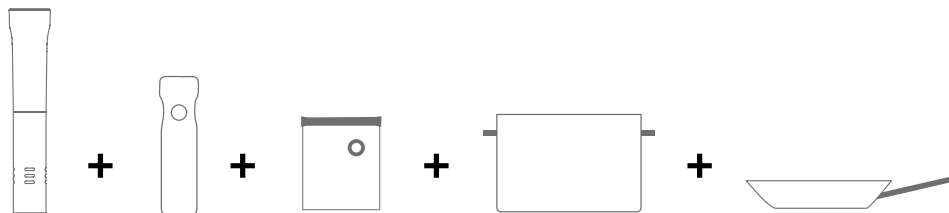
PETIT GUIDE DU PLAISIR ULTIME !



Quel temps de cuisson,
à quelle température ?
On vous dit tout !



TOUT POUR LE SOUS-VIDE



Un thermoplongeur ENFINIGY, une casserole, un sac adapté, un appareil de mise sous vide, tel que la pompe à vide FRESH & SAVE et, si nécessaire, une poêle ou un gril pour finir... c'est tout ce qu'il vous faudra pour cuisiner et déguster un repas unique et savoureux !



1.

LA PRÉPARATION, PREMIÈRE ÉTAPE D'UN REPAS PARFAIT

Avant de les mettre sous vide, pourquoi ne pas assaisonner ou mariner avec des herbes ou de l'huile, la viande, le poisson, les légumes ou les fruits ? Comme toujours en cuisine, la qualité et la fraîcheur des aliments sont essentielles et c'est d'autant plus vrai pour de la viande et du poisson.

Important : Le sac dans lequel les aliments seront placés pour une cuisson sous vide doit être résistant à la chaleur, à l'humidité, indéchirable et surtout, sans BPA !



2.

POUR CONTINUER

Ensuite, à l'aide du clip, fixez le thermoplongeur ENFINIGY dans une marmite suffisamment grande et, si nécessaire, placez-y le rack de maintien des sacs. Remplissez d'eau jusqu'à la marque maximale du thermoplongeur et réglez sur la température souhaitée.

Une fois l'eau chauffée à la température voulue - ce qui ne prend généralement que quelques minutes - insérez le sac sous-vide et son contenu et fixez-le sur le rack si besoin. Cette dernière étape permet de s'assurer que tout est bien immergé pendant toute la durée de la cuisson. Il vous suffit ensuite de régler le temps de cuisson et le thermoplongeur ENFINIGY fera le reste !



3.

LA TOUCHE FINALE


Faites chauffer une poêle à griller pour obtenir les derniers arômes de rôti de votre filet de bœuf. Grillez ensuite la viande quelques secondes de chaque côté, assaisonnez et servez immédiatement.

NE RATEZ PLUS VOS CUISSONS !


Pour une cuisson sous-vide réussie, deux facteurs sont essentiels : la température à cœur et le temps de cuisson, c'est-à-dire le temps nécessaire pour atteindre le point de cuisson souhaité. L'un et l'autre varient en fonction de l'aliment. Le poisson, par exemple, cuit entre 41 °C et 65 °C, le bœuf, le porc, la volaille et le gibier entre 50 °C et 75 °C. Quant aux fruits et légumes, ils peuvent tolérer une température de 65 °C à 85 °C et les légumes secs cuisent à une température proche de l'ébullition.

Retrouvez dans le tableau les valeurs indicatives moyennes pour chaque préparation.


BOEUF

	Saignant		À point	Bien cuit
	 50-55 °C		55-57 °C	57-60 °C
	2 cm	60 min	60 min	60 min
Filet, Rosbeef, Faux-filet, Entrecôte, Rumsteak	3 cm	100 min	100 min	100 min
	4 cm	150 min	150 min	150 min
	5 cm	200 min	200 min	200 min


PORC

		Saignant	À point	Bien cuit
		 54 °C	58 °C	60-65 °C
Filet de porc	4-5 cm	90 min	90 min	90 min
Côtes de porc	2-3 cm	60 min	60 min	60 min
Collier	2-3 cm	60 min	60 min	60 min
Échine	-	24 h	24 h	24 h

VOLAILLE


		À point		Bien cuit
		 55-60 °C		60-65 °C
Magret de canard	2-3 cm		150 min	150 min
Cuisse de canard	6-8 cm		8 h	8 h
Magret d'oie	3-4 cm		120 min	120 min
Blanc de poulet	2-3 cm		75 min	75 min
Filet de dinde	2-3 cm		90 min	90 min


AGNEAU / GIBIER

		Saignant	À point	Bien cuit
		 52-55 °C	55-60 °C	60-65 °C
Filet d'agneau	2 cm	40 min	40 min	40 min
Médaille d'agneau	3 cm	50 min	50 min	50 min
Gigot d'agneau	-	24 h	24 h	24 h
Selle d'agneau	-	150 min	150 min	150 min
Filet de chevreuil	2-3 cm	40 min	40 min	40 min
Selle de chevreuil	2-3 cm	40 min	40 min	40 min
Sanglier	5 cm	120 min	120 min	120 min
Selle de cerf	2-3 cm	50 min	50 min	50 min



NE RATEZ PLUS VOS CUISSONS !

POISSON



		Translucide	Tendre	Ferme	Cuisson à cœur
		 38-40 °C	40-45 °C	42-50 °C	46-55 °C
Saumon	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

		Translucide	Tendre	Ferme	Cuisson à cœur
		 40 °C	40-47 °C	45-55 °C	52-61 °C
Perche, turbot	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
Crevettes	1-2 cm	40 min	40 min	40 min	40 min
Coquilles Saint-Jacques	2 cm	30 min	30 min	30 min	30 min



LÉGUMES

		
Chou-fleur	85 °C	40 min
Fenouil	85 °C	50 min
Chou-rave	85 °C	60 min
Citrouille	85 °C	60 min
Carottes	85 °C	60 min
Mini-carottes	85 °C	20 min
Rhubarbe	85 °C	20 min
Betterave rouge	85 °C	60 min
Asperge verte	85 °C	40 min
Asperge blanche	85 °C	75 min

FRUITS

		
Fraises, bananes	60 °C	20 min
Prunes, pêches	75 °C	80 min
Pommes, poires	80 °C	75 min
Purée de fruits	85 °C	45 min

ŒUF

		
Poché	62 °C	75 min
Œuf Onsen	65 °C	75 min
Mollet	68 °C	75 min
Dur	72 °C	75 min

APERÇU DES PRODUITS CUISSON SOUS-VIDE



SET CUISSON SOUS-VIDE

- tout pour démarrer avec le sous-vide
- une utilisation enfantine et rangement peu encombrant



THERMOPLONGEUR

- une cuisson précise
- un réglage exact de la température et du temps de cuisson



SUPPORT À SACS SOUS-VIDE

- enroulement simple de sacs sous-vide
- circulation d'eau uniforme
- taille ajustable



COUVERCLE PRO S CUISSON SOUS-VIDE

- économise jusqu'à 50 % d'énergie
- Insert en silicone pour une utilisation polyvalente
- convient pour toutes les casseroles de 24 cm



CASSEROLE PRO HAUTEUR, 24 CM

- volume optimal, convient au Pro S



POÊLE 28 CM, ACIER INOXYDABLE

- idéal pour saisir à feu vif

DÉCOUVREZ ICI
TOUS LES PRODUITS



APERÇU DES PRODUITS FRESH & SAVE



BOÎTES SOUS-VIDE EN VERRE

- passe au micro-ondes, au congélateur et au lave-vaisselle
- verre borosilicate résistant à la chaleur



LUNCH BOX SOUS-VIDE SEMI TRANSPARENTE

- passe au micro-ondes, au congélateur et au lave-vaisselle



LUNCH BOX SOUS-VIDE

- des aliments frais à emporter partout
- passe au micro-ondes, au congélateur et au lave-vaisselle



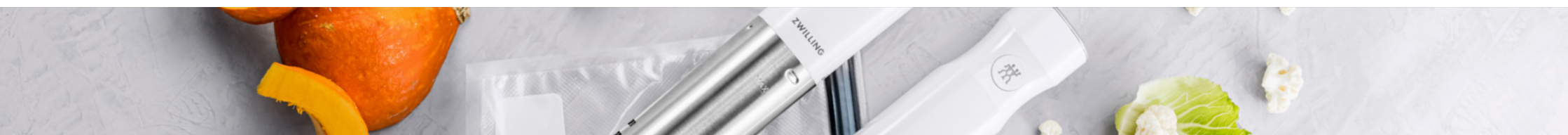
SAC SOUS-VIDE ET À MARINADE

- réutilisable grâce à la fermeture à glissière
- résistant à la chaleur et sans BPA



POMPE SOUS-VIDE

- mise sous vide silencieuse en quelques secondes, par simple pression d'un bouton et toujours prête à l'emploi grâce à une batterie lithium-ion à longue durée de vie



PRÉVU POUR
LES DÉBUTANTS.
ÇA SENT LE PRO.



go.zwilling.com/sous-vide



11/2021 · © 2021 ZWILLING J.A. Henckels AG



www.zwilling.com

