Schweinsbraten sous vide (Schweinskarree)

Der Braten wurde von meinem Metzger aus dem Kotelettstück geschnitten, inklusive dem schönen Fettdeckel. Ich habe das marinierte Stück zuerst angebraten, dann während 2 1/2 Stunden bei 62° gegart. Es war ganz durchgegart und auch saftig, aber mit etwas Biss, also nicht ganz butterzart... Vermutlich wäre eine leicht tiefere Gartemperatur, so 58°, und eine etwas längere Garzeit optimaler gewesen. Aber wohlverstanden, es war nicht zäh und der Zahnstocher kam nicht zum Einsatz.

Die leicht süssliche Marinade mit dunklem Balsamico und etwas Honig harmoniert gut mit Schweinefleisch. Senf, Knoblauch und Pfeffer geben der Marinade und auch der Sauce geschmackliche Fülle und Würze. Gesalzen habe ich das Fleisch erst ganz am Schluss nach dem Aufschneiden.

Zutaten (2 Portionen)

```
500g   Schweinskarree ohne Knochen
3El    dunkler Balsamico
1/2Tl  Honig
1Tl    Senfpulver
1/2Tl  Thymian (getrocknet)
1      Knoblauchzehe
1dl    Weisswein
1dl    Hühnerbouillon
       schwarzer Pfeffer, Salz
       Bratbutter

Zum Binden der Sauce:
10g    Butter
1Tl    Mehl
```

Zubereitung

Schwarte kreuzweise einschneiden.

Balsamico, Honig, Senf, Thymian vermischen und mit Peffer würzen. Den Braten mit dieser Mischung einreiben, in Haushaltfolie einpacken und über Nacht ziehen lassen.

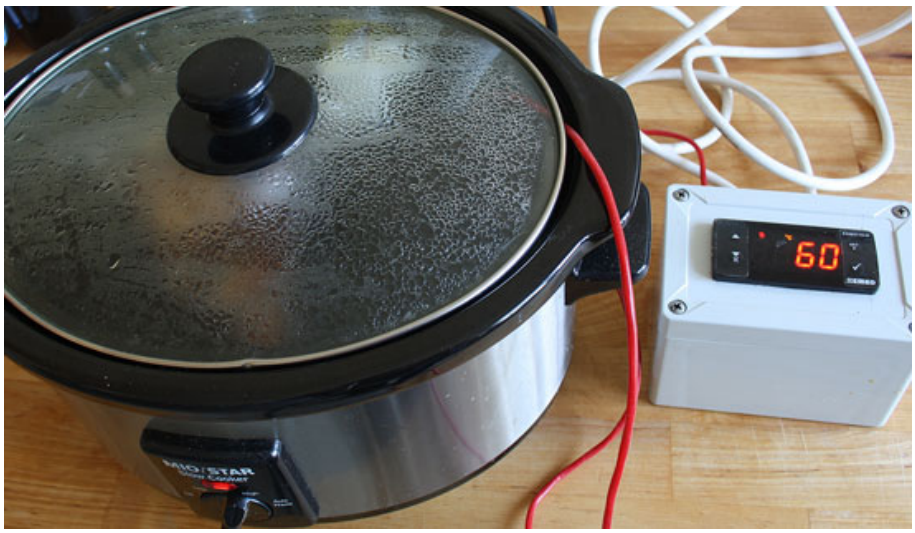
Braten 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen.

Marinade mit dem Finger abstreifen. In mässig heisser Bratbutter ringsum anbraten. Fleisch in einen gut verschliessbaren Bratbeutel geben und 2 1/2 Stunden bei 62° (besser 58°) garen.

Sauce:
Rest der Marinade in ein Pfännchen geben, Knoblauch dazupressen, Weisswein dazugiessen und etwa auf die Hälfte einkochen lassen.

Bouillon dazugiessen, etwas köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Butter und Mehl miteinander verkneten und stückweise in die Sauce einrühren bis die Sauce die gewünschte Konsistenz hat. Danach mindestens 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Braten aufschneiden und anrichten, mit wenig Salz bestreuen und mit der Sauce beträufeln.



Sous vide garen: Im Wasserbad bei genauer Temperaturkontrolle