

Die perfekten Schweinebäckchen Sous vide



Zutaten

- 24 Schweinebäckchen
- 900 ml Madeira
- 30 Pfefferkörner
- 9 Lorbeerblätter
- Meersalz
- 6 Möhren
- 6 Zwiebeln
- 1500 ml Rinderbrühe
- 6 EL Honig
- 3 TL Tomatenmark
- 3 EL Mehl
- 3 EL Butterschmalz
- 8 Zwiebeln
- 9 EL Butterschmalz
- 3 EL Mehl

Anleitungen

1. Die Bäckchen für 1-2 Tage zusammen mit Salz, Lorbeer und Pfefferkörnern in Madeira einlegen.
2. Am Tag der Zubereitung das Gemüse schälen, in kleine Würfel und Scheiben schneiden - bei Seite stellen.
3. Die Bäckchen aus dem Sud nehmen, mit Mehl bestäuben und in Butterschmalz scharf anbraten.
4. Das Gemüse, Honig und Tomatenmark dazu geben, um alles leicht zu rösten.
5. Mit dem Madeirasud ablöschen, für 3-4 Minuten reduzieren lassen und mit Brühe aufgießen
6. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelringe darin goldbraun ausbacken
7. Die Bäckchen mit der Flüssigkeit in Vakuum Beutel bei 62 Grad Souvides für 16 Stunden schmoren lassen.
8. In der oberen ecke Vakuum Beutel schräg anschneiden und die Flüssigkeit in Saucen-Topf abgiessen und einreduzieren lassen

9. Zum Abschluss die Bäckchen nehmen und die Sauce noch einmal für 10 Minuten aufkochen, um sie zu reduzieren. Danach mit Beilage Servieren

Fregola Sarda mit Cherrytomaten



Zutaten für 12 Personen:

- 1 kg Fregola Sarda von Sabarot
- 4 EL Olivenöl
- 3 Zwiebel, gehackt
- 6 Knoblauchzehen, gescheibelt
- 800 g Kirschtomaten, Dose MUTTI
- 2.1 LT Gemüsebrühe
- 200 g geriebener Parmesan
- 4 EL / Bund gehackte Petersilie

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl andünsten, Fregola zugeben und mitdünsten lassen
2. Tomaten zugeben und mit Gemüsebrühe ablöschen
3. Fregola auf kleinem Feuer ca. 15 Min. köcheln lassen, bis die Pasta die Flüssigkeit aufgesogen hat. Falls die Pasta zu trocken ist, noch etwas Flüssigkeit zugeben
4. Verfeinern mit Parmesan und Petersilie

Und servieren mit Parmesan Chips garnieren