



Quasi d'agneau à l'ail des ours et asperges blanches

SousVide

Recette pour 10 personnes

Quasi d'agneau

10 pcs de quasi d'agneau
0.1 l d'huile d'olive
1 x Sel et poivre
0.3 l de jus d'agneau ou de veau
0.1 l de pesto à l'ail des ours

Asperges

30 pcs. d'asperges blanches
0.100 kg de beurre
0.012 kg de sel (par kg d'asperges)
0.005 kg de sucre (par kg d'asperges)
20 pcs. de tranches de jambon cru

Préparation

Quasi d'agneau

- Préchauffer les bains sous vide à 58°C et 85°C
- Sécher les quasis d'agneau et, si nécessaire, les parer

Asperges

- Peler les asperges et couper les extrémités sur 1,5 cm
- Couper le jambon cru en tranches

Préparation

Quasi d'agneau

- Assaisonner l'agneau avec sel et poivre, sauter brièvement dans l'huile d'olive
- Refroidir rapidement l'agneau au-dessous de 5 °C dans la cellule de refroidissement
- Mettre la viande refroidie sous-vide à 100 % dans un sac résistant à la cuisson
- Cuisson au bain-marie à 58 °C pendant 90 minutes
- Refroidir rapidement l'agneau cuit encore dans le sachet dans la cellule de refroidissement

Asperges

- 12 g de sel /5 g de sucre par kg
- Mettre les asperges sous vide à 100 % avec le beurre dans un sac résistant à la cuisson
- Cuisson au bain-marie à 85 °C pendant 40 minutes
- Refroidir rapidement les asperges cuites encore dans le sachet de cuisson dans la cellule de refroidissement
- Couper les pointes et les réserver pour la garniture; enrouler 3 tiges d'asperges dans 2 tranches de jambon cru et sauter rapidement
- Couper le rouleau de jambon cru et asperges en tranches

Suggestions d'accompagnement

- Jus à l'ail des ours
- Pesto à l'ail des ours
- Oignons perlés
- Pois mange-tout ou haricots

Préparation avec les systèmes de cuisson suisses

Régénération

- Régénérer à 65 °C pendant 10 minutes le quasi d'agneau en sachet dans le bain sous vide ; ouvrir le sachet et faire sauter/griller à nouveau
- Couper le quasi en tranches et décorer avec les pointes d'asperges, les tranches de rouleau de jambon cru et asperges, le pesto et le jus

Sous Vide/ durée de conservation

- Quasi d'agneau: dans le sachet de cuisson fermé, 21 jours dans le frigo à 3 °C / 6 mois au congélateur à -18°C
- Asperges : dans le sachet de cuisson fermé, 21 jours dans le frigo à 5 °C
- Autocontrôle : Selon le concept d'hygiène de l'entreprise