

Sous vide hamburger házi bucival

Ki ne szeretné a jó hamburgert? Puha, szaftos marhahús pogácsa friss zöldségekkel, házi hamburger bucival, teli találat egy hétvégi vacsorának a téli időszakban. Nyáron grillen sütve a barátokkal egy esti grill partihoz is kiváló.

SZEMÉLY	Előkészítés	IDŐ	HŐFOK	SÜTÉS
4-6 főre	15 perc	40 perc	53,9°C	10-15 perc

HOZZÁVALÓK:

- 1 kg marha darált
- 25 g vaj
- Só
- Frissen őrölt bors
- Növényi olaj

ELKÉSZÍTÉS:

1. Egy nagyobb keverőtál tegyük bel a darált húst. Jól sózzuk és borsozzuk meg.
2. Formáljunk belőle kb. 2 cm vastag, 150 g-os húspogácsákat. 6 db lesz ebből a mennyiségből.
3. Minden pogácsa tetejére tegyünk egy pici vajat.
4. Tegyük a húsokat hármával a vákuumzacskóba és vákuumozzuk le.
5. A bezacskózott húst tegyük a megfelelően felmelegített, vízzel teli sous vide kádba és a megadott idő alatt szuvidáljuk meg.
6. Ha a hús kész, vegyük ki a zacskóból.
7. Melegítsünk fel egy serpenyőt, öntsük bele az olajat és a húsok minden oldalát pirítsuk át rajta.
8. Szedjük ki egy tányérra a húsokat. Pihentessük 5 percig, majd tálaljuk.
9. Tálaljuk friss zöldségekkel, majonézzel, sajttal és házi hamburger bucival.

Tipp:

- A húspogácsa legyen legalább 2 cm vastag, hogy a sütés során belül még médium maradjon a hús.
- A zöldségek lehetnek: fejes saláta vagy jégsaláta, paradicsom, lilahagyma, uborka. Ki mit szeret.
- A sajt ebben az esetben cheddar. Ha van időm 4 percre beteszem a sütőbe grill fokozatra és 210°C-on ropogósra sütöm.