V Praze 5. března 2020

**Vařte jako šéfkuchař metodou Sous-Vide**

**Ve špičkových restauracích se čím dál častěji můžete setkat se zpracováním pokrmů metodou Sous-Vide neboli „ve vakuu”. Potraviny se připravují ve vzduchotěsném obalu ve vodní lázni s kontrolovanou teplotou. Své o tom ví i trojnásobný vítěz ankety Zlatý kuchař a porotce soutěže MasterChef Česko Jan Punčochář. Inspirujte se jeho receptem a připravte si perličku plněnou kysaným zelím se smržovou omáčkou v multifunkční parní troubě AEG.**



„*Vakuové vaření je jako kouzlení. Připravíte s ním výborné pokrmy bez rizika převaření. Pokud do vakuových sáčků vložíte třeba maso s čerstvými bylinkami, zůstane šťavnaté a krásně změkne*,“ prozrazuje Jan Punčochář. „*Díky stejnoměrnému ohřívání v přesně kontrolované teplotě se zachová přirozená chuť, šťáva a textura každé kvalitní potraviny*,“ dodává.



S multifunkčními parními troubami AEG SteamPro, které technologií Sous-Vide disponují, se tak můžete   
i v domácích podmínkách pustit do vakuového vaření   
a ohromit tak své blízké pokrmem jako od šéfkuchaře.

**Pečená perlička plněná kysaným zelím se smržovou omáčkou**

Na 4 porce budeme potřebovat:

* 800 g perličky supreme
* 100 g cibule
* 50 g uzené slaniny
* 100 g brambor
* 20 g cukru
* 30 ml octa z červeného vína
* 150 g kysaného zelí
* 50 g sušeného smrže
* 800 ml kuřecího vývaru
* 200 ml smetany
* 200 g másla
* pažitka
* šalvěj
* sůl
* pepř

Cibuli a slaninu nakrájíme na kostky a dáme do hrnce. Vše restujeme dozlatova. Přidáme cukr, necháme jej zkaramelizovat a zalijeme octem z červeného vína. Přidáme kysané zelí a zahustíme strouhanou bramborou. Necháme povařit cca 10 minut a vychladnout.

Perličku očistíme a pomocí prstů vytvoříme kapsu mezi masem a kůží. Kapsu naplníme zelím a srovnáme kůži.

Prso zavakuujeme a **vaříme v režimu Sous-Vide** při **68 °C 36 minut**. Následně zchladíme a orestujeme na rozpálené pánvi v oleji po obou stranách po dobu 4 minut.

Sušené smrže namočíme na 2 hodiny do vlažné vody. Vodu z hub scedíme, nalijeme do kuřecího vývaru a necháme redukovat přibližně na 1/3 svého objemu. Hrnec rozpálíme, na oleji orestujeme smrže, přidáme cibuli a máslo a vše důkladně orestujeme. Zalijeme zredukovaným vývarem, přidáme smetanu a povaříme. Na dochucení přidáme nasekané bylinky.

Více na [www.aeg.cz](http://www.aeg.cz) nebo [newsroom.doblogoo.cz](http://newsroom.doblogoo.cz/)

Společnost Electrolux je největším světovým výrobcem domácích a profesionálních spotřebičů, který staví na své dlouholeté znalosti potřeb zákazníků. Díky spolupráci   
s profesionály přináší důmyslně navržená, inovativní a udržitelná řešení. Mezi výrobky společnosti Electrolux patří chladničky, trouby, sporáky, varné desky, myčky nádobí, pračky, vysavače, klimatizace a malé domácí spotřebiče. Pod svými značkami Electrolux, AEG, Zanussi, Frigidaire, Anova a Electrolux Grand Cuisine prodá skupina více než 60 milionů spotřebičů zákazníkům z více než 120 zemí světa. V roce 2019 dosáhly tržby společnosti Electrolux hodnoty 119 mld. SEK a společnost zaměstnávala 49 000 zaměstnanců.