

RECIPE COOK GUIDE

REZEPTE UND TIPPS

LIVRE DE RECETTES

MAGNETRON RECEPTENBOEKJE

LIBRO DE RECETAS

GUIA DE RECEITAS DE COZINHA

RICETTARIO PER LA CUCINA A MICROONDE



SENSING THE DIFFERENCE\*



## ENGLISH

### CRISP RECIPES

PIZZA	PAGE 4
SPANISH OMELETTE	PAGE 5
ROAST POTATOES	PAGE 5
CHICKEN IN WINE SAUCE	PAGE 6
APPLE STRUDEL	PAGE 6

### STEAM RECIPES

RICE WITH MUSHROOMS	PAGE 7
STEAMED MIXED VEGETABLES	PAGE 8
STUFFED PEPPERS	PAGE 8

## FRANÇAIS

### RECETTES CUISSON CROUSTILLANTE

PIZZA	P 14
OMELETTE ESPAGNOLE (TORTILLA)	P 15
POMMES DE TERRES ROTIES	P 15
ROSBEEF	P 16
STRUDEL AUX POMMES	P 16

### RECETTES CUISSON A LA VAPEUR

RIZ AUX CHAMPIGNONS	P 17
LÉGUMES VAPEUR	P 18
POIVRONS FARCIS	P 18

## DEUTSCH

### CRISP-REZEPTE

PIZZA	s. 9
SPANISCHES OMELETT	s. 10
OFENKARTOFFELN	s. 10
HÄHNCHEN IN WEISSWEINSOSSE	s. 11
APFELSTRUDEL	s. 11

### DAMPFGAR-REZEPTE

REIS MIT CHAMPIGNONS	s. 12
GEDÄMPFTES MISCHGEMÜSE	s. 13
GEFÜLLTE PAPRIKA	s. 13

## NEDERLANDS

### CRISPRECEPTEN

PIZZA	PAG 19
SPAANSE AARDAPPELOMELET	PAG 20
GEBAKKEN AARDAPPELEN	PAG 20
KIP IN WIJNSAUS	PAG 21
APPELSTRUDEL	PAG 21

### STOOMRECEPTEN

RIJST MET CHAMPIGNONS	PAG 22
GESTOOMDE GEMENGDE	PAG 23
GEVULDE PAPRIKA'S	PAG 23

## ESPAÑOL

### RECETAS CRISP

PIZZA	PÁG 24
TORTILLA DE PATATAS	PÁG 25
PATATAS ASADAS	PÁG 25
POLLO AL VINO	PÁG 26
STRUDEL DE MANZANA	PÁG 26

### RECETAS AL VAPOR

ARROZ CON CHAMPIÑONES	PÁG 27
VERDURITAS VARIADAS AL VAPOR	PÁG 28
PIMIENTOS RELLENOS	PÁG 28

## ITALIANO

### RICETTE CON FUNZIONE CRISP

PIZZA	PAG 34
TORTILLA SPAGNOLA	PAG 35
PATATE ARROSTO	PAG 35
POLLO CON SALSA AL VINO	PAG 36
STRUDEL DI MELE	PAG 36

### RICETTE CON FUNZIONE VAPORE

RISOTTO CON I FUNGHI	PAG 37
VERDURE MISTE AL VAPORE	PAG 38
PEPERONI RIPIENI	PAG 38

## PORTUGUES

### RECEITAS CRISP

PIZZA	PÁG 29
OMELETA ESPANHOLA	PÁG 30
BATATAS ASSADAS	PÁG 30
FRANGO EM MOLHO DE VINHO	PÁG 31
STRUDEL DE MAÇÃ	PÁG 31

### RECEITAS A VAPOR

ARROZ COM COGUMELOS	PÁG 32
LEGUMES MISTOS AO VAPOR	PÁG 33
PIMENTOS RECHEADOS	PÁG 33



# Crisp Recipes



ENGLISH

Depending on your microwave oven model, you will find a specific size of the crisp plate, specially adapted to allow the best cooking performance. Please check the diameter of your crisp plate for specific time on cooking:

**medium/large** size crisp plate diameter around 30cm

**small size** crisp plate diameter around 25cm.

## PIZZA

4 SERVINGS

INGREDIENTS

	MEDIUM/LARGE CRISP PLATE	SMALL CRISP PLATE
Flour	230 – 250 g	150 – 160 g
Fresh yeast	15 g	10 g
Water	150 ml	100 ml
Oil	30 ml (2 tbspn)	15 ml (1 tbspn)
Salt		

INGREDIENTS FOR THE TOPPING:

Tinned tomatoes	350 g	250 g
Mozzarella cheese	175 g	125 g
Salt, oregano, a drizzle of oil		
A little oil for the crisp plate		

FOR A SPECIAL TOUCH:

For alternative pizza toppings, try ham, olives, artichokes, vegetables, seafood etc...

FUNCTION: CRISP

PREPARATION: 2 H 30 MIN.

COOKING TIME: 14 – 15 MIN. FOR MEDIUM AND LARGE CRISP PLATE  
11 – 13 MIN. FOR SMALL CRISP PLATE

1. Blend the yeast in the water, which must be warm (37°C). Place the flour in a mixing bowl, add the blended yeast, the oil and salt. Mix well and then knead to a smooth, elastic dough. Cover the dough and leave to rise in a warm place for approximately 2 hours.
2. Lightly oil the crisp plate.
3. Flatten the dough out with your hands until it fills the entire crisp plate, then prick all over with a fork.
4. Drain and chop the tinned tomatoes and spread them evenly over the dough. Add the diced mozzarella cheese, the oregano, salt and drizzle with oil.
5. Cook the pizza for 14-15 minutes on Crisp, for small crisp plate cook the pizza for 11 – 13 minutes on Crisp.





# SPANISH OMELETTE

4 SERVINGS

INGREDIENTS	MEDIUM/LARGE CRISP PLATE	SMALL CRISP PLATE
Frozen diced potatoes	250 g	150 g
Butter or oil	15 ml (1 tbspn)	15 ml (1 tbspn)
Chopped onion	1 medium size	1 small
Eggs	4	3
Milk	30 ml (2 tbspn)	30 ml (2 tbspn)
Salt, pepper		

FUNCTION: CRISP

PREPARATION: 10 MIN.

COOKING TIME: 15 – 18 MIN. FOR MEDIUM AND LARGE CRISP PLATE  
12 – 14 MIN. FOR SMALL CRISP PLATE

1. Preheat the crisp plate with butter or oil for 2½ - 3 minutes on crisp.
2. Place the diced potatoes on the crisp plate and cook on crisp for 6-8 minutes.
3. Mix in the onion and cook for a further 4-5 minutes on crisp. Mix once during cooking.
4. Meanwhile, beat the eggs together with the milk in a mixing bowl, add the salt and pepper.
5. Pour the egg mixture over the potatoes in the crisp plate and cook for 2-3 minutes on crisp.
6. Serve hot or cold, accompanied by a side salad.

## For a special touch:

If you prefer a really golden omelette, cook for 3-4 minutes longer on grill afterwards.



# ROAST POTATOES

2 – 4 SERVINGS

INGREDIENTS
400 g potatoes
Rosemary
Oil
Garlic
Salt

FUNCTION: CRISP

PREPARATION: 10 MIN.

COOKING TIME: 15 – 16 MIN.

1. Peel and cut the potatoes in pieces – not too small pieces.
2. Cover the crisp plate with baking paper and place the potatoes onto the plate.
3. Sprinkle the potatoes with salt, rosemary, crushed or chopped garlic clove and drop oil over the potatoes.
4. Cook on Crisp function for 15 – 16 minutes. If the potatoes get too much colour in the bottom, stir them after about 10 minutes and then continue the cooking until they become ready cooked.

## CHICKEN IN WINE SAUCE

4 SERVINGS

1 kg chicken (approx.)  
30 g (2 tbspn) of butter or margarine  
1 tbspn of sweet paprika or soya  
3-4 basil leaves  
1½ dl (150 ml) of dry white wine

FOR THE SAUCE

100 ml of cream  
1 tbspn of cornflour  
a pinch of spiced salt  
½ bitter almond

TO GARNISH

200 g of black or white grapes  
20 g of toasted flaked almonds

FUNCTION: MICROWAVE  
PREPARATION: 30 MIN.  
COOKING TIME: 15-16 MIN.

1. Wash and dry the chicken, cut into portions and remove fatty parts.
2. Place the butter or margarine in a small microwave safe bowl. Then cover and melt at 350 W for 1 minute, mix in the sweet paprika or soya and brush this mixture over the chicken. Place the chicken in a microwave safe dish and add the basil and wine.
3. Cover and cook for 12 minutes at 750 W.
4. Mix the cream with the cornflour and pour over the chicken. Continue cooking, covered, for 2-3 minutes at 750 W. Add salt if required, and the grated bitter almond.
5. Cut the grapes in half and remove the seeds.
6. Place the chicken on a serving plate and garnish it with the grapes and toasted almond flakes.
7. If you want to toast the almond flakes, spread them out on the crisp plate and toast on crisp for 2-3 minutes stirring every minute.

## APPLE STRUDEL

6 - 8 SERVINGS

INGREDIENTS

2 discs of puff pastry, 220 – 240 g each  
6 apples  
1 orange  
50 g walnuts  
50 g pine nuts  
1 teasp (5 ml) of cinnamon powder  
50 g sultanas  
50 ml rum  
50 g sugar  
100 g breadcrumbs

FOR BRUSHING:

1 egg  
50 ml milk

FUNCTION: CRISP  
PREPARATION: 15 MIN.  
COOKING TIME: 15-16 MIN

1. Soak the sultanas in the rum for about half an hour.
2. Peel and slice the apples and mix them with chopped walnuts, pine nuts, sugar, orange peel and cinnamon.
3. Lay one pastry disc partly on top of the other and roll them out to a single body with a rolling pin.
4. Add the sultanas and the breadcrumbs to the apple mixture. Breadcrumbs will absorb the juice coming from the apples.
5. Pour the apple mixture onto the pastry and roll it up lengthwise.
6. Shape the roll to a circle and place it on the crisp plate, leaving the paper from the pastry on the bottom of the plate. Squeeze the strudel a bit.
7. Make some cuts in it and brush it with a mixture of egg and milk. Cook on Crisp function for 15 – 16 minutes.





# Steam Recipes



Steam is used every day by more and more people for food preparation as it is considered one of the healthiest methods of cooking.

**Suitable for most foods and a surprising variety of recipes, steaming goes from cooking vegetables to different foods like fish, meat and fruits!**

The steamer accessory is designed to perform steaming in the microwave in the most optimal way. The water in the bottom part of the steamer heats up and steams the food placed in the insert. Steam produced from the heat of the liquid builds up inside the steamer, cooking food in a very moist atmosphere.

## RICE WITH MUSHROOMS

4 SERVINGS

### INGREDIENTS

350 g rice  
salt  
water amount according to the kind of rice  
250 g sautéed mushrooms  
basil

FUNCTION: 6<sup>TH</sup> SENSE STEAM

PREPARATION: 15 MINUTES

COOKING: 10 – 18 MINUTES

1. Place the rice in the bottom part of the steamer and add salt and water.
2. Cover with the lid and cook on 6<sup>TH</sup> SENSE Steam function for set time 10 minutes. (or the cooking time recommended for the rice)
3. Let the rice stand for some minutes and then pack it in a greased cake mould. Turn it out on a serving plate and decorate it with the sautéed mushrooms and fresh basil.



# STEAMED MIXED VEGETABLES

4 SERVINGS

## INGREDIENTS

50 g courgettes  
50 g asparagus  
50 g carrots  
50 g green beans  
50 g potatoes  
50 g cauliflower  
100 ml water  
salt

FUNCTION: 6<sup>TH</sup> SENSE STEAM

PREPARATION: 10 MINUTES

COOKING: 6- 10 MINUTES

1. Prepare the vegetables. Peel the potatoes and carrots and cut in pieces. Cut also the courgette in pieces and divide the cauliflower into florets.
2. Pour the water into the bottom part of the steamer and add salt. Place the steam grid (insert) on top and place the vegetables into groups on the steam grid. Cover with the lid.
3. Cook on 6<sup>TH</sup> SENSE Steam function for set time 6 – 10 minutes. Note! That the set steaming time will depend on the season of the year!

# STUFFED PEPPERS

2 - 4 SERVINGS

## INGREDIENTS

2 – 3 peppers, 400 – 450 g  
400 g minced meat  
1 onion  
1 – 2 garlic cloves  
15 ml olive oil  
30 ml tomato purée  
1 ml nutmeg  
5 ml salt  
1 ml black pepper  
1 egg  
1 slice of white bread without crust  
30 ml grated parmesan cheese  
100 ml water or bouillon

FUNCTION: MICROWAVES, 6<sup>TH</sup> SENSE STEAM.

PREPARATION: 15 MINUTES.

COOKING TIME: 6 MINUTES.

REST: 5 MINUTES.

1. Chop the onion and garlic. Place it in a dish, add the oil and cook covered 1½ -2 minutes on 750W. Allow to cool.
2. Cut the peppers in half and remove the seeds. Place the peppers in the strainer.
3. Mix together the minced meat, onion, tomato purée, salt, pepper and nutmeg. Add the egg and breadcrumbs. Stuff the peppers with this mixture. Sprinkle the parmesan on top.
4. Pour the water or bouillon into the bottom container of the Steam pot. Place the peppers on top and cover with the lid.
5. Cook on 6<sup>TH</sup> SENSE Steam for 6 minutes.
6. Allow to rest for 5 minutes before serving.





# Crisp-Rezepte



DEUTSCH

Je nach Modell des Mikrowellenherdes gibt es passende Crisp-Platten in verschiedenen Grössen, die bestmögliche Ergebnisse garantieren. Richten Sie sich beim Nachkochen der Rezepte bitte nach dem Durchmesser Ihrer Crisp-Platte:

**Eine mittlere/grosse Crisp-Platte** hat einen Durchmesser von ca. 30 cm,  
**eine kleine Crisp-Platte** einen Durchmesser von ca. 25 cm.

## PIZZA

4 PORTIONEN

ZUTATEN	MITTLERE/GROSSE	KLEINE
	CRISP-PLATTE	CRISP-PLATTE
Mehl	230-250 g	150-160 g
Frische Hefe	15 g	10 g
Wasser	150 ml	100 ml
Öl	30 ml (2 Essl.)	15 ml (1 Essl.)
Salz		

ZUTATEN FÜR DEN BELAG:

Tomaten aus der Dose	350 g	250 g
Mozzarella	175 g	125 g
Salz, Oregano, Öl zum Beträufeln		
Etwas Öl für die Crisp-Platte		

### Varianten:

Als Variationen für den Pizzabelag kommen Schinken, Oliven, Artischocken, Gemüse, Meeresfrüchte usw. in Frage.

FUNKTION: CRISP

ZUBEREITUNGSZEIT: 2 STD. 30 MIN.

GARZEIT: 14-15 MIN. BEI DER MITTLEREN ODER GROSSEN CRISP-PLATTE  
11-13 MIN. BEI DER KLEINEN CRISP-PLATTE

1. Hefe mit warmem Wasser (37°C) vermengen. Mehl in eine Rührschüssel geben. Aufgelöste Hefe, Öl und Salz dazugeben. Alles gut vermengen und zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Zudecken und etwa 2 Stunden in warmer Umgebung gehen lassen.
2. Die Crisp-Platte leicht fetten.
3. Den Teig mit der Hand gleichmässig auf der Crisp-Platte verteilen und mit einer Gabel mehrmals einstechen.
4. Tomaten aus der Dose abtropfen lassen, klein schneiden und gleichmässig auf dem Teig verteilen. In Würfel geschnittenen Mozzarella und Oregano darüber geben, salzen und mit Öl beträufeln.
5. Die Pizza bei der kleinen Crisp-Platte 11-13 Minuten, bei der grossen Crisp-Platte 14-15 Minuten mit der Crisp-Funktion backen.



# SPANISCHES

## OMELETT

4 PORTIONEN

ZUTATEN	MITTLERE/GROSSE CRISP-PLATTE	KLEINE CRISP-PLATTE
Tiefgekühlte Kartoffelwürfel	250 g	150 g
Butter oder Öl	15 ml (1 Essl.)	15 ml (1 Essl.)
Zwiebel, gehackt	1 mittelgrosse	1 kleine
Eier	4	3
Milch	30 ml (2 Essl.)	30 ml (2 Essl.)
Salz, Pfeffer		

### Varianten:

Soll das Omelett komplett durch und goldbraun sein, 3-4 Minuten länger garen oder am Ende kurz den Grill zuschalten.

FUNKTION: CRISP

ZUBEREITUNGSZEIT: 10 MIN.

GARZEIT: 15-18 MIN. BEI DER MITTLEREN ODER GROSSEN CRISP-PLATTE  
12-14 MIN. BEI DER KLEINEN CRISP-PLATTE

1. Crisp-Platte, gefettet mit Butter oder Öl, 2½-3 Minuten mit der Crisp-Funktion vorheizen.
2. Die Kartoffelwürfel auf der Crisp-Platte verteilen und 6-8 Minuten mit der Crisp-Funktion garen.
3. Die Zwiebel darunter-mengen und weitere 4-5 Minuten mit der Crisp-Funktion garen. Dabei einmal umrühren.
4. In der Zwischenzeit die Eier mit Milch, Salz und Pfeffer verquirlen.
5. Die Eiermischung über die Kartoffeln auf der Crisp-Platte giessen und weitere 2-3 Minuten mit der Crisp-Funktion stocken lassen.
6. Warm oder kalt servieren. Dazu passt ein kleiner Salat.



## OFENKARTOFFELN

2-4 PORTIONEN

ZUTATEN
400 g Kartoffeln
Rosmarin
Öl
Knoblauch
Salz

FUNKTION: CRISP

ZUBEREITUNGSZEIT: 10 MIN.

GARZEIT: 15-16 MIN.

1. Kartoffeln schälen und in nicht zu kleine Stücke schneiden.
2. Crisp-Platte mit Backpapier auslegen und Kartoffeln darauf verteilen.
3. Kartoffeln mit Salz, Rosmarin und einer zerdrückten oder gehackten Knoblauchzehe würzen und mit Öl beträufeln.
4. 15-16 Minuten mit der Crisp-Funktion backen. Wenn die Kartoffeln unten zu dunkel werden, nach etwa 10 Minuten wenden und zu Ende backen.



# HÄHNCHEN IN WEISSWEINSSOSSE

4 PORTIONEN

Hähnchen (ca. 1 kg)  
30 g (2 Essl.) Butter oder Margarine  
1 Essl. edelsüßes Paprikapulver oder Sojasoße  
3-4 Basilikumblätter  
150 ml trockener Weisswein

FÜR DIE SOßE:

100 ml Sahne  
1 Essl. Maismehl  
1 Prise Kräutersalz  
1/2 Bittermandel

ZUM ANRICHTEN:

200 g blaue oder weiße Trauben  
20 g gehobelte Mandeln, geröstet

FUNKTION: MIKROWELLEN  
ZUBEREITUNGSZEIT: 30 MIN.  
GARZEIT: 15-16 MIN.

1. Hähnchen abwaschen und trockentupfen, in Portionen zerteilen, Fett entfernen.
2. Butter oder Margarine in eine kleine, Mikrowellen-geeignete Schüssel geben. Zudecken und das Fett 1 Minute bei 350 W zerlassen. Edelsüßes Paprikapulver oder Sojasoße unterrühren und das Hähnchen mit dieser Mischung bestreichen. Hähnchen mit Basilikum und Wein in ein Mikrowellen-geeignetes Gefäß geben.
3. Zugedeckt 12 Minuten bei 750 W garen.
4. Sahne mit Maismehl vermengen und über das Hähnchen geben. Zugedeckt weitere 2-3 Minuten bei 750 W garen. Eventuell salzen. Die geriebene Bittermandel dazugeben.
5. Die Weintrauben halbieren und entkernen.
6. Das Hähnchen auf einer Servierplatte, garniert mit Weintrauben und gerösteten gehobelten Mandeln, anrichten.
7. Zuvor die gehobelten Mandeln 2-3 Minuten mit der Crisp-Funktion auf der Crisp-Platte anrösten. Jede Minute wenden.

# APFELSTRUDEL

6-8 PORTIONEN

ZUTATEN

2 Scheiben Blätterteig, je 220-240 g  
6 Äpfel  
1 Orange  
50 g Walnüsse  
50 g Pinienkerne  
1 Teel. Zimtpulver  
50 g Sultaninen  
50 ml Rum  
50 g Zucker  
100 g Semmelbrösel

ZUM BESTREICHEN:

1 Ei  
50 ml Milch

FUNKTION: CRISP  
ZUBEREITUNGSZEIT: 15 MIN.  
GARZEIT: 15-16 MIN.

1. Sultaninen eine Weile in Rum einweichen.
2. Äpfel schälen und in Spalten schneiden. Mit gehackten Walnüssen, Pinienkernen, Zucker, Orangenschale und Zimt vermengen.
3. Die beiden Blätterteigscheiben leicht überlappend auslegen und mit einem Nudelholz zu einer zusammenhängenden, ovalen Fläche ausrollen.
4. Sultaninen und Semmelbrösel zur Apfelmischung dazugeben. Die Semmelbrösel nehmen die Feuchtigkeit der Äpfel auf.
5. Die Apfelmischung auf dem Blätterteig verteilen und diesen der Länge nach aufrollen.
6. Aus der Rolle einen Kreis formen und diesen auf die Crisp-Platte legen. Dabei das Papier vom Blätterteig zum Auslegen der Crisp-Platte verwenden. Den Strudel ein wenig flach drücken.
7. Mehrmals einschneiden und mit einer Mischung aus Ei und Milch bestreichen.
8. 15-16 Minuten mit der Crisp-Funktion backen.



# Dampfgar- Rezepte



Dampfgaren wird jeden Tag von mehr und mehr Menschen zum Kochen verwendet, da es als eines der gesündesten Verfahren bekannt ist, Nahrungsmittel zuzubereiten. **Vielseitig anwendbar bietet das Dampfgaren eine überraschende Vielzahl von Rezepten für die Zubereitung von Gemüse und auch Fisch, Fleisch und Früchten.** Der Dampfgarbehälter wurde entwickelt, um ein optimales Dampfgarergebnis in Ihrer Mikrowelle zu ermöglichen. Das Wasser im unteren Teil des Behälters wird erhitzt und sammelt sich im Inneren des Behälters. Ihre Lebensmittel werden in einer feuchten Umgebung schonend gegart.

## REIS MIT CHAMPIGNONS

FÜR 4 PORTIONEN

### ZUTATEN

350 g Reis

Salz

Wassermenge je nach Reissorte

250 g sautierte Champignons

Basilikum

FUNKTION: 6<sup>TH</sup> SENSE DAMPFGARFUNKTION

ZUBEREITUNGSZEIT: 15 MINUTEN

GARZEIT: 10-18 MINUTEN

1. Den Reis in das Unterteil des Dampfeinsatzes geben und Salz und Wasser hinzufügen.
2. Mit dem Deckel zudecken und mit der 6<sup>TH</sup> SENSE Dampfgarfunktion den Reis wie vorgegeben 10 Minuten lang bzw. mit der für den Reis empfohlenen Kochzeit garen.
3. Den Reis einige Minuten lang stehen lassen und dann in eine eingefettete Kuchenform füllen. Auf eine Servierplatte stürzen und mit den sautierten Champignons und frischem Basilikum anrichten.





# GEDÄMPFTES MISCHGEMÜSE

FÜR 4 PORTIONEN

## ZUTATEN

50 g Zucchini  
50 g Spargel  
50 g Karotten  
50 g grüne Bohnen  
50 g Kartoffeln  
50 g Blumenkohl  
100 ml Wasser  
Salz

FUNKTION: 6<sup>TH</sup> SENSE DAMPFGARFUNKTION  
ZUBEREITUNGSZEIT: 10 MINUTEN  
GARZEIT: 6-10 MINUTEN

1. Das Gemüse waschen und putzen. Die Kartoffeln und Karotten schälen und in Stücke schneiden. Die Zucchini ebenfalls in Stücke schneiden und den Blumenkohl in Röschen teilen.
2. Das Wasser in das Unterteil des Dampfeinsatzes gießen und Salz hinzufügen. Den Siebeinsatz aufsetzen und das Gemüse nach Sorten getrennt in den Siebeinsatz legen. Den Deckel auflegen.
3. Mit der 6<sup>TH</sup> SENSE Dampfgarfunktion wie vorgegeben 6-10 Minuten lang garen. Achtung! Die Garzeit für das Gemüse hängt auch von der Jahreszeit ab!

# GEFÜLLTE PAPRIKA

FÜR 2-4 PORTIONEN

## ZUTATEN

2 - 3 Paprika (400-450 g)  
400 g Hackfleisch  
1 Zwiebel  
1 - 2 Knoblauchzehen  
15 ml Olivenöl  
30 ml Tomatenmark  
1 Prise Muskat  
1 Prise Salz  
1 Prise Pfeffer  
1 Ei  
1 Scheibe Weißbrot ohne Rinde  
etwas geriebener Parmesan  
100 ml Wasser oder Bouillon

FUNKTION: MIKROWELLE, 6<sup>TH</sup> SENSE DAMPFGARFUNKTION.  
ZUBEREITUNGSZEIT: 15 MINUTEN  
GARZEIT: 6 MINUTEN  
RUHEZEIT: 5 MINUTEN

1. Die Zwiebel und den Knoblauch in feine Würfel schneiden. In eine Schüssel geben, Öl hinzufügen und zugedeckt 1 ½ - 2 Minuten lang bei 750 W garen. Danach abkühlen lassen.
2. Die Paprika halbieren, Kerne entfernen und in einem Sieb abtropfen lassen.
3. Hackfleisch, Zwiebel, Knoblauch, Tomatenmark, Salz, Pfeffer und Muskat vermengen. Das Ei und das Weißbrot (zerbröselt) hinzufügen. Die Paprika mit dieser Masse füllen. Zum Schluss Parmesan darüber streuen.
4. Wasser oder Bouillon in das Unterteil des Dampfgarers gießen. Die Paprika oben hineinlegen und den Deckel auflegen.
5. Mit der 6<sup>TH</sup> SENSE Dampfgarfunktion 6 Minuten lang garen.
6. Vor dem Servieren 5 Minuten lang ruhen lassen.



# Recettes cuisson croustillante



FRANÇAIS

La taille du plat crisp fourni avec votre micro-ondes Whirlpool varie en fonction du modèle. Les ingrédients de chaque recette du livre varient en fonction de la taille de votre plat. (Plat moyen ou grand: 30cm. - Plat petite taille: 25cm).

Une gamme de plats complémentaires (moule à manqué grande largeur, plat à pizza) est disponible.

## PIZZA

POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS	MOYEN/GRAND	PETIT
	PLAT CRISP	PLAT CRISP
1 pâte à pizza préparée		
Parmesan	100 g	100 g
Gruyère	100 g	100 g
Boîte de tomates	350 g	250 g
Mozzarella	175 g	125 g
Sel, origan, un filet d'huile		

FONCTION : CRISP

TEMPS DE PREPARATION : 10 MIN.

DURÉE DE LA CUISSON :

14-15 MIN. POUR PLAT CRISP DE MOYENNE OU GRANDE TAILLE

11-13 MIN. POUR PETIT PLAT CRISP

1. Aplatissez la pâte avec les mains jusqu'à ce qu'elle recouvre le plat Crisp, puis piquez à la fourchette.
2. Egouttez et découpez les tomates et répartissez-les sur la pâte. Ajoutez les morceaux de mozzarella, l'origan, le sel, le parmesan, le gruyère et versez un filet d'huile.
3. Faites cuire la pizza pendant 12 minutes en fonction Crisp.

### Pour changer :

Changez les garnitures de votre pizza, ajoutez du jambon, des olives, de l'artichaut, des fruits de mer etc...





# OMELETTE ESPAGNOLE (TORTILLA)

POUR 4 PERSONNES

INGREDIENTS	MOYEN/GRAND	PETIT
	PLAT CRISP	PLAT CRISP
Pommes de terre en dés surgelées	250 g	150 g
Beurre ou huile	15 ml (1 cuillère à soupe)	15 ml (1 cuillère à soupe)
Oignon émincé	1 oignon moyen	1 petit oignon
Oeufs	4	3
Lait	30 ml (2 cuillère à soupe)	30 ml (2 cuillère à soupe)
Sel, poivre		

## Pour cette petite touche de différence :

Si vous préférez une omelette vraiment dorée, faites la cuire 3-4 minutes de plus en fonction Crisp.

FONCTION : CRISP  
TEMPS DE PREPARATION : 10 MIN.  
DUREE DE LA CUISSON :  
15-18 MIN. POUR PLAT CRISP DE MOYENNE ET GRANDE TAILLE  
12-14 MIN. POUR PETIT PLAT CRISP

1. Préchauffez le plat Crisp pendant 2-3 minutes en fonction Crisp.
2. Placez les pommes de terre en dés sur le plat Crisp et faites cuire en fonction Crisp pendant 6-8 minutes.
3. Ajoutez l'oignon et faites cuire pendant 4-5 minutes supplémentaires en fonction Crisp. Remuez une fois pendant la cuisson.
4. Pendant ce temps, battez les oeufs avec le lait dans un récipient, poivrez et salez.
5. Versez le mélange d'oeuf sur les pommes de terre dans le plat Crisp et faites cuire pendant 2-3 min. en fonction Crisp.
6. Servez chaud ou froid, accompagné d'une salade.



# POMMES DE TERRE ROTIES

POUR 2 - 4 PERSONNES

INGREDIENTS
400 g de pommes de terre
Romarin
Huile
Ail
Sel

FONCTION : CRISP  
TEMPS DE PREPARATION : 10 MIN.  
DUREE DE LA CUISSON : 12 MIN.

1. Epluchez les pommes de terre et coupez les en petits quartiers.
2. Disposez les sur le plat Crisp en veillant à les espacer suffisamment.
3. Parsemez les pommes de terre de sel, et romarin. Ajoutez une gousse d'ail et versez un filet d'huile d'olive.
4. Cuire en fonction Crisp pendant 12 min.

**Astuce:** Si les pommes de terre prennent une couleur trop dorée, remuez les au bout de 10 minutes et continuez la cuisson pendant les deux minutes restantes

# ROSBEEF

POUR 4 PERSONNES

## INGREDIENTS

Rosbeef 1,5kg  
Sel  
Poivre  
Beurre

FONCTION : CRISP

TEMPS DE PREPARATION : 2 MIN.

DUREE DE LA CUISSON : 15 MIN.

1. Placez le rosbeef sur le plat Crisp.
2. Posez quelques noisettes de beurre sur la viande.
3. Faire cuire avec la fonction Crisp 15 minutes.
4. Salez, poivrez à la sortie du four.

**Temps de cuisson:** pour la viande rouge, prévoir 1 minute de cuisson en fonction Crisp pour 100 grammes de viande. Au dessus de 1,5kg de viande, réduire le temps de cuisson de 3 minutes. (Par exemple, pour 2kg de viande, prévoir 17 min.).

## Astuce

Pour 1kg de viande rouge, si vous souhaitez une viande:

- Bleue: cuire 8 min.
- Saignante: cuire 10min.
- A point: cuire 12 min.

Pour que votre viande soit dorée, vous pouvez préchauffer le plat Crisp pendant 2 à 3 minutes (ce qui ne modifiera pas le temps de cuisson)

# STRUDEL AUX POMMES

POUR 6 - 8 PERSONNES

## INGREDIENTS

2 rouleaux de pâte feuilletée, 220-240 g  
6 pommes  
1 orange  
50 g de noix  
50 g de pignons de pin  
1 cuillère à café (5 ml de poudre de cannelle)  
50 g de raisins secs  
50 ml de rhum  
50 g de sucre  
100 g de chapelure

POUR BADIGEONNER :

1 oeuf  
50 ml de lait

FONCTION : CRISP

TEMPS DE PREPARATION : 15 MIN.

DUREE DE LA CUISSON : 7-8 MIN

1. Disposez les 2 rouleaux de pâte feuilletée côte à côte en les faisant se chevaucher légèrement. Les sceller avec un rouleau à pâtisserie.

## PREPARATION DE LA FARCE:

2. Laissez tremper les raisins secs dans le rhum.
3. Coupez les pommes en dés, dans un saladier.
4. Ajoutez dans le saladier : les noix, les pignons, la cannelle et l'écorce d'orange coupée en lamelles.
5. Ajoutez les raisins et mélangez le tout pour obtenir une préparation homogène.
6. Ajoutez la chapelure pour absorber le jus des pommes.
7. Versez le mélange sur la pâte et roulez le tout sur la longueur.
8. Formez un cercle et placez-le sur le plat Crisp, en laissant le papier de la pâte sur le fond. Appuyez un peu sur le strudel.
9. A l'aide d'un couteau, faites des incisions sur la pâte.
10. Badigeonnez le Strudel de lait et de jaune d'oeuf pour lui donner un aspect doré.
11. Faire cuire en fonction Crisp pendant 15-16 minutes.







# Recettes cuisson à la vapeur



De plus en plus de personnes font cuire quotiennement leurs aliments à la vapeur, car il est reconnu que la cuisson à la vapeur est la plus saine.

**Adaptée à la plupart des aliments ainsi qu'à une grande variété de recettes, la cuisson à la vapeur convient parfaitement aux légumes, aux fruits, aux poissons et aux viandes !**

Le cuiseur est un accessoire conçu pour cuire les aliments à la vapeur de façon optimale dans un four à micro-ondes.

L'eau au fond du cuiseur chauffe et cuit à la vapeur les aliments placés au-dessus.

La vapeur produite par la chaleur du liquide s'accumule dans le cuiseur et cuit les aliments dans une atmosphère très humide.

## RIZ AUX CHAMPIGNONS

POUR 4 PERSONNES

### INGREDIENTS

350 g de riz

sel

eau selon le type de riz

250 g de champignons sautés

basilic

FONCTION : 6<sup>ÈME</sup> SENS VAPEUR

TEMPS DE PREPARATION : 15 MINUTES

DUREE DE LA CUISSON : 10 - 18 MINUTES

1. Versez le riz dans la partie inférieure de l'accessoire cuit-vapeur, ajoutez le sel et l'eau.
2. Couvrez et faites cuire avec la fonction 6<sup>ÈME</sup> SENS Vapeur pendant 10 minutes. (ou pendant le temps conseillé pour le riz)
3. Laissez le riz reposer quelques minutes. Beurrez un moule à cake, versez le riz à l'intérieur et "tassez". Renversez le moule sur un plat de service et décorez avec les champignons sautés et des feuilles de basilic frais.



## LEGUMES VAPEUR

FONCTION : 6<sup>ÈME</sup> SENS VAPEUR

TEMPS DE PREPARATION : 10 MINUTES

DUREE DE LA CUISSON : 6- 10 MINUTES

POUR 4 PERSONNES

### INGREDIENTS

50 g de courgettes  
50 g d'asperges  
50 g de carottes  
50 g de haricots verts  
50 g de pommes de terre  
50 g de choux-fleurs  
10 cl d'eau  
sel

1. Préparez les légumes. Épluchez les pommes de terre et les carottes, coupez-les en morceaux. Coupez les courgettes en morceaux et séparez les petits bouquets du chou-fleur.
2. Versez de l'eau dans la partie inférieure de l'accessoire cuit-vapeur et salez. Placez la grille vapeur au-dessus et disposez les légumes en groupes sur la grille. Couvrez.
3. Faites cuire avec la fonction 6<sup>ÈME</sup> SENS Vapeur en réglant le temps de cuisson sur 6 - 10 minutes. Remarque ! Le temps de cuisson dépend de la saison !

## POIVRONS FARCIS

FONCTION : MICRO-ONDES 6<sup>ÈME</sup> SENS VAPEUR.

TEMPS DE PREPARATION : 15 MINUTES.

DUREE DE LA CUISSON : 6 MINUTES.

REPOS : 5 MINUTES.

POUR 2 A 4 PERSONNES

### INGREDIENTS

2 - 3 poivrons, 400 - 450 g  
400 g de viande hachée  
1 oignon  
1 - 2 gousses d'ail  
1,5 cl d'huile d'olive  
3 cl de coulis de tomates  
¼ c. à café de noix de muscade  
1 c. à café de sel  
¼ c. à café de poivre noir  
1 œuf  
1 tranche de pain de mie  
2 c. à soupe de parmesan râpé  
10 cl d'eau ou de bouillon

1. Hachez l'oignon et l'ail. Déposez dans un plat, ajoutez l'huile, couvrez et faites cuire 1 minute 30 - 2 minutes à 750 W. Laissez refroidir.
2. Coupez les poivrons en deux et ôtez les pépins. Placez les poivrons dans le panier.
3. Mélangez la viande hachée, l'oignon, le coulis de tomate, le sel, le poivre et la noix de muscade. Ajoutez l'œuf et le pain de mie émietté. Remplissez les poivrons avec la farce. Saupoudrez de parmesan.
4. Versez l'eau ou le bouillon dans le compartiment inférieur de l'accessoire cuit-vapeur. Déposez les poivrons au-dessus et couvrez.
5. Faites cuire avec la fonction 6<sup>ÈME</sup> SENS Vapeur pendant 6 minutes.
6. Laissez reposer 5 minutes avant de servir.







## NEDERLANDS

Afhankelijk van het model van uw magnetron treft u een crisplaat met een specifieke maat aan, die speciaal ontwikkeld is voor de beste bakprestaties. Controleer de diameter van uw crisplaat om de recepten goed te kunnen volgen:

middelgroot/groot diameter van de crisplaat is ongeveer 30 cm

klein diameter van de crisplaat is ongeveer 25 cm.

## PIZZA

### VOOR 4 PERSONEN

INGREDIËNTEN	MIDDELGROTE/GROTE	KLEINE
	CRISPPLAAT	CRISPPLAAT
Bloem	230-250 g	150-160 g
Verse gist	15 g	10 g
Water	150 ml	100 ml
Olie	30 ml (2 el)	15 ml (1 el)
Zout		

### INGREDIËNTEN VOOR DE GARNERING:

Tomaten uit blik	350 g	250 g
Mozzarella	175 g	125 g
Zout, oregano, een scheutje olie		
Een beetje olie voor de crisplaat		

### Voor een speciaal accent:

Beleg de pizza ook eens met ham, olijven, artisjokken, groenten, zeevruchten enz...

FUNCTIE: CRISP

VOORBEREIDING: 2 UUR 30 MIN.

BEREIDINGSDUUR:

14-15 MIN. BIJ DE MIDDELGROTE EN GROTE CRISPPLAAT

11-13 MIN. BIJ DE KLEINE CRISPPLAAT

1. Los de gist op in het warme water (37°C). Doe de bloem in een mengkom en voeg het gismengsel, de olie en het zout toe. Meng goed en kneed tot een glad, elastisch deeg. Dek het deeg af en laat het op een warme plaats ongeveer 2 uur rijzen.
2. Vet de crisplaat licht in met olie.
3. Maak het deeg plat met uw handen tot de hele crisplaat bedekt is en prik het op verschillende plaatsen in met een vork.
4. Laat de tomaten uit blik uitlekken en snijd ze in blokjes. Verdeel ze gelijkmatig over het deeg. Voeg de blokjes mozzarella, oregano en zout toe en besprenkel met olie.
5. Bak de pizza gedurende 14-15 minuten met de crispfunctie. Bak de pizza op de kleine crisplaat 11-13 minuten met de crispfunctie.



## SPAANSE

# AARDAPPELOMELET

VOOR 4 PERSONEN

INGREDIËNTEN	MIDDELGROTE/GROTE CRISPPLAAT	KLEINE CRISPPLAAT
Diepvries aardappelblokjes	250 g	150 g
Boter of olie	15 ml (1 el)	15 ml (1 el)
Gesnipperde ui	1 middelgrote	1 kleine
Eieren	4	3
Melk	30 ml (2 el)	30 ml (2 el)
Zout, peper		

FUNCTIE: CRISP

VOORBEREIDING: 10 MIN.

BEREIDINGSDUUR:

15-18 MIN. BIJ DE MIDDELGROTE EN GROTE CRISPPLAAT

12-14 MIN. BIJ DE KLEINE CRISPPLAAT

1. Verwarm de crisplaat 2½-3 minuten voor met boter of olie met de crispfunctie.
2. Leg de aardappelblokjes op de crisplaat en bak ze 6-8 minuten met de crispfunctie.
3. Doe de ui erbij en bak nog eens 4-5 minuten met de crispfunctie. Roer eenmaal om tijdens het bakken.
4. Klop ondertussen de eieren los met de melk, zout en peper.
5. Schenk het eimengsel over de aardappelen in de crisplaat en bak de omelet 2-3 minuten met de crispfunctie.
6. Serveer warm of koud met een salade.

### Voor een speciaal accent:

Als u echt een goudbruine omelet wilt, laat hem dan nog 3-4 minuten langer onder de grill bakken.



## GEBAKKEN

# AARDAPPELEN

VOOR 2-4 PERSONEN

INGREDIËNTEN
400 g aardappelen
Rozemarijn
Olie
Knoflook
Zout

FUNCTIE: CRISP

VOORBEREIDING: 10 MIN.

BEREIDINGSDUUR: 15-16 MIN.

1. Schil en snijd de aardappelen in niet te kleine stukjes.
2. Bedek de crisplaat met bakpapier en leg de aardappels op de plaat.
3. Bestrooi de aardappelen met zout, rozemarijn, een geplette of gehakte teen knoflook en besprenkel ze met olie.
4. Bak ze 15-16 minuten met de crispfunctie. Als de aardappelen te bruin worden aan de onderkant, schep ze dan na 10 minuten om en laat ze verder bakken tot ze gaar zijn.

## KIP IN WIJNSAUS

VOOR 4 PERSONEN

1 kg kip (ongeveer)  
30 g (2 el) boter of margarine  
1 el zoet paprikapoeder of sojasaus  
3-4 basilicumblaadjes  
1 ½ dl (150 ml) droge witte wijn

VOOR DE SAUS

100 ml slagroom  
1 el maïsmeel  
snufje kruidenzout  
½ bittere amandel

TER GARNERING

200 g blauwe of witte druiven  
20 g geroosterde amandelvlokken

FUNCTIE: MAGNETRON

VOORBEREIDING: 30 MIN.

BEREIDINGSDUUR: 15-16 MIN.

1. Was de kip en dep hem droog. Snijd hem in stukken en verwijder het vet.
2. Doe de boter of margarine in een kleine magnetronbestendige schaal. Doe het deksel erop en laat de boter 1 minuut smelten op 350 W. Meng het zoete paprikapoeder of de sojasaus erdoor en strijk dit mengsel uit over de kip. Doe de kip in een magnetronbestendige schaal en voeg de basilicum en de wijn toe.
3. Doe het deksel op de schaal en laat 12 minuten koken op 750 W.
4. Meng de room met het maïsmeel en schenk deze over de kip. Laat afgedekt nog 2-3 minuten koken op 750 W. Voeg naar smaak zout toe en de geraspte amandel.
5. Snijd de druiven doormidden en verwijder de zaadjes.
6. Leg de kip op een serveerschaal en garneer hem met de druiven en de geroosterde amandelvlokken.
7. Als u de amandelvlokken wilt roosteren, spreid ze dan uit op de crisplaat en rooster ze 2-3 minuten met de crispfunctie, waarbij u ze om de minuut roert.

## APPELSTRUDEL

VOOR 6-8 PERSONEN

INGREDIËNTEN

2 vellen bladerdeeg van 220-240 g per stuk  
6 appels  
1 sinaasappel  
50 g walnoten  
50 g pijnboompitten  
1 tl (5 ml) kaneel  
50 g rozijnen  
50 ml rum  
50 g suiker  
100 g broodkruim

VOOR HET BESTRIJKEN:

1 ei  
50 ml melk

FUNCTIE: CRISP

VOORBEREIDING: 15 MIN.

BEREIDINGSDUUR: 15-16 MIN

1. Laat de rozijnen in de rum weken.
2. Schil de appels, snijd ze in stukjes en meng ze met de gehakte walnoten, pijnboompitten, sinaasappelschil en kaneel.
3. Leg de vellen bladerdeeg gedeeltelijk op elkaar en rol ze uit met een deegroller.
4. Doe de rozijnen en het broodkruim bij het appelmengsel. Het broodkruim absorbeert het vocht uit de appels.
5. Leg het appelmengsel op het bladerdeeg en rol het in de lengte op.
6. Vorm een cirkel van de rol en leg deze op de crisplaat, waarbij u het papier van het bladerdeeg op de bodem van de plaat laat. Knijp de strudel een beetje in vorm.
7. Snijd het deeg een paar keer in en bestrijk het met een mengsel van ei en melk.
8. Bak 15-16 minuten met de crispfunctie.







Steeds meer mensen gebruiken stoom om hun gerechten te bereiden. Bovendien wordt stoom gezien als één van de gezondste manieren van koken. **Geschikt voor de meeste voedselsoorten met een verrassende variëteit aan recepten, kan je groenten, vis, vlees en zelfs fruit stomen.**

De stoomschaal is ontworpen om met de magnetron op de meest optimale manier te stomen. Het water in het onderste deel van de schaal wordt verwarmd en stoomt het voedsel daarboven. Stoom zorgt voor een snelle en gezonde manier van koken met behoud van mineralen en vitamines.

## RIJST MET CHAMPIGNONS

VOOR 4 PERSONEN

### INGREDIËNTEN

350 g rijst

zout

water, voldoende voor de hoeveelheid rijst

250 g gesmoorde champignons

basilicum

FUNCTIE: 6<sup>TH</sup> SENSE STOMEN

VOORBEREIDEN: 15 MINUTEN

BEREIDEN: 10 – 18 MINUTEN

1. Doe de rijst in het onderste gedeelte van de stoompan en voeg water en zout toe.
2. Doe het deksel op de pan en kook de rijst 10 minuten met de 6<sup>TH</sup> SENSE-stoomfunctie (of de aanbevolen kooktijd voor de rijst).
3. Laat de rijst enkele minuten rusten en doe hem vervolgens in een ingevette cakevorm. Stort de rijst op een serveerschaal en garneer hem met de gesmoorde champignons en verse basilicum.



# GESTOOMDE GEMENGDE GROENTEN

VOOR 4 PERSONEN

## INGREDIËNTEN

50 g courgette  
50 g asperges  
50 g worteltjes  
50 g sperziebonen  
50 g aardappelen  
50 g bloemkool  
100 ml water  
zout

FUNCTIE: 6<sup>TH</sup> SENSE STOMEN  
VOORBEREIDEN: 10 MINUTEN  
BEREIDEN: 6- 10 MINUTEN

1. Maak de groenten schoon. Schil de aardappelen en worteltjes en snijd ze in stukken. Snijd ook de courgette in stukken en verdeel de bloemkool in roosjes.
2. Schenk het water in het onderste gedeelte van de stoompan en voeg zout toe. Zet het stoomrooster (inzetstuk) op de pan en leg de groenten in groepjes op het rooster. Doe het deksel erop.
3. Kook de groenten 6 - 10 minuten met de 6<sup>TH</sup> SENSE-stoomfunctie. Opmerking! De ingestelde stoomtijd hangt af van het seizoen!

# GEVULDE PAPRIKA'S

VOOR 2-4 PERSONEN

## INGREDIËNTEN

2 - 3 paprika's, 400 - 450 g  
400 g gehakt  
1 ui  
1 - 2 teentjes knoflook  
15 ml olijfolie  
30 ml tomatenpuree  
1 ml nootmuskaat  
5 ml zout  
1 ml zwarte peper  
1 ei  
1 snee wit brood zonder korst, verkruid  
30 ml geraspte Parmezaanse kaas  
100 ml water of bouillon

FUNCTIE: MAGNETRON, 6<sup>TH</sup> SENSE STOMEN.  
VOORBEREIDEN: 15 MINUTEN.  
BEREIDEN: 6 MINUTEN.  
RUSTTIJD: 5 MINUTEN.

1. Snipper de ui en de knoflook. Doe ze in een schaal, voeg de olie toe en kook afgedekt 1½ -2 minuten op 750W. Laat de ui afkoelen.
2. Snijd de paprika's doormidden en verwijder de zaadlijsten. Doe de paprika's in het stoomrooster.
3. Meng het gehakt met de ui, tomatenpuree, zout, peper en nootmuskaat. Voeg het ei en het broodkruim toe. Vul de paprika's met het gehaktmengsel. Strooi de Parmezaanse kaas erover.
4. Schenk het water of de bouillon in het onderste gedeelte van de stoompan. Zet de paprika's erop en doe het deksel op de pan.
5. Kook de paprika's 6 minuten met de 6<sup>TH</sup> SENSE-stoomfunctie.
6. Laat het gerecht 5 minuten rusten voordat u het serveert.



# Recetas CRISP



ESPAÑOL

En función del modelo de su microondas, encontrará un plato CRISP con un tamaño especialmente adaptado para obtener la mejor cocción posible. Para llevar a cabo las recetas correctamente, compruebe el diámetro del plato CRISP:

**plato CRISP de tamaño mediano/grande** con diámetro de unos 30 cm

**plato CRISP de tamaño pequeño** con diámetro de unos 25 cm.

## PIZZA

### PARA 4 PERSONAS

INGREDIENTES	PLATO CRISP	PLATO CRISP
	MEDIANO/GRANDE	PEQUEÑO
Harina	230-250 g	150-160 g
Levadura fresca	15 g	10 g
Agua	150 ml	100 ml
Aceite	30 ml (2 cucharadas)	15 ml (1 cucharada)

Sal

INGREDIENTES PARA CUBRIR LA PIZZA:

Tomates en conserva	350 g	250 g
Queso Mozzarella	175 g	125 g

Sal, orégano, un chorrito de aceite

Un poco de aceite para el plato CRISP

FUNCIÓN: CRISP

TIEMPO: 2 H 30 MIN.

DURACIÓN DE LA COCCIÓN:

14-15 MIN. PARA PLATO CRISP MEDIANO O GRANDE

11-13 MIN. PARA PLATO CRISP PEQUEÑO

1. Mezcle la levadura con agua templada (37°C). Ponga la harina en un recipiente para batidora, añada la levadura mezclada, el aceite y la sal. Mezcle bien hasta obtener una masa suave y manejable. Cubra la masa y déjela reposar en un lugar cálido durante unas 2 horas.
2. Unte el plato CRISP con un poco de aceite.
3. Aplaste la masa con las manos hasta cubrir con ella todo el plato CRISP, y pínchela con un tenedor por toda su superficie.
4. Escorra y trocee los tomates en conserva y repártalos de manera uniforme sobre la masa. Añada la mozzarella en dados, el orégano, la sal y rocíe con unas gotas de aceite.
5. Caliente la pizza durante 14-15 minutos en Función CRISP. Si usa el plato CRISP pequeño, caliente la pizza durante 11-13 minutos en Función CRISP.

### Para darle un toque especial:

Para cubrir sus pizzas con ingredientes originales, pruebe con jamón, aceitunas, alcachofas, verduras, mariscos etc...





# TORTILLA DE PATATAS

PARA 4 PERSONAS

INGREDIENTES	PLATO CRISP	PLATO CRISP
	MEDIANO/GRANDE	PEQUEÑO
Patatas congeladas en dados	250 g	150 g
Aceite	15 ml (1 cucharada)	15 ml (1 cucharada)
Cebolla picada	1 mediana	1 pequeña
Huevos	4	3
Leche	30 ml (2 cucharadas)	30 ml (2 cucharadas)
Sal, pimienta		

FUNCIÓN: CRISP

TIEMPO: 10 MIN.

DURACIÓN DE LA COCCIÓN:

15-18 MIN. PARA PLATO CRISP MEDIANO O GRANDE

12-14 MIN. PARA PLATO CRISP PEQUEÑO

1. Precaliente el plato CRISP con una cucharada de aceite durante 2½-3 minutos.
2. Coloque las patatas en dados en el plato CRISP y caliéntelas en Función CRISP durante 6-8 minutos.
3. Mezcle la cebolla y cuézala durante 4-5 minutos más en Función CRISP. Mézclelo una vez durante la cocción.
4. Mientras tanto, bata los huevos junto con la leche en un recipiente para batir, añada la sal y la pimienta.
5. Vierta la mezcla de huevo sobre las patatas en el plato CRISP y caliéntelos durante 2-3 minutos en Función CRISP.
6. Sírvalo caliente o frío, acompañado de una ensalada.

## Para darle un toque especial:

Si prefiere una tortilla bien dorada, caliente durante 3-4 minutos más en el grill.



# PATATAS ASADAS

PARA 2-4 PERSONAS

INGREDIENTES
400 g de patatas
Romero
Aceite
Ajo
Sal

FUNCIÓN: CRISP

TIEMPO: 10 MIN.

DURACIÓN DE LA COCCIÓN: 15-16 MIN.

1. Pele y trocee las patatas - no corte trozos demasiado pequeños.
2. Cubra el plato CRISP con papel de hornear y coloque las patatas en el plato.
3. Espolvoree las patatas con sal, romero y ajo picado. Rocíe las patatas con un chorrito de aceite.
4. Caliéntelas con la Función CRISP durante 15-16 minutos. Si las patatas toman demasiado color en la parte de abajo, muévalas al cabo de unos 10 minutos y siga cocinándolas hasta que estén listas.

## POLLO AL VINO

PARA 4 PERSONAS

1 kg de pollo (aprox.)  
30 g (2 cucharadas) de mantequilla o margarina  
1 cucharada de pimentón dulce o soja  
3-4 hojas de albahaca  
1 ½ dl (150 ml) de vino blanco seco

PARA LA SALSA

100 ml de crema  
1 cucharada harina de maíz  
una pizca de sal especiada  
½ almendra amarga

PARA DECORAR

200 g de uvas blancas o negras  
20 g de copos de almendra tostados

FUNCIÓN: MICROONDAS

TIEMPO: 30 MIN.

DURACIÓN DE LA COCCIÓN: 15-16 MIN.

1. Limpie y seque el pollo, córtelo en porciones y quite la grasa.
2. Coloque la mantequilla o margarina en un pequeño recipiente apto para microondas. Cúbrala y derrítala a 350 W durante 1 minuto. Mezcle en ella el pimentón dulce o la soja y aplique la mezcla sobre el pollo con un pincel de cocina. Coloque el pollo en una fuente apta para microondas y añada la albahaca y el vino.
3. Cúbralo y caliéntelo durante 12 minutos a 750 W.
4. Mezcle la crema con la harina de maíz y viértala sobre el pollo. Siga cocinándolo, cubierto, durante 2-3 minutos a 750 W. Añada sal, si es necesario, y la almendra amarga rallada.
5. Corte las uvas por la mitad y quite las semillas.
6. Coloque el pollo en una fuente para servir y decórelo con las uvas y copos de almendra tostados.
7. Si quiere tostar los copos de almendra, extiéndalos sobre el plato CRISP y tuéstelos en Función CRISP durante 2-3 minutos removiendo cada minuto.

## STRUDEL DE MANZANA

PARA 6-8 PERSONAS

INGREDIENTES

2 discos de masa de hojaldre, de 220-240 g cada uno  
6 manzanas  
1 naranja  
50 g de nueces  
50 g de piñones  
1 cucharadita de café (5 ml) de canela en polvo  
50 g de pasas sultanas  
50 ml de ron  
50 g de azúcar  
100 g de migas

PARA EL PINCEL:

1 huevo  
50 ml de leche

FUNCIÓN: CRISP

TIEMPO: 15 MIN.

DURACIÓN DE LA COCCIÓN: 15-16 MIN

1. Empape las pasas sultanas en ron durante un rato.
2. Pele y trocee las manzanas, y mézclelas con nueces picadas, piñones, azúcar, cáscara de naranja y canela.
3. Coloque los discos de masa parcialmente montados uno sobre otro y haga una única base con ayuda de un rodillo.
4. Añada las pasas sultanas y las migas de pan a la mezcla de manzana. Las migas absorberán el jugo de las manzanas.
5. Vierta la mezcla de manzana sobre la masa y enróllela a lo largo.
6. Haga un círculo con el rollito y colóquelo en el plato CRISP, dejando el papel de los discos en la parte inferior de el plato. Apriete el pastel un poco.
7. Haga unos cortes en él y pase un pincel de cocina con una mezcla de huevo y leche.
8. Caliéntelas con la Función CRISP durante 15-16 minutos.





El vapor es usado cada vez más para cocinar y eso porque se considera uno de los métodos de cocción más saludables.

**La cocina a vapor permite preparar diferentes platos y recetas novedosas, ya que con el vapor puedes cocinar tanto verduras como carne y fruta!**

El bol steamer es proyectado para su uso en microondas y asegura resultados perfectos. El agua en la parte inferior del bol steamer se calienta y el vapor producido sube dentro del bol y cuece los alimentos en un ambiente húmedo.

## ARROZ CON CHAMPIÑONES

PARA 4 PERSONAS

### INGREDIENTES

350 g de arroz

sal

agua (la cantidad varía en función del tipo de arroz)

250 g de champiñones salteados

albahaca

FUNCIÓN: 6º SENTIDO

TIEMPO: 15 MINUTOS

DURACIÓN DE LA COCCIÓN: 10 – 18 MINUTOS

1. Ponga el arroz en la parte inferior del bol steamer y añada sal y agua.
2. Cubra con la tapa y cocine en Función 6º SENTIDO Vapor durante 10 minutos (o la cocción recomendada para el arroz elegido)
3. Deje reposar el arroz unos minutos y colóquelo en un molde para bizcocho previamente engrasado. Vuélquelo en una fuente para servir y decórelo con los champiñones salteados y albahaca fresca.





## VERDURITAS VARIADAS

### AL VAPOR

PARA 4 PERSONAS

#### INGREDIENTS

50 g de calabacín  
50 g de espárragos  
50 g de zanahorias  
50 g de judías verdes  
50 g de patatas  
50 g de coliflor  
100 ml de agua  
sal

FUNCIÓN: 6º SENTIDO VAPOR

TIEMPO: 10 MINUTOS

DURACIÓN DE LA COCCIÓN: 6- 10 MINUTOS

1. Prepare las verduras. Pele las patatas y las zanahorias, y trocéelas. Corte también el calabacín en trozos y divida la coliflor en cogollitos.
2. Vierta el agua en la parte inferior del bol steamer y añada sal. Coloque la rejilla del bol steamer en la parte superior y coloque las verduras por grupos sobre la rejilla. Cubra con la tapa.
3. Cocine en Función 6º SENTIDO Vapor durante 6 – 10 minutos. Advertencias! El tiempo de cocción al vapor dependerá de la estación del año

## PIMIENTOS RELLENOS

PARA 2-4 PERSONAS

#### INGREDIENTS

2 – 3 pimientos, 400 – 450 g  
400 g de carne picada  
1 cebolla  
1 – 2 dientes de ajo  
15 ml de aceite de oliva  
30 ml de concentrado de tomate  
1 ml de nuez moscada  
5 ml de sal  
1 ml de pimienta negra  
1 huevo  
1 rebanada de pan blanco sin la corteza  
30 ml de queso parmesano rallado  
100 ml de agua o caldo

FUNCIÓN: MICROONDAS, 6º SENTIDO VAPOR.

TIEMPO: 15 MINUTOS.

DURACIÓN DE LA COCCIÓN: 6 MINUTOS.

REPOSO: 5 MINUTOS.

1. Pique la cebolla y el ajo. Colóquelos en un plato, añada el aceite y caliéntelo tapado durante 1,5 -2 minutos a 750W. Deje que se enfríe.
2. Corte los pimientos por la mitad y quite las semillas. Coloque los pimientos en el colador.
3. Mezcle la carne picada, la cebolla, el concentrado de tomate, la sal, la pimienta y la nuez moscada. Añada el huevo y las migas de pan. Rellene los pimientos con esta mezcla. Espolvoree el parmesano por encima.
4. Vierta el agua o el caldo en el contenedor inferior del bol steamer. Coloque los pimientos encima y cubra con la tapa.
5. Cocine en Función 6º SENTIDO Vapor durante 6 minutos.
6. Deje reposar durante 5 minutos antes de servir.





PORTUGUES

# Receitas Crisp

Dependendo do modelo do seu forno microondas, encontrará um tamanho específico do prato Crisp, especialmente adaptado para permitir o melhor desempenho de cozedura. Para seguir correctamente as receitas, verifique o diâmetro do seu prato Crisp:

**prato Crisp médio/grande** cerca de 30 cm de diâmetro

**prato Crisp pequeno** cerca de 25 cm de diâmetro.

## PIZZA

4 PESSOAS

INGREDIENTES

	PRATO CRISP MÉDIO/GRANDE	PRATO CRISP PEQUENO
Farinha	230-250 g	150-160 g
Levedura fresca	15 g	10 g
Água	150 ml	100 ml
Azeite	30 ml (2 colheres de sopa)	15 ml (1 colher de sopa)

Sal

INGREDIENTES PARA O RECHEIO:

Tomate enlatado	350 g	250 g
Mozzarella	175 g	125 g

Sal, orégãos, um fio de azeite

Um pouco de azeite para o prato Crisp

### Para um toque especial:

Para recheios alternativos para a pizza, experimente fiambre, azeitonas, alcachofras, legumes, marisco, etc...

FUNÇÃO: CRISP

PREPARAÇÃO: 2 H 30 MIN.

TEMPO DE COZEDURA:

14-15 MIN. PARA O PRATO CRISP MÉDIO E GRANDE

11-13 MIN. PARA O PRATO CRISP PEQUENO

1. Misture a levedura na água, a qual deve estar quente (37°C). Deite a farinha numa tigela e adicione a levedura misturada, o azeite e o sal. Mexa bem e, depois, trabalhe a massa formando uma bola suave e elástica. Tape a massa e deixe-a levedar num local quente durante cerca de 2 horas.
2. Unte ligeiramente o prato Crisp com azeite.
3. Estenda a massa com as mãos até ela ocupar todo o prato Crisp e, depois, pique-a com um garfo.
4. Escorra e pique o tomate enlatado e espalhe-o uniformemente pela massa. Acrescente a mozzarella cortada aos cubos, os orégãos, o sal e o fio de azeite.
5. Coza a pizza durante 14-15 minutos com a função Crisp; para o prato Crisp pequeno, coza a pizza durante 11-13 minutos com a função Crisp



# OMELETA ESPANHOLA

4 PESSOAS

INGREDIENTES	PRATO CRISP	PRATO CRISP
	MÉDIO/GRANDE	PEQUENO
Batatas aos cubos congeladas	250 g	150 g
Manteiga ou azeite	15 ml (1 colher de sopa)	15 ml (1 colher de sopa)
Cebola picada	1 média	1 pequena
Ovos	4	3
Leite	30 ml (2 colheres de sopa)	30 ml (2 colheres de sopa)
Sal, pimenta		

FUNÇÃO: CRISP

PREPARAÇÃO: 10 MIN.

TEMPO DE COZEDURA:

15-18 MIN. PARA O PRATO CRISP MÉDIO E GRANDE E  
12-14 MIN. PARA O PRATO CRISP PEQUENO

1. Aqueça previamente o prato Crisp com manteiga ou azeite durante 2½-3 minutos com a função Crisp.
2. Coloque as batatas aos cubos no prato Crisp e coza com a função Crisp durante 6-8 minutos.
3. Adicione a cebola e coza por mais 4-5 minutos com a função Crisp. Mexa uma vez durante a cozedura.
4. Entretanto, bata os ovos juntamente com o leite numa tigela, e adicione o sal e a pimenta.
5. Deite o preparado de ovos sobre as batatas no prato Crisp e coza durante 2-3 minutos com a função Crisp.
6. Sirva quente ou fria, com uma salada a acompanhar.

## Para um toque especial:

Se preferir uma omeleta bem tostada, no fim coza durante mais 3-4 minutos com o grill.



# BATATAS ASSADAS

2-4 PESSOAS

INGREDIENTES
400 g de batatas
Alecrim
Azeite
Alho
Sal

FUNÇÃO: CRISP

PREPARAÇÃO: 10 MIN.

TEMPO DE COZEDURA: 15-16 MIN.

1. Descasque e corte as batatas aos pedaços - não demasiado pequenos.
2. Tape o prato Crisp com papel vegetal e coloque as batatas no prato.
3. Polvilhe as batatas com sal, alecrim, um dente de alho esmagado ou picado e regue-as com azeite.
4. Coza com a função Crisp durante 15-16 minutos. Se as batatas ficarem demasiado tostadas por baixo, mexa-as ao fim de cerca de 10 minutos e, depois, continue a cozedura até ficarem prontas.



## FRANGO EM MOLHO DE VINHO

4 PESSOAS

1 kg de frango (aprox.)  
30 g (2 colheres de sopa) de manteiga ou margarina  
1 colher de sopa de paprika doce ou soja  
3-4 folhas de manjeriço  
1 ½ dl (150 ml) de vinho branco seco

PARA O MOLHO

100 ml de natas  
1 colher de sopa de amido de milho  
uma pitada de sal condimentado  
½ amêndoa amarga

PARA DECORAR

200 g de uva branca ou preta  
20 g de amêndoa lascada torrada

FUNÇÃO: MICROONDAS  
PREPARAÇÃO: 30 MIN.  
TEMPO DE COZEDURA: 15-16 MIN.

1. Lave e seque o frango, corte-o aos pedaços e retire a gordura.
2. Coloque a manteiga ou a margarina numa pequena tigela que possa ir ao microondas. Depois, tape e derreta a 350 W durante 1 minuto, adicione a paprika doce ou a soja e pincele o frango com este preparado. Coloque o frango num prato que possa ir ao microondas e adicione o manjeriço e o vinho.
3. Tape e coza durante 12 minutos a 750 W.
4. Misture as natas com o amido de milho e deite sobre o frango. Continue a cozedura, tapado, durante 2-3 minutos a 750 W. Adicione sal, se desejar, e a amêndoa amarga ralada.
5. Corte as uvas ao meio e retire as pevides.
6. Coloque o frango numa travessa e decore-o com as uvas e a amêndoa lascada torrada.
7. Se desejar torrar a amêndoa lascada, espalhe-a pelo prato Crisp e deixe torrar com a função Crisp durante 2-3 minutos mexendo de minuto a minuto.

## STRUDEL DE MAÇÃ

6-8 PESSOAS

INGREDIENTES

2 discos de massa folhada, 220-240 g cada  
6 maçãs  
1 laranja  
50 g de nozes  
50 g de pinhões  
1 colher de chá (5 ml) de canela em pó  
50 g de sultanas  
50 ml de rum  
50 g de açúcar  
100 g de pão ralado

PARA PINCELAR:

1 ovo  
50 ml de leite

FUNÇÃO: CRISP  
PREPARAÇÃO: 15 MIN.  
TEMPO DE COZEDURA: 15-16 MIN

1. Mergulhe as sultanas no rum durante algum tempo.
2. Descasque e parta as maçãs às rodelas e misture-as com as nozes picadas, os pinhões, o açúcar, a raspa de laranja e a canela.
3. Ponha um disco de massa parcialmente por cima do outro e espalhe-os com um rolo de massa de modo a formarem um todo.
4. Adicione as sultanas e o pão ralado à mistura das maçãs. O pão ralado absorverá o sumo que sai das maçãs.
5. Deite a mistura das maçãs sobre a massa e enrole-a no sentido longitudinal.
6. Molde o rolo num círculo e coloque-o no prato Crisp, deixando o papel da massa na base do prato. Esprema ligeiramente o strudel.
7. Faça-lhe alguns cortes e pincele-o com uma mistura de ovo e leite.
8. Coza com a função Crisp durante 15-16 minutos.



# Receitas Vapor



O VAPOR É USADO TODOS OS DIAS POR CADA VEZ MAIS PESSOAS PARA A PREPARAÇÃO DE COMIDA SENDO CONSIDERADO UM DOS MÉTODOS MAIS SAUDÁVEIS PARA COZINHAR.

Adequado à maioria dos alimentos e a uma variedade verdadeiramente surpreendente de receitas, o vapor pode ser utilizado para cozinhar para vegetais mas também, para a confecção diferentes tipos de alimentos desde peixe, carne e fruta!

O acessório especial para cozer a vapor foi desenhado para proporcionar a melhor performance da cozedura a vapor no microondas. A água na parte inferior do acessório especial para cozer a vapor ferve e coze a comida que está dentro do mesmo. O vapor produzido da fervura da água acumula-se no interior do acessório, permitindo cozinhar alimentos numa atmosfera bastante húmida.

## ARROZ COM COGUMELOS

PARA 4 PESSOAS

### INGREDIENTES

350 g de arroz

Sal

Água de acordo com o tipo de arroz

250 g de cogumelos salteados

Manjerição

FUNÇÃO: 6º SENTIDO VAPOR

TEMPO: 15 MINUTOS

COZEDURA: 10 – 18 MINUTOS

1. Coloque o arroz na secção inferior do vaporizador e adicione sal e água.
2. Cubra com a tampa e coza com na função 6º SENTIDO Vapor durante um período de 10 minutos (ou durante o tempo de cozedura recomendado para o arroz).
3. Deixe o arroz assentar durante alguns minutos e retire-o com uma forma para bolos untada. Deite o arroz no prato de servir e decore com os cogumelos salteados e o manjerição fresco.



# LEGUMES MISTOS

## AO VAPOR

PARA 4 PESSOAS

### INGREDIENTES

50 g de courgettes  
50 g de espargos  
50 g de cenouras  
50 g de feijão-verde  
50 g de batatas  
50 g de couve-flor  
100 ml de água  
sal

FUNÇÃO: 6º SENTIDO VAPOR  
TEMPO: 10 MINUTOS  
COZEDURA: 6 – 10 MINUTOS

1. Prepare os legumes. Descasque as batatas e as cenouras e corte-as em pedaços. Corte as courgettes igualmente em pedaços e divida a couve-flor em porções mais pequenas.
2. Deite água na secção inferior do vaporizador e adicione sal. Coloque a grade de vapor (acessório) no topo e coloque os legumes, em grupos, sobre a mesma. Cubra com a tampa.
3. Cozinhe com a função 6º SENTIDO Vapor durante um período de 6 – 10 minutos. Atenção! O tempo de vaporização definido depende da época do ano!

# PIMENTOS

## RECHEADOS

PARA 2-4 PESSOAS

### INGREDIENTES

2 – 3 pimentos, 400 – 450 g  
400 g de carne picada  
1 cebola  
1 – 2 dentes de alho  
15 ml de azeite  
30 ml de polpa de tomate  
1 ml de noz-moscada  
5 ml de sal  
1 ml de pimenta preta  
1 ovo  
1 fatia de pão branco sem crosta  
30 ml de queijo parmesão ralado  
100 ml de água ou caldo

FUNÇÃO: 6º SENTIDO VAPOR  
TEMPO: 15 MINUTOS.  
TEMPO DE COZEDURA: 6 MINUTOS.  
REPOUSO: 5 MINUTOS.

1. Corte a cebola e o alho. Coloque-os num recipiente, adicione o óleo e coza tapado durante 1,5 minutos a 2 minutos a 750 W. Deixe arrefecer.
2. Corte os pimentos a meio e retire as sementes. Coloque os pimentos no coador.
3. Misture a carne picada, a cebola, a polpa de tomate, o sal, a pimenta e a noz moscada. Adicione o ovo e o pão ralado. Recheie os pimentos com esta mistura. Polvilhe parmesão sobre o topo.
4. Deite a água ou caldo no recipiente inferior da panela de vapor. Coloque os pimentos no topo e cubra com a tampa.
5. Cozinhe com a função 6º SENTIDO Vapor durante 6 minutos.
6. Deixe repousar durante 5 minutos antes de servir.





# Ricette con funzione Crisp



ITALIANO

A seconda del modello di microonde, troverete un piatto crisp di dimensioni specifiche per consentire una cottura ideale. Per seguire le ricette in modo adeguato, controllate il diametro del piatto crisp:  
**dimensione medio/grande** diametro piatto crisp di 30 cm  
**dimensione piccola** diametro piatto crisp di 25 cm

## PIZZA

PER 4 PERSONE

INGREDIENTI	PIATTO CRISP	PIATTO CRISP
	MEDIO/GRANDE	PICCOLO
Farina	230-250 g	150-160 g
Lievito di birra	15 g	10 g
Acqua	150 ml	100 ml
Olio	30 ml	15 ml
	(2 cucch. da tavola)	(1 cucch. da tavola)

Sale

INGREDIENTI PER LA DECORAZIONE:

Pomodori pelati	350 g	250 g
Mozzarella	175 g	125 g

Sale, origano, un filo di olio

Un filo di olio per il piatto crisp

FUNZIONE: CRISP

PREPARAZIONE: 2 H 30 MIN.

TEMPO DI COTTURA: 14-15 MIN. PIATTO CRISP MEDIO/GRANDE  
11-13 MIN. PIATTO CRISP PICCOLO

1. Mescolate il lievito in acqua calda (37°C). Versate la farina in un recipiente e aggiungetevi il lievito mescolato, l'olio ed il sale. Mescolate accuratamente, quindi impastate fino ad ottenere un impasto uniforme ed elastico. Coprite l'impasto e lasciatelo lievitare in un luogo caldo per circa 2 ore.
2. Mettete un filo d'olio nel piatto crisp.
3. Appiattite l'impasto con le mani, finché riempie tutto il piatto crisp, quindi foratelo con i rebbi di una forchetta.
4. Asciugate e tagliate i pomodori pelati e spargeteli uniformemente sull'impasto. Aggiungete la mozzarella a dadini, l'origano, il sale e un filo d'olio.
5. Cuocete la pizza per 14-15 minuti con la funzione Crisp, per il piatto crisp piccolo saranno sufficienti 11-13 minuti.

### Per un tocco speciale:

Per farciture per pizza alternative, utilizzare prosciutto, olive, carciofini, verdure, frutti di mare, ecc...



# TORTILLA SPAGNOLA

PER 4 PERSONE

INGREDIENTI	PIATTO CRISP	PIATTO CRISP
	MEDIO/GRANDE	PICCOLO
Cubetti di patate surgelate	250 g	150 g
Burro o olio	15 ml	15 ml
	(1 cucch. da tavola)	(1 cucch. da tavola)
Cipolla a fettine	1 media	1 piccola
Uova	4	3
Latte	30 ml	30 ml
	(2 cucch. da tavola)	(2 cucch. da tavola)
sale, pepe		

## Per un tocco speciale:

Se preferite un'omelette molto dorata, cuocetela 3-4 minuti in più con la funzione Grill.

FUNZIONE: CRISP

PREPARAZIONE: 10 MIN.

TEMPO DI COTTURA: 15-18 MIN. PIATTO CRISP MEDIO/GRANDE  
12-14 MIN. PIATTO CRISP PICCOLO

1. Preriscaldare il piatto crisp con burro o olio per 2½-3 minuti con la funzione Crisp.
2. Mettete la patate a dadini sul piatto crisp e cuocetele con la funzione Crisp per 6-8 minuti.
3. Aggiungete la cipolla e cuocete per altri 4-5 minuti con Crisp. Durante la cottura mescolate una volta.
4. Nel frattempo, sbattete in un contenitore le uova con il latte, aggiungendo sale e pepe.
5. Versate la miscela di uova sulle patate nel piatto crisp e cuocete per 2-3 minuti con la funzione Crisp.
6. Servite caldo o freddo, accompagnando con contorno di insalata.



# PATATE ARROSTO

PER 2-4 PERSONE

INGREDIENTI
400 g di patate
Rosmarino
Olio
Aglio
Sale

FUNZIONE: CRISP

PREPARAZIONE: 10 MIN.

TEMPO DI COTTURA: 15-16 MIN.

1. Pelate e tagliate le patate a pezzetti non troppo piccoli.
2. Coprite il piatto crisp con carta da forno e ponete le patate sul piatto.
3. Condite le patate con sale, rosmarino, uno spicchio di aglio schiacciato o tritato e irroratele con l'olio.
4. Cuocete per 15-16 minuti con la funzione Crisp. Se le patate si dorano troppo sul fondo, mescolatele dopo circa 10 minuti, quindi continuate la cottura finché non sono pronte.

## POLLO CON SALSA AL VINO

PER 4 PERSONE

1 kg di pollo (circa)  
30 g (2 cucch. da tavola) burro o margarina  
1 cucch. da tavola di paprika dolce o soia  
3-4 foglie di basilico  
1 ½ dl (150 ml) di vino bianco secco

PER LA SALSA

100 ml di panna  
1 cucch. da tavola di maizena  
1 pizzico di sale speziato  
½ mandorla amara

PER LA DECORAZIONE:

200 g di uva bianca o nera  
20 g di lamelle di mandorle tostate

FUNZIONE: MICROONDE

PREPARAZIONE: 30 MIN.

TEMPO DI COTTURA: 15-16 MIN.

1. Lavate ed asciugate il pollo, tagliatelo a pezzi ed eliminate le parti grasse.
2. Mettete il burro o la margarina in un recipiente per microonde. Quindi coprite e sciogliete a 350 W per 1 minuto, aggiungete paprika dolce o soia e spennellate la miscela sul pollo. Collocate il pollo in un piatto da microonde ed aggiungete basilico e vino.
3. Coprite e cuocete per 12 minuti a 750 W.
4. Mescolate la panna con la farina di mais e versatela sul pollo. Continuate la cottura coperto per 2-3 minuti a 750 W. Se necessario regolate di sale, quindi aggiungete le mandorle amare grattugiate.
5. Tagliate gli acini d'uva a metà e togliete i semi.
6. Mettete il pollo su un piatto da portata e guarnitelo con l'uva e le lamelle di mandorle tostate.
7. Per tostare le lamelle di mandorle, versatele sul piatto crisp e tostatele per 2-3 minuti mescolando dopo un minuto.

FUNZIONE: CRISP

PREPARAZIONE: 15 MIN.

TEMPO DI COTTURA: 15-16 MIN.

## STRUDEL DI MELE

PER 6-8 PERSONE

INGREDIENTI

2 dischi di pasta sfoglia da 220-240 g ognuno  
6 mele  
1 arancia  
50 g noci  
50 g pinoli  
1 cucchiaino da tè (5 ml) di cannella in polvere  
50 g uvetta  
50 ml rum  
50 g zucchero  
100 g mollica di pane

PER LA SPENNELATURA:

1 uovo  
50 ml latte

1. Immergete l'uvetta nel rum per un po'.
2. Pelate le mele e tagliatele a pezzettini, mescolatele con noci e pinoli tritati, zucchero, buccia di arancia e cannella.
3. Stendete un disco di pasta parzialmente sovrapposto all'altro e passatevi sopra con il mattarello formando un unico pezzo.
4. Aggiungete l'uvetta e la mollica di pane alle mele a pezzettini. La mollica assorbirà il succo delle mele.
5. Versate le mele a pezzettini sulla pasta e arrotolatela per il lungo.
6. Disponete il rotolo a cerchio e ponetelo sul piatto crisp, lasciando la carta della sfoglia sul fondo del piatto. Schiacciate leggermente lo strudel.
7. Effettuatevi alcuni tagli e spennellatelo con un misto di uovo e latte.
8. Cuocete per 15-16 minuti con la funzione Crisp.







# Ricette con funzione Vapore



Un numero sempre maggiore di persone predilige la cottura a vapore per la preparazione dei cibi, in quanto è considerata uno dei metodi di cottura più sani. **Questo tipo di cottura, adatto alla maggior parte dei cibi e ad una sorprendente varietà di ricette, si può adottare sia per la verdura sia per vari cibi come pesce, carne e persino frutta.**

La vaporiera è appositamente studiata per la cottura a vapore ottimale all'interno del microonde. L'acqua nella parte inferiore della vaporiera si riscalda e il vapore cuoce il cibo che si trova nel cestello. Il vapore prodotto dal liquido si accumula all'interno della vaporiera, cuocendo il cibo in un'atmosfera molto umida.

## RISOTTO CON I FUNGHI

PER 4 PERSONE

### INGREDIENTI

350 g riso

sale

acqua (la quantità dipende dal tipo di riso)

250 g funghi saltati

basilico

FUNZIONE: SESTO SENSO VAPORE

TEMPO DI PREPARAZIONE: 15 MINUTI

COTTURA: 10-18 MINUTI

1. Disponete il riso sul fondo della vaporiera e aggiungete sale e acqua.
2. Coprite con il coperchio e cuocete con la **FUNZIONE SESTO SENSO** per 10 minuti impostati (o per il tempo di cottura consigliato per il riso).
3. Lasciate riposare il riso per alcuni minuti, quindi versatelo in uno stampo da torta unto. Rovesciatelo su un piatto da portata e decoratelo con i funghi saltati e il basilico fresco.



## VERDURE MISTE AL VAPORE

PER 3 - 4 PERSONE

### INGREDIENTI

50 g di zucchine  
50 g di asparagi  
50 g di carote  
50 g di fagiolini  
50 g di patate  
50 g di cavolfiori  
100 ml di acqua  
sale

FUNZIONE: SESTO SENSO VAPORE  
TEMPO DI PREPARAZIONE: 10 MINUTI  
COTTURA: 6-10 MINUTI

1. Preparate le verdure, pelate le patate e le carote e tagliatele a pezzetti. Tagliate a pezzetti anche le zucchine e pulite il cavolfiore.
2. Versate l'acqua sul fondo della vaporiera e aggiungete il sale. Inserite la griglia della vaporiera nella parte superiore, ponete le verdure a grappetti e mettete il coperchio.
3. Cuocete con la **FUNZIONE SESTO SENSO** per 6-10 minuti impostati.

## PEPERONI RIPIENI

PER 3 PORZIONI CIRCA

### INGREDIENTI

2-3 peperoni (400-450 g)  
400 g di manzo macinato  
1 cipolla  
1-2 spicchi d'aglio  
15 ml olio d'oliva  
30 ml di passata di pomodori  
1 ml noce moscata  
5 ml sale  
1 ml pepe nero  
1 uovo  
1 fetta di pane bianco senza crosta  
30 ml di parmigiano grattugiato  
100 ml di acqua o brodo

FUNZIONE: MICROONDE, **FUNZIONE SESTO SENSO VAPORE**.  
TEMPO DI PREPARAZIONE: 15 MINUTI.  
TEMPO DI COTTURA: 6 MINUTI.  
TEMPO DI RIPOSO: 5 MINUTI.

1. Tritate la cipolla e l'aglio. Metteteli in un piatto, aggiungete l'olio e cuocete coperto per 1 minuto e  $\frac{1}{2}$  -2 minuti a 750W. Lasciate raffreddare.
2. Tagliate i peperoni a metà e togliete i semi. Mettete i peperoni nel colino.
3. Mescolate la carne macinata, la cipolla, la passata di pomodoro e aggiungete sale, pepe e noce moscata. Aggiungete l'uovo e il pangrattato. Riempite i peperoni con il ripieno. Cospargete di formaggio grana grattugiato.
4. Versate l'acqua o il brodo nel contenitore inferiore della vaporiera. Mettetevi i peperoni e coprite con il coperchio.
5. Cuocete con la **FUNZIONE SESTO SENSO Vapore** per 6 minuti.
6. Lasciate riposare per 5 minuti prima di servire.









SENSING THE DIFFERENCE\*

