

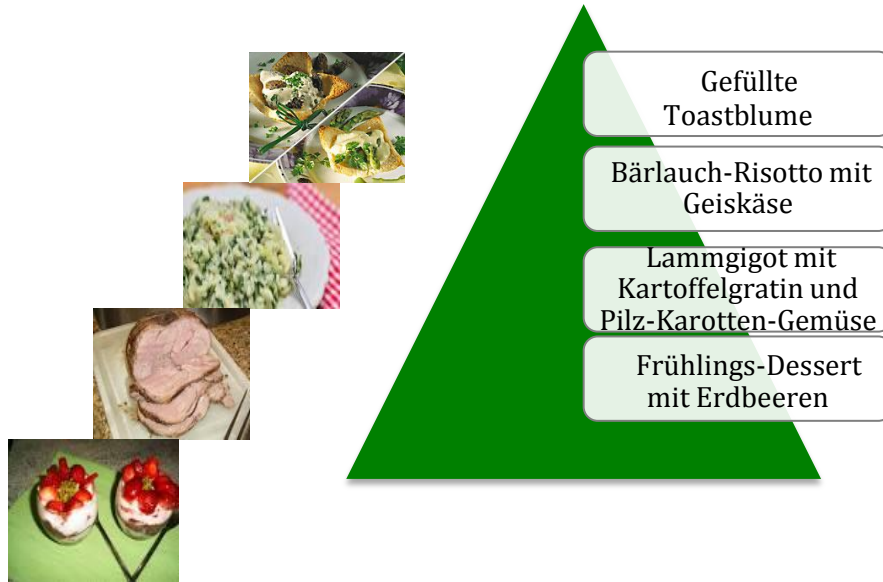


Cucina Club

3922 Stalden



Menue23



Confieren – Schmoren im Öl

Bei dieser Zubereitungsart wird Fleisch im Öl schonend bei 80 Grad im Ofen geschmort. Das Confieren ist zwar nicht neu, erlebt gegenwärtig aber ein grosses Comeback. Das Fleisch wird zart und behält sein Eigenaroma.

Confieren: uralte Konservierungsmethode



Confieren kommt von Französisch «confire» und bedeutet einmachen, einkochen oder einlegen. In der südwestfranzösischen Küche hat das Confit seinen festen Platz. In Salzlake eingelegtes Geflügel (z.B. Gans, Ente, Huhn) oder Fleisch (z.B. Lamm, Kalb) wird bei tiefer Temperatur im eigenen Fett gegart und dann in Steingutgefässe eingelegt und luftdicht verschlossen. Es handelt sich dabei um eine der ältesten Formen des Konservierens. Aber auch andere Lebensmittel können auf diese Art haltbar gemacht werden: zum Beispiel Früchte mit Zuckersirup oder Alkohol oder Gemüse mit Essig. Seit einiger Zeit versteht man unter Confieren nicht mehr nur das Konservieren von Lebensmitteln, sondern eine wiederentdeckte Garmethode hauptsächlich für Fleisch.