



## Co je to sous-vide?

---

### Ingredience:

---

### Postup:

Sous-vide znamená "ve vakuu" a je to velmi oblíbená metoda profesionálních kuchařů. Potraviny se při ní připravují několik hodin ve vzduchotěsném obalu ve vodní lázni s teplotou, která je nižší než bod varu. Nejčastěji při teplotě v rozmezí 55 až 60 °C. Cílem této metody je zachovat přirozenou chuť, šťávu a texturu potraviny.

