Roulade vom Rind

… nach „Gut Bürgerlicher Art“ im Sous Vide gegart.

Sous vide Parameter:
Temperatur: 68°C
Zeit im „Bad“ : 10 Std.

Zutaten: für 4 Rouladen
4 Rinderrouladen
4 Scheiben Speck
4 Gewürzgurken
2 Zwiebeln
Senf
Salz und Pfeffer
2 EL Olivenöl
2 Lorbeerblätter
4 Wacholderbeeren
Salz und Pfeffer

für die Soße
500 ml Rinderbrühe
250 ml Rotwein

Zubereitung:
Zwiebeln in Streifen schneiden und glasig dünsten.
Rinderroulade vorbereiten: Mit Senf bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen, lege eine Scheibe Speck, eine Gewürzgurke und glasierte kalte Zwiebelstreifen auf jede Roulade. Rolle sie fest auf und fixiere sie mit einer Rouladen-klammer oder Faden.
Anbraten: Erhitze das Öl in einer Pfanne und brate die Rouladen von allen Seiten scharf an.
Sous Vide Beutel vorbereiten: Lege die Rouladen mit den Lorbeerblättern und Wacholderbeeren in Vakuumbeutel. Nun noch vakuumieren.
Sous Vide Garen: Erhitze das Wasserbad auf eine Temperatur von 68°C und gare die Rouladen für 10 Stunden, bis sie butterzart sind. Je nach Größe der Rouladen ggf. auch 12 Std.
Rouladen ruhen lassen: Nach dem Garen nimm sie aus dem Beutel und lass sie kurz ruhen. Den Fond auffangen für die Sauce
Sauce zubereiten: Gieße den Bratensaft in eine Pfanne damit der Röstansatz sich lösen kann. Füge nun Rotwein und die Brühe hinzu und lasse die Sauce einkochen. ggf. etwas mit kalter Butter binden.

Tip:
Keine Holzspieße verwenden, hierdurch kann der Beutel beschädigt werden.
Ich löse die Klammern nach dem Braten und legen dann die Rouladen in den Beutel zum Valutieren. Die behalten auch so ihre Form.

Historie:
15.10.24 erster Versuch: Garzeit mit 8,5 Std. zu kurz und Temperatur versehentlich auf 63°C eingestellt. Rezept wird wiederholt.

Sous Vide
Essen und Mehr

From:
https://www.ddws.de/ - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:
https://www.ddws.de/sousvide:sous_vide:rinderroulade?rev=1729078504

Last update: **16.10.2024 13:35**