

Schweine-Filet sous vide mit Honig-Limetten-Vinaigrette

Für 4 Personen:

1 Schweinefilet (ca. 700 g)	250 ml Öl	Öl
2 Limetten, Abrieb und Saft	3 EL Honig	2 TL Dijon-Senf
2 TL frisch gehackter Ingwer	3 TL gehackte Minze	Salz, schwarzer Pfeffer

Das Wasserbad auf 55°C (medium-rare) oder 60°C (medium) vorwärmen. Das Schweinefilet im Ganzen vakuumieren.

Den Vakuumbbeutel für ca. 120 Minuten in das Wasserbad legen.

Die Teller vorwärmen.

Limettensaft und -Abrieb, Honig, Senf und Ingwer in der Küchenmaschine mixen und dabei langsam das Öl hinzufügen; in eine Schüssel geben, die Minze hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Vakuumbbeutel aus dem Wasserbad nehmen und den Inhalt entnemen. Das Filet abtrocknen und mit Öl einreiben; danach salzen und pfeffern.

Das Fleisch scharf von allen Seiten anbraten, pro Seite ca. 1 min.

Das Filet in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und auf den vorgewärmten Tellern anrichten.

Die Filets mit der zimmerwarmen Vinaigrette servieren.

NN am 11. Juni 2023