

## Rezept für Lyoner

### Zutaten:

200 g Schweinebauch (möglichst Fett, ohne Haut (Schwarte), ohne Knochen & Knorpel)  
300 g gemischtes Hackfleisch (Rind + Schwein); alternativ Gulaschfleisch gemischt  
1 Compound für Lyoner  
150 g Eiswasser (kaltes Wasser + Eiswürfel gemischt)  
--> Ergibt ca. 650g Lyoner Wurst

**Zusätzlich:** 2 Blatt Wurstfolie, etwas Öl zum fetten der Wurstfolie

**Garzeit im Varoma:** in der Wurstfolie 25 Minuten

**Nährwerte pro 100g:** ca. 203 kcal / 17g Fett / 13g EW / 1g KH

### Zubereitung:

1. Schweinebauch von der Haut (Schwarte), den Knochen und Knorpeln befreien. Nun in kleine Würfel schneiden. In einem Gefrierbeutel möglichst flach einfrieren. Das Hackfleisch / Gulaschfleisch ebenfalls flach einfrieren. Nach ein paar Stunden Gefrierzeit kann es dann losgehen.
2. Den Schweinebauch und das Hackfleisch ca. 1 Std. im Kühlschrank antauen lassen. Ein Glas mit 150g Eiswasser bereit stellen.
3. Leicht angetauten, gewürfelten Schweinebauch in den Mixtopf geben und **1:20 – 1:40 Minuten / Stufe 10** zerkleinern. Die Konsistenz sollte sehr fein und klebrig wie Brotteig sein. Den fein gemixten Schweinebauch aus dem Mixtopf nehmen und zur Seite stellen.
4. Leicht angetautes Hackfleisch oder Gulaschfleisch in den Mixtopf geben und **15 Sekunden / Stufe 10** grob vor zerkleinern.
5. Jetzt den Compound für Lyoner zugeben und **15 Sekunden / Stufe 4** untermischen.
6. Den Thermomix auf **Stufe 4** weiter laufen lassen und das Eiswasser durch die Deckelöffnung mit einem Mal zugeben. Jetzt **20 Sekunden / Stufe 10** mixen. Den Deckel öffnen und die Reste vom Mixtopf mit dem Spatel nach unten schieben. Nochmal ca. **15-20 Sekunden/Stufe 10** mixen und wieder die Reste am Mixtopf mit dem Spatel nach unten schieben. Das Gerät jetzt **30 Sekunden / Stufe 10** einstellen, dabei den fein gemixten Schweinebauch in 4-5 Portionen zügig durch die Deckelöffnung zugeben und ggf. mit dem Spatel mitrühren.
7. Reste vom Mixtopf und Mixtopfdeckel mit dem Spatel nach unten schieben. Das Ganze nun ca. **40 Sekunden / Stufe 10** mixen. Sollte das Brät noch keine gleichmäßige Farbe und Konsistenz haben, nochmals ca. **20 Sekunden / Stufe 10** mixen.
8. Etwas Öl (ca. 1/2 Teelöffel) auf die Mitte der Wurstfolie geben und mit einem Pinsel etwas verteilen. Vom fertigen Brät ca. 325g auf 1 Blatt Wurstfolie geben und zu einer Wurstrolle formen. Beschreibung siehe Anleitung auf dem Einleger Wurstfolie bzw. auf LUCOMA Blog. Die Wurstrollen **25 Minuten / Varoma / Stufe 1** garen. Der Varoma sollte vorgeheizt sein.
9. Nach der Garzeit die Wurstrollen mit der Wurstfolie in Eiswasser legen (ca. 5 Minuten). Danach die Wurstfolie entfernen und die fertige Wurst in den Kühlschrank legen. Nach ca. 4 Stunden Kühlzeit hat die Wurst ihre Konsistenz und kann aufgeschnitten werden.

### Tip:

Lyoner wird überwiegend für Wurstsalat (Essigwurst) verwendet. Dazu ganz einfach die ausgekühlte Wurst in feine Scheiben schneiden, auf einem Teller anrichten und mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer und frischen Zwiebelringen nach Geschmack würzen.

Gutes Gelingen wünscht das Team von LUCOMA.

## Recipe for Lyoner Sausage

### Ingredients:

7.05 oz trimmed pork belly (the fatter the better - no skin, no bone, no cartilage)  
10.6 oz mixed ground meat (beef + pork); alternatively meat for gulash  
1 compound for Lyoner  
5.29 oz (2/3 cup) ice water (blend of cold water and crushed ice)  
→ you get approx. 1.43 lbs of Lyoner sausage

**Additional material:** 2 sheets of sausage foil, 1/2 tsp of oil

**Cooking time in the Varoma steaming basket:** approx. 25 minutes in the sausage foil casing

**Nutrition facts per 100g:** about 203 kcal / 17g Fat / 13g Protein / 1g Carbohydrates

### Instructions:

1. Remove skin, bone and cartilage from the pork belly and cut into small cubes. Place pork belly cubes into a zip lock bag, distribute the cubes evenly in the bag and place in the freezer for a few hours. Do the same with the mixed ground meat and make sure you freeze them as flat as possible so they can easily be divided or broken into pieces later in the process.
2. Place the frozen meats into the refrigerator for about 1 hours. Prepare ice water in a bowl and set aside.
3. Place slightly thawed pork belly into the Thermomix mixing bowl (food processor) and blend on the **highest setting (10)** for **about 90 seconds**. The consistency should resemble that of a sticky bread dough. Remove meat mass from processor and set aside.
4. Place slightly thawed mixed ground meat into the Thermomix mixing bowl and blend on **highest setting (10)** for **approx. 15 seconds**. Add the compound for Lyoner and blend for an additional **15 seconds (setting 4)** until well combined.
5. Turn the Thermomix food processor to **medium speed (setting 4)** and add the bowl of ice water all at once through the opening in the lid. Turn Thermomix to **highest setting (10)** for **20 seconds**, then use a silicone spatula to scrape down the sides. Blend mixture again on the **highest setting (10)** for **15-20 seconds**, then use the silicone spatula to scrape down the sides again. Turn your Thermomix food processor on **highest speed (10)** for **30 seconds** while adding the pork belly mix through the opening in the lid.
6. Use silicone spatula to scrape down the sides of the mixing bowl and lid and turn blender onto **highest setting (10)** for another **40 seconds**. If the mixture is not yet of smooth consistency and color turn the processor on for an additional **20 seconds on setting 10**.
7. Slightly grease the two sheets of sausage foil casing with oil. Divide the meat mixture into two equal portions and place each portion on the center of one sausage foil casing.
8. Roll into a sausage. Detailed explanation on how to shape a sausage can be found on the LUCOMA blog post. Place the shaped sausage rolls into the preheated Varoma steaming basket and cook on **setting 1** for **approx. 25 minutes**.
9. Remove sausages from Varoma steaming basket and immediately blanch in ice water for 5 minutes. Then remove the sausage foil casing and refrigerate the ready sausages for at least 4 hours prior to serving.

### Tip:

Lyoner is mainly used for Bavarian sausage salad (Essigwurst). Simply cut the chilled sausage into thin slices, garnish on a salad plate and season to taste with vinegar, oil, salt, pepper and fresh onion rings.

The team of LUCOMA wishes you happy cooking.