

# Sichere Systeme mindern Stress



Das Garen im Vakuum bietet in der modernen Küche ein enormes Spektrum an Einsatzmöglichkeiten für den Profi. fusionchef bietet ein komplettes Sortiment an Zubehör für die Sous Vide Ausrüstung



„Die Küche der Zukunft gleicht einem Labor“, sagt Dieter Cramer und er verweist auf das Buch „Moderniste Cuisine“, welches die innovativsten Kochtechniken der besten Köche der Welt beschreibt (Bilder: Christian Scheifinger)



Martin Stein, Restaurant Stein in Wien-Döbling, über seine bevorzugte Koch-Methodik: „Das Garen im Sous-Vide-Verfahren habe ich aus meinen Lehrjahren in Frankreich mit nach Hause genommen und setze es nun in unserem



**Martin Stein, Fan der Sous-Vide-Methode**

Restaurant ein. Der unvergleichliche Eigengeschmack unserer Zutaten bleibt so am besten erhalten. Die schonende Garmethode beruht darauf, dass ich im Vakuum bei niedriger Temperatur Saibling, Kalb, Rind, Lamm, Wachtel oder Gemüse zubereite. Der Vorteil wird durch intensive Geschmackerlebnisse deutlich.“

„Wenn er beginnt, über Sous Vide zu sprechen, gerät Dieter Cramer unverzüglich ins Schwärmen. Der Inhaber und Geschäftsführer des auf die gastronomischen Erfordernisse spezialisierten Unternehmens Hutterer, hält Sous Vide grundsätzlich für eine der vorteilhaftesten und genusssteigernden Garmethoden.

Der früher im Maschinenbau tätige Quereinsteiger begann sich vor zehn Jahren intensiv mit den Anforderungen der Gastronomen und Kochprofis auseinanderzusetzen. Als Anbieter zeitgemäßer Küchentechnik ist sein Hauptcredo, dass „jedes Küchengerät nur dann Sinn macht, wenn der Stress im Küchenalltag durch dessen Einsatz deutlich reduziert wird“. Diese These führt direkt zum Stichwort „Sous Vide“. „Die

rohen, gekühlten Zutaten werden in für das Sous-Vide-Verfahren geeignete Beutel gefüllt und fachgerecht mit dem entsprechenden Gerät vakuumiert. Die vakuumierten Speisen werden bei niedrigen Temperaturen schonend über einen längeren Zeitraum im Wasserbad gegart“, erklärt Dieter Cramer. „Der wirtschaftliche Vorteil besteht vor allem darin, dass die zubereitete Ware nicht sofort nach dem Garen serviert werden muss, sondern abgekühlt bzw. schockgefrostet und bei maximal 3 °C gekühlt aufbewahrt werden kann. Kurz vor dem Servieren müssen die gekühlten Inhalte lediglich im Wasserbad regeneriert werden.“

Eine Möglichkeit der turboschnellen Endfertigung bietet der – wie der Name schon sagt – TurboChef, der sich als Kombination aus Heißluftofen und Mikrowellenherd präsentiert.

Abgesehen von den stressmindernden Faktoren, weil ein großer Aufwand des Kochprozesses bereits in der Vorbereitung geschieht, kommt beim Sous Vide Verfahren hinzu, dass sich der Garverlust sehr in Grenzen hält. „Bei Schweinsbraten beispielsweise“, so Cramer, „sind es lediglich fünf Prozent Garverlust.“ Und last but not least – der Geschmacksfaktor. Da die Lebensmittel in frischem Zustand vakuumiert werden, gehen beim Garen Vitamine, Nährstoffe und Aromen nicht verloren. Nicht umsonst wird die Sous-Vide-Methode, die sich aus der Labortechnik entwickelt hat, seit Jahren von der Sterne- und Haubenküche nahezu zelebriert. Dass das schonende Garverfahren durchaus nicht der (ab)gehobenen Gastronomie vorbehalten ist, hebt Dieter Cramer besonders hervor: „Mittlerweile wissen Gastwirte, Köche und F&B-Manager – quer durch alle Sparten und Konzepte – die Sous-Vide-Methodik als intelligente und ressourcensparende und qualitativ hochwertige Lösung zu schätzen.“

In der Küche des Courtyard by Marriott Wien Messe, mit 251 Zimmern eines der größten Businesshotels Wiens, kommt seit Anfang 2012 die Sous-Vide-Technik zum Einsatz. Dazu Küchenchef Dennis Schütt: „Das A-la-carte-Geschäft wurde großteils auf Sous vide umgestellt. Die Gartechnik gewährleistet uns in erster Linie eine gleichbleibende Qualität der Speisen und stellt einen zügigen Ablauf sicher. Sous Vide stellt sowohl eine Arbeitserleichterung als auch eine Verbesserung der Qualität der Speisen dar, da wir immer frische Ware anbieten können. Das Verfahren lässt ein Maximum an Geschmack und eine Perfektion in der Konsistenz erreichen. Da wir durch Pasteurisieren eine Art Selfmade-Convenience erschaffen, der die Haltbarkeit deutlich verlängert, können wir zudem auch den finanziellen Verlust durch Verderb reduzieren und somit kosteneffizienter arbeiten. In den nächsten Monaten ist die Einführung von Sous Vide im Tagungs- und Veranstaltungsgeschäft geplant. Die Herausforderung dabei ist es, die Köche mit dem Verfahren vertraut zu machen. Denn Sous Vide stellt das herkömmliche Wissen über das Garen von Lebensmittel auf den Kopf.“



**Küchenchef Dennis Schütt setzt auf die Vorteile von Sous Vide**