

# Inhalt

VORWORT	
Sous-vide 2.0	4
EINLEITUNG	
Sous-vide ...	10
REZEPTE	
Grundrezepte	16
56°C	20
65°C	58
72°C	96
85°C	134
98°C	170
Grundzubereitungen Sous-vide	208
Garzeiten im Überblick	220
ANHANG	
Vom Vakuumieren zum Kühlen	226
Dank	235
Ideen, Kreationen, Texte, Bilder ...	236
Rezeptregister	239
Impressum	240