



ТЕХНИКА

Су-вид

Продукт в плотном пакете томится в воде ровно той температуры, какая ему нужна. Рыба и мясо готовы одинаково — от края до самой середины.

УРОВЕНЬ
2 из 3

ЧТО НУЖНО

Термостат или кастрюля с термометром, плотные пакеты с застёжкой.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ

Продукт в пакете без воздуха опускают в воду заданной температуры. Мясо и рыба готовятся одинаково от края до центра и не пересыхают.

Можно обойтись и без термостата: кастрюля, термометр, слабый огонь. Удерживать температуру с точностью до градуса — дело не прибора, а внимания.

Температура определяет результат, время — безопасность. Таблицы пастеризации для мяса и птицы — обязательны. Рыбу для низких температур берите только после глубокой заморозки.

Вынутое из пакета мясо обжаривают минуту на очень горячей сковороде — ради корочки.