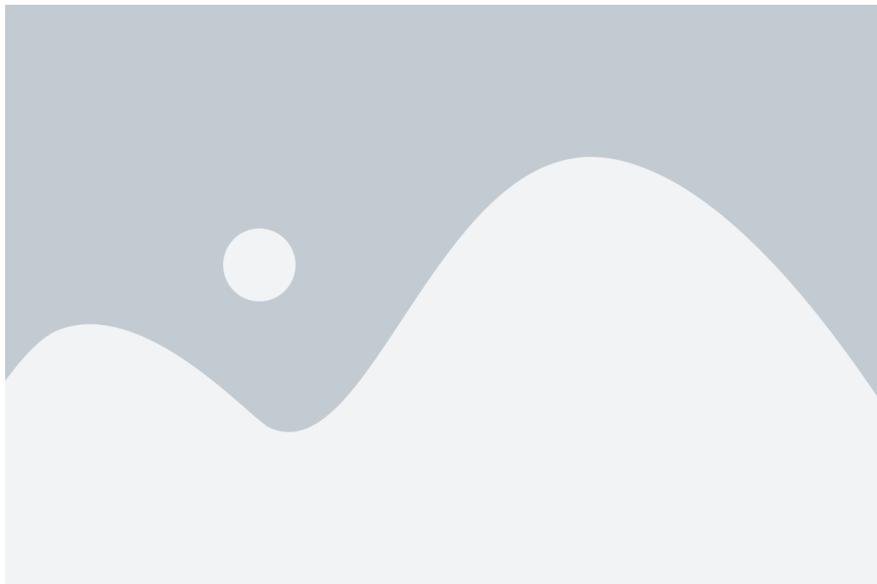




🔍 Search...

Black Garlic Sous Vide

Black Garlic Sous Vide



1. Mischen Sie in einer mittelgroßen Schüssel Hähnchen, schwarzen Knoblauch, Ingwer und Soja. Mit Salz würzen und Zutaten in das Huhn einreiben. Legen Sie die Hähnchenbrüste nebeneinander in einen großen Vakuumbbeutel und achten Sie darauf, dass sich das Fleisch nicht überlappt. Verwenden Sie eine Vakuumschubblade mit Dichtung und Vakuumeinstellung auf Stufe 3, um Hähnchen einzuschließen.

2. Ofen auf 74°C einstellen, Sous-Vide-Funktion. Legen Sie das Hähnchen auf ein Gitter in den Ofen und stellen Sie den Timer auf 45 Minuten ein.

3. In der Zwischenzeit in einem mittelgroßen Topf alle Zutaten für die Brühe mischen und bei mittlerer Hitze zum Köcheln bringen. Vom Herd nehmen, mit einem Deckel abdecken und bis zum Servieren ziehen lassen.

4. Sobald der Ofen-Timer ertönt, ganze Eier, noch in der Schale, mit dem Hähnchen in den Ofen geben, um weitere 15 Minuten zu garen.

5. In einem mittelgroßen Topf die Nudeln gemäß den Anweisungen auf der Packung in kochendem Wasser kochen. Abgießen und auf 4 Servierschüsseln verteilen.

6. Hähnchen aus den Kochbeuteln nehmen, in Scheiben schneiden und über die Nudeln legen. Schlagen Sie ein Ei in jede Schüssel mit Enoki-Pilzen. Mit einer Schöpfkelle die Brühe auf die Schüsseln verteilen und mit Frühlingszwiebeln, Nori, Sesamsamen und Chiliöl garnieren.

Rezeptnotizen

300 g Hähnchenbrust brauchen 1 Std., über 300 g brauchen 1:10 Std. zum Garen.

25 min für Ei, 65 Grad.

Chiliöl kann durch geröstetes Sesamöl oder schwarzes Knoblauchöl ersetzt werden.

Du kannst dieses Rezept Black Garlic Sous Vide direkt als PDF downloaden, klicke hier:

Sous Vide Black Garlic? Is it worth it?



Mp3

Weitere nützliche Links zum Thema Black Garlic Sous Vide:

- Was ist Black Garlic? (<https://www.black-garlic.ch/was-ist-black-garlic/>)
- Schwarzer Knoblauch kaufen (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-kaufen/>)
- grdd (<https://www.black-garlic.ch/black-garlic-salz/>)
- Black Garlic herstellen (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-herstellen/>)



Teilen:

[Facebook](#)

[Twitter](#)

[WhatsApp](#)

[Email](#)

Weitere beliebte Artikel



(<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-selber-machen/>)

Schwarzer Knoblauch selber machen ganz einfach 2022 (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-selber-machen/>)

Schwarzer Knoblauch – selber machen Schwarzer Knoblauch selber machen – Was kann der Black Garlic? Schwarzer Knoblauch, hauptsächlich unter dem Namen Black Garlic bekannt,

mehr » (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-selber-machen/>)



(<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-kapseln-nebenwirkungen/>)

Schwarzer Knoblauch Kapseln Nebenwirkungen 2022 (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-kapseln-nebenwirkungen/>)

Nebenwirkungen von schwarzem Knoblauch Dieser Artikel befasst sich mit schwarzem Knoblauch Kapseln Nebenwirkungen. Schwarzer Knoblauch für Nahrungsergänzungsmittel entsteht durch Fermentierung von frisch geerntetem und

mehr » (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-kapseln-nebenwirkungen/>)



(<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-nebenwirkungen/>)

Schwarzer Knoblauch Nebenwirkungen – 9 interessante Fakten (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-nebenwirkungen/>)

Schwarzer Knoblauch Nebenwirkungen? Nebensache Schwarzer Knoblauch ist seit Urzeiten fester Bestandteil der asiatischen Küche. Das als Delikatesse geltende Naturprodukt verarbeiten Asiaten roh oder als

mehr » (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-nebenwirkungen/>)



(<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-rewe/>)

Schwarzer Knoblauch Rewe 2022 (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-rewe/>)

Schwarzer Knoblauch Rewe Beim Schwarzer Knoblauch Rewe handelt es sich um einen fermentierten weißen Knoblauch. Der genussvolle schwarze Knoblauch hält seit Jahren Einzug in

mehr » (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-rewe/>)
