

### Het bereiden van grotere porties rundvlees.

Het bereiden van grotere stukken rundvlees( bijv. een rollade, een Picanha of een Chateaubriand) hoeft niet moeilijk te zijn.

Probleem is dikwijls dat de buitenkant te gaar(zwart geblakerd) is , terwijl de kern nog niet gaar is.

Pas bij 48 graden beginnen de enzymen te reageren en word het vlees mals.

De kunst is dus om de kern op 50 graden te krijgen zonder dat de buitenkant "aanbrand".

Er zijn 2 methodes om dat te bereiken;

- A. Het vlees moet helemaal goed ontdooid zijn.  
Aanbakken in roomboter om en om.  
Rol het vlees in bakpapier en wind daar een droge theedoek omheen.  
Leg het vervolgens in de oven ( op 50 graden!!) en laat het minimaal 1 1/5 uur nagaren.
  
- B. Een nog veiliger methode is;  
Leg het stuk vlees(moet goed gevacumeerd zijn) 2 uur in water van 50 graden.(niet warmer en niet kouder- kan ook in een bak water in de oven- oven op 50 graden- wel helemaal onder water)  
Daarna afbakken in roomboter.  
Het vlees verliest dan geen enkel vocht en heeft in de kern precies de juiste garing.

Uw gasten zullen versteld staan van uw kookkunst.

Limousin-Oost wenst u alvast veel succes en een smakelijke maaltijd toe.

