Retigo Combionline | Cookbook | Vegetarian dishes 15. 6. 2025

Rehydriertes Wurzelgemüse

Cuisine: German

Food category: Vegetarian dishes



Name

Author: Janine Kühn Company: Retigo DE



Program steps

1	Gemüse dämpfen														
	Steaming			②	Termination by time	છ	00:45	hh:mm	₿≎	99	°C	-}-	80	%	\overline{X}
2	Gemüse trocknen														
	\$\$\$ Hot air	0	%		Termination by time	છ	06:00		80	60	°C	- -	80	%	\overline{X}
								hh:mm							
3	Sous-Vide ziehen lassen														
	Steaming			②	Termination by time	0	03:00	hh:mm	₿≎	65	°C	-}-	80	%	X

Ingredients - number of portions - 6

Name	Value	e Unit
potatoes	4	pcs
	2	pcs
Chantenay Carrots	4	pcs

Value

4

1

Unit

pcs

pcs

Name	Value	Unit
	200	ml
	50	ml
	1	pcs
	1	pcs

Name	Value	Unit
	100	ml
	50	ml
	50	ml
Vegetable broth	50	ml
	1	pcs

Directions

Dieses Rezept beschreibt die Grundsätze des "Rehydrierens" - hierbei wird ein Produkt zunächst gegart, anschließend intensiv getrocknet um dann erneut mit einer Flüssigkeit (das kann ein Sud, ein Fond oder Ähnliches sein) ganz gezielt aromatisiert zu werden. Bei diesem Vorgang intensivieren sich alle Aromen: beim Trocknen wird das Aroma des Produkts selbst konzentriert, anschließend werden beim Rehydrieren gezielt neue Aromen hinzugefügt. Die Konsistenz des Produkts verändert sich, wird kompakter und satter. Gleichzeitig überrascht der Geschmack, der mittels Rehydrieren zugefügt wird und sehr intensiv wird. Das Garen / Dämpfen, Trocknen und das Sous-Vide einziehen lassen der Aromen sind ganz bequem im Kombidämpfer möglich.

Folgende Beispiele dienen als Anhaltspunkt, können abgewandelt werden und insbesondere die Sude zum Rehydrieren enthalten nur Richtmengen und können gern nach Belieben abgeschmeckt oder variiert werden.

Tipp: Den Sud / Fond zum rehydrieren gerne sehr kräftig wählen und bei Bedarf auch mit Farben spielen: z.B. kann man eine Pastinake mit Rote Beete rehydireren und so für eine farbliche Überraschung sorgen.

Schritt 1:

Zunächst wird das Gemüse gegart / gedämpft, es sollte dabei gut durchgegart sein.

Name	Value	Unit
Red wine vinegar	100	ml
sugar	15	g
Vegetable broth	100	ml
	1	pcs

Name	Value	Unit
Vegetable broth	150	ml
	50	ml
sugar	15	g
	1	pcs

Name	Value	Unit
	100	ml
	50	ml
Vegetable broth	50	ml
	1	pcs
	1	pcs

Nutrition and allergens

Allergens:

Minerals:

Vitamins:

Nutritional value of one portion	Value
Energy	20 kJ
Carbohydrate	5 g
Fat	0 g
Protein	0 g
Water	0 g

Beispiel:

Kartoffeln je nach Größe: 30-45 Minuten bei 99 °C im

Dampfmodus

Süßkartoffeln je nach Größe: 20-30 Minuten bei 99 °C im

Dampfmodus

Karotten je nach Größe: 15-20 Minuten bei 99 °C im

Dampfmodus

Tipp: Garen Sie das Gemüse im Ganzen, da die Schnittgröße zum Trocknen nicht zu klein gewählt werden sollte. Arbeiten Sie wenn nötig mit Kerntemperatur.

Nach dem Garen und Auskühlen lassen schneiden Sie die Produkte in die finale Größe. Beachten Sie, dass alle Produkte beim Trocknen deutlich an Volumen verlieren. Das heißt, Kartoffeln sollen in ca. 2-3 cm dicke Scheiben geschnitten werden, Karotten dürfen ganz bleiben, rote Beete wird zB. geviertelt.

Schritt 2: Anschließend wird das Gemüse getrocknet Hierzu wählen Sie die Einstellung Heißluft bei komplett geöffneter Wrasenklappe (0% Restfeuchte) und je nach Produkt reduzierter Lüftergewindigkeit auf maximal 80%. Nutzen Sie zum Trocknen unbedingt einen Kombikorb / Fritterkorb, damit die Produkte nicht ankleben. Die Trocknungszeit beträgt je nach Schnittgröße zwischen 4 und 6 Stunden.

Schritt 3:

Nun wird der Sud für das Rehydrieren vorbereitet indem alle Zutaten gemischt und einmal aufgekocht werden. Das Abschmecken mit Gewürzen geschieht nach eigenem Gusto. Der Sud darf gern kräftig sein, der eigenen Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt.

Schritt 4:

Vakuumieren Sie die jeweiligen Produkte im jeweiligen Sud - je größer das Vakuum, desto schneller und besser kann der Sud ins Produkt einziehen. Anschließend werden die Beutel bei 65 °C Sous-Vide zum Einziehen in den Kombidämpfer gelegt. Verwenden Sie hierzu den Dampfmodus bei reduzierte Lüftergeschwindigkeit.

Zum Servieren eigenen sich z.B. Pürrees und Saucen können zum Teil auch aus den Flüssigkeiten gezogen werden.

Viel Spaß beim Ausprobieren!

Tipp: Besonders spannend ist es, wenn man den rehydrierten Produkten im Anschluss noch Röstaromen verleiht, z.B. indem man sie grillt. Konsistenz und der sehr intensive Geschmack wird absolut überraschen, Röstaromen von außen geben dieser Zubereitungsart noch ein zusätzliches Highlight.

Tipp: In unserem Beispiel haben wir ebenfalls eine

Wassermelone rehydriert (natürlich ohne den obligarotischen Garvorgang vorweg). Als Geschmacksträger eignen sich hier z.B. asiatische Nuancen, wie z.B. ein Sud aus Gemüsebrühe, Gurkenwasser, Algen, Umami Flavor, Sojasauce, Limette. Die Wassermelone ist ein Highlight als Tartar auf einem Kräuterbett mit geröstetem Sesam als Topping. Sie darf im Gegenzug zum Wurzelgemüße jedoch nicht Sous-Vide (bei 65 °C) einziehen, sondern sollte Sous-Vide im Kühlschrank bei + 3°C für 5-6 Stunden die Flüssigkeit aufnehmen.

Recommended accessories

