



English

Deutsch

Nederlands

Panasonic®

Microwave/Convection Cookery Book
Kochbuch für die Mikrowellengeräte
Kookboek voor combinatie magnetron-oven
La Cuisine Gourmande avec Votre Four Combiné
Recettario per forni a microonde combinati
Recetario para microondas combinado

Français

Italiano



Español

NN-A775 / NN-A725 / NN-A755



La chiave risiede nella tecnologia dell'inverter

La tecnologia dell'inverter per forni a microonde è stata sviluppata in seguito ad un'iniziativa della Panasonic, nell'arco di oltre un decennio. Si tratta della tecnologia chiave, che consente la realizzazione di un tipo di forno a microonde veramente diverso, dotato di tutta una serie di caratteristiche speciali:

- Essa rende possibile la produzione del primo forno del settore in grado di controllare linearmente la quantità dell'energia delle microonde. Il nuovo sistema di distribuzione consente la cottura e lo scongelamento degli alimenti, senza perdita di sapore.
- Fornisce un'efficiente conversione dell'energia elettrica in energia a microonde, con conseguente riduzione di quelli che sono i requisiti energetici, senza penalizzare l'emissione delle microonde.
- Consente anche un considerevole ampliamento delle dimensioni della cavità del forno, persino in un modello compatto, grazie alle dimensioni limitate del circuito dell'invertitore, che sostituisce il voluminoso trasformatore comunemente in uso.
- E, per finire, al termine della vita utile del prodotto, l'assenza degli ingombranti trasformatori di ferro consente il riciclaggio ecologico dei forni inviati alla rottamazione.

Indice

Manuale di istruzioni

Cottura con l'energia delle microonde	2-3
Guida rapida di controllo degli utensili da cucina	4-7
Istruzioni generali	8-11
Istruzioni per lo scongelamento	12-13
Scongelo di cibi comuni	14-15
Come riscaldare	16-17
Consigli per la cottura a microonde	17-18
Cottura con forno tradizionale ventilato	19
Cottura con grill o con grill ventilato	20-21
Cottura con il programma combinato-ventilato + microonde	21-22
Tabella delle modalità di riscaldamento	23-29
Cottura con il programma combinato - Accessori	30-31

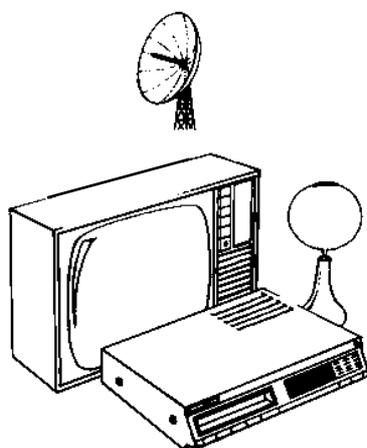
Ricette

Primi piatti	32-37
Pesce	38-44
Carne & pollame	45-54
Verdura	55-67
Salse	68-70
Dessert	71-79
Pizza & uova	80-81
Consigli pratici	82-83
Domande e risposte	84-85

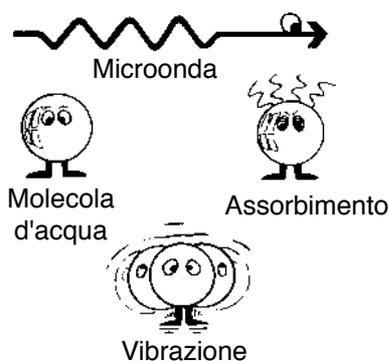


Cottura con l'energia delle microonde

L'energia delle microonde è stata utilizzata nel nostro paese per cucinare e riscaldare fino dai tempi dei primi esperimenti effettuati con il RADAR. Le microonde in quanto tali sono, di fatto, sempre presenti nell'atmosfera, sia di origine naturale, che generate dall'uomo. Le microonde prodotte dall'uomo comprendono le onde del radar, le onde radio televisive, onde per le telecomunicazioni e per i radiotelefoni per automobili. L'osservanza dei nostri suggerimenti generali e la pulizia regolare del forno, lo renderanno completamente sicuro.

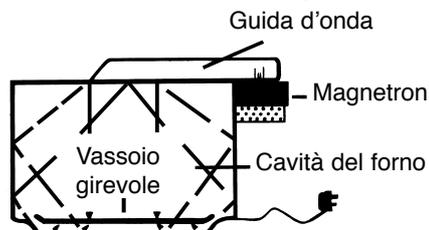


Molti anni fa si scoprì che uno degli effetti delle microonde era di far VIBRARE le molecole dell'acqua molto velocemente. Poiché tutti gli alimenti contengono acqua in una qualche misura, essi possono essere riscaldati rapidamente dalla frizione generata dalla vibrazione.

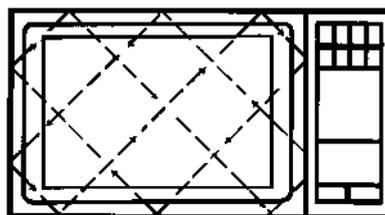


It-2

Il forno a microonde converte l'energia elettrica in microonde all'interno del magnetron.



Le microonde vengono RIFLESSE dal metallo, rimbalzano quindi sulle pareti e sullo schermo dello sportello metallico e ritornano poi verso gli alimenti.



Non contengono calore di per sé, ma attraversano il contenitore per la cottura, ovvero vengono trasmesse, per essere poi ASSORBITE dalle molecole d'acqua, nonché dallo zucchero e dalle particelle di grasso presenti negli alimenti.



Le microonde sono in grado di penetrare soltanto ad una profondità che non supera i 4 - 5 cm, mentre il calore si diffonde negli alimenti per conduzione, esattamente come in un forno tradizionale, ovvero i cibi cuociono dall'esterno verso l'interno.

Cottura con l'energia delle microonde

Quando il forno a microonde viene spento, la cottura continua per effetto della conduzione, **NON A CAUSA DELL'ENERGIA DELLE MICROONDE**. Per questa ragione il **TEMPO DI RIPOSO** è molto importante nella cottura a microonde, in modo particolare nel caso di alimenti densi quali carne, torte e pasticcini riscaldati. Il piatto utilizzato per cucinare o riscaldare il cibo si scalderà durante la cottura, in quanto il calore viene trasmesso a partire dagli alimenti. Anche con il forno a microonde è necessario utilizzare gli appositi guanti da forno.

LE MICROONDE NON ATTRAVERSANO IL METALLO, QUINDI GLI UTENSILI METALLICI PER CUCINARE NON POSSONO ESSERE MAI USATI NELLA COTTURA A MICROONDE.

Alimenti non adatti alla cottura a microonde

Budini Yorkshire, soufflé, impasti per torte a doppia crosta.

Poiché questi alimenti necessitano di un calore esterno secco per una buona cottura, non si consiglia di provare la cottura a microonde.

Le uova sode, complete di guscio, non dovrebbero essere cotte con le microonde, in quanto esploderebbero.

Non è possibile neanche la cottura di cibi che richiedono la frittura ad immersione.

ACCESSORI

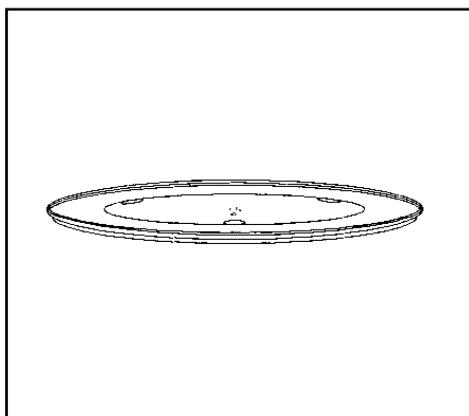
Quando si cucina con l'energia delle **MICROONDE** occorre utilizzare sempre soltanto il vassoio di vetro.

NON utilizzare accessori **METALLICI**, che potrebbero causare l'effetto denominato "arco", che potrebbe danneggiare il forno (Il vassoio di metallo viene utilizzato con il programma di cottura Combinato).



Guida rapida di controllo degli utensili da cucina Microonde

Accessori da forno



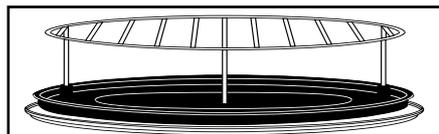
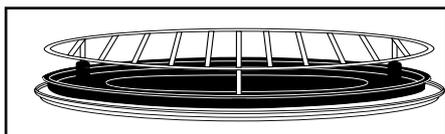
Recipienti per la cottura



- Utilizzare panni da cucina bianchi soltanto per tempi di cottura brevi.
NON usare canovacci fantasia.
- NON utilizzare piatti di melamina.
Usare piatti di plastica soltanto se espressamente indicati per l'uso in forno a microonde.
- NON cucinare alimenti ricchi di grassi o zuccheri, oppure cibi che richiedano lunghi tempi di cottura (quali riso integrale e budino natalizio) in contenitori di plastica.
- I cestini di vimini possono essere utilizzati soltanto per tempi di riscaldamento molto brevi; si consiglia di verificare che non contengano punti metallici.
- Le terraglie richiedono una certa attenzione: NON devono essere utilizzate, se non sono interamente smaltate.
- NON usare accessori di legno, che si seccerebbero e brucerebbero.

Guida rapida di controllo degli utensili da cucina Programma Combinato

Accessori da forno



Maggiori informazioni sulla cottura combinata, sono fornite nell'ambito delle istruzioni per il funzionamento.

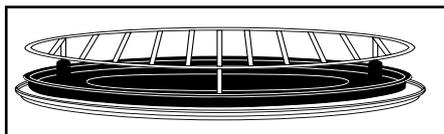
Recipienti per la cottura



- NON collocare contenitori metallici direttamente sulla grata: disporli, invece, sul vassoio di metallo.
- NON utilizzare teglie con il fondo estraibile per le torte.
- NON utilizzare tortiere smaltate per cuocere pasticcini.
- Se, durante la cottura con il programma Combinato, dovesse verificarsi il fenomeno dell'arco, premere Stop due volte per annullare il programma e proseguire esclusivamente con la cottura per CONVEZIONE.
- NON utilizzare piatti decorati in oro o argento: le decorazioni produrrebbero l'effetto dell'arco e si staccerebbero dal piatto.

Guida rapida di controllo degli utensili da cucina Convezione

Accessori da forno



Recipienti per la cottura



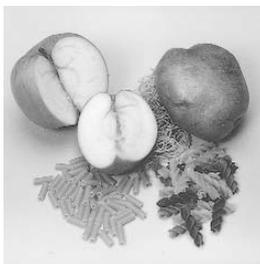
- NON utilizzare contenitori per microonde in plastica, che non siano specificatamente realizzati per sostenere una temperatura di 250°C.

Istruzioni generali



PERFORAZIONE

La buccia o la membrana di alcuni alimenti provocano la formazione di condensa durante la cottura. Questi alimenti devono essere perforati, oppure se ne dovrà asportare parte della buccia, prima di iniziare la cottura, per consentire la fuoriuscita del vapore. Uova, patate, mele, salsicce ecc. dovranno essere tutti perforati prima della cottura. **NON BOLLIRE LE UOVA CON IL GUSCIO.**



CONTENUTO DI UMIDITÀ

Molti alimenti freschi, quali frutta e verdura, presentano un diverso contenuto di umidità a seconda della stagione. Le patate cotte con la buccia offrono un caso esemplare di questa realtà. Per questa ragione i tempi di cottura potrebbero dover subire delle variazioni nel corso dell'anno. Gli ingredienti secchi, come il riso e la pasta, possono seccare ulteriormente durante la loro conservazione e i tempi di cottura potrebbero essere diversi da quelli degli stessi ingredienti acquistati freschi.



PELLICOLA PER ALIMENTI

La pellicola per alimenti contribuisce a mantenere l'umidità del cibo e il vapore trattenuto contribuisce ad abbreviare i tempi di cottura. Essa dovrebbe essere comunque perforata prima di iniziare la cottura, per consentire la fuoriuscita del vapore in eccesso. Si presti sempre la dovuta cautela nella rimozione della pellicola dal piatto, in quanto il vapore accumulato è molto caldo. Acquistare sempre pellicola per alimenti, il cui uso per forno a microonde sia dichiarato sulla confezione e utilizzarla soltanto come copertura. Non foderare mai i piatti con la pellicola.



Gli alimenti densi, quali carne, patate cotte con la buccia e torte, richiedono un **TEMPO DI RIPOSO** (all'interno o fuori dal forno) dopo la cottura, per consentire al calore di ultimare la cottura per conduzione nella parte centrale del cibo.

Istruzioni generali

TEMPO DI RIPOSO

TRINCI DI CARNE

Lasciare riposare per 8-10 minuti avvolti in foglio d'alluminio.

PATATE CON LA BUCCIA

Lasciare riposare 5 minuti avvolte in foglio d'alluminio.

TORTE LEGGERE

Lasciare riposare per 5 minuti prima di estrarre dalla teglia.

TORTE COMPATTE RICCHE

Lasciare riposare per 15-20 minuti.

PESCE

Lasciare riposare per 2-5 minuti.

PIATTI A BASE DI UOVA

Lasciare riposare per 2-3 minuti.

CIBI PRECOTTI

Lasciare riposare per 5 minuti.

PIETANZE SU PIATTO

Lasciare riposare per 2-5 minuti.

VERDURE

Le patate bollite acquisteranno in sapore, se lasciate riposare per 1 - 2 minuti; la maggior parte delle verdure, tuttavia, può essere servita immediatamente.

SCONGELAMENTO

È di fondamentale importanza rispettare un tempo di riposo per completare il processo. Questo può variare da 5 minuti, ad esempio per i frutti di bosco, fino a raggiungere l'ora, per un trancio di carne.

Se l'alimento non risulta ancora cotto trascorso il **TEMPO DI RIPOSO**, lo si dovrà reintrodurre nel forno e cuocere ulteriormente.

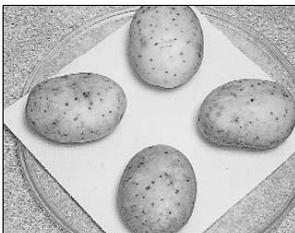
Livelli di potenza delle microonde		Uso
Elevato	1000 W	Per riscaldare pietanze e sughi; per cucinare pesce, verdure, salse e conserve di frutta.
Scongelamento	** 270 W	Per lo scongelamento dei cibi surgelati.
Medio	600 W	Per arrostitire; per cucinare salse all'uovo, riscaldare latte e cuocere torte di pan di Spagna.
Basso	440 W	Per spezzatini di pollo e quiche.
Ebollizione lenta	250 W	Per la cottura di stufati e spezzatini, budini di riso, dolci di frutta e crema pasticcera.
Caldo	100 W	Per ammorbidire gelato, burro e formaggio.

Istruzioni generali



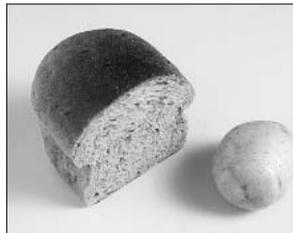
MISURA DEL PIATTO

Si consiglia di utilizzare piatti delle dimensioni indicate nelle ricette, in quanto queste influenzano sui tempi di cottura e di riscaldamento. Una determinata quantità di cibo, allargata su di un piatto di dimensioni maggiori, cuocerà e potrà essere riscaldata più velocemente.



QUANTITÀ

Piccole quantità di cibo cuociono più velocemente di grandi quantità e porzioni piccole si riscaldano più velocemente di porzioni grandi.



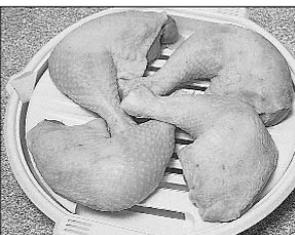
DENSITÀ

Gli alimenti porosi e ricchi d'aria si riscaldano più velocemente di quelli densi e pesanti.



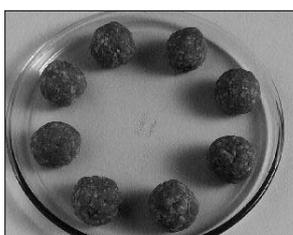
FORMA

Forme regolari cuociono uniformemente. La cottura a microonde è migliore se il cibo è disposto in un contenitore rotondo, piuttosto che in uno quadrato.



DISPOSIZIONE

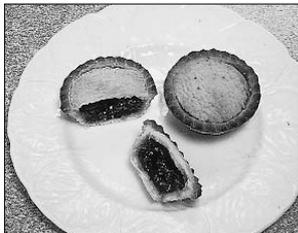
Gli alimenti singoli, ad esempio porzioni di pollo o bracioline, dovrebbero essere disposti su di un piatto, lasciando le parti spesse verso l'esterno.



DISTANZA

Gli alimenti cuociono più velocemente ed uniformemente se distanziati. **NON** sovrapporre MAI i cibi.

Istruzioni generali



INGREDIENTI

Gli alimenti contenenti grasso, zucchero oppure sale si riscaldano molto velocemente. Il ripieno potrebbe essere molto più caldo dell'impasto. Prestare la dovuta attenzione nella consumazione. Non surriscaldare, anche se l'impasto non sembra essere molto caldo.



TEMPERATURA INIZIALE

Più l'alimento è freddo, più lungo sarà il tempo necessario per riscaldarlo. I cibi estratti dal frigorifero richiedono tempi di riscaldamento più lunghi di quelli che si trovano a temperatura ambiente.



COPERTURA

Gli alimenti possono essere coperti con pellicola trasparente per microonde, oppure con il coperchio su misura del contenitore. Coprire alimenti quali pesce, verdure, pasticcini e minestre. Non devono essere coperti, invece, torte, salse, patate con la buccia e pasticceria.



GIRARE E MESCOLARE

Alcuni alimenti richiedono di essere mescolati durante la cottura. La carne ed il pollame dovrebbero essere girati a metà del tempo di cottura.



LIQUIDI

Tutti i liquidi devono essere mescolati **prima** e **durante** il riscaldamento. Specialmente l'acqua dev'essere mescolata prima e durante il riscaldamento, per evitarne la fuoriuscita. Non devono essere riscaldati liquidi che abbiano bollito in precedenza. **NON SURRISCALDARE.**



PULIZIA

Poiché le microonde agiscono sulle particelle di cibo, il forno dev'essere sempre mantenuto pulito. Le macchie resistenti di cibo possono essere rimosse con un detergente per forni di marca, spruzzato su di un panno morbido. Dopo la pulizia, il forno dev'essere sempre asciugato. Sono da evitare le parti di plastica e la zona dello sportello.

Italiano

** Istruzioni per lo scongelamento

Il problema maggiore dello scongelamento di alimenti nei forni a microonde è dato dalla necessità di scongelare la parte centrale del cibo, prima che inizi la cottura della parte periferica.

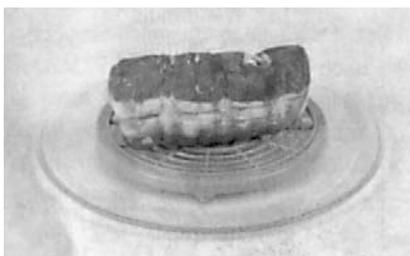
Per questa ragione la Panasonic ha predisposto uno SCONGELAMENTO CICLICO; è sufficiente selezionare 270 Watt DEFROST Min ** ed impostare il tempo necessario. Il forno suddivide questo lasso di tempo in 8 fasi. Dette fasi alternano cicli di scongelamento (per un totale di 4 fasi) a stati di riposo (per un totale di 4 fasi).

Durante le fasi di riposo, nel forno non è presente energia a microonde, anche se la luce rimarrà accesa e il vassoio girevole continuerà a ruotare. I tempi di riposo automatici assicurano uno scongelamento più uniforme e, per quanto concerne gli alimenti di piccole dimensioni, si potrà eliminare il consueto tempo di riposo.

Suggerimenti per lo scongelamento

Lo scongelamento dev'essere controllato a più riprese, anche se si utilizza la funzione automatica. I tempi di riposo devono essere rispettati.

TEMPI DI RIPOSO



Le porzioni di cibo singole possono essere cucinate quasi immediatamente dopo lo scongelamento (per le bistecche si calcoli un tempo di riposo di 5 minuti, 15 minuti per la frutta e gli impasti per dolci). Nel caso di porzioni voluminose, è normale che queste rimangano surgelate nella parte centrale. Prima di cucinarle occorrerà lasciarle riposare per **almeno un'ora**. Durante questo tempo di riposo la temperatura si distribuisce uniformemente e lo scongelamento avviene per conduzione. N.B.: se il cibo non dev'essere cucinato subito, si consiglia di conservarlo nel frigorifero. Il cibo non deve mai essere nuovamente congelato, senza prima essere cotto.

TRANCI DI CARNE E POLLAME

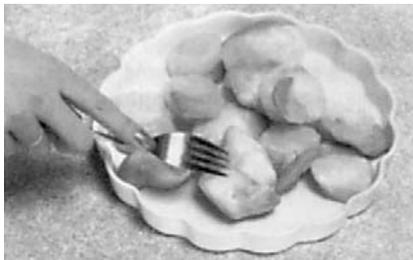


I tranci dovrebbero essere disposti, di preferenza, su di un piatto capovolto o su di una grata di plastica, per consentire lo scolo dei liquidi. È di fondamentale importanza proteggere le parti delicate e quelle sporgenti dell'alimento con piccoli pezzi di foglio di alluminio, per impedirne la cottura. L'uso di piccoli pezzi di foglio di alluminio nel forno non è pericoloso, purché **non vengano a contatto con le pareti del forno**.



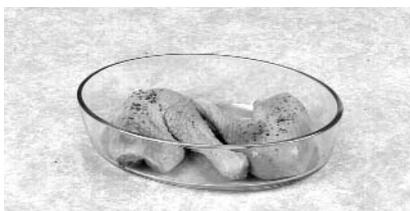
Istruzioni per lo scongelamento

CARNE TRITA O A DADINI E PESCE



Poiché la parte esterna di questi alimenti si scongela velocemente, è necessario tenerli separati, rompere di frequente i blocchi durante lo scongelamento ed estrarli quando sono scongelati.

PICCOLE PORZIONI DI CIBO



Le bracioline ed i pezzi di pollo devono essere separati prima possibile, per consentire uno scongelamento uniforme. Le parti grasse e le estremità scongelano più rapidamente delle altre. Esse devono essere disposte in prossimità del centro del vassoio girevole, oppure devono essere protette.

Scongelamento automatico a peso

Questa funzione consente di inserire il peso espresso in grammi: il forno selezionerà automaticamente la durata dello scongelamento. Non utilizzare questa funzione con alimenti porosi, quali pane, torte, piatti pronti ecc.

Il sistema di scongelamento basato sull'inverter, utilizzato con i programmi di scongelamento automatico a peso, impiega una sequenza casuale di energia a microonde ad impulsi. Ciò velocizza e rende più uniforme il processo di scongelamento.

Per informazioni sulla selezione dei grammi, consultare le istruzioni per il funzionamento. Durante lo scongelamento, il forno emetterà un segnale acustico, per ricordare all'utente di controllare gli alimenti, ad esempio per girarli, coprirli o separare i pezzi di cibo, come indicato sopra.

Scongelamento di cibi comuni

Selezionare la potenza di scongelamento a Min   270 W e la durata indicativa fornita di seguito.

I tempi elencati sono solo indicativi. Occorre controllare continuamente gli alimenti, aprendo lo sportello ed avviando nuovamente il processo. In presenza di grandi quantità, regolare i tempi di conseguenza. Durante lo scongelamento non è fondamentale coprire il cibo.

Cibo	Peso/Quantità	Tempo in minuti	Tempo di riposo (minimo) in minuti
CARNE			
- tranci con l'osso#	500 g	18-20	60
- arrosto di filetto#	500 g	20-22	70
- braciolo#	500 g	8-12	15
- costolette#	250 g	6-7	10
- rognone*	250 g	7-8	10
- manzo magro*	430 g (2)	11-12	10
- costata*	150 g	4-6	10
- manzo trito, carne per salsicce, trito di maiale*	500 g	10-12	10
- hamburger*	200 g (2)	6-7	10
	400 g (4)	10-12	10
- carne per stufati o brasati*	500 g	12-14	15
- pollame intero#	500 g	12-13	60
- pollame a pezzi#	1 kg (4)	22-24	30
- pollastrello#	400 g	15	30
- coniglio#	500 g	14-15	30
- salsicce di maiale*	300 g (2)	10-11	15
BURRO	250 g	2	10
PUREA DI FRUTTA*	200 g	3-4	10
FORMAGGIO*	450 g	3	10

NOTE

Girare raggiunta la metà dello scongelamento e coprire le estremità e le parti sporgenti con foglio di alluminio.

* Mescolare oppure separare più volte durante lo scongelamento.

Scongellamento di cibi comuni

Selezionare la potenza di scongelamento a Min ^{} 270 W e la durata indicativa fornita di seguito.**

I tempi elencati sono solo indicativi. Occorre controllare continuamente gli alimenti, aprendo lo sportello ed avviando nuovamente il processo. In presenza di grandi quantità, regolare i tempi di conseguenza. Durante lo scongelamento non è fondamentale coprire il cibo.

Cibo	Peso/Quantità	Tempo in minuti	Tempo di riposo (minimo) in minuti
FRUTTA ROSSA*	250 g	5-6	10
	300 g	9	10
	500 g	12	10
TORTE E BUDINI			
	- Torta di pan di Spagna	7	10
	- torta ai frutti di bosco	4 - 5	15
- bavaresi	110 g (1 porzione)	8 secondi	15
	- crostata di lamponi	10	15
SUCCO DI FRUTTA CONCENTRATO	470 g (1)	4	4
	200 ml		
IMPASTO PER TORTE			
	- flan dolce o pasta frolla*	4-5	5
	- pasta sfoglia*	3-4	5
PESCE			
	- intero#	10-12	15
- filetti#	13-14	15	
- tranci con osso*	10	15	
- bistecche disossate*	200 g (2)	9	15
	200 g	7	10

NOTE

Girare raggiunta la metà dello scongelamento e coprire le estremità e le parti sporgenti con foglio di alluminio.

* Mescolare oppure separare più volte durante lo scongelamento.

Italiano

Come riscaldare

In commercio è disponibile ormai tutta una varietà di alimenti confezionati. Ma può anche essere necessario riscaldare piatti preparati in casa, come pure gli avanzi. Ciò può essere fatto in tutta sicurezza con il proprio forno, controllando però il cibo con attenzione, assicurandosi che sia ben caldo prima di servirlo, esattamente come si procederebbe con un forno tradizionale. Si raccomanda anche la corretta conservazione degli alimenti freddi, che dovranno essere riscaldati.

Quale metodo utilizzare per riscaldare gli alimenti?

Il metodo di utilizzo del calore, ovvero soltanto a microonde, oppure il programma **Combinato**, varia a seconda del tipo di cibo che dev'essere riscaldato. Nel caso di alimenti che non richiedono una doratura, sarà sufficiente riscaldare a microonde. Viceversa, se la doratura è necessaria, utilizzare il programma **Combinato**.

Per quanto tempo occorre riscaldare gli alimenti?

Sono disponibili delle tabelle per il riscaldamento a microonde e con il programma **Combinato**; esse forniscono dei tempi che sono SOLTANTO indicativi, poiché la durata esatta dipenderà dal peso dell'alimento, dalle dimensioni del piatto utilizzato e dalla temperatura iniziale del cibo.

Che cosa fare se sulle tabelle non compare l'alimento che si desidera riscaldare?

Non è possibile provare tutti i tipi di alimenti esistenti per includerli nelle tabelle; tuttavia ne è stata scelta una considerevole varietà e riteniamo che, attenendosi alle istruzioni fornite, sia possibile riscaldare in tutta sicurezza ed efficacemente.

Girare e mescolare

Gli alimenti dovrebbero essere mescolati o girati durante il riscaldamento ogni qualvolta ciò è possibile. Ciò contribuisce a riscaldarli in maniera uniforme, sia nella parte periferica che in quella centrale.

Tempo di riposo

Molti alimenti richiedono un TEMPO DI RIPOSO dopo essere stati riscaldati. Il tempo di riposo è un intervallo di tempo che consente al calore di continuare a spostarsi nella zona centrale, eliminando le zone fredde. Se, durante il periodo di riscaldamento, il cibo era coperto, dovrà essere scoperto durante il tempo di riposo. Il tempo di riposo è particolarmente importante per alimenti densi quali lasagne, piatti gratinati, ecc. e alimenti che non possono essere mescolati durante il riscaldamento.

Quando il cibo è caldo al punto giusto?

Gli alimenti riscaldati dovrebbero essere serviti ben caldi, ovvero l'emissione di vapore dovrebbe essere visibile da ogni lato. Se, durante la preparazione e la conservazione del cibo sono state osservate le opportune norme igieniche, il riscaldamento a microonde, oppure con il programma **Combinato**, non comporteranno rischi aggiuntivi.

Gli alimenti che non possono essere mescolati dovrebbero essere incisi con un coltello, per verificare che siano ben caldi anche nelle parti interne.

Pur avendo seguito le istruzioni del produttore o i tempi indicati dalle tabelle, è importante verificare che gli alimenti si siano riscaldati bene. Nel dubbio, li si potrà reinserire nel forno e riscaldarli ulteriormente.

Come riscaldare

BIBERON e VASI DI VETRO - AVVERTENZA

Il latte e il latte in polvere **DEVONO** essere mescolati o agitati con cura prima di essere riscaldati e nuovamente a riscaldamento avvenuto; devono poi essere **assaggiati attentamente**, prima di essere portati al bambino. Nel caso di 210 - 240 ml di latte alla temperatura del frigorifero, rimuovere il tappo e la tettarella. Riscaldare a MAX (1000 W) per 25 - 30 sec. **PROVARE CON ATTENZIONE.** Nel caso di 90 ml di latte alla temperatura del frigorifero, rimuovere il tappo e la tettarella. Riscaldare a MAX (1000 W) per 10 - 15 sec.

PROVARE CON ATTENZIONE

N.B.: il liquido presente verso la sommità del biberon sarà molto più caldo di quello sul fondo; prima di controllare la temperatura occorrerà agitarlo bene.

Consigli per la cottura a microonde

Per ammorbidire il burro e renderlo facilmente spalmabile appena estratto dal frigorifero

Ammorbidire per 35-40 secondi a 270 W   (per 150 g). Rimuovere preventivamente la pellicola in cui eventualmente è avvolto.

Per ridare forma alla frutta secca

Aggiungere 4 cucchiaini d'acqua a 200 g di uvetta o di prugne (per le torte possono essere gonfiate lasciandole a bagno nel rum). Mescolare e riscaldare a 1000 W per 2-3 minuti. Lasciare riposare per 10 minuti.

Per riportare il formaggio a temperatura ambiente

Il formaggio estratto dal frigorifero dev'essere sistemato nel forno e "riscaldato" per 30 secondi - 1 minuto (a seconda delle sue dimensioni) a 250 W.

Per mondare mandorle o nocciole

Coprire con acqua calda e cuocere 3-6 minuti a 1000 W (riportare ad ebollizione). Fare raffreddare e scolare: la pelle potrà essere rimossa facilmente.

Per essicare le erbe aromatiche

Disporre della carta assorbente sul vassoio girevole. Dopo averle sminuzzate finemente, spargere le erbe fresche sulla carta. Ripetere più volte, se necessario. Riscaldare a 1000 W per alcuni minuti, controllando le erbe ogni 30 secondi, fino a quando incominceranno a seccare. Occorrerà prestare una particolare attenzione, perché le erbe non rimangano nel forno troppo a lungo; in tal caso si disintegrerebbero e potrebbero anche bruciare. Lasciare le erbe sulla carta assorbente per altre 2 ore a temperatura ambiente, quindi riporre in contenitori ermetici.

Per fare il caramello

Cuocere 100 g di zucchero insieme a 2 cucchiaini di acqua in una ciotola per 2-3 minuti a 1000 W e controllare a metà del tempo di cottura. Rimuovere il caramello prima che diventi scuro, poiché continuerà a cuocere anche fuori dal forno. È possibile arrestare la cottura, versandovi sopra due cucchiaini di acqua molto calda (attenzione ai bordi taglienti).

Consigli per la cottura a microonde

Per sciogliere il miele indurito

Dopo avere rimosso il coperchio del barattolo, disporre quest'ultimo nel forno e riscaldare a 250 W per 30-50 secondi, a seconda della quantità. Mescolare e ripetere, se necessario.

Crostini in pochi minuti

Tagliare due fette di pane bianco a dadini. Allargare i dadini su di un piatto. Riscaldare a 1000 W per 2 minuti, quindi lasciare riposare per 5 minuti. Prima di tagliare le fette di pane si possono inagiare e spruzzare con qualche goccia di olio di oliva.

Come ottenere più succo da un arancio o da un limone

Prima di spremere il frutto, passarlo nel forno a microonde per 30-40 secondi a 1000 W, quindi spremerlo immediatamente; si otterrà una quantità di succo maggiore.

Per fondere il burro

Disporre 100 g di burro in uno stampo coperto con un piattino: si scioglierà in un minuto a 600 W.

Per fondere il cioccolato

Spezzettare in una ciotola 100 g di cioccolato e riscaldare a 600 W per 2 min.-2 minuti e mezzo (la durata varia a seconda del contenuto di cacao e di zucchero). Mescolare almeno una volta durante il procedimento.

Lievitazione dell'impasto

Disporre l'impasto coperto nel forno e riscaldare per circa 5 minuti a 270 W ** (per 500 g di impasto). Lasciare l'impasto nel forno (lontano dalle correnti d'aria), fino a quando il volume sarà raddoppiato.

Per fare il vin brulé

In una pirofila di vetro o in un boccale, mescolare 20 cl di vino rosso, la scorza di un limone, un pizzico di cannella, un chiodo di garofano e 2-4 cucchiaini di zucchero, a piacere. Riscaldare a 1000 W per 1 min.-1 minuto e mezzo.

Per eliminare gli odori del forno

Per eliminare il caratteristico odore del pesce, disporre nel forno una ciotola di aceto di vino bianco oppure acqua insieme al succo di un limone. Riscaldare a 1000 W per 5 minuti. Asciugare il vapore che si condenserà sulle pareti.

Per preparare un impacco caldo

Riscaldare un panno pulito, umido ripiegato su di un piatto per 1-2 minuti a 1000 W. Controllare la temperatura, prima di applicare l'impacco.

Cottura con forno tradizionale ventilato

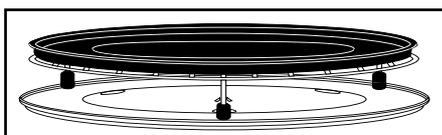
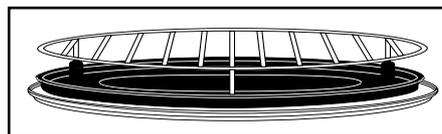
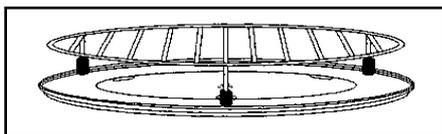


Il forno può essere utilizzato come un tradizionale forno ventilato, operante in modalità CONVEZIONE; questa dispone di un elemento posteriore per il riscaldamento, completo di ventola, per la circolazione dell'aria.

I forni ventilati sono molto efficienti; utilizzando la modalità CONVEZIONE, la cot-

tura risulta essere molto rapida e necessita di temperature inferiori, con conseguente risparmio di tempo ed energia. Quando il forno viene usato nella modalità CONVEZIONE, NON vi è emissione di energia a microonde, ovvero esso funziona come un forno tradizionale, consentendo quindi l'uso delle teglie metalliche standard e delle stoviglie da forno.

RICORDARE: se si utilizza la modalità CONVEZIONE, nella maggior parte dei casi sarà necessario ridurre di 20°C la temperatura indicata dagli altri ricettari.

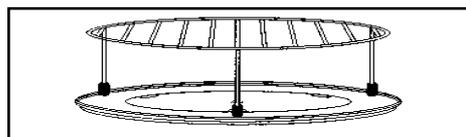
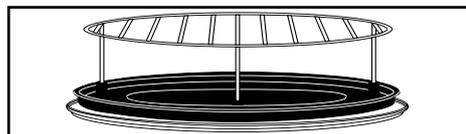


TEMPERATURA	USO (FORNO PRERISCALDATO)
100 - 110°C	Meringhe
120 - 140°C	Paté di carne e pesce, carne conservata, erbe aromatiche da seccare
150 - 170°C	Uova affogate, torte di frutta
180 - 190°C	Quiche, sformati, crème caramel, amaretti, carne bianca, carne brasata e stufata
200 - 220°C	Pasta Maddalena, soufflé, pesce intero, Savarin
230°C	Pollame, choux
240 - 250°C	Pizza, tartine, biscotti, sfogliatine, tartine di frutta, piccole brioche, biscotti arrotolati, carni rosse

Cottura con grill o con grill ventilato

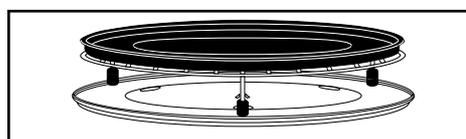
Grill:

Sono disponibili 3 impostazioni del GRILL contraddistinte dai numeri 1, 2 e 3. La maggior parte degli alimenti può essere cucinata con l'impostazione più calda, GRILL 1. GRILL 2 e GRILL 3 vengono utilizzate per cibi più delicati o per quegli alimenti che richiedono tempi più lunghi, ad esempio le porzioni di pollo. Se non è specificato diversamente in tabella o da una ricetta, utilizzare sempre l'impostazione GRILL 1.



Grill ventilato

Il GRILL ad aria forzata consente di cuocere ed arrostitire efficacemente grandi pezzi di carne, quali carni bianche, e grossi pezzi di pollame, nonché di portare a termine la gratinatura. Il PROGRAMMA GRILL/GRILL VENTILATO NON UTILIZZA L'ENERGIA DELLE MICROONDE.



Tempi approssimativi di cottura al grill (GRILL 1)

	Primo lato	Secondo lato
Bistecca (4 pezzi, ben cotta)	10 - 12 min.	10 - 12 min.
Lombata di maiale (fette)	12 - 14 min.	10 - 12 min.
Costolette di maiale	12 - 14 min.	12 - 14 min.
Kebab	12 - 14 min.	circa 12 min.
Salsicce	7 - 8 min.	6 - 8 min.
Cosce di pollo	15 - 20 min.	15 - 20 min.
Toast	4 - 5 min.	3 - 4 min.

Cottura con grill o con grill ventilato

Guida per il grill ventilato		
Grill Impostazione	Forno Temperatura (°C)	Cibo
3 (Bassa)	100°C ● 110°C	Meringhe
	120°C	Paté di carne e pesce, erbe aromatiche da seccare
	150°C	Torte di pan di Spagna
2 (Media)	170°C	Quiche, crema pasticcera al forno
	180°C	Soufflé, crème caramel, amaretti
	190°C	Pesce, pezzi grandi di pasticceria, carne brasata, carne stufata
1 (Elevata)	200°C ● 210°C ● 220°C	Carne bianca, choux, anatra, tartine aperte
	230°C	Carne rossa arrosto, pollame, brioche grandi, sfoglie grandi
	240°C ● 250°C	Sfoglie piccole, brioche piccole

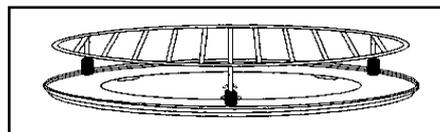
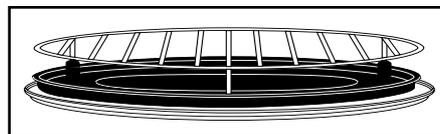
Cottura con il programma combinato - ventilato + microonde

La cottura con il programma Combinato è ideale per molti alimenti. La cottura con l'energia delle microonde è rapida, mentre il forno contribuisce a conferire la doratura e la croccantezza tradizionali. Tutto ciò avviene contemporaneamente, dimezzando o riducendo di un terzo, come conseguenza, i tempi di cottura convenzionali.

Non tutti gli alimenti, però, si prestano a questo tipo di cottura ed in molti casi quelli di piccole dimensioni, che cuociono velocemente per CONVEZIONE, non traggono nessun beneficio dalla cottura con il programma Combinato.

CIBI NON ADATTI ALLA COTTURA CON IL PROGRAMMA COMBINATO

Biscotti
Tranci disossati precotti
Meringhe
Torte di frutta ricche
Soufflé
Pasticcini piccoli con un ripieno molto bagnato
Prosciutto affumicato
Torta di pan di Spagna alla frusta



Italiano

Cottura con il programma combinato - ventilato + microonde

La tabella seguente indica le temperature del forno e l'energia delle microonde, che consentiranno di adattare le ricette preferite alla cottura con il programma Combinato e di utilizzare i ricettari disponibili per il programma stesso.

Temperatura del forno	Energia delle microonde	Uso
230°C	100 W	Cottura: Porzioni e petti di pollo, patatine croccanti al forno, bracirole Riscaldamento: Pizza, pane inagiato, salatini
220°C	250 W	Cottura: Torte di pasta pasticceria, pizza, pane Porzioni di pollo impanate Riscaldamento: Lasagne, cannelloni, formaggio al cavolfiore
190°C	100 W	Cottura: Quiche, tartine con crema pasticceria, budini al pan di Spagna
190°C	250 W	Arrosti: Pollo, anatra, tacchino Cottura: Lasagne, piatti gratinati
170°C	440 W	Arrosto: Tranci di agnello, manzo, maiale
160°C	100 W	Cottura: Torte (quali Madeira, di frutta leggera, ecc.) Pasticcini, budini di riso, paté di carne

Dovrebbero essere cotti, con il programma **Combinato + microonde**, quei piatti a base di carne ed uova, in quanto il programma ne riduce il restringimento.

Tabella delle modalità di riscaldamento per forno a microonde o combinato di alimenti freschi o surgelati.

Modo d'impiego: l'indicazione "+" corrisponde a una cottura combinata. CG indica il Calore Girevole e TB il Turbogrill. In tutti i casi di cottura Combinata, il forno deve essere preriscaldato alla temperatura indicata con il piatto nero posizionato sul piatto girevole.

Alimento	Peso o Quantità	Fresco	Surgelato
ANTIPASTI E GASTRONOMIA			
- Croque-monsieur (2 e 4)	1 pz (140 g) 2 x 140 g	TB 230° + 250 W 4-5 min CG 210° + 250 W 7 min, quindi 1 min TB 230°	Grill + 600 W 4 - 5 min Grill 2 + 440 W 7 min
- Conchiglie di pesce (1)	1 x 150 g 1 x 100 g	Grill + 600 W 2 min e 30 quindi 1 min Grill -	Grill + 600 W 5 - 7 min TB 180° + 440 W 6 min
- Croissant al formaggio (2) - Rollé al formaggio (6)	1 x 170 g 1 x 130 g	CG 210° + 250 W 3 - 4 min CG 200° + 250 W 3 - 4 min	CG 210° + 440 W 4 min CG 210° + 440 W 4 - 5 min
- Cestini prosciutto-formaggio (da cuocere) (6) - Cestini prosciutto-formaggio o chèvre - spinaci (cotti) (2) - imballo di carne (2)	2 x 120 g 2 x 110 g 2 x 170 g 1 x 125 g	- CG 230° + 250W 3 min CG 200° + 100W 5 min CG 200° + 100W 3 - 4 min CG 210° + 250W 3 - 4	CG 240° + 250 W 9 min - - TB 200° + 440 W 2 min 30 s
- Sfogliata prosciutto-funghi-formaggio (cotta) (2)	1 x 120 g		CG 200° + 440 W 4 - 5 min o Autoquiche (***) quindi 5 min CG 210°
- Soufflé al formaggio (da cuocere) (5)	2 x 120 g	-	CG 200° + 250 W 15 - 17 min
- Pastilla (da cuocere) (2)	2 x 100 g	-	CG 250° + 250 W 10 - 12 min

(1) sistemare in un piatto trasparente alle onde e resistente al calore e collocarlo sul treppiede alto. (2) rimuovere l'involucro e posizionare direttamente sul treppiede alto. (3) coprire. (4) girare o mescolare a metà cottura. (5) posizionare sul piatto nero. (6) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede basso. (7) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede alto.

TEMPO DI RIPOSO: è fondamentale lasciar riposare i cibi dopo il riscaldamento: da 3 a 6 min per gli antipasti, pane, prodotti di pasticceria, liquidi, piatti cucinati e 10 min per gratin e timballi.



Tabella delle modalità di riscaldamento per forno a microonde o combinato di alimenti freschi o surgelati.

Modo d'impiego: l'indicazione "+" corrisponde a una cottura combinata, CG indica il Calore Girevole e TB il Turbogrill. In tutti i casi di cottura Combinata, il forno deve essere preriscaldato alla temperatura indicata con il piatto nero posizionato sul piatto girevole.

Alimento	Peso o Quantità	Fresco	Surgelato
- Panini (2)	1 x 140 g	CG 230° + 250 W 2 min	-
- Tortini (7)	20 pz -150 g	-	CG 200° + 250 W 5 - 6 min
- Panino farcito (2)	1 x 110 g	TB 200° + 250 W 3 - 4 min	Grill 1 + 440 W 4 - 5 min
- Bouchée à la reine (bocconcini di pasta sfoglia farciti) (2)	4 x 140 g	CG 230° + 250 W 7 min 30 s	-
- Sfogliatine per aperitivi (da cuocere) (6)	16 pezzi (210 g)	CG 210° + 100 W 5 min	CG 240° + 100 W 12 - 13 min
- Tartine per aperitivi (già cotte) (2)	12 pezzi (160 g)	CG 210° 5 min	CG 230° + 100 W 5 - 6 min
- Mini conchiglie di San Giacomo (1)	12 pezzi (220 g)	-	Grill 1 + 250 W 6 min
- Sfogliata ai gamberi, tortino alla bourguignon o alla bretone (da cuocere)	1 x 450 g 1 x 500 g	CG 230° + 250 W 8 - 9 min (2) -	Preriscaldare a CG 250° e cuocere a CG 230° + 250 W 18 - 20 min quindi 3 min a CG 230° (6 per la sfogliata) (5 nella tortiera per la torta di pasta brisée)
- Nem (involtini indocinesi), samossa (sfogliatine ripiene) (2 e 4)	8 pcs (660 g)	TB 230° + 100 W 8 min	-
- Patate ripiene (2)	2 x 200 g	Grill 1 + 600 W 4 min 30 s	-
- Trelle sétoise (torta salata) (7)	1 x 350 g	FCG 240° + 250 W 3 min	-
- Crêpe ripiena (3)	1 x 150 g	Max 2 min	Max 3 - 4 min
- Crêpe non ripiena (3)	1 pz	Max 20 - 30 s	-
- Lumache (3)	12 pz 120 g	250 W 3 - 4 min	440 W 3 - 4 min nella loro vaschetta
- Pomodoro ripieno (3)	1 pz 170 g	Max 2 min	Max 4 - 6 min
- Tortilla normale o alle cipolle	1 x 500 g	Max 3 - 4 min	-
- Salame in crosta (7)	1 x 400 g	CG 200° + 440 W 8 min quindi far riposare 5 min	-

(1) sistemare in un piatto trasparente alle onde e resistente al calore e collocarlo sul treppiede alto. (2) rimuovere l'involucro e posizionare direttamente sul treppiede alto. (3) coprire. (4) girare o mescolare a metà cottura. (5) posizionare sul piatto nero. (6) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede basso. (7) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede alto. (7) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede basso.

TEMPO DI RIPOSO: è fondamentale lasciar riposare i cibi dopo il riscaldamento: da 3 a 6 min per gli antipasti, pane, prodotti di pasticceria, liquidi, piatti cucinati e 10 min per gratin e timballi.

Tabella delle modalità di riscaldamento per forno a microonde o combinato di alimenti freschi o surgelati.
Modo d'impiego: l'indicazione "+" corrisponde a una cottura combinata, CG indica il Calore Girevole e TB il Turbogrill. In tutti i casi di cottura Combinata, il forno deve essere preriscaldato alla temperatura indicata con il piatto nero posizionato sul piatto girevole.

Alimento Alimento	Peso o Quantità	Fresco	Surgelato
- Calzone (2) - Pizza (2) - pizza americana (2)	1 x 380 g 1 x 120 g 1 x 500 g 1 x 500 g 1 x 750 g	CG 200° + 250 W 6 min Autopizza Autopizza - -	CG 210° + 440 W 9 - 11 min Autopizza (**) Autopizza (**) CG 230° + 600 W 7 min quindi Grill 2 - 3 min O Pizza (***) + 4 min CG 220° CG 230° + 600 W 9 min quindi Grill 2 - 3 min
- Quiche lorraine - Torta rustica(2)	1 x 100-130 g 1 x 400 g	CG 200° + 100 W 3 min CG 200° + 100 W 4 min 30 s	CG 200° + 440W 4 - 5 min Autoquiche (***)
- Quiche ai porri (2)	1 x 1000 g	CG 180° + 100 W 7 per 8 min quindi far riposare	CG 180° + 440 W 15 min quindi far riposare 8 min
- Alsace tart/flan (2)	1 x 130 g	Auto pizza fresca	Autopizza (**)

(1) sistemare in un piatto trasparente alle onde e resistente al calore e collocarlo sul treppiede alto. (2) rimuovere l'involucro e posizionare direttamente sul treppiede alto. (3) coprire. (4) girare o mescolare a metà cottura.(5) posizionare sul piatto nero. (6) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede alto. (7) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede basso.

TEMPO DI RIPOSO: è fondamentale lasciar riposare i cibi dopo il riscaldamento: da 3 a 6 min per gli antipasti, pane, prodotti di pasticceria, liquidi, piatti cucinati e 10 min per gratin e timballi.

Italiano

Tabella delle modalità di riscaldamento per forno a microonde o combinato di alimenti freschi o surgelati.

Modo d'impiego: L'indicazione "+" corrisponde a una cottura combinata. CG indica il Calore Girevole e TB il Turbogrill. In tutti i casi di cottura Combinata, il forno deve essere preriscaldato alla temperatura indicata con il piatto nero posizionato sul piatto girevole

Alimento	Peso o Quantità	Fresco	Surgelato
PIATTI CUCINATI			
- Gratin (gratin dauphinois, moussaka, lasagne, tartine, manzo alla parmentier)	300-400 g (1) 800 g (1) 1 kg (7)	TB 200° + 600 W 5 min TB 230° + 600 W 7 - 9 min CG 250° + 600 W 11 - 12 min	Autogratin*** Autogratin*** Autogratin*** o TB 2 230° + 600 W 22 min
- Gratin di legumi (con o senza carne)	300 g 320-400 g 800 g	Grill 1 + 440 W 6 - 7 min (1) TB 200° + 600 W 7 min (1) TB 230° + 600 W 10 min (1)	Autogratin*** Autogratin*** Autogratin***
- Quenelles (3 e 4)	4 pz 320 g	440W 4 min	-
- Pesce alla bordolese	450 g	-	TB 230° + 600 W 11 - 12 min (7)
CONTORNI			
- Farinacee (3 e 4)	300 g	Max 2 - 3 min	Max 4 - 5 min
- Patate al forno e derivati delle patate (1 e 4)	300 - 500 g	-	Grill 1 + 600 W 7 - 10 min secondo la marca e lo spessore del prodotto
- Legumi (3 e 4)	100 g 200 g	Max 1 min - 1 min 30 s Max 1 min 30 s - 2 min	- -
- Puré (3 e 4) di patate di legumi	200 g 200 g 400 g 1000 g	Max 1 min 30 s Max 1 - 2 min Max 3 min 30 s -	Max 3 min Max 3 min 30 s Max 8 min Max 12 - 13 min
- Spaghetti al sugo (3)	200 g 500 g 1000 g	Max 2 min Max 4 min Max 7 - 8 min	- - Max 13 - 14 min (4)
- Riso (3)	150 g 300 g	Max 1 min Max 2 min 30 s	Max 2 min 30 s Max 4 min 30 s

(1) sistemare in un piatto trasparente alle onde e resistente al calore e collocarlo sul treppiede alto. (2) rimuovere l'involucro e posizionare direttamente sul treppiede alto. (3) coprire. (4) girare o mescolare a metà cottura. (5) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede alto. (6) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede basso.

TEMPO DI RIPOSO: è fondamentale lasciar riposare i cibi dopo il riscaldamento: da 3 a 6 min per gli antipasti, pane, prodotti di pasticceria, liquidi, piatti cucinati e 10 min per gratin e timballi.

Tabella delle modalità di riscaldamento per forno a microonde o combinato di alimenti freschi o surgelati.
Modo d'impiego: l'indicazione "+" corrisponde a una cottura combinata, CG indica il Calore Girevole e TB il Turbogrill. In tutti i casi di cottura Combinata, il forno deve essere preriscaldato alla temperatura indicata con il piatto nero posizionato sul piatto girevole

Alimento Alimento	Peso o Quantità	Fresco	Surgelato
CARNI E PESCE			
- Confit de canard (1) (4)	2 x 200 g 1 x 210 g	Grill 1 + 100 W 10 - 12 min Grill 1 + 100 W 5 - 6 min	
- Hamburger (crudo) (1) (4)	1 pz (150 g)	-	Max 1 min 30 s
- Cordon bleu (1) (4)	2 pz (200 g)	Grill 1 + 100 W 6 min	Grill 1 + 250 W 10 min
- Trippa (3 e 4)	500 g	Max 4 min 30 s - 5 min	Max 8 min
- Cocktail di salumi (3)	120 g	440 W 1 min 40 s	
- Tranci di carne cotti bistecca tritata (3) carne bianca (3) carne rossa (3) coscia di pollo	100 g 100 g 140 g 205 g	600 W 40 - 50 s 600 W 50 - 55 s 600 W 50 s Max 1 min 40 s	

(1) sistemare in un piatto trasparente alle onde e resistente al calore e collocarlo sul treppiede alto. (2) rimuovere l'involucro e posizionare direttamente sul treppiede alto. (3) coprire. (4) girare o mescolare a metà cottura. (5) posizionare sul piatto nero. (6) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede basso. (7) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede alto.

TEMPO DI RIPOSO: è fondamentale lasciar riposare i cibi dopo il riscaldamento: da 3 a 6 min per antipasti, pane, prodotti di pasticceria, liquidi, piatti cucinati e 10 min per gratin e timballi.

Tabella delle modalità di riscaldamento per forno a microonde o combinato di alimenti freschi o surgelati.
Modo d'impiego: l'indicazione "+" corrisponde a una cottura combinata, CG indica il Calore Girevole e TB il Turbogrill. In tutti i casi di cottura Combinata, il forno deve essere preriscaldato alla temperatura indicata con il piatto nero posizionato sul piatto girevole.

Alimento Alimento	Peso o Quantità	Fresco	Surgelato
VARIE			
Bevande			
- 1 tazza	235 ml	Max 2 min	-
- 2 tazze	470 ml	Max 3 min 30 s	-
- 3 tazze	705 ml	Max 4 min 30 s	-
- 4 tazze	940 ml	Max 6 min	-
Latte			
- 1 tazza	250 ml	600 W 2 min	-
- 1 brocca (3 e 4)	600 ml	600 W 4 min 30 s	-
- Alimenti per l'infanzia (vasetto a temperatura ambiente) (3)	30 g 120 g 200 g	600 W 15 s Tester 600 W 25 s Tester 600 W 40 s Tester	
Mignon di pasticceria da cuocere:			
- panini al cioccolato (6)	10 pezzi 250 g	-	CG 230° + 100 W 9 min quindi 4 min CG 230°
- panini all'uvetta (6)	10 pezzi 300 g	-	CG 230° + 100 W 9 - 10 min quindi 4 min CG 230°
- Pasticceria cotta (2 e 4)	1 pz (60 g)	3 - 4 mi Grill 1	Max 12 s quindi 2 min Grill o Autopane CG**
- Pane (forno non preriscaldato)			
1/4 di pagnotta (5)	80 g	-	Max 18 s quindi 5 min TB 250°
1/2 pagnotta (5)	250 g	-	Auto pane CG** quindi 10 min di riposo
1 pane casereccio (5)	500 g	-	CG 230° + 100 W 14 - 15 min
	430 g	-	CG 230° + 100 W 11 - 12 min quindi 2 min grill

(1) sistemare in un piatto trasparente alle onde e resistente al calore e collocarlo sul treppiede alto. (2) rimuovere l'involucro e posizionare direttamente sul treppiede alto. (3) coprire. (4) girare o mescolare a metà cottura. (5) posizionare sul piatto nero. (6) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede alto. (7) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede basso.

TEMPO DI RIPOSO: è fondamentale lasciar riposare i cibi dopo il riscaldamento: da 3 a 6 min per antipasti, pane, prodotti di pasticceria, liquidi, piatti cucinati e 10 min per gratin e timballi.

Tabella delle modalità di riscaldamento per forno a microonde o combinato di alimenti freschi o surgelati.

Modo d'impiego: l'indicazione "+" corrisponde a una cottura combinata. CG indica il Calore Girevole e TB il Turbogrill. In tutti i casi di cottura Combinata, il forno deve essere preriscaldato alla temperatura indicata con il piatto nero posizionato sul piatto girevole.

Alimento Alimento	Peso o Quantità	Fresco	Surgelato
DESSERT PRECOTTI			
Brownies alle noci (2 e 4)	2 x 80 g	-	Grill + 250 W 2 min
Cialda (2 e 4)		-	Grill + 250 W 2 min 30 s
Muffin	2 x 80 g	-	Scongellamento 3 min quindi riposo 5 min
Cannelés de Bordeaux	3 pz 180 g	-	Scongellamento 3 - 4 min
Galette del re	6 pers 400 g 8 pers 780 g	Grill + 250 W 3 - 3 min 30 s (2 e 4) Grill + 250 W 4 min (2 e 4)	CG 200° + 440 W 3 min (7) CG 200° + 440 W 5 min 30 s (7)
Crostata di mele (2)	400 g	-	CG 200° + 440 W 4 min 30 s
Torta basca (2)	1 x 660 g	-	CG 200° + 250 W 6 min 30 s e 5 min di riposo
Amarretti	16 pz 190 g	-	250 W 1 min - 1 min 20 s
Moelleux al cioccolato	1 pz	440 W 30 - 40 s	-
Crostata allo zucchero (4 e 2)	380 g	-	CG 250° + 250 W 3 min
Strudel albicocche-mele	300 g	-	TB 200° + 600 W 4 - 5 min (4 e 7)
Torta alla stracciatella (da cuocere) (5)	550 g	CG 230° + 100 W 20 - 22 min	-
Crumble alle albicocche (1)	300 g	-	Grill + 600 W 5 - 6 min
Pop corn dolci (3)	1 x 100 g	-	Max 2 min 30 s - 3 min

(1) sistemare in un piatto trasparente alle onde e resistente al calore e collocarlo sul treppiede alto. (2) rimuovere l'involucro e posizionare direttamente sul treppiede alto. (3) coprire. (4) girare o mescolare a metà cottura. (5) posizionare sul piatto nero. (6) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede alto. (7) posizionare su un foglio di carta da forno sul treppiede basso.

TEMPO DI RIPOSO: è fondamentale lasciar riposare i cibi dopo il riscaldamento: da 3 a 6 min per antipasti, pane, prodotti di pasticceria, liquidi, piatti cucinati e 10 min per gratin e timballi.

Cottura con il programma combinato - Accessori

Di seguito sono elencati alcuni esempi di alimenti che possono essere cucinati o riscaldati con il programma **Combinato**. L'uso degli accessori adatti è di fondamentale importanza. Se gli alimenti che si desidera cucinare o riscaldare non compaiono fra quelli elencati, si consiglia di cercare un tipo di alimento simile elencato ed utilizzare gli accessori indicati.

Come riscaldare

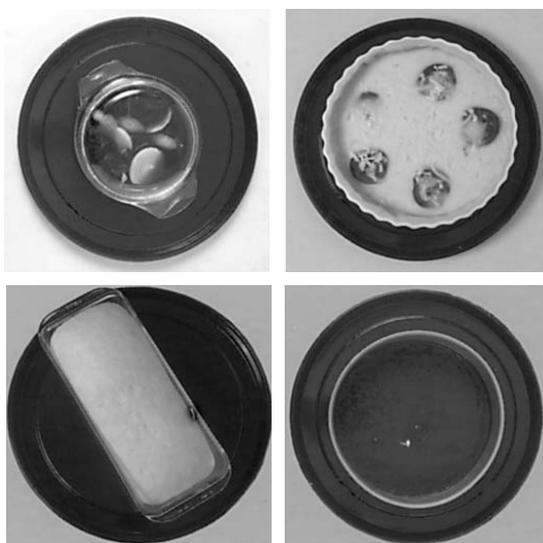
- a. **Pane inagiato.**
- b. **Pizza surgelata.** Disporre sul supporto alto, e collocare sul vassoio di metallo. Utilizzando un supporto alto, l'aria potrà circolare contribuendo a rendere croccanti la base ed il contorno.
- c. **Le pietanze in contenitori di foglio di alluminio** dovrebbero essere trasferite in una pirofila di vetro o di ceramica e collocate sul supporto alto da disporre sul vassoio di metallo. **NON** disporre contenitori di metallo o di foglio di alluminio direttamente sul supporto: ciò produrrebbe l'effetto dell'ARCO. Contenitori di alluminio non profondi possono essere disposti direttamente sul vassoio di metallo, se non sono ammaccati o danneggiati.
- d. **Pezzi piccoli** dovrebbero essere disposti in pirofile di vetro o ceramica e collocati sul supporto alto.



Cottura con il programma combinato - Accessori

Cottura

- Pasticcini** dovrebbero essere cotti in una pirofila resistente al calore e per forni a microonde, oppure in un piatto di ceramica, sul vassoio di metallo.
- Quiche** in teglie di ceramica: si consiglia di fare cuocere prima la base senza il ripieno. Disporre la teglia sul supporto alto.
- Forme di pane** in pirofila dovrebbero essere disposte sul vassoio di metallo.
- Torte.** Disporre la torta in una teglia apposita metallica leggermente rigata, direttamente sul vassoio di metallo. NON utilizzare uno supporto metallico.



Istruzioni per l'uso delle ricette illustrate nel presente manuale

Le nostre ricette indicano il metodo migliore di cottura specifico per ogni ricetta. Si invita a consultare la pagina 4 per informazioni sugli alimenti non adatti alla cottura a microonde e la pagina 21 per gli alimenti non adatti alla cottura con il programma Combinato.

Sovrapposizione e cottura su due livelli

È possibile riscaldare due pietanze su piatto contemporaneamente utilizzando le microonde, disponendoli sull'anello apposito di plastica. Ricordatevi di invertire i piatti a metà del tempo di riscaldamento.

Primi piatti

Uova

UOVA

Bucherellate sempre le uova (albume e tuorlo) prima di cuocerle, per evitare che scoppino.

UOVA SODE

Non tentate di far rassodare le uova con le microonde!! Potrebbero esplodere.

QUICHES

Cuocete le quiches su potenza MINIMA per evitare la formazione di grumi nell'impasto.

Uova in camicia

1. Riempite i 2/4 di una casseruola (300 ml. ca) con dell'acqua bollente, aggiungendo un pizzico di sale e una spruzzata di aceto (a piacere).
2. Scaldare su MASSIMA per 5 - 7 minuti e portate l'acqua all'ebollizione.
3. Rompete l'uovo nell'acqua. Bucherellate l'albume e il tuorlo più volte.
4. Coprite con un piattino e cuocete su BASSA per 1 minuto. (Se dovete cuocere più di un uovo seguite i consigli riportati in tabella.)
5. Lasciate riposare le uova, con il coperchio, per 1 min. prima di servire.

Uova strapazzate

1. Amalgamate tutti gli ingredienti (uova, latte, burro e pepe) in una brocca in Pyrex®.
2. Scaldare su potenza MASSIMA utilizzando il 1° tempo di cottura come da tabella sotto-indicata.
3. Mescolate bene.
4. Scaldare su potenza MASSIMA per il tempo suggerito in tabella.
5. Lasciate riposare. Le uova si rapprenderanno dopo il tempo di attesa.

Nr. d'uova	Latte	1° Tempo di cottura	2° tempo di cottura	Tempo d'attesa
1	1 Cucch.	30 sec.	20 sec.	1 min.
2	2 Cucch.	1 min. 10 sec.	30 sec.	1 min.
3	3 Cucch.	1 min. 20 sec.	30 sec.	2 min.

Nr. d'uova	Tempo di cottura su BASSA	Tempo d'attesa
1	1 min.	1 min.
2	1 min. 45 sec.	1 min. 30 sec.
3	2 min. 30 sec.	2 min.

Tabelle di cottura - PASTA, RISO, LEGUMI & CEREALI

Alimenti	Potenza	Tempo (min.)
PASTA (al dente) per 225 gr. + 1 litro di acqua bollente		
Fusilli	MASSIMA	8 - 10
Maccheroni	MASSIMA	10 - 12
Spaghetti	MASSIMA	8
Lasagne	MASSIMA	6 - 8
Tortellini	MASSIMA	12
Tagliatelle	MASSIMA	8 - 9
PASTA (cottura veloce) per 225 gr. + 1 litro di acqua bollente		
Spaghetti	MASSIMA	5 - 7
Pasta (tipi diversi)	MASSIMA	6 - 8
RISO per 300 ml + 550 ml di acqua		
Bianco (comune)	MASSIMA	12 - 14
Integrale	MASSIMA	16 - 18
Superfino bianco	MASSIMA	14 - 17

Alimenti	Potenza	Tempo (min.)
Superfino integrale	MASSIMA	20 - 22
Riso misto	MASSIMA	18 - 20
FAGIOLI E LEGUMI per 220 gr. + 600 ml di acqua		
Ceci	MASSIMA poi BASSA	15 poi 30
Piselli	MASSIMA poi BASSA	3 poi 15

Porridge	Avena (tazze)	Acqua/ Latte	Tempo su pot. MEDIA
1 porzione	1/2	1 tazza	2 1/2 min.
2 porzioni	1	2 tazze	4 - 5 min.
4 porzioni	2	4 tazze	8 - 9 min.

Mescolate il porridge a metà cottura.

Primi piatti

INGREDIENTI

burro 25 gr.
brodo caldo 1/2 litro
vino bianco 3 cucchiari
farina 20 gr.
rafano grattugiato 50 gr.
panna 125 gr.
aneto 1 rametto
sale, pepe q.b.
succo di limone 1 cucchiario
zucchero 1 cucchiario
salmone affumicato 75 gr.

Soupe di salmone al rafano

Tempo di cottura: circa 7 - 10 minuti

1. Mettete il burro, il brodo, il vino e la farina in un tegame di vetro. Mescolate bene il tutto e fate bollire nel forno a microonde per 4 - 6 min. sulla posizione  1000 W.
2. Mescolate energicamente. Aggiungete il rafano, mescolate e rimettete nel forno a microonde sulla posizione  440 W per 3 - 4 min.
3. Montate la panna fino a che non è densa e incorporatevi delicatamente l'aneto tritato. Insaporite la soupe con sale, pepe, il succo di limone e lo zucchero.
4. Disponete il salmone tagliato a listarelle lunghe e incorporate la crema di aneto prima di servire.

INGREDIENTI

cozze 1 kg
verdure assortite per minestra
1 sacchetto (250 gr. netti)
pomodoro pelato 1 (50 gr.)
funghi 100 gr.
aglio 1 spicchio
alloro 2 foglie
vino bianco 375 ml
sale, pepe q.b.
rosso d'uovo 1
panna fresca 1 bicchiere
aneto q.b.

Zuppa di cozze

Tempo di cottura: circa 19 - 20 minuti

1. Lavate le cozze e pulitele bene.
2. Mondate la verdura, lavatela e tagliatela a dadini. Tagliate anche i funghi a fettine e i pomodori a dadini. Mettete in un tegame di vetro la verdura con lo spicchio d'aglio tritato, le foglie di alloro, il sale, il pepe e 125 ml di vino.
3. Mettete nel forno a microonde sulla posizione  1000 W per 10 min., chiudendo il recipiente.
4. Aggiungete le cozze e il resto del vino e fate cuocere a recipiente chiuso sulla posizione pesce oppure su  1000 W per circa 8 min.
5. Togliete le cozze dai loro gusci e aggiungetele alla zuppa.
6. Dopo aver sciolto il tuorlo d'uovo nella panna incorporatela nella zuppa.
7. Fate scaldare per 1 - 2 min. sulla posizione  1000 W servite dopo aver spolverato di aneto tritato.

Primi piatti

INGREDIENTI

riso 250 gr.
acqua 1/2 litro
sale q.b.
cipolle 3 (100 gr.)
burro 20 gr.
prosciutto cotto 250 gr.
funghi 1 scatola (115 gr.)
prezzemolo 1 mazzetto
erba cipollina 1 mazzetto
emmental grattugiato 200 gr.
salsa di soja 1 cucchiaino
panna 6 cucchiaini

Sformato di riso

Tempo di cottura: circa 41 - 44 minuti

1. Mettete il riso in una pirofila con acqua e sale e far cuocere su  1000 W per 6 min. e su  250 W per 13 - 15 min.
2. Tritare le cipolle e far rosolare con il burro in una pirofila su  1000 W per 2 - 3 min.
3. Tagliate il prosciutto a dadini, tagliare i funghi, lavare le verdure e tritarle, aggiungendo tutto al riso, insieme al formaggio, la salsa di soja e la panna. Mescolate e versate in una forma per soufflé.
4. Metterla sul piatto girevole e far cuocere senza coperchio con il programma combinato ( 200°C +  440 W) per circa 20 min. A fine cottura lasciar riposare ancora per circa 3 - 5 min. nel forno spento.

INGREDIENTI

12 funghi piani
2 cucchiaini (30 ml) di olio d'oliva
1/2 cipolla media, finemente tritata
1 spicchio d'aglio schiacciato
1/2 peperone verde, tagliato a pezzetti
1 cucchiaino di prezzemolo fresco tritato
sale, pepe q.b.
condimento italiano (vedere sotto)
50 g di parmigiano reggiano
50 g di pane bianco fresco sbriciolato
1 tuorlo d'uovo
1 cucchiaino d'acqua (5 ml)

Condimento italiano

1 cucchiaino di basilico secco
1 cucchiaino di prezzemolo secco
1 cucchiaino di origano secco
1 cucchiaino di fiocchi di cipolla (cipolla secca tritata)
1 cucchiaino di sale all'aglio
sale, pepe

Funghi ripieni

Tempo di cottura: 25 minuti

Porzioni: 6

Accessorio da forno: leccarda smaltata

1. Lavare e asciugare i funghi, privarli del gambo
2. Tritare finemente i gambi dei funghi.
3. Mettere in una terrina l'olio d'oliva, i gambi dei funghi tritati, le cipolle, l'aglio e il peperone verde, coprire e cuocere per 5 minuti nel microonde a  1000W.
4. Preriscaldare il forno vuoto su convezione  190°C.
5. Preparare il condimento italiano mescolando gli ingredienti in una terrina.
6. Mescolare prezzemolo, sale, pepe, condimento italiano, formaggio e briciole di pane.
7. Sbattere il tuorlo con acqua e aggiungere al composto, mescolando bene.
8. Farcire ogni fungo, collocarlo sulla leccarda smaltata unita e cuocere in forno per 20 minuti.

Primi piatti

INGREDIENTI

il bianco di un piccolo porro q.b.
rapa 150 gr.
carote 250 gr.
verza 150 gr.
sedano 150 gr.
acqua calda $\frac{3}{4}$ di litro
sale, pepe q.b.
dado per brodo 1
polpettine:
carne trita 150 gr.
cipolla piccola 1
uovo 1
prezzemolo tritato 2 cucchiari
pangrattato 3 cucchiari
sale, pepe, paprika dolce,
spezie per la carne tritata q.b.
pepe di caienna q.b.
piselli 150 gr.
noce moscata q.b.
salsa worchester q.b.

Zuppa di verdure con polpettine

Tempo di cottura: circa 29 minuti

1. Pulite, lavate e tagliate le verdure a pezzettini.
2. Mettetele in un tegame di vetro con l'acqua il dado, il sale, il pepe e mescolate bene. Coprite e portate ad ebollizione per 9 min. sulla posizione  1000 W.
3. Togliete dal forno, mescolate bene e fate cuocere per altri 15 min. sulla posizione  440 W.
4. Mescolate il trito con gli altri ingredienti fino ad ottenere un impasto omogeneo. Fatene delle polpettine della grandezza di una noce. Mescolate le polpettine e i piselli surgelati con la zuppa, facendo attenzione a non romperle.
5. Coprite e rimettete nel forno a microonde sulla posizione  1000 W per 5 min. Aromatizzate a volontà con sale, pepe, noce moscata e salsa Worchester.

INGREDIENTI

lasagne verdi 100 gr. (4 lasagne)
per il sugo di carne:
cipolla media tritata 1
carne trita 200 gr.
pomodori 1 scatola (250 gr. circa)
aglio spremuto 1 spicchio
sale, pepe
origano 1 cucchiario
per la besciamella al formaggio:
margarina 30 gr.
farina 30 gr.
latte 4 decilitri
parmigiano grattugiato 30 gr.
emmental grattugiato 30 gr.
noce moscata
parmigiano grattugiato
1 cucchiario
pangrattato 1 cucchiario
noci di burro q.b.

Lasagne

Tempo di cottura: circa 36 - 37 minuti

1. Sugo di carne: Soffriggete la cipolla tritata in un tegame di vetro per 2 - 3 min. sulla posizione  1000 W.
2. Aggiungete tutti gli ingredienti necessari per il sugo e fate cuocere per 9 min. sulla posizione  1000 W senza coperchio. Mescolate bene durante la cottura.
3. Besciamella al formaggio: Fate fondere la margarina in un tegame di vetro per 1 min. sulla posizione  1000 W.
4. Incorporatevi prima la farina e poi il latte. Mescolate bene. Fate scaldare 4 min. sulla posizione  1000 W senza dimenticare di mescolare 2 volte durante la cottura. Quando la salsa è calda, incorporate il parmigiano grattugiato. Salate e pepate e mettete un po' di noce moscata.
5. Prendete un tegame per gratinare di dimensioni adatte, imburратelo sul fondo e mettete uno strato di lasagne, uno strato di sugo di carne e uno strato di besciamella.
6. Spolverate di parmigiano e di pangrattato e cospargete con le noci di burro. Mettete sul piatto rotante e cuocete senza coperchio sul programma combinato ( 200°C +  440 W) per ca. 20 min.

Primi piatti

INGREDIENTI

300-400 ml d'acqua
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino e 1/2 di olio d'oliva
350 g di farina bianca forte per pane
1/2 cucchiaino di origano secco
2 cucchiaini di zucchero semolato
2 cucchiaini di fiocchi di cipolla (cipolla secca tritata)
1 cucchiaino di basilico secco
1/2 cucchiaino di sale all'aglio
2 cucchiaini di lievito secco

Rotolo alle erbe

Tempo di cottura: 20-25 minuti

Porzioni: 8 rotoli

Accessorio da forno: leccarda smaltata, vassoio di metallo, vassoio di vetro

1. Mettere tutti gli ingredienti secchi in una terrina grande. Aggiungere l'olio d'oliva e mescolare bene, aggiungere gradualmente l'acqua, fino a ottenere un impasto denso.
2. Lavorare il composto con le dita per 10 minuti fino a ottenere una pasta molto elastica.
3. Coprire e lasciar lievitare in un luogo caldo per 30 minuti.
4. Togliere la pasta dalla terrina e tagliarla in due parti. Tagliare ciascuna metà in quattro pezzi e lavorarli a forma di rotoli.
5. Collocarne quattro sulla leccarda smaltata e quattro sul vassoio di metallo.
6. Inserire la leccarda smaltata e il vassoio di metallo e continuare la lievitazione per 30 minuti nel forno su convezione  40°C.
7. Estrarre i vassoi utilizzando guanti da forno e preriscaldare il forno su convezione  190°C.
8. Cuocere per 20-25 minuti, fino a quando i rotoli non appaiono dorati e la base suona vuota alla percussione.

Pesce

Il pesce è un alimento particolarmente adatto per la cottura a microonde perchè rimane morbido e non crea il difficile problema dell'odore da togliere all'interno del forno.

Se avete problemi con un odore di pesce molto forte eliminatelo ponendo nel forno una pentola di acqua (600 ml circa) con un limone tagliato a fette. Fate bollire l'acqua per 20 min., dopodichè pulite le pareti del forno con un panno soffice e umido.

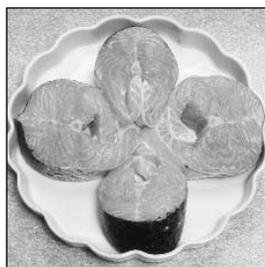
COME SAPERE SE IL PESCE E' COTTO?

Il pesce è cotto quando diventa opaco e si sfalda facilmente.



FILETTI DI PESCE

Il pesce in filetti deve essere arrotolato prima della cottura, per evitare che le estremità e la coda cuociano troppo.



TRANCI DI PESCE

Il pesce in tranci deve essere sistemato in cerchio con le pareti più sottili verso l'esterno per evitare che si brucino.



QUANDO COPRIRE IL PESCE?

E' sempre meglio coprire il pesce con della pellicola per microonde, oppure con coperchi perfettamente aderenti.

Pesce



PESCE PRECOTTO SURGELATO

Il pesce precotto surgelato deve essere cotto in 2 fasi. Per porzioni da 150 - 170 gr. aprite la confezione e sistemate il pesce su un piatto. Impostate il programma SCONGELAMENTO per 4 min., lasciate riposare per 2 min., poi cuocete su potenza MASSIMA per 6 min. o fino a completa cottura.

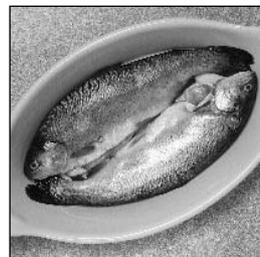


LIQUIDI

Tutto il pesce fresco dovrebbe essere annaffiato con del limone o vino bianco (2 cucchiaini circa). Potete farlo anche se il pesce è surgelato per ottenere dei risultati di cottura migliori.

SALE

Salate il pesce solo a fine cottura perchè il sale lo rende più secco.



PESCE INTERO

Se dovete cuocere 2 pesci interi insieme, sistemati in modo da avere la testa di uno vicino alla coda dell'altro per avere una cottura più omogenea.

Proteggete la coda e la testa di pesci molto grossi con fogli di alluminio o carta per forno.

Come cuocere il pesce con il Grill o la Combinazione

Spennellate il pesce con del burro o dell'olio per mantenerlo morbido durante la cottura.

Sistematelo sulla griglia in metallo ma **NON SALATE**, aggiungete, se necessario, solo del pepe o erbe aromatiche.

Selezionate il livello GRILL appropriato aiutandovi con i suggerimenti riportati nelle tabelle di cottura.

Avrete senz'altro risultati di cottura migliori e più omogenei usando il programma GRILL (2).

Per piccole porzioni di pesce, è consigliato cuocere solo con il programma MICROONDE oppure GRILL.

TEMPO DI ATTESA

Il pesce necessita di un tempo di attesa di circa 2 - 3 min. dopo la cottura.

Pescce

Tabella di cottura

Alimento	Peso Qta'	Modi di cottura (a scelta)	Tempo (min.)
FRESCO E CRUDO Filetti impanati	300 gr. (2)	GRILL oppure COMBI: Grill + Minima	12 - 14 10 - 12
Filetti	450 gr. (3)	MASSIMA oppure GRILL	3 - 4 12 - 14
A fette (salmone ecc...)	350 gr. (2)	MASSIMA oppure GRILL	3 - 4 10 - 12
Intero	280 gr. (1)	MASSIMA oppure GRILL	3 - 4 12 - 14
Pesce d'acqua dolce	200 gr.	MASSIMA oppure GRILL	6 - 8 6 - 8
SURGELATO CRUDO Filetti impanati	300 gr. (2)	GRILL (1) oppure COMBI: Grill + Minima	16 - 18 13 - 14
Bastoncini	210 gr. (3)	MASSIMA oppure GRILL oppure COMBI: Grill + Manten.	4 - 5 12 - 14 8 - 10
Filetto di merluzzo	380 gr. (4)	MASSIMA GRILL (1)	7 10 - 15
Scampi	255 gr.	GRILL (1) oppure COMBI: Grill + Manten.	10 - 12 8 - 10
Intero	450 gr. (2)	MASSIMA	10 - 12

Pesce

INGREDIENTI

salmone 4 tranci (50 gr. ciascuno)
succo di limone $\frac{1}{2}$
sale, pepe bianco q.b.
aneto secco 1 cucchiaino
burro 10 gr.
cipolla tritata finemente 1
vino bianco 4 cucchiaini
salsa olandese in polvere 1 sacchetto
panna fresca 4-6 cucchiaini
aneto secco 1 cucchiaino
tuorlo d'uovo 1

Salmone al "court-bouillon" e all'aneto

Tempo di cottura: circa 9 - 12 minuti

1. Spruzzate il salmone con il succo di limone, salate, pepate e cospargete di aneto. Mettete il burro e la cipolla tritata finemente in un tegame di vetro e fate cuocere per 2 min. sulla posizione ☞ 1000 W.
2. Disponete i tranci di salmone uno a fianco all'altro nel tegame, aggiungete il vino, coprite e fate cuocere su PESCE oppure su ☞ 1000 W per 7 min.
3. Togliete il pesce dal sugo di cottura e lasciatelo riposare coperto con un foglio di alluminio. Aggiungete $\frac{1}{4}$ l. di acqua al sugo di cottura. Incorporate la salsa in polvere e portate ad ebollizione per 2 - 3 min. sulla posizione ☞ 1000 W, mescolando.
4. Sbattete il tuorlo d'uovo con la panna e aggiungete l'aneto secco legando poi il tutto con la salsa.

INGREDIENTI

sogliola 4 filetti (circa 400 gr.)
succo di limone $\frac{1}{2}$
sale q.b.
burro 20 gr.
cipolla tritata 1 piccola
pane a cassetta 1 fetta
cime di broccoli 150 gr
acqua 4 cucchiaini
dado per brodo $\frac{1}{2}$
sale, pepe, noce moscata q.b.
funghi 200 gr.
burro 30 gr.
vino bianco 8 cucchiaini
panna fresca 4 cucchiaini
salsa bianca in polvere 1 sacchetto

Involtoni di sogliola alla giardiniera

Tempo di cottura: circa 21 - 23 minuti

1. Tagliate i filetti di sogliola per il lungo, spruzzateli di succo di limone e salate. Mettete il burro, la cipolla tritata e i cubetti di pane in un tegame di vetro; coprite e fate cuocere per 3 min. sulla posizione ☞ 1000 W.
2. Lavate le cime dei broccoli. Mettete da parte quattro broccoli e mettete gli altri con quattro cucchiaini di acqua e il dado nel tegame dove avete cotto pane e cipolla. Coprite e fate cuocere per 6 min. sulla posizione ☞ 1000 W.
3. Togliete il tegame e passate le verdure. Salate, pepate e mettete noce moscata a volontà. Spalmate i filetti con questa pasta e arrotolateli tenendoli fermi con uno stuzzicadenti di legno.
4. Pulite, lavate e tritate i funghi; metteteli in un tegame di vetro con 4 cucchiaini di vino e un po' di burro; coprite e lasciate cuocere per 4 min. sulla posizione ☞ 1000 W.
5. Aggiungete il vino, la panna e il sacchetto di salsa bianca e portate ad ebollizione per 2 - 3 min. sulla posizione ☞ 1000 W. Togliete dal forno e mescolate in modo da ottenere una salsa ben amalgamata; aggiungete sale a piacere.
6. Rimettete gli involtoni di sogliola e i broccoli nella salsa, coprite e fate cuocere su PESCE oppure su ☞ 1000 W per 6 - 7 min. Servite immediatamente.

Pesce

INGREDIENTI

nasello surgelato (senza testa) 750 gr.
succo di limone $\frac{1}{2}$
brodo 125 cl
spezie per pesce 1 cucchiaino
verdure secche per minestra 1 cucchiaino

Nasello surgelato al vapore

Tempo di cottura: circa 35 - 38 minuti

1. Far cuocere il pesce su ☼ 600 W per 35 - 38 min. insieme al brodo e alle spezie in una pirofila ovale coperta.
2. A metà cottura voltare il pesce. Lasciar riposare con coperchio per altri 5 - 10 min.

INGREDIENTI

rombo 1 (700 - 800 gr.)
succo di limone 1
sale q.b.
vino $\frac{1}{8}$ di litro
cipolla media 1
acqua $\frac{1}{4}$ l.
salsa bianca in polvere 1 sacchetto
panna fresca 5 cucchiaini
tuorlo d'uovo 1
polpa di granchio 100 gr.
cozze 1 vasetto (circa 150 gr.)
prezzemolo q.b.

Rombo alle cozze

Tempo di cottura: circa 12 - 15 minuti

1. Preparare il pesce, levandogli la testa, la coda, le pinne. Sciacquatelo, sgocciolatelo e mettetelo in un tegame di vetro. Spruzzatelo con succo di limone, salate leggermente.
2. Tagliate le cipolle a fettine e aggiungetele nel tegame con il vino bianco; coprite e fate cuocere per 8 - 10 min. sulla posizione ☼ 1000 W.
3. Togliete il pesce dal sugo di cottura e tenetelo al caldo, coperto con un foglio di alluminio.
4. Passate il sugo di cottura e versatevi l'acqua, fino ad ottenere $\frac{1}{4}$ di litro di liquido. Mescolatevi la salsa bianca e portate ad ebollizione per 2 - 3 min. sulla posizione ☼ 1000 W, in modo da ottenere un miscuglio molto omogeneo.
5. Incorporatevi il tuorlo d'uovo e la panna fresca per legare la salsa; aggiungete alla polpa di granchio, dopo averla sgocciolata, le cozze e fate cuocere per altri 2 min. sulla posizione ☼ 1000 W. Servite il pesce guarnendolo di fette di limone circolari e servite la salsa a parte.

Pesce

INGREDIENTI

Filetti di sogliola surgelati
250 gr.
succo di limone 1/2
sale
burro 1 cucchiaino
cipolle tritate 2 piccole
champignons 1 vasetto
piccolo (115 gr.)
vino bianco 125 ml
panna 125 ml
salsa olandese 1/2
confezione

Filetti di sogliola surgelati con funghi

Tempo di cottura: circa 15 - 19 minuti

1. Versate il limone sul pesce e salare. Mettere in una pirofila il burro, insieme ai cubetti di cipolla, e farlo sciogliere su  1000 W per 2 - 3 min.
2. Aggiungere il pesce, gli champignons tagliati a metà e il vino. Far scongelare e cuocere con coperchio su  600 W per 11 - 13 min.
3. Dopo la cottura, togliere i filetti e coprirli con un foglio d'alluminio. Versare nel sugo di cottura la panna e la salsa in polvere e far bollire su  1000 W per 2 - 3 min.
4. Versare la salsa sui filetti di sogliola e servire.

INGREDIENTI

spinaci surgelati 1 pacchetto
mollica di pane 200 gr.
latte 1/4 di litro
tonno sott'olio 2 scatole
(155 gr. ciascuna)
uova 3
succo di limone 2 cucchiaini
sale, pepe q.b.
formaggio grattugiato 50 gr.

Sufflé di tonno

Tempo di cottura: circa 35 - 40 minuti

1. Mettete gli spinaci surgelati in un tegame di vetro e fateli scongelare e cuocere sulla posizione  1000 W per 15 min.
2. Tagliate il pane a pezzettini, ammorbiditelo con il latte e lasciatelo riposare per 10 min.; sgocciolate il tonno e spezzettatelo.
3. Separate i rossi delle uova e montate gli albumi a neve molto densa salando leggermente.
4. Mescolate bene il pane a dadini con il tonno, gli spinaci, il succo di limone, le spezie e tuorli d'uovo.
5. Incorporate i bianchi delicatamente. Versate il preparato in uno stampo per soufflé imburato e cospargete di formaggio grattugiato. Mettete sul piatto rotante e cuocete sul programma combinato ( 190°C +  440 W) per 20 - 25 min. senza coperchio. Lasciare riposare nel forno per 3-5 min.

Italiano

Carne & pollame

ARROSTI SCONGELATI

Se la carne è stata surgelata, accertatevi prima di cuocerla con le microonde, che si sia del tutto scongelata ed ammorbidita.

Arrosti o grossi pezzi di carne, dovrebbero avere un tempo di attesa di almeno 30 min. prima di essere cotti, per essere certi che si siano scongelati anche le parti interne in modo omogeneo.

PARTI GRASSE

Le grosse quantità di grasso assorbono facilmente l'energia delle microonde. Tutto ciò può causare la cottura o, addirittura, la stracottura delle parti più vicine. Per evitare che ciò accada, scegliete sempre dei tagli di carne magri, e, comunque, non troppo grassi.

COME CUOCERE UN ARROSTO CON LE MICROONDE

Per cuocere un arrosto con le microonde, sistemate la carne su una griglia adatta alle microonde (non in metallo, quindi) e coprite con un coperchio a pareti alte. Oppure, in alternativa, utilizzate un piatto largo e poco profondo, per raccogliere il grasso in eccesso, e sistemate l'arrosto in un contenitore a pareti alte.

TEMPO DI ATTESA

Dopo la cottura a microonde, carne e pollame necessitano di un TEMPO DI ATTESA di almeno 15 min. avvolti in uno strato di pellicola trasparente o comunque di carta per forno.

Questo permette alla carne di completare la cottura rendendosi così anche più morbida al taglio.

OSSA

Proteggete le ossa esterne dei pezzi di carne con dei fogli SOTTILI (piccoli pezzi) di carta per forno o di alluminio per evitare che si brucino.

COME CUOCERE PICCOLI PEZZI DI CARNE CON LE MICROONDE

Anche i piccoli tagli di carne possono essere cotti con successo nel vostro forno a microonde senza rischiare di farli bruciare.

Poneteli sempre sopra una griglia adatta alle microonde, per lasciarli sgocciolare dal grasso in eccesso.

QUANDO GIRARE LA CARNE

Arrosti e pollame devono essere sempre girati a metà cottura.

PROTEZIONE

Per i grossi pezzi di carne è necessaria una leggera protezione delle parti esterne, per evitare che cuociano troppo.

Utilizzate piccoli pezzi di fogli sottili di carta per forno o alluminio, per ricoprire gambe ali e petti di pollo e tacchino.

ASSICURATEVI CHE I FOGLI PROTETTIVI NON TOCCHINO LE PARETI DEL FORNO.

Carne & pollame

COME CUOCERE UN ARROSTO CON LA COMBINAZIONE

Sistamate la carne in un contenitore a bordi alti e ponetelo su un piatto resistente al calore.

Per gli arrosti è comunque meglio cuocere prima con le microonde e terminare la cottura con il programma Combinato per dare al cibo la doratura finale. Non coprite il cibo.

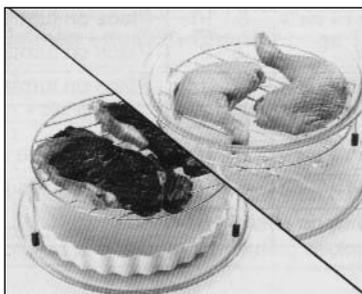


Come cuocere piccoli tagli di carne con il Grill o la

Combinazione

Sistamate il cibo sulla griglia in metallo, poi sul piatto rotante in vetro. Usate un piatto da porre sotto la griglia come raccogliogocce per il grasso e i liquidi in eccesso.

Se dovete cuocere dei tagli di carne molto grossi che non riuscite a sistemare sulla griglia in metallo, poneteli in un recipiente resistente al calore, poi sul piatto rotante in vetro: l'azione del grill sarà ugualmente efficace ma probabilmente impiegherà più tempo.



Carne & pollame

Tabella di cottura

Alimento	Peso Qta'	Modi di Cottura (a scelta)	Tempo (min.)
POLLO CRUDO Petti disossati	850 gr. (4)	MEDIA oppure GRILL (1) oppure COMBI: Grill (1) + Media	12 - 14 20 - 25 10 - 12
Quarti	850 gr. (4)	MEDIA oppure GRILL (1) oppure COMBI: Grill (1) + Media	20 - 25 30 15 - 20
Intero		MEDIA poi COMBI: Grill (1) + Media	9 - 10 (per 450 gr.) poi 5
MAIALE CRUDO Costate	800 gr. (4)	MEDIA oppure GRILL (1) oppure COMBI: Grill (1) + Media	12 - 14 20 - 25 18 - 20
Lonza	250 gr.	MEDIA oppure GRILL (2) oppure COMBI: Grill (2) + Bassa	5 - 7 20 - 25 10 - 15
Arrosto		MEDIA poi COMBI: Grill (1) + Media	13 - 14 (per 450 gr.) poi 5

Carne & pollame

INGREDIENTI

zampetto da 1 kg. 1
sale, pepe q.b.
crauti 1 scatola (520 gr.)
vino bianco 1/8 litro
foglia di alloro 1

Crauti e zampetto di maiale

Per 2 persone

Tempo di cottura: circa 36 - 41 minuti

1. Sciacquate bene lo zampetto e asciugatelo. Spolveratelo con pepe e sale mettetelo in un tegame di vetro; coprite e fate cuocere per 8 min. sulla posizione  1000 W.
2. Giratelo e fate dei tagli a croce nella cotenna. Aggiungete i crauti, la foglia di alloro e il vino bianco. Coprite e fate cuocere per 8 min. sulla posizione  1000 W, poi fate cuocere a fuoco lento per 20 - 25 min. sulla posizione  440 W.
3. Dopo la cottura fate riposare per altri 5 - 10 min. a recipiente coperto.

INGREDIENTI

lombata di maiale senza ossa
1 kg
miele 1 cucchiaio
senape 2 cucchiari
coriandolo in polvere 2 cucchiaini
chiodi di garofano macinati 1/2
cucchiaino
curry 2 cucchiaini
cipolle 2 (100 gr.)
sidro 1/4 di litro
mele renette 500 gr.
legante per salsa bruna 2
cucchiari
pinoli 60 gr.
burro 10 gr.

Arrosto di maiale alle mele

Tempo di cottura: circa 37 - 43 minuti

1. Mettete la carne in un tegame di vetro e fate cuocere per 7 min. sulla posizione  1000 W.
2. Fate un impasto con il miele, la senape e le spezie e spalmateci l'arrosto. Pelate le cipolle e aggiungetele nel tegame con la metà del sidro; coprite e fate cuocere su MAIALE oppure per 22 - 24 min. sulla posizione  440 W.
3. Dopo la cottura, togliete la carne dal tegame e tenetela al caldo, ricoperta da un foglio di alluminio.
4. Lavate le mele, tagliatele in 8 e togliete i semi; mettetele nel tegame con il resto del sidro e fate cuocere sulla posizione  1000 W per 4 - 6 min.
5. Togliete le fette di mela e aggiungete il sugo, il legante per la salsa bruna e fate scaldare per 1 - 2 min. sulla posizione  1000 W.
6. Fate abbrustolire i pinoli con il burro in un piattino per 3 - 4 min. sulla posizione  1000 W. Versateli nella salsa e aggiungete le fette di mela.
7. Tagliate l'arrosto a fette e copritelo con la salsa.

Italiano

Carne & pollame

INGREDIENTI

lombata di maiale con l'osso
1,2 kg
sale, pepe bianco, paprika
dolce q.b.
madera 60 ml
acqua 60 ml
rosmarino in polvere 1 cuc-
chiaino
salvia, basilico q.b.
bianco di porro tritato 2 - 3
cucchiai
prezzemolo q.b.
parmigiano 5 cucchiaini
succo di limone $\frac{1}{2}$
aglio 1 spicchio
pomodori 1 scatola (240 gr.)
panna fresca 3 cucchiaini
legante per salsa bruna 2
cucchiaini
pepe di caienna q.b.

Arrostato di maiale agli aromi

Tempo di cottura: circa 42 - 45 minuti

1. Insaporite la carne con le spezie e mettetela in un tegame di vetro con le costole verso l'alto. Fate cuocere senza coperchio per 8 min. sulla posizione  1000 W.
2. Mescolate in una tazza il mader, l'acqua, le erbe aromatiche, il parmigiano, il succo di limone e lo spicchio di aglio spremuto.
3. Girate la carne e versatevi sopra la miscela. Aggiungete i pomodori con il loro liquido nel tegame e fate cuocere per 4 min. senza coperchio sulla posizione  1000 W. Terminate la cottura lasciando a fuoco lento per 28 - 30 min. sulla posizione  440 W.
4. Togliete la carne dal tegame e tenetela al caldo, coperta con un foglio di alluminio.
5. Rompete i pomodori e deglassate il piatto. Amalgamate la salsa con la panna e il legante per salsa. Portate ad ebollizione per 2 - 3 min. sulla posizione  1000 W.
6. Insaporite con pepe di caienna. Servite l'arrosto tagliato a fette con la salsa a parte.

INGREDIENTI

noce di vitello per arrosto 1
kg.
sale, pepe q.b.
un po' di farina q.b.
uovo 1
noci tritate 100 gr.
**per la salsa alle noci e
alla panna:**
panna $\frac{1}{8}$ litro
vasetto di yogurt 150 gr.
aglio spremuto 1 spicchio
sale, pepe

Arrostato di vitello alle noci

Tempo di cottura: circa 30 minuti

1. Salate e pepate l'arrosto e cospargete di farina.
2. Sbattete l'uovo e versatelo sull'arrosto. Spolverate l'arrosto di noci tritate in modo che si formi una crosta.
3. Mettete l'arrosto in un tegame imburato, mettetelo nel forno e fate cuocere scegliendo il programma combinato ( 170°C +  250 W) per 30 - 35 min. senza coperchio.
4. Rigidate l'arrosto a metà cottura. Quando è cotto, avvolgetelo in un foglio di alluminio e lasciatelo riposare per 10 - 15 min.
5. Fate una salsa montando la panna e aggiungendo le noci e gli altri ingredienti. Servite la carne con la salsa a parte.

Carne & pollame

INGREDIENTI

magatello 1,5 kg.
sale, pepe, basilico q.b.
vino bianco 1/8 di litro
formaggio fresco alla erbe
150 gr.
panna fresca 2 cucchiari
legante per la salsa bianca
2 - 3 cucchiari

Arrosto di vitello al formaggio

Tempo di cottura: circa 56 - 62 minuti

1. Insaporite l'arrosto con sale, pepe e il basilico. Mettetelo in un tegame, con il lato più grasso verso il basso e bagnatelo con il vino.
2. Mettetelo nel forno scegliendo il programma di cottura combinata (☒ 170°C + ☒ 250 W) per 55 - 60 min.
3. Mescolate accuratamente il formaggio alle erbe e la panna; a metà cottura, togliete la carne dal forno, giratela e spalmatela con questa crema; rimettete nel forno con il vino restante.
4. Alla fine della cottura, avvolgete l'arrosto con un foglio di alluminio e lasciatelo riposare per 10 - 15 min.
5. Raccogliete il sugo di cottura, legatelo con il legante e portate ad ebollizione per 1 - 2 min. sulla posizione ☒ 1000 W.

INGREDIENTI

per la pasta:

lievito di birra in polvere 1
conf. (7g)
acqua 125 ml
tuorli 2
sale 1 cucchiaino
farin 400 gr.
margarina 80 gr.

per il ripieno:

riso a grana lunga 60 gr.
cipolla tritata 1
peperone rosso a dadini 1
(100 gr.)
brodo 125 ml
arrosto affettato 200 gr.
pistacchi tritati 25 gr.
sale, pepe, paprika q.b.
erbe aromatiche della
Provenza q.b.
chiaro d'uovo per spennel-
lare q.b.

Panzerotti di carne

Tempo di cottura: circa 20 - 25 minuti

1. Preparare una pasta con i relativi ingredienti. Mettere il riso, la cipolla, peperone ed il brodo in una pirofila e cuocere con coperchio su ☒ 1000 W per 5 min e su ☒ 250 W per 15 - 18 min.
2. Tagliare a dadini l'arrosto affettato e aggiungerlo al riso insieme ai pistacchi, alle erbe aromatiche e all'uovo.
3. Dividere la pasta in 6 parti uguali e formare dei dischi di 12 cm di diametro.
4. Distribuire il ripieno e spennellare gli orli con l'uovo. Piegare i dischi a mezzaluna e pressare bene i bordi. Pennellare con uovo sbattuto e mettere sulla lastra da forno ben unta.
5. Cuocere a convezione nel forno preriscaldato su (☒ 200°C + ☒ 250 W) a 210°C per circa 15 min., inserendo la lastra nella parte inferiore del forno (senza piatto girevole) e infine per circa 15 min. nella parte superiore.

Italiano

Carne & pollame

INGREDIENTI

pollo 1 (circa 1,3 kg)
sale, pepe q.b.
cannella 1 cucchiaino
cipolline 300 gr.
burro 40 gr. pomodori senza sugo 1
scatola grande (circa 800 gr.)
concentrato di pomodoro
1 scatoletta (70 gr.)
cannella 2 cucchiaini
panna fresca 1/4 litro
vermouth secco 8 cucchiaini
cannella 1 cucchiaino

Pollo alla cannella

Tempo di cottura: circa 34 - 39 minuti

1. Tagliate il pollo in 8 pezzi, salatelo, pepatelo e spolverate di cannella.
2. Fate rosolare le cipolline pelate e tagliate in 4 in un tegame di vetro lungo con il burro per 4 min. sulla posizione  1000 W. Girate una o due volte durante la cottura.
3. Mescolate nel tegame i pomodori senza il sugo, il concentrato di pomodoro, la cannella, metà della panna e 6 cucchiaini di vermouth.
4. Mettete i pezzi di pollo su questo preparato. Fate cuocere nel tegame con il programma combinato () 200°C +  250 W per 30 - 35 min. senza coperchio.
5. Montate il resto della panna, molto densa, insaporitela con il vermouth e la cannella e servire ricoprendo il pollo con questa salsa.

INGREDIENTI

pollo 1 (circa 1,2 kg)
sale, pepe q.b.
scalogno 100 gr.
champignons 200 gr.
brandy o Cognac 40 ml
vino bianco 125 ml
brodo 125 ml
dragoncello secco 2 cucchiaini
cerfoglio 1/2 mazzetto
crema di latte 3 cucchiaini
legante per salse chiaro 3 - 4 cucchiaini

Pollo al dragoncello

Tempo di cottura: circa 37 minuti

1. Salare e pepare il pollo.
2. Pelare lo scalogno.
3. Mettere il pollo in una forma per soufflé con il petto verso il basso. Aggiungere lo scalogno e mettere sul piatto girevole.
4. Scegliere il programma di cottura combinata () 250°C +  440 W per ca. 35 min. e cuocere senza coperchio.
5. Pulire i funghi, lavarli e eventualmente tagliarli a metà. Mescolare con il brandy, il vino, il brodo e gli aromi.
6. A metà cottura, voltare il pollo e aggiungervi la miscela già pronta.
7. A fine cottura togliere il pollo, aggiungere alla salsa la crema di latte e il legante e far amalgamare su  1000 W per 2 min.

Carne & pollame

INGREDIENTI

cipolline 200 gr.
roastbeef 750 gr.
sale, pepe q.b.
burro 30 gr.
vino rosso 250 ml
alloro 3 foglie
panna acida 150 gr.
senape di Digione 1 cucchiaino
legante per salse 1 cucchiaino

Roastbeef alle cipolle

Tempo di cottura: circa 36 - 37 minuti

1. Sbucciare le cipolle e tagliarle in quarti. Incidere in croce il lato grasso del roastbeef.
2. Cospargere la carne di sale e pepe e metterla in una pirofila.
3. Spalmare il burro sulla carne e aggiungere le cipolle, il vino e l'alloro.
4. Mettere il recipiente sul piatto rotante. Cuocere per 35 min. sul programma combinato (☒ 200°C + ☒ 250 W) per ca. 35 min.
5. A fine cottura togliere l'arrosto e tenerlo al caldo avvolgendolo in alluminio. Insaporire il sugo con panna e senape. Aggiungere il legante e riscaldare su ☒ 1000 W per 1 - 2 min.

INGREDIENTI

cipolle 300 gr.
carote 250 gr.
burro 20 gr.
pollo 1 (1,3 kg circa)
sale, pepe q.b.
timo in polvere 1 cucchiaino
alloro 2 foglie
brodo 1/8 litro
panna fresca 1 vasetto (150 gr.)
legante per salse 3 cucchiaini

Pollo alle cipolle

Tempo di cottura: circa 38 - 40 minuti

1. Pelate le cipolle; pelate lavate e tagliate a rondelle le carote; fate cuocere in un tegame di vetro con il burro per 6 - 7 min. sulla posizione ☒ 1000 W.
2. Tagliate il pollo in 4 pezzi, cospargete di sale e pepe e mettetelo sulle verdure, con la pelle verso l'alto. Aggiungete timo, alloro e brodo; cuocere selezionando il programma combinato (☒ 200°C + ☒ 250 W) per ca. 30 min. senza coperchio.
3. Dopo la cottura, togliete i pezzi di pollo, aggiungete al sugo la panna fresca e il legante. Riscaldare il sugo su ☒ 1000 W per 2 - 3 min.

INGREDIENTI

pollo 1 (circa 1,2 - 1,3 kg.)
sale, pepe q.b.
timo 1 mazzetto
rosmarino 1 mazzetto
alloro 2 foglie
patate 500 gr.
aglio 4 spicchi
pernod 1/4 litro

Pollo al pernod

Tempo di cottura: circa 35 minuti

1. Salate e pepate l'interno e l'esterno del pollo.
2. Mettete all'interno il timo, il rosmarino e l'alloro; lavate con cura le patate.
3. Mettete il pollo con il petto in alto in un tegame; disponete le patate attorno ad esso insieme agli spicchi di aglio non pelati.
4. Spruzzate di pernod e fate cuocere scoperto selezionando il programma di cottura combinata (☒ 250°C + ☒ 440 W) per ca. 35 min. Non dimenticatevi di girare il pollo a metà cottura e mescolare le patate.

Carne & pollame

INGREDIENTI

patate 500 gr.
timo 2 mazzeti
maggiorana 2 rametti
sale, pepe q.b.
mela renetta 1 (150 gr.)
anatra 1 (circa 1,6 kg)

Anatra al timo ripiena di patate

Tempo di cottura: circa 40 minuti

1. Lavare le patate, bucare la buccia con una forchetta, metterle in una pirofila senza sbuciarle e cuocerle coperte per 5 min. su ⌚ 1000 W. Bloccare la cottura con acqua fredda, sbuciarle e tagliarle a dadini. Tritare le erbe e mescolarle con il sale, il pepe e le patate calde.
2. Lavare la mela, togliere il torsolo, tagliarla a dadini e aggiungerla alla miscela. Salare e pepare l'anatra all'interno e all'esterno e riempirla con una parte delle patate. Chiuderla cucendo l'apertura con il filo.
3. Appoggiare l'anatra con il petto verso il basso. Scegliere il programma POLLAME (inserire il peso). A metà cottura voltare.

INGREDIENTI

pollo 1 (circa 1 kg.)
sale, pepe q.b.
cipolla 1 grossa
burro 20 gr.
fegato di pollo 1
uovo sodo 1
riso cotto $\frac{1}{2}$ tazza
pistacchio 30 gr.
uvetta 30 gr.
sale, pepe

Pollo farcito all'orientale

Tempo di cottura: circa 36 - 37 minuti

1. Salate e pepate il pollo all'interno e all'esterno.
2. Pelate e tritate le cipolle; fatele dorare con il burro in un tegame di vetro per 2 - 3 min. sulla posizione ⌚ 1000 W.
3. Tritate finemente il fegato, aggiungetelo alle cipolle e fate cuocere per un altro minuto sulla posizione ⌚ 1000 W.
4. Fate un impasto con l'uovo sodo, il riso, i pistacchi e l'uvetta, e aggiungetelo al fegato e alle cipolle; mescolate bene il tutto e aggiungere il sale; riempite l'interno del pollo con questa farcitura e cucitelo.
5. Mettere la lastra antischizzo e la griglia bassa sulla teglia. Cuocere il pollo ripieno con il petto verso il basso sul programma POLLAME. Girare a $\frac{2}{3}$ del tempo di cottura.

INGREDIENTI

cosce di coniglio 800 gr.
senape di Digione 1 cucchiaino
speck grasso a fette 100 gr.
sedano 2 gambi (60 gr.)
carota 1 (60 gr.)
aglio tritato 1 spicchio
estratto di carne
1 cucchiaino
timo q.b.
alloro 1 foglia
vino rosso 125 ml
cipollotti freschi 2 mazzi
uva (bianca e nera) 250 gr.
panna 125 ml
legante per salse scure 4 cucchiaini
cognac

Coscia di coniglio all'uva

Per 2 - 3 persone

Tempo di cottura: circa 27 minuti

1. Spalmare le cosce di coniglio con la senape, avvolgerle nello speck e disporle in una pirofila oblunga.
2. Pulire sedano e carota, tagliuzzarli e aggiungerli alle cosce insieme all'aglio, all'estratto di carne, al timo, all'alloro e al vino rosso. Cuocere su ⌚ 1000 W per 10 min. senza coperchio.
3. Pulire le cipolline, dividerle a metà, aggiungerle alle cosce e finire di cuocere con coperchio su ⌚ 440 W per 13 min.
4. Dividere a metà i chicchi d'uva e togliere i semi.
5. A fine cottura, togliere le cosce e avvolgerle in alluminio per mantenerle calde. Far cuocere l'uva, la panna e il legante su ⌚ 1000 W per 4 min. Diluire la salsa con il Cognac e versarla sulle cosce.

Carne & pollame

INGREDIENTI

450 g di carne trita di manzo
1 peperone verde, tagliato a pezzetti
150 ml di acqua
140 g di pomodori passati
150 ml di passata di pomodoro
45g di parmigiano grattugiato
100 g di mozzarella

Per la pasta

175 g di farina bianca
75 g di burro
1 tuorlo d'uovo
3-4 cucchiari di acqua calda

Tortino di carne all'italiana

Porzioni: 4

Stampo: teglia da 23 cm

Accessorio da forno: leccarda smaltata

Tempo di cottura: 40-45 minuti

1. Per la pasta: versare la farina in una terrina, aggiungere il burro tagliato a pezzetti e lavorarlo con le mani fino a ottenere un impasto simile a briciole di pane.
2. Aggiungere il tuorlo alla farina e al burro e mescolare bene.
3. Aggiungere l'acqua, poco per volta, fino a ottenere un impasto soffice. Avvolgere in una pellicola alimentare e riporre in frigorifero.
4. Mettere la carne trita in una terrina, coprire e cuocere nel microonde a  1000 W per 5 minuti. Scolare il grasso in eccesso.
5. Aggiungere l'acqua, il peperone verde, i pomodori passati e la passata di pomodoro. Coprire e cuocere per 10 minuti nel microonde a  600 W.
6. Preriscaldare il forno con la leccarda smaltata inserita su convezione  190°C.
7. Stendere la pasta su un piano leggermente infarinato e foderare una teglia da 23 cm; cospargere la base con metà del parmigiano.
8. Disporre metà del composto di carne sul parmigiano e coprire con uno strato di mozzarella, utilizzandone solo una metà.
9. Aggiungere il composto di carne rimanente e cospargere con il parmigiano rimasto.
10. Collocare la teglia sulla leccarda smaltata. Cuocere per 15-20 minuti. Distribuire la mozzarella rimasta e cuocere in forno per altri 10 minuti fino a quando il formaggio non si è sciolto.

Italiano

Carne & pollame

INGREDIENTI

4 bistecche di filetto, di circa 175 g l'una
300 g di pasta sfoglia
un goccio di brandy
1 uovo grande sbattuto
175 ml di vino rosso
sale e pepe nero

Ripieno

15 g di porcini secchi (fatti ammorbidire in acqua bollente per 20 minuti)
1 cipolla grande pelata
225 g di funghi
25g di burro

Mini Boeufs En Croute

4 porzioni

Accessorio da forno: vassoio girevole di vetro, quindi leccarda smaltata

Tempo di cottura: 55 minuti

1. Tagliare finemente i funghi e la cipolla usando un mixer, se possibile. Mettere il burro, i funghi e la cipolla in una terrina e cuocere, scoperti, nel microonde a ≈ 1000 W per 10 minuti. A metà cottura mescolare.
2. Preriscaldare il forno su convezione \boxtimes 220°C. Disporre i filetti sul ripiano smaltato e spennellare con olio d'oliva, insaporire.
3. Cuocere nel forno su convezione \boxtimes 220°C per 20 minuti per una cottura al sangue e 30 minuti per una cottura media. Lasciare raffreddare. Lavare la leccarda smaltata.
3. Tagliare la pasta sfoglia in quattro pezzi, stendere ogni pezzo a formare un quadrato di circa 19 cm di lato, tagliare i bordi formando un quadrato preciso. Preriscaldare il forno vuoto su convezione \boxtimes 220°C.
4. Spennellare i filetti con il brandy, insaporire con sale e pepe, spennellare ogni quadrato di pasta con l'uovo sbattuto. Disporre un ottavo del composto di funghi al centro di ogni quadrato di pasta. Disporre un filetto sopra il composto e coprire con altro composto di funghi.
5. Unire gli angoli della pasta al centro, disporre i fagottini sulla leccarda smaltata, spennellarli con l'uovo sbattuto e cuocere su convezione \boxtimes 220°C per 25 minuti per una cottura al sangue e 30 minuti per una cottura media.

Salsa: Mettere il restante composto di funghi in una terrina con il vino rosso, coprire e cuocere nel microonde a ≈ 1000 W per 10 minuti, o fino a quando il composto bolle. Versare sopra i filetti di manzo e servire.

Verdura

Tabella di cottura - VERDURA FRESCA E SURGELATA

Sistematicamente la verdura in contenitori di vetro, aggiungete 90 ml (6 cucch.) di acqua e coprite con un coperchio o della pellicola per microonde.

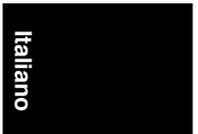
Selezionate la potenza microonde MAS-SIMA e il tempo di cottura, seguendo le indicazioni riportate nella tabella qui sotto.

A cottura ultimata mescolate la verdura e lasciate riposare, mantenendo il coperchio, per qualche minuto prima di servire (almeno 3 min. per le verdure tagliate a pezzi e 5 min. per le verdure intere).

Verdura	Tempi di cottura (min. per 450 gr.)	
	fresca	surgelata
* Asparagi	6 - 8	7 - 8
Barbabietola (MEDIA)	12	-
Broccoli	8	9
Carote: a fette	7 - 9	8
baby (intere)	9	-
intere	-	9
Cavolfiori	9	10
Cavoli in pezzi	-	5 - 6
* Cavolini di Brussels	8 - 9	9 - 10
Fagioli: borlotti	6	8
francesi	7	8 - 9
Funghi	4 - 5	-
Mais	-	7
Melanzane	7	-

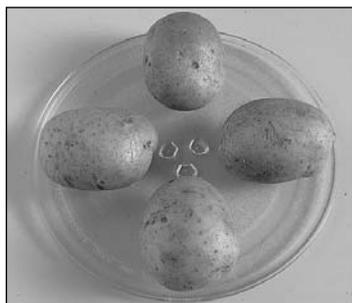
Verdura	Tempi di cottura (min. per 450 gr.)	
	fresca	surgelata
* Pannocchia	6 - 7	-
Patate: bollite	6 - 7	-
novelle, intere	6 - 7	-
purea	8	-
Piselli	4 - 6	-
Porri: a fette	7 - 8	-
interi	8 - 9	-
Rapa	11 - 12	-
* Rapa svedese a cubetti	7 - 8	10
Sedano	8 - 9	-
* Spinaci	7	8 - 9
Verdura mista	-	7
Zucca a cubetti	4 - 5	-
Zucchine	5	-

* Le verdure contrassegnate dall'asterisco necessitano di una quantità maggiore di acqua, per ottenere migliori risultati di cottura.



Verdura

PATATE CON LA BUCCIA

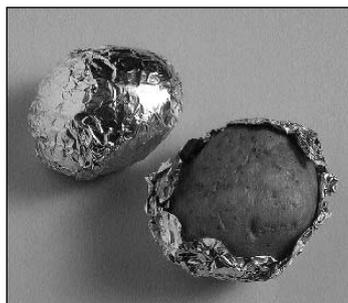


PRIMA DI CUOCERE

Lavate bene le patate e foratele più volte con una forchetta.

Sistematele sulla circonferenza del piatto rotante in vetro.

Le patate cotte con le microonde danno dei risultati diversi, a secondo della loro qualità. Il peso ideale della patata da cuocere con le microonde o la combinazione è di 175 - 225 gr. La cottura a microonde è senza dubbio più veloce di quella a Combinazione, ma offre risultati meno efficaci. Cuocere le patate nella buccia con la cottura Combinata vi permetterà di avere delle patate dorate e croccanti. Se volete migliorare ulteriormente la doratura, usate, a fine cottura, il programma GRILL seguendo i consigli della tabella qui sotto riportata.



DOPO LA COTTURA

Togliete le patate dal forno ed avvolgetele in un foglio sottile di carta per forno o alluminio per mantenerle al caldo.

Lasciatele riposare per 5 min.

QUANTITA'	Minuti su potenza MASSIMA	Minuti su Grill (1) (per dorare)
1	4 - 5	8 - 10
2	6 - 8	10 - 12
4	10 - 13	11 - 13

Verdura

INGREDIENTI

cavolfiore (pulito circa 700 gr.) 1
acqua 6 cucchiari
sale, noce moscata q.b.
burro 15 gr.

Cavolfiore

Tempo di cottura: circa 15 - 17 minuti

1. Pulite il cavolfiore e mettetelo nell'acqua salata; togliete il gambo, le foglie e la parte centrale dura. Mettetelo in un tegame di vetro con l'acqua, un po' di sale e la noce moscata.
2. Coprite e fate cuocere per 15 - 17 min. sulla posizione  1000 W oppure su VERDURA.
3. Non dimenticate di mettere un po' di burro sul cavolfiore prima della cottura. Un nostro consiglio: potete arricchire il vostro piatto, servendo il cavolfiore con salsa olandese o con salsa al formaggio che vi si adatteranno perfettamente.

INGREDIENTI

pomodori non troppo maturi
800 - 900 gr. circa
porto 3 cucchiari
zucchero 1 cucchiaino
sale, pepe
formaggio grattugiato 3
cucchiari
panna 1/8 litro

Pomodori alla panna

Tempo di cottura: circa 15 - 17 minuti

1. Pelate i pomodori e tagliateli a fette di un centimetro.
2. Mettete le fette di pomodoro in un tegame da forno che avrete imburato.
3. Aggiungete il porto, lo zucchero, sale, pepe, il formaggio e coprite tutto con la panna.
4. Selezionate il programma combinato ( 200°C +  250 W) e fate cuocere per 15 - 17 min. senza coperchio.

INGREDIENTI

cetrioli 900 gr. - 1 kg
formaggio grattugiato
4 cucchiari
pepe, rosmarino q.b.
pomodori non troppo maturi
250 gr.
noci di burro q.b.
sale q.b.

Cetrioli gratinati

Tempo di cottura: circa 20 minuti

1. Mondate i cetrioli, tagliateli in due e levate i semi; tagliateli a rondelle spesse un mezzo centimetro l'una; salate e lasciate sgocciolare per 30 min. e asciugate con un panno.
2. Imburate un tegame per alte temperature, deponetevi sopra le fette di cetriolo e insaporite con pepe e rosmarino.
3. Tagliate i pomodori a fette e spargetele sui cetrioli, condite con il formaggio e cospargete di noci di burro.
4. Selezionate il programma combinato ( 250°C +  440 W) e fate gratinare per 20 min.

Italiano

Verdura

INGREDIENTI

olio d'oliva 2 cucchiari
aglio 1 spicchio
peperoni 1 o 2
gamberetti sgusciati
350 gr.
prezzemolo tritato 3
cucchiari
sale, pepe bianco q.b.

Peperoni ai gamberetti

Tempo di cottura: circa 9 - 11 minuti

1. Pulite e lavate i peperoni e tagliateli a dadini.
2. Mettete l'olio in un tegame di vetro e fatelo scaldare 1 - 2 min. sulla posizione  1000 W.
3. Togliete il tegame dal forno, aggiungetevi i peperoni e l'aglio schiacciato, coprite bene e fate cuocere sulla posizione  1000 W mescolando di tanto in tanto per 5 - 6 min. Aggiungete i gamberetti che avete sgocciolato accuratamente e fate cuocere scoperto per altri 3 min. sulla posizione  1000 W.
4. Servite cospargendo di prezzemolo tritato dopo aver salato e pepato a vostro gusto.

UN CONSIGLIO: Potete servire con pane tostato o con filoncini di pane.

INGREDIENTI

finocchi 1,0 kg.
sale q.b.
succo di limone $\frac{1}{2}$
acqua 125 ml
mozzarella 150 gr.
pomodori maturi 400 gr.
origano e basilico q.b.
parmigiano grattugiato 3
cucchiari
fiocchetti di burro q.b.

Sformato di finocchi

Tempo di cottura: circa 30 - 35 minuti

1. Pulire i finocchi, lavarli e tagliarli a fette. Metterli con acqua, sale e succo di limone in una pirofila e cuocerli con coperchio su  1000 W per 15 - 20 min. A fine cottura sgocciolarli bene.
2. Tagliare a fette mozzarella e pomodori.
3. Sistemare una metà dei finocchi in un recipiente per sfornati imburrato. Appoggiarvi uno strato di mozzarella, poi i restanti finocchi e finire con uno strato di pomodori.
4. Cospargere di parmigiano origano e basilico e mettere qua e là fiocchetti di burro. Mettere infine sul piatto rotante e gratinare senza coperchio sul programma combinato ( 250°C +  440 W) per 15 min.

Verdura

INGREDIENTI

patate di uguale dimensione
750 gr.
uova sode 8
prosciutto cotto 200 gr.
pomodori pelati 250 gr.
uova 2
panna acida 2 conf.
(cad. 150 gr.)
sale, pepe, noce moscata q.b.
emmental grattugiato 50 gr.
burro 30 gr.

Sformato di patate

Tempo di cottura: circa 44 - 45 minuti

1. Forare ripetutamente la buccia delle patate con una forchetta. Lavare le patate e cuocere con coperchio su  1000 W per 9 - 10 min.
2. Scolare subito il liquido e lasciar riposare ancora per qualche minuto. Passare poi le patate sotto l'acqua fredda, sbucciarle e tagliarle a dadini.
3. Tagliare a dadini anche le uova sode, il prosciutto e i pomodori pelati e mescolarli con le patate. Mettere gli ingredienti in una pirofila imburrata.
4. Frullare le uova con la panna acida e insaporire con sale, pepe e noce moscata. Cospargere la salsa sulle patate, cuocere e gratinare senza coperchio sul programma combinato ( 250°C +  440 W) per ca. 35 min.

INGREDIENTI

per la pasta:

farina 170 gr.
margarina 100 gr.
acqua fredda 1 cucchiaio
sale mezzo cucchiaino

per il ripieno:

farina 50 gr.
margarina 50 gr.
latte 3 dl
formaggio grattugiato 100 gr.
sale, pepe q.b.
senape di Digione 1 cucchiaio
prezzemolo tritato 1 mazzetto
uova 2
prosciutto cotto a dadini
250 gr.

Torta al prosciutto

Tempo di cottura: circa 40 - 45 minuti

1. Con tutti gli ingredienti, preparate la pasta e lasciate riposare al freddo per almeno 1 ora.
2. Per il ripieno, fate un impasto con la farina e la margarina, e bagnatelo con il latte senza smettere di girare. Portate ad ebollizione per 2 - 3 min. sulla posizione  1000 W, poi per 2 - 3 min. sulla posizione  440 W (senza lasciare bollire). Mescolate energicamente durante la cottura.
3. Aggiungete il formaggio, le spezie, la senape e il prezzemolo alla salsa che avrete lasciato raffreddare. Aggiungete le uova sbattute insieme ai dadini di prosciutto. Imburrate uno stampo di vetro (Ø 26 cm), cospargete di pan grattato e rivestitelo con la pasta, avendo cura di fare dei bordi alti.
4. Pungete la pasta con una forchetta e fate cuocere per 15 min. sulla griglia bassa nel forno non preriscaldato a 200°C.
5. Togliere la torta dal forno e riempire con il composto: rimettete nel forno sul programma ( 180°C +  440 W) per 25 - 30 min. Lasciar riposare nel forno per altri 5 min.

Verdura

INGREDIENTI

per la pasta:

farina di grano integrale 200 gr.

margarina 100 gr.

acqua fredda 1 cucchiaio

sale 1/2 cucchiaino

per il ripieno:

cipolla molto grossa 1 (450 gr.)

aglio spremuto 1 spicchio

olio 2 cucchiari

zucchine 2 (250 gr.)

melanzana (300 gr.)

pomodori non troppo maturi

2 (300 gr.)

sale, pepe, timo q.b.

uova sbattute 2

sacchetto di salsa bianca 1

formaggio grattugiato 50 gr.

Torta alle verdure

Tempo di cottura: circa 40 - 45 minuti

1. Con gli ingredienti, preparate la pasta e lasciatela in frigo per almeno un'ora.
2. Tritate grossolanamente la cipolla e mettetela in un tegame di vetro con l'aglio e l'olio; fate cuocere per 6 - 7 min. sulla posizione  1000 W.
3. Pulite e lavate le verdure; pelate i pomodori; tagliate il tutto a pezzettini che aggiungerete all'aglio e alla cipolla. Fate cuocere per 12 min. sulla posizione  1000 W coperto; mescolate una volta durante la cottura.
4. Dopo la cottura, aggiungete la metà del pacchetto di salsa bianca in polvere.
5. Lasciate raffreddare il preparato e incorporate delicatamente le uova sbattute. Imburrate e cospargete di pan grattato uno stampo di vetro (Ø 26 cm); rivestite lo stampo facendo attenzione a fare dei bordi alti; pungete la pasta con una forchetta e fate cuocere per 15 min. nel forno non preriscaldato a 200°C.
6. Riempite la pasta con il preparato di verdure, cospargere di formaggio. Cuocere sulla griglia bassa con il programma ( 180°C +  440 W) per 25 - 30 min. Lasciar riposare nel forno per altri 5 min.

INGREDIENTI

patate 750 gr.

uova sode 5

prosciutto 200 gr.

pomodori pelati 250 gr.

uova 3

panna fresca 2 vasetti (da 150 gr.)

sale, pepe, noce moscata

q.b.

emmental grattugiato 50 gr.

burro 30 gr.

Tortino di patate

Tempo di cottura: circa 44 - 50 minuti

1. Pungete la pelle delle patate con una forchetta. Lavatele e fatele cuocere in un recipiente chiuso per 9 - 10 min. sulla posizione  1000 W.
2. Mettetele in un colapasta e lasciatele ancora qualche minuto coperte. Passatele sotto l'acqua fredda, pelatele e tagliatele a pezzettini.
3. Pelate e tagliate a pezzi i pomodori, aggiungeteli alle patate con le uova sode e il prosciutto a dadini.
4. Mescolate bene e mettete il tutto in un tegame resistente al calore che avrete imburato.
5. Stemperate le uova nella panna fresca fino ad ottenere un composto molto morbido, insaporite con il sale, pepe e noce moscata. Versate la salsa, cospargete di formaggio grattugiato e disponetevi sopra qualche noce di burro.
6. Mettete sul piatto rotante e cuocete senza coprire sul programma combinato ( 200°C +  440 W) per 35 - 40 min.

Verdura

INGREDIENTI

patate 750 gr.
acqua 5 cucchiari
sale q.b.

Patate all'inglese

Tempo di cottura: circa 9 - 11 minuti

1. Pelate le patate e tagliate a fette grosse; mettetele in un tegame di vetro con l'acqua e il sale. Coprite e fate cuocere per 9 - 11 min. sulla posizione  1000 W; sgocciolatele e lasciatele ancora riposare per 3 - 5 min. con un coperchio. Servite subito.
2. Un consiglio: potete preparare un burro al prezzemolo (impastando 20 gr. di burro con del prezzemolo tritato) e coprire con questo le patate prima di servire.

INGREDIENTI

cipolla 1
burro 20 gr.
carne trita 750 gr.
timo, sale, pepe,
rosmarino q.b.
carote 500 gr.
sale, acqua q.b.
pomodori 250 gr.
formaggio grattugiato
200 gr.
pangrattato 2 cucchiari
zucchine 400 gr.

Zucchine alla carne gratinate

Tempo di cottura: circa 39 - 45 minuti

1. Fate cuocere la cipolla tritata in un tegame di vetro con il burro per 2 - 3 min. sulla posizione  1000 W.
2. Aggiungete la carne trita e fatela cuocere scoperta per 5 - 6 min. sulla posizione  1000 W. Mescolate nel frattempo, salate e pepate a vostro gusto.
3. Pelate le carote, lavatele e tagliatele a rotelline. Aggiungete del sale e 3 cucchiari di acqua. Coprite e lasciate cuocere per 6 - 8 min. sulla posizione  1000 W.
4. Lavate le zucchine, tagliatele a rotelline e fatele cuocere con del sale e 2 - 3 cucchiari di acqua per 6 - 8 min. sulla posizione  1000 W. Sgocciolate le verdure. In un tegame per gratinare, stendete a strati successivi le zucchine, le carote e la carne.
5. Lavate e tagliate a fette i pomodori e metteteli sopra l'impasto. Cospargete di formaggio e di pangrattato.
6. Mettete sul piatto rotante e cuocete senza coperchio sul programma combinato ( 200°C +  440 W) per ca. 20 min. Lasciate riposare nel forno per 3 - 5 min.

Italiano

Verdura

INGREDIENTI

per la pasta:

farina 200 gr.
burro 70 gr.
tuorlo 1
acqua fredda 3 cucchiari
sale 1/2 cucchiaino

per il ripieno:

asparagi in scatola 500 gr.
sale q.b.
brodo di dado 200 ml
burro 50 gr.
farina 50 gr.
panna 100 ml
uova 2
emmental grattugiato 50 gr.
polpa di granchio 200 gr.
sale, pepe, noce moscata q.b.
emmental grattugiato 30 gr.
pangrattato da spolverizzare q.b.

Torta di asparagi

Tempo di cottura: circa 45 minuti

1. Con gli ingredienti indicati impastare una pasta frolla e metterla in frigo per almeno 1 ora.
2. Unire al brodo burro e farina. Far cuocere su  1000 W per 2 - 3 min. mescolando vigorosamente. Continuare poi a cuocere su  440 W per 2 - 3 min. (la salsa deve essere molto densa).
3. Sbattere la panna e le uova e versarle nella salsa insieme al formaggio, la polpa di granchio, i pezzetti di asparagi e gli aromi.
4. Ungere il fondo di una tortiera (Ø 26 cm), cospargerlo di pangrattato, foderarlo di pasta frolla e far salire leggermente i bordi. Punzecchiare con una forchetta e far cuocere in forno non preriscaldato sulla griglia bassa a 200°C per circa 15 min.
5. Stendere il ripieno sul fondo, spolverizzare con formaggio e rimettere la tortiera sulla griglia. Cuocere sul programma combinato ( 180°C +  440 W) per ca. 30 min. A fine cottura lasciar riposare ancora per circa 5 minuti nel forno spento.

INGREDIENTI

zucchine 750 gr.
cipolline fresche 1 mazzo
aneto 1 mazzolino
prezzemolo 1 mazzetto
formaggio pecorino 120 gr.
uova 2
farina 150 gr.
sale, pepe q.b.
burro 30 gr.
pangrattato 2 cucchiari

Zucchine gratinate

Per 4 - 6 persone

Tempo di cottura: circa 42 - 48 minuti

1. Lavate le zucchine e tagliatele a lamelle molto sottili.
2. Tagliuzzate finemente le cipolline e tritate molto fini le erbe.
3. Spezzettate il formaggio. Mescolatelo con le verdure le erbe, le uova, la farina e le spezie.
4. Imburrate un tegame per alte temperature e mettetevi il preparato; cospargete di piccole noci di burro e di pangrattato.
5. Coprite il tegame con un foglio di alluminio. Scegliete il programma combinato ( 190°C +  440 W) e fate cuocere per 15 min. con coperchio e per 17 min. senza coperchio.

Verdura

INGREDIENTI

per la pasta:

farina 180 gr.
margarina 100 gr.
acqua fredda 1 cucchiaio
sale 1/2 cucchiaino

per il ripieno:

cipolla piccola 1
porro 1 (200 gr.)
olio 1 cucchiaio
panna 1 vasetto (200 gr.)
farina 50 gr.
uova 2
prezzemolo 1 mazzetto
dragoncello 1/2 cucchiaino
aceto 1 cucchiaio
sale, pepe q.b.
uova sode 2
cozze 2 scatole (125 gr. cad.)
poco latte q.b.

Torta di cozze

Tempo di cottura: 40 - 45 minuti

1. Con gli ingredienti, preparate la pasta e lasciatela riposare almeno un'ora in frigo.
2. Per il ripieno, pelate le cipolle e tagliuzzatele; pulite e lavate i porri, tagliateli a rotelline molto fini. Mettete tutto in un tegame di vetro con l'olio e fate cuocere per 4 min. sulla posizione  1000 W.
3. In un recipiente graduato, versate il liquido delle cozze e la panna fino a raggiungere 1/2 litro.
4. Aggiungete la farina e mescolate energicamente fino ad ottenere una crema vellutata. Portatela ad ebollizione per 3 - 4 min. sulla posizione  1000 W, e poi per 2 - 3 min. sulla posizione  440 W. Mescolate energicamente durante la cottura.
5. Fate raffreddare la salsa, poi incorporatevi delicatamente le uova sbattute, il prezzemolo tritato, il dragoncello, l'aceto, sale e pepe.
6. Tritate le uova sode e aggiungetele al preparato con le cozze e il composto porri-cipolle. Imburrate una tortiera in vetro (Ø 26 cm) e cospargete di pan grattato.
7. Foderate di pasta tenendo alti i bordi. Pungete la pasta con una forchetta e fate cuocere sulla griglia bassa per 15 min. nel forno non preriscaldato a  200°C.
8. Riempite il fondo della torta cotta con il vostro preparato alle cozze e terminate la cottura sulla griglia bassa con il programma combinato ( 180°C +  440 W) per 25 - 30 min. Lasciate riposare nel forno per altri 5 min.

INGREDIENTI

cavoli di Bruxelles 500 gr.
acqua 6 cucchiaini
burro 30 gr.
sale q.b.

Cavoli di bruxelles

Tempo di cottura: circa 12 minuti

1. Pulite accuratamente i cavoli e lavateli; metteteli in un tegame di vetro con sale, pepe; coprite e fate cuocere su VERDURA oppure su  1000 W per 6 min. e su  440 W per 6 min.
2. Sgocciolateli in un colapasta, e cospargete di noci di burro prima di servire.

Verdura

INGREDIENTI

spinaci 600 gr.
burro 10 gr.
patate 500 gr.
acqua 2 cucchiari
funghi 250 gr.
panna fresca 1/8 di litro
uova 2
emmental grattugiato 75 gr.
sale, pepe, noce moscata q.b.

Spinaci gratinati

Tempo di cottura: circa 33 minuti

1. Levate i gambi delle foglie degli spinaci e lavateli. Metteteli in un tegame di vetro con del burro. Chiudete bene e fate cuocere per 6 min. sulla posizione  1000 W. Lasciateli sgocciolare in un colapasta.
2. Pelate e lavate le patate. Tagliatele a rotelle fini e fatele bollire in acqua per 7 min. sulla posizione  1000 W in recipiente coperto.
3. Mondate e lavate i funghi. Tagliateli a lamelle sottili. In una scodella, sbattete le uova con la panna fresca incorporandovi il formaggio; salate a vostro gusto, mettendo una forte dose di pepe.
4. Imburrate un tegame da forno, disponete a corona le rotelline di patate, poi i funghi e infine, al centro, gli spinaci. Ricoprite il tegame con la salsa alla panna e mettetelo sul piatto rotante.
5. Gratinare sul programma combinato ( 200°C +  440 W) per ca. 20 min. La ricetta si accompagna molto bene col prosciutto affumicato.

Verdura

INGREDIENTI

100 g di asparagi
4 cucchiaini di olio d'oliva
1 cipolla, tritata
1 zucchina, tagliata nel senso della lunghezza e quindi affettata finemente
2 spicchi d'aglio schiacciati
100 g di spinaci
1 cucchiaio di basilico fresco
25 g di parmigiano grattugiato
250 g di ricotta
250 g di mascarpone
4 uova
sale, pepe

Torta vegetariana

8 porzioni

Piatto di portata: tortiera con diametro di 23 cm.

Accessorio da forno: leccarda smaltata

Tempo di cottura: 44 minuti

1. Ungere una tortiera da 23 cm di diametro e spolverarla con 1 cucchiaio di parmigiano.
2. Eliminare le estremità legnose degli asparagi (tenere ciascun asparago per le estremità e piegare delicatamente, si spezzerà nel punto naturale di rottura).
3. Tagliare gli asparagi a pezzetti di 2,5 cm.
4. Mettere gli asparagi in una terrina (tutto tranne le punte) con 2 cucchiaini d'acqua, coprire, e cuocere nel microonde a  1000 W per 2 minuti. Aggiungere le punte di asparagi e continuare la cottura per 1 altro minuto.
5. Scolare e mettere da parte.
6. Versare l'olio d'oliva in una ciotola resistente al calore, coprire e cuocere a  1000 W per 5 minuti.
7. Aggiungere la zucchina, coprire e cuocere per altri 5 minuti nel microonde a  1000 W. Aggiungere l'aglio e cuocere per un altro minuto nel microonde a  1000 W.
8. Infine, aggiungere gli spinaci, mescolare e coprire con il coperchio fino a farli appassire (circa 1 minuto).
9. Preriscaldare il forno con la leccarda smaltata inserita su convezione  190°C.
10. Aggiungere gli asparagi e il basilico, insaporire e mettere da parte.
11. Miscelare la ricotta, il mascarpone, le uova e 25 g di parmigiano.
12. Aggiungere il composto di formaggio e uova alle verdure raffreddate.
13. Insaporire e mescolare bene. Versare il composto nella tortiera e spolverare con il parmigiano rimasto.
14. Cuocere sulla leccarda smaltata per 30 minuti.
15. Lasciar raffreddare per 30 minuti, quindi riporre in frigorifero per 3 ore prima di servire.

Italiano

Verdura

INGREDIENTI

2 pastinache (pelate e tagliate a pezzetti)
2 peperoni (privati dei semi e tagliati a pezzetti)
100 g di funghi (lavati e tagliati a metà)
1 porro (tagliato a pezzetti)
15-30 ml (1-2 cucchiaini) di olio d'oliva
2 spicchi d'aglio (schiacciati)

Verdure arrosto

Porzioni: 4

Accessorio da forno: leccarda smaltata

Tempo di cottura: 35-40 minuti

1. Mettere le pastinache e il porro in una terrina, aggiungere 6 cucchiaini di acqua e coprire. Cuocere nel microonde a  1000 W per 5 min. Scolare.
2. Spruzzare la leccarda smaltata con l'olio d'oliva. Preriscaldare su convezione  220°C.
3. Quando il forno è preriscaldato, disporre le verdure sul ripiano smaltato, insaporire e cuocere su convezione  220°C per 30-35 minuti, voltando di quando in quando.

INGREDIENTI

450 g di patate
30 ml (2 cucchiaini) d'olio

Patate arrosto

Porzioni: 4

Accessorio da forno: ripiano smaltato

Tempo di cottura: 30-35 minuti

1. Pelare le patate e tagliarle in quattro parti. Mettere le patate in una terrina, aggiungere 6 cucchiaini di acqua e coprire. Cuocere nel microonde a  1000 W per 5 min. Scolare.
2. Ungere d'olio la leccarda smaltata e inserirla nel forno. Preriscaldare su convezione  220°C.
3. Disporre le patate sulla leccarda smaltata e cuocere su convezione  220°C per 25-30 minuti voltando e ungendero le patate durante la cottura, fino a quando diventano croccanti e dorate.

INGREDIENTI

Vedere gli ingredienti delle due ricette precedenti

Verdure e patate arrosto su 2 livelli

Porzioni: 4

Accessorio da forno: leccarda smaltata, vassoio di metallo, vassoio di vetro

Tempo di cottura: 35-40 minuti

1. Sbollentare le pastinache, i porri e le patate per 5 minuti. (vedere punto 1 sopra).
2. Preriscaldare il forno su convezione  220°C e cuocere per 30-35 minuti. Arrostitore le patate sulla leccarda smaltata e le verdure sul vassoio di metallo sul vassoio di vetro. Voltare e ungendero durante la cottura.

Verdura

INGREDIENTI

6 fogli di lasagne fresche
45ml (3 cucchiaini) di olio d'oliva
1 cipolla piccola, finemente tritata
3 spicchi d'aglio a fette
25 g di timo fresco, finemente tritato
225 g di funghi prataioli, tagliati grossolanamente
100 g di champignon
2 pezzi di formaggio caprino da 125 g l'uno
350 g di salsa di formaggio

Cannelloni ai funghi misti

Porzioni: 4

Stampo: pirofila bassa (27,5 x 22 x 5 cm)

Accessorio da forno: vassoio di vetro, leccarda smaltata

Tempo di cottura: 42-47 minuti

1. Disporre i fogli di lasagne in una casseruola con 1 litro di acqua bollente, coprire e cuocere nel microonde a  1000 W per 5 minuti. Scolarli e lasciarli coperti in acqua fredda fino al momento di utilizzarli.
2. Mettere l'olio d'oliva e la cipolla tritata in una terrina, coprire con pellicola alimentare forata e cuocere nel microonde a  1000 W per 5 minuti, aggiungere la metà dell'aglio e cuocere per altri 2 minuti.
3. Aggiungere i funghi e il timo alle cipolle e cuocere, scoperto, nel microonde a  1000 W per 5 minuti. Insaporire con sale e pepe nero macinato fresco. Lasciar raffreddare leggermente.
4. Preriscaldare il forno con la leccarda smaltata inserita su convezione  180°C
5. Sbriciolare uno dei pezzi di formaggio caprino nel composto di funghi raffreddato e mescolare.
6. Scolare i fogli di lasagne su carta da cucina, disporre 2-3 cucchiaini del composto di funghi su ogni foglio, lasciando un bordo di 1 cm. Arrotolare i fogli di pasta e tagliare ogni foglio a metà.
7. Disporre la pasta in una pirofila bassa e coprire con la salsa al formaggio. Tagliare il caprino rimasto a fette spesse e disporlo fra i rotoli di pasta. Cospargere con l'aglio rimasto.
8. Cuocere sulla leccarda smaltata per 30-35 minuti su convezione  180°C.

Italiano

Salse

INGREDIENTI

farina 30 gr.
burro 30 gr.
brodo caldo 1/4 litro
latte caldo 1/4 litro
zucchero 1 pizzico
sale, pepe bianco

Salsa besciamella

Tempo di cottura: circa 6 - 8 minuti

1. In un tegame di vetro, sciogliete la farina nel burro, aggiungete il brodo e il latte progressivamente.
2. Portate la salsa ad ebollizione per 4 - 5 min. sulla posizione  1000 W, e mescolate fino ad ottenere una salsa vellutata. Lasciate cuocere a fuoco lento per altri 2 - 3 min. sulla posizione  440 W. Mescolate bene un'altra volta, salate e pepate a vostro gusto.

UN CONSIGLIO: Per una salsa primaverile, aggiungete 4 - 6 cucchiari di erbe aromatiche tritate e mescolate bene la salsa. Per una salsa Mornay (al formaggio), incorporate 50 gr. di formaggio fuso, o di formaggio grattugiato quando la salsa è calda. Per una salsa al curry, insaporite con curry a vostro gusto.

INGREDIENTI

burro 125 gr.
rossi di uovo 2
acqua 2 cucchiari
succo di limone 1
cucchiaino
sale, pepe bianco
pepe di caienna
zucchero 1 pizzico

Salsa olandese

Tempo di cottura: circa 4 - 7 minuti

1. Fate fondere il burro in un piccolo tegame di vetro per 1 min. sulla posizione  1000 W.
2. Sbattete i rossi d'uovo con l'acqua e il succo di limone. Fate scaldare dolcemente questo composto sulla posizione  250 W per 2 - 4 min.; mescolate più volte rapidamente.
3. Aggiungete il burro (che avrete fatto raffreddare) a piccoli pezzetti, senza smettere di girare rapidamente.
4. Quando tutto il burro è incorporato, salate e pepate a vostro gusto e rimettete nel forno a microonde per far scaldare dolcemente sulla posizione  250 W per 1 - 2 min.; mescolate ancora e servite.

UN CONSIGLIO: Questa salsa si accompagna bene con tutte le verdure in umido come il cavolfiore, i broccoli o gli asparagi.

Salse

INGREDIENTI

scalogni o cipolla 2 o 1 piccola
aceto aromatico 3 cucchiari
pepe bianco 3 grani
estratto per brodo 1/2 cucchiaino
rossi d'uovo 3
acqua calda 1 cucchiaino
burro 100 gr.
sale, pepe di caienna
zucchero 1 pizzico
dragoncello 3 rametti
dragoncello in polvere 1 cucchiaino

Salsa bernese

Tempo di cottura: circa 6 - 7 minuti

1. Pelate gli scalogni o le cipolle e tritatele molto fini. Mettetele in un piccolo tegame di vetro con l'aceto e i grani di pepe.
2. Coprite e portate ad ebollizione per 2 min. sulla posizione  1000 W. Passate al setaccio e mettete da parte.
3. In una seconda scodellina, sbattete i rossi d'uovo, l'estratto per brodo e l'acqua. In precedenza avrete fatto fondere il burro per 1 min. sulla posizione  1000 W e lasciandolo poi raffreddare.
4. Incorporate delicatamente il burro al preparato, a piccoli pezzetti senza smettere di mescolare. Finite con l'aggiungere le cipolle (o degli scalogni) passate e il dragoncello tritato; mescolate ancora una volta e lasciate scaldare a fuoco lento per 3 - 4 min. sulla posizione  250 W.

UN CONSIGLIO: La salsa si accompagna bene soprattutto a verdure come cavolfiore e asparagi, ma altrettanto bene con carne alla griglia.

INGREDIENTI

latte 1/4 litro
vaniglia 1 baccello
panna 1/4 litro
fecola o maizena 2 cucchiari
zucchero 2 - 3 cucchiari
rosso d'uovo 1

Salsa alla vaniglia

Tempo di cottura: circa 5 - 7 minuti

1. Mescolate energicamente il latte e la panna in un tegame di vetro; aggiungete il baccello di vaniglia, lo zucchero e la fecola.
2. Portate ad ebollizione per 5 - 7 min. sulla posizione  1000 W.
3. Mescolate una volta durante la cottura; togliete la salsa e sbattete incorporando il rosso d'uovo. Questa salsa si accompagna perfettamente a dolci al cioccolato.

Italiano

Salse

INGREDIENTI

burro o margarina 40 gr.
farina 40 gr.
brodo $\frac{3}{4}$ di litro
pepe bianco q.b.
sale (affumicato, se possibile)
q.b.
salsa worchester q.b.
limone $\frac{1}{2}$
cognac o brandy q.b.
panna fresca 1 - 2 cucchiari
filetti di trota affumicata 150
gr.
prezzemolo tritato q.b.

Crema di filetti di trota

Tempo di cottura: circa 9 - 13 minuti

1. Mettete il burro in un tegame di vetro e coprite. Fate fondere sulla posizione ☞ 1000 W per 1 - 2 min.
2. Aggiungete la farina, mescolate bene e rimettete nel forno a microonde sulla posizione ☞ 1000 W per 1 - 2 min. senza coperchio.
3. Aggiungete il brodo alla farina e al burro e mescolate. Coprite e fate bollire per circa 5 - 7 min. sulla posizione ☞ 1000 W con coperchio. Mescolate più volte.
4. Insaporite a vostro gusto con le spezie, il succo di limone e il liquore. Aggiungete la panna fresca.
5. Levate la pelle dei filetti di trota, tagliateli a pezzettini e metteteli nella zuppa. Coprite e fate scaldare per 2 min. sulla posizione ☞ 1000 W. Cospargete con il prezzemolo tritato prima di servire.

INGREDIENTI

margarina 30 gr.
cipolla tritata 1 piccola
aglio 1 spicchio
manzo tritato 500 gr.
sale, pepe q.b.
timo, rosmarino, origano q.b.
passato di pomodoro 1 scatola (140 gr.)
pomodori 1 scatola (240 gr.)

Sugo di carne

Tempo di cottura: circa 14 - 15 minuti

1. Fate soffriggere la cipolla tagliuzzata e l'aglio in un tegame di vetro con la margarina per 2 - 3 min. sulla posizione ☞ 1000 W.
2. Aggiungete le spezie, la carne tritata, le erbe aromatiche, il passato di pomodoro e i pomodori tagliati a pezzi con il loro liquido; mescolate bene il tutto incorporandovi il trito di aglio e cipolla.
3. Fate cuocere per ca. 12 min. sulla posizione ☞ 1000 W, senza coperchio; mescolate durante la cottura. Questa salsa si accompagna molto bene agli spaghetti e tagliatelle.

INGREDIENTI

piselli secchi sbucciati 250 gr.
acqua 1 litro
lardo 250 gr.
sale, timo q.b.
verdure miste per minestra 1 confez.
patate 400 gr.

Ragù di piselli

Tempo di cottura: circa 42 minuti

1. Fate ammorbidire i piselli sbucciati nell'acqua per tutta la notte.
2. Tagliate il lardo a dadini. In un tegame di vetro, mescolate il lardo, i piselli sgocciolati, l'acqua e le spezie. Chiudete bene e fate cuocere su ☞ 1000 W per 12 min. e su ☞ 1000 W per ca. 30 min.
3. Pulite, lavate e tagliate a pezzettini le verdure per minestra e le patate. 20 min. prima della fine della cottura aggiungete le verdure, mescolate bene, coprite fino alla fine della cottura.

Dessert

INGREDIENTI

per il budino:

latte 0,5 litro
cioccolato in polvere per
budini 1
confezione
zucchero 4 cucchiari

per la salsa:

salsa di vaniglia in polvere 1
pacchetto
latte 0,5 litro
zucchero 2 cucchiari

Budino al cioccolato con salsa alla vaniglia

Tempo di cottura: circa 8 - 9 minuti

1. Versate la polvere al cioccolato per budino in un tegame di vetro assieme al latte e allo zucchero.
2. Portate ad ebollizione per 5 min. sulla posizione  1000 W; durante la cottura mescolate; lasciate raffreddare.
3. In un altro tegame di vetro sciogliete la salsa alla vaniglia in polvere con il latte e lo zucchero; mescolate energicamente e portate ad ebollizione sulla posizione  1000 W per 3 - 4 min.; mescolate ancora accuratamente durante la cottura.

INGREDIENTI

burro 125 gr.
rossi di uovo 2
acqua 2 cucchiari
succo di limone 1 cucchiaino
sale, pepe bianco
pepe di caienna
zucchero 1 pizzico

Dolce di mele bavarese

Tempo di cottura: circa 7 - 9 minuti

1. Sbucciare le mele, dividerle in 8 parti ed eliminare il torsolo. Metterle in una pirofila con acqua, succo di limone, zucchero e la stecca di cannella e far cuocere con coperchio su  1000 W per 5 - 6 min. Mescolare una volta.
2. Dopo la cottura, sbattere vigorosamente con la frusta le mele ridotte in puré e lasciarle raffreddare.
3. Mettere le mandorle in una terrina e farle tostare su  1000 W per 2 - 3 min. Voltarle di tanto in tanto durante la tostatura.
4. Montare la panna fino a una buona consistenza. Incorporare il puré di mele freddo con $\frac{2}{3}$ della panna montata.
5. Decorare con la panna rimanente e cospargere di scaglie di mandorle.

Consiglio: al posto della panna montata si possono usare 4 chiare d'uovo montate a neve e al posto zucchero un dolcificante liquido.

Dessert

INGREDIENTI

gelatina bianca 5 fogli
lamponi surgelati 2 conf.
(250 gr. ciascuno)
zucchero 2 cucchiaini
rossi d'uovo 2
panna 1 dl
bianchi d'uovo 2

Mousse di lamponi

Tempo di cottura: circa 5 minuti

1. Fate rinvenire i fogli di gelatina nell'acqua fredda.
2. Mettete un pacchetto di lamponi surgelati in un tegame di vetro e fate scongelare e riscaldare per 4 min. sulla posizione  1000 W. Mescolate i fogli di gelatina (ben sgocciolata) ai lamponi e sbattete energicamente con una frusta a mano.
3. Sbattete i rossi d'uovo e lo zucchero in un piccolo recipiente, fino ad ottenere un composto chiaro e fate scaldare dolcemente per 1 min. sulla posizione  440 W; mescolate durante la cottura.
4. Incorporate il composto zucchero uova al preparato di lamponi e aggiungete il secondo pacchetto di lamponi, che avrete fatto scongelare leggermente. Potete eventualmente lasciare da parte qualche frutto per guarnire.
5. Montate a neve gli albumi, montate la panna e incorporate la crema. Servite decorando con qualche lampone.

INGREDIENTI

cioccolato semi amaro 150 gr.
uova 3
caffè solubile 2 cucchiaini
acqua calda 1 cucchiaio
zucchero 3 cucchiaini
Cognac 2 cucchiaini
panna 100 ml
granelli di cioccolato q.b.

Mousse al cioccolato

Tempo di cottura: circa 5 - 6 minuti

1. Spezzettare il cioccolato e far sciogliere in una pirofila su  1000 W per 3 - 4 min.
2. Separare le chiare dai tuorli. In una piccola pirofila, sbattere i tuorli con il caffè sciolto in 1 cucchiaio di acqua calda, con lo zucchero e il Cognac.
3. Riscaldare su  1000 W per 2 min. fino ad ottenere un composto denso. Mescolare spesso.
4. Unire il composto al cioccolato sciolto. Montare separatamente le chiare e la panna e incorporarle alla crema.
5. Accomodare in coppette e guarnire con granelli di cioccolato. Consiglio: chi considera la crema troppo sostanziosa, potrà evitare l'uso della panna.

Dessert

INGREDIENTI

latte 1/2 litro
zucchero 20 gr.
sale 1 presa
scorza grattugiata di 1 limone
riso per budini 90 gr.
gelatina bianca 5 fogli
zucchero vanigliato 1 confezione
rum 2 cucchiari
panna 125 ml
frutti di bosco zuccherati 250 gr.

Budino di riso

Tempo di cottura: circa 27 minuti

1. Mettere latte, zucchero, sale, scorza di limone e riso in una pirofila coperta e portare a ebollizione su  1000 W per 7 min. Mescolare ogni tanto.
2. Far bollire su  250 W per 20 min. Durante l'ebollizione mescolare 1 o 2 volte.
3. Far ammorbidire i fogli di gelatina in acqua fredda, strizzarli bene e aggiungerli al riso caldo insieme allo zucchero vanigliato e al rum.
4. Montare la panna e aggiungerla all'impasto del budino, quando comincia a rapprendersi la gelatina. Mettere in una forma per budino precedentemente bagnata con acqua e far raffreddare in frigo. Sformarlo e servirlo con i frutti di bosco.

INGREDIENTI

2 pere grosse o 4 piccole 500 gr.
succo di limone 1/2
vino bianco 2 cucchiari
cannella 1/2 bastoncino
zucchero vanigliato 1 sacchetto
cioccolato fondente 100 gr.
acqua 2 cucchiari
panna 6 - 8 cucchiari
gelato alla vaniglia

Pere alla "BELLE HELENE"

Tempo di cottura: circa 8 - 10 minuti

1. Pelate le pere, tagliatele in due, levate il torsolo, e mettetele in un tegame di vetro con il lato piatto verso il basso. Aggiungete il succo di limone, il vino, la cannella e cuocete su  1000 W per 6 - 7 min. con coperchio.
2. Spezzettate il cioccolato a pezzetti piccoli e metteteli in un piccolo tegame di vetro con un po' di acqua; fate fondere per 2 - 3 min. sulla posizione  440 W; mescolate accuratamente e incorporatevi la panna.
3. Mettete il gelato in due coppe individuali, ricoprite con una mezza pera e versatevi sopra il cioccolato caldo.

INGREDIENTI

tuorli 4
albumi 4
zucchero 200 gr.
zucchero vanigliato 1 sacchetto
acqua 4 cucchiari
fecola 100 gr.
farina 100 gr.
lievito 2 cucchiari
pangrattato q.b.

Dolce facile

Tempo di cottura: circa 15 minuti

1. Con gli ingredienti, preparate una pasta da biscotti.
2. Prendete uno stampo per dolci in vetro (Ø 26 cm), imburратelo e cospargetelo di pan grattato; versatevi il preparato e mettetelo nel forno sulla griglia bassa a cuocere su ( 180°C +  250 W) per ca. 15 min. Quando il dolce si è raffreddato, tagliatelo e guarnitelo a vostro gusto.

Dessert

INGREDIENTI

pere sode 2 (circa 500 gr.)
acqua 3 cucchiari
vino bianco 3 cucchiari
zucchero 50 gr.
liquore alla pera 1 cucchiario
pistacchi tritati 1 cucchiario

Pere “FELICIA”

Tempo di cottura: circa 11 - 13 minuti

1. Pelate le pere, tagliatele a metà e togliete i torsoli.
Mettetele in un piccolo tegame di vetro con l'acqua e il vino; coprite e fate cuocere per 6 min. sulla posizione  1000 W.
2. Togliete le pere dal tegame e ripartitele in 4 coppette, conservando il sugo di cottura.
3. In un tegamino fate sciogliere lo zucchero con 1 cucchiario di sugo di pera e lasciatelo caramellare per 3 min. circa su  1000 W, fino a raggiungere un bel colore scuro. Aggiungere al caramello 3 - 4 cucchiari di sugo di pera e il liquore alla pera e fate scaldare su  1000 W per 1 - 2 min.
4. Distribuire la salsa sulle pere e cospargere di pistacchi tritati.

INGREDIENT

per la pasta:

farina 300 gr.
lievito in polvere 2 cucchiaini rasi
zucchero 100 gr.
zucchero vanigliato 1 confezione
uovo 1
margarina 150 gr.

per il ripieno:

mele 650 gr.
zucchero 75 gr.
stecca di cannella 1
uvetta 100 gr.
mandorle tritate 50 gr.
vino bianco 2 cucchiari
albume 1
tuorlo 1
latte 2 cucchiari

Dolce di mele

Tempo di cottura: circa 35 minuti

1. Con gli ingredienti indicati preparate una pasta frolla che lascerete riposare in frigo.
2. Per il ripieno sbucciate le mele, togliete il torsolo e tagliatele a spicchi. Fatele cuocere a tegame coperto per 4 - 5 min. su  1000 W insieme allo zucchero, la cannella, l'uvetta, le mandorle e il vino.
3. Ungere il fondo di una tortiera in vetro e cospargere di pangrattato. Foderare il fondo e il bordo con $\frac{2}{3}$ della pasta, spennellare con l'albume e far cuocere sulla griglia bassa nel forno non preriscaldato a  200°C per ca. 15 min.
4. Versare poi il ripieno nella tortiera. Formare un coperchio con il resto della pasta, appoggiarlo sul ripieno e premere bene sui bordi.
5. Amalgamare bene il tuorlo con il latte e spennellare la torta. Porre la teglia sulla griglia e cuocere su ( 180°C +  440 W) per circa 30 min.

Dessert

INGREDIENTI

per la pasta:

farina 190 gr.
fecola 100 gr.
lievito $\frac{1}{2}$ cucchiaino
zucchero in polvere 90 gr.
uovo 1
margarina 150 gr.

per il ripieno:

pere piccole 5
gelatina di ribes 60 gr.
mandorle tritate 40 gr.
chiara d'uovo 1

Pasticcio di pere

Tempo di cottura: circa 35 minuti

1. Con tutti gli ingredienti, preparate una pasta brisé e lasciatela riposare al fresco per almeno un'ora.
2. Imburrate uno stampo in vetro (Ø 26 cm) e cospargete di pan grattato; rivestite lo stampo con almeno i $\frac{2}{3}$ della pasta e pungete il fondo con una forchetta in diversi punti. Cuocere sulla griglia bassa a ☼ 200°C nel forno non preriscaldato per ca. 15 min.
3. Pelate le pere, tagliatele in 2 e levate i torsoli; mescolate le mandorle e la gelatina di ribes e, con la pasta omogenea ottenuta, guarnite le pere.
4. Mettete le pere con la parte piatta verso il basso sulla pasta. Stendete la pasta sulle pere; rincalzate ai bordi della circonferenza di modo che le pere siano completamente ricoperte. Pungete la parte superiore del pasticcio in più punti con una forchetta; spennellate con il bianco dell'uovo; mettete lo stampo sulla griglia bassa e fate cuocere per 20 min. sulla posizione (☼ 180°C + ☼ 440 W).

INGREDIENTI

per la pasta:

margarina 100 gr.
zucchero 100 gr.
uova 2
farina 200 gr.
lievito 1 cucchiaino
sale 1 pizzico

per il ripieno:

mele 650 gr.
succo di limone 3 cucchiaini
burro 50 gr.
zucchero 75 gr.
uova 3
noce di cocco
grattugiata 100 gr.
pangrattato q.b.

Torta di mele alla noce di cocco

Tempo di cottura: circa 45 minuti

1. Lavorate gli ingredienti per preparare la pasta.
2. Imburrate uno stampo per torte in vetro (Ø 24 cm) e cospargetelo con pan grattato. Rivestite lo stampo con la pasta, avendo cura di fare dei bordi alti.
3. Per il ripieno, pelate le mele, grattugiatele grossolanamente e spruzzatele di succo di limone.
4. In una terrina, lavorate il burro, lo zucchero e le uova fino ad ottenere una crema schiumosa. Incorporate delicatamente la noce di cocco e le mele grattugiate. Disponete il preparato sul fondo della torta.
5. Mettete nel forno per 45 min. sulla posizione (☼ 180°C + ☼ 440 W) 200°C.

Italiano

Dessert

INGREDIENTI

burro 90 gr.
farina 125 gr.
zucchero 200 gr.
uova 4
amaretti secchi 100 gr.
cioccolato amaro grattugiato
70 gr.

Torta di amaretti

Tempo di cottura: circa 6 minuti

1. Lavorare in una terrina il burro appena ammorbidito con lo zucchero e quando sarà diventato soffice, unire i tuorli e il cioccolato grattugiato.
2. Quando il composto sarà amalgamato unitevi, via via a cucchiariate, lavorando sempre, la farina e gli amaretti pestati finissimi. Alla fine unite le chiare montate a neve molto soda.
3. Foderate una tortiera di vetro con pellicola trasparente. Versate il composto, coprite con pellicola trasparente e fate cuocere a microonde sulla posizione  1000 W per 6 min.

INGREDIENTI

burro 250 gr.
zucchero 200 gr.
zucchero vanigliato 1 conf.
uova 3
rum 2 cucchiari
farina 200 gr.
fecola 65 gr.
lievito in polvere $\frac{1}{2}$ bustina
uva passa 50 gr.
noci tritate 50 gr.
cioccolato fondente tritato 50
gr.

Torta reale

Tempo di cottura: circa 20 minuti

1. Con tutti gli ingredienti preparare una pasta che verseggi in una forma a cassetta in vetro (\varnothing 25 cm) precedentemente imburata e cosparsa di pangrattato.
2. Mettere sulla griglia bassa e cuocere con il programma combinato ( 180°C +  250 W) per ca. 20 min.

INGREDIENTI

panini raffermi 3
tuorli d'uovo 3
burro 50 gr.
zucchero 50 gr.
cannella 1 cucchiaino
cacao in polvere 1
cucchiaino
mandorle macinate 100 gr.
liquore di albicocche 2
cucchiari
chiare d'uovo 3
burro per la pirofila q.b.
albicocche sciroppate 1
scatola
ben sgocciolate (425 ml)

Sformato di albicocche

Tempo di cottura: circa 20 minuti

1. Ammorbidire i panini nell'acqua.
2. Frullare insieme tuorli, burro, cannella, zucchero, cacao, mandorle e liquore.
3. Battere le chiare a neve e aggiungerle alla miscela insieme ai panini ben strizzati e sminuzzati. Versare il composto in una pirofila imburata.
4. Appoggiare le albicocche ben sgocciolate sul composto con la parte piatta verso il basso. Mettere il recipiente sul piatto rotante e cuocere sul programma combinato ( 190°C +  400 W) per ca. 20 min.

Dessert

INGREDIENTI

per la pasta:

farina 375 gr.
lievito (lievito da panettiere) 30 gr.
zucchero 75 gr.
burro 75 gr.
uovo 1
sale 1 pizzico
noce moscata 1 pizzico

latte $\frac{3}{4}$ litro

per la guarnitura:

burro 75 gr.
zucchero 100 gr.
zucchero vanigliato 1 sacchetto
mandorle sgusciate 100 gr.

Dolce al burro

Tempo di cottura: circa 20 minuti

1. Preparate, usando gli ingredienti, la pasta che farete poi lievitare.
2. Ungere la teglia e cospargere di pan grattato, mettetela la pasta e stendetela bene, pungendola sul fondo con una forchetta. Lasciate lievitare la pasta per 15 min.
3. Fate fondere il burro in una coppetta per 1 min. sulla posizione  1000 W. Spalmatelo sulla pasta; spolverate di zucchero, cannella, zucchero vanigliato, mandorle. Fate cuocere sulla griglia bassa a  190°C nel forno non preriscaldato per ca. 20 min.

INGREDIENTI

per la pasta:

farina 500 gr.
lievito di birra 40 gr.
zucchero 100 gr.
uovo 1
sale 1 pizzico
latte $\frac{1}{8}$ litro

per farcire il dolce:

mandorle sgusciate 200 gr.
uvetta 100 gr.
latte 6 cucchiari
burro 50 gr.

Brioche svizzera

Tempo di cottura: circa 35 minuti

1. Con gli ingredienti, preparate la pasta da far lievitare. Lasciate riposare la pasta e appiattitela con un mattarello, per ottenere un rettangolo di 5 mm di spessore.
2. Per farcire il dolce, mescolate tutti gli ingredienti e stendete questo preparato sulla pasta; arrotolate la pasta su se stessa dal lato più largo e tagliate il cilindro ottenuto in dieci parti di dimensioni uguali.
3. Riempite uno stampo apribile per torta, (\varnothing 26 cm) imburato e cosperso di pan grattato, con queste parti di pasta, in modo da costituire il dolce. Lasciate riposare ancora per 20 - 30 min. cuocere sulla griglia bassa nel forno non preriscaldato a  170°C per ca. 35 min.
4. Fate fondere il burro in una coppetta per 1 min. sulla posizione  1000 W e spalmatelo sul dolce quando sarà cotto.

INGREDIENTI

tuorli 6
chiare d'uovo 6
zucchero 200 gr.
farina 120 gr.
nocciole tritate 120 gr.

Biscotti di nocciole

Tempo di cottura: circa 20 minuti

1. Preparate con gli ingredienti indicati una pasta biscuit.
2. Ungere una tortiera di vetro (\varnothing 26 cm), cospargerla di pangrattato e versarci la pasta.
3. Mettere sulla griglia bassa e cuocere sul programma combinato ( 180°C +  250 W) per ca. 20 min. Quando si è fredda, tagliarla e usarla per altre preparazioni.

Dessert

INGREDIENTI

200 g di marzapane
150 g di zucchero semolato
125 g di burro, ammorbidito
4 uova grandi (separare gli albumi dai tuorli)
1 cucchiaino di estratto di mandorle
300g di farina bianca
 $\frac{1}{2}$ cucchiaino di sale
5 gocce di colorante alimentare verde
5 gocce di colorante alimentare rosso
150 g di marmellata di lamponi
150 g di scaglie di cioccolato al latte

Dolcetti

Porzioni: 25-30 pezzi

Stampo: 2 teglie da forno 30 cm x 25 cm

Accessorio da forno: leccarda smaltata, vassoio di metallo, vassoio di vetro

Tempo di cottura: 10-15 minuti

1. Preriscaldare il forno su convezione  180°C con la leccarda smaltata inserito e il vassoio di metallo sopra il vassoio di vetro.
2. Tagliare a pezzetti il marzapane e metterlo nel frullatore insieme allo zucchero; frullare fino a eliminare tutti i grumi.
3. Trasferire il marzapane in una terrina, aggiungere il burro, sbattere con una frusta elettrica fino a ottenere un composto leggero e spumoso, quindi aggiungere l'estratto di mandorle, i tuorli d'uovo e sbattere bene.
4. Passare la farina e il sale insieme al setaccio e aggiungere al composto di marzapane, frullare bene a velocità bassa.
5. In una seconda terrina, montare gli albumi a neve e versarne la metà nella pastella per ammorbidirla (la pastella sarà indurita).
6. Una volta incorporata la prima metà, aggiungere gli albumi restanti.
7. Dividere la pasta in 2 parti, aggiungere il colorante verde a una metà e quello rosso all'altra metà.
8. Stendere la pasta sulle due teglie da forno di 30 cm x 25 cm (in strati sottili) e fare cuocere la prima sulla leccarda smaltata e la seconda sul vassoio di metallo sopra il vassoio di vetro per 10-15 minuti o fino a quando i bordi non diventano di un bel marrone dorato.
9. Estrarre i vassoi dal forno, capovolgere i dolci sulla griglia e lasciarli raffreddare; mentre sono ancora caldi togliere la carta da forno dal fondo di ogni dolcetto.
10. Lasciar raffreddare completamente.
11. Collocare lo strato verde su un tagliere e cospargere di marmellata ai lamponi. Coprire con lo strato rosso e pareggiare i bordi.
12. Coprire il dolce con una pellicola alimentare e pressare con un tagliere più grande; riporre in frigorifero per circa 2 ore.
13. Mettere le scaglie di cioccolato in una pirofila e farle sciogliere nel microonde a  600 W per 2 minuti. Mescolare finché non siano sciolte completamente.
14. Togliere il dolce dal frigorifero e coprire la parte superiore con il cioccolato, facendo attenzione a non farlo scivolare lungo i lati. Lasciare che il cioccolato si solidifichi per circa 20 minuti a temperatura ambiente. Tagliare il dolce a losanghe o rettangoli.

Dessert

INGREDIENTI

220 g di burro
200 g di zucchero semolato
250 g di cioccolato
3 cucchiaini di farina bianca
2 cucchiaini di mandorle tritate
1/2 cucchiaino di lievito
6 uova

Pudding al cioccolato con ripieno morbido

Porzioni: 12-14

Stampo: 12-14 ramequin

Accessorio da forno: leccarda smaltata, vassoio di metallo, vassoio di vetro

Tempo di cottura: 19-21 min.

1. Rompere il cioccolato in pezzi e metterli in una terrina insieme al burro; cuocere nel microonde a  600 W per 3 minuti.
2. Mescolare a parte la farina con il lievito e le mandorle tritate. Aggiungere il cioccolato fuso e le uova, una alla volta.
3. Sbattere con una frusta elettrica per circa 1 minuto.
4. Ungere i ramequin.
5. Versare due mestoli del composto in ogni ramequin. Lasciar riposare in frigorifero per 1 ora.
6. Preriscaldare il forno su convezione  220°C con la leccarda smaltata inserita e il vassoio di metallo sopra il vassoio di vetro.
7. Collocare metà degli stampi sulla leccarda smaltata e l'altra metà sul vassoio di metallo; cuocere i pudding da 16 a 18 minuti fino a ottenere la consistenza desiderata.
8. Servire i pudding appena tolti dal forno, oppure riporli in frigorifero fino al momento di consumarli e farli riscaldare singolarmente per 30-40 secondi nel microonde a  440 W prima di servirli.

Pizza & uova

Riscaldamento di pane e pizza

Per tutti i piatti precotti fate riferimento alle tabelle seguenti; se la vostra ricetta non compare, fate riferimento (per tempi e potenze di riscaldamento) a quella piú simile alla vostra.

Vasellame e accessori:

- solo microonde: sistemate il cibo in un recipiente adatto alle microonde e poi sul piatto rotante;

- combinazione: togliete il cibo dall'involucro e sistematelo direttamente sulla griglia. Se rischia di dorarsi un po' durante il riscaldamento coprite la griglia con della carta da forno, prima di

appoggiarvi il cibo. Per tutti gli altri alimenti preferite dei contenitori adatti alle microonde e resistenti al calore che metterete direttamente sulla griglia o sul piatto rotante (in base alla doratura che preferite ottenere). NON appoggiate contenitori in metallo o alluminio direttamente sulla griglia.

Coperchi:

Come regola generale, gli alimenti "umidi" oppure con salse, devono essere coperti con un coperchio adatto o con della pellicola per microonde; gli alimenti da dorare o seccare non devono essere coperti.

INGREDIENT

uova 2
latte 8 cucchiari
sale 1 pizzico
noce moscata 1 pizzico

Uova strapazzate

Tempo di cottura: circa 5 minuti

1. Sbattete tutti gli ingredienti con un frullino e ripartiteli in due tazze che avrete già imburrate.
2. Mettete le tazze nel forno a microonde sulla posizione  440 W e fatele scaldare per 5 min.

INGREDIENTI

fette di pane a cassetta q.b.
prosciutto cotto 4 fette
ananas (sciropato) 4 fette
sottilette 4

Toast hawaiani

Tempo di cottura: circa 12 minuti

1. Mettete le fette di pane e fatele abbrustolire sulla teglia in alto con la posizione " (1)" 5 min., senza preriscaldare.
2. Imburrate il lato non abbrustolito dei toast e coprite ognuno di essi con una fetta di prosciutto, una fetta di ananas e una sottiletta.
3. Fate abbrustolire il tutto sulla posizione  1 per circa 7 min.

Pizza & uova

INGREDIENTI

1 panetto di pasta per pizza
3 spicchi d'aglio schiacciati
sale
pepe
2 cipolle grandi
1 cucchiaino di olio d'oliva
1 vasetto di salsa di pomodoro (250 g)
1 cucchiaino di erbe fresche tritate
300 g di mozzarella
olive

Pizza

Porzioni: 8

Accessorio da forno: Leccarda smaltata

Tempo di cottura: 18-23 minuti

1. Tagliare finemente le cipolle, aggiungere olio d'oliva e cuocere per 3 minuti nel microonde a  1000 W.
2. Preriscaldare il forno, senza gli accessori, su convezione  250°.
3. Stendere la pasta per pizza dandole la forma della teglia smaltata.
4. Distribuire la salsa di pomodoro sulla superficie, aggiungere le cipolle, le fette di mozzarella e gli altri ingredienti.
5. Cuocere da 15 a 20 minuti.

Consigli pratici

IT-82

PROBLEMA	CAUSA	SOLUZIONE
Il cibo si raffredda facilmente dopo la cottura a microonde.	Cibo non cotto perfettamente.	Rimettete nel forno per tempo extra. Ricordate che il cibo appena tolto dal frigorifero necessita di più tempo per cuocere rispetto a quello tenuto a temperatura ambiente.
I cibi in casseruola o il pudding fuoriescono dal contenitore durante l'ebollizione.	Il contenitore è troppo piccolo.	Per i cibi liquidi usate contenitori che abbiano una capacità doppia del cibo da cuocere.
Il cibo cuoce troppo lentamente con le microonde.	Il forno non riceve la potenza richiesta.	Il forno deve avere una presa a sè stante da 16 Amp.
La carne cotta a microonde o con la Combinazione si indurisce.	La temperatura iniziale del cibo è troppo fredda.	Considerate sempre un tempo extra per la cottura di cibi molto freddi.
	La potenza selezionata è troppo alta.	Usate una potenza ridotta per cuocere la carne; es: potenza MEDIA.
	La carne è stata salata prima di essere cotta.	Non salate la carne prima di cuocerla ma, se necessario, a cottura ultimata.
Le torte cotte a microonde rimangono crude in centro e cotte esternamente.	Il tempo di cottura, o di attesa, è troppo corto.	Cuocete/lasciate riposare per ulteriore tempo.
Le uova strapazzate o in camicia diventano dure e gommose, una volta cotte.	Il tempo di cottura è eccessivo.	Fate attenzione alla cottura delle uova. Una volta cotte troppo non possono essere recuperate.
Le quiches o la crema pasticciera diventano dure e gommose, una volta cotte a microonde.	La potenza selezionata è troppo alta.	Usate una potenza ridotta per queste ricette.
	Avete cotto troppo e utilizzato un contenitore più grosso di quello consigliato in ricetta.	Controllate i progressi del cibo durante la cottura.

Consigli pratici

PROBLEMA	CAUSA	SOLUZIONE
Le verdure si seccano durante la cottura a microonde.	Avete cotto il cibo senza coprirlo. Avete usato verdure vecchie, non fresche.	Coprite con una pellicola trasparente o un coperchio. Aggiungete altri 2 - 4 cucchiaini di acqua.
Nel forno si forma del vapore.	Avete salato le verdure prima di cuocerle. Ciò è normale e significa che il cibo cuoce più velocemente della espulsione della condensa dal forno.	Salate solo dopo aver cotto, se necessario. Asciugate il forno con un panno soffice e umido.
Sembra che l'aria calda fuoriesca dal portello del forno.	Il portello del forno non è sigillato.	Ciò è normale e non comporta alcun danno al forno o al portello.
Usando degli accessori in metallo appaiono delle scintille.	Non è corretto usare accessori in metallo usando le microonde. Se dovete usare la Combinazione, controllate gli accessori adatti da usare, per non danneggiare il forno.	Spegnete il forno IMMEDIATAMENTE. Non usate accessori in metallo con le microonde.
Il GRILL si ferma periodicamente durante i programmi GRILL e Combinazione.	Ciò è dovuto al fatto che il GRILL ha un funzionamento ciclico, per una cottura omogenea dei cibi.	E' normale.

Domande e Risposte

D: Ho fatto funzionare accidentalmente il forno senza cibo all'interno. Si è danneggiato?

R: Si raccomanda di non far funzionare il forno senza cibo al suo interno. Se questo avviene per un tempo breve, il forno non subisce danni.

D: Perché il mio forno non si accende?

R: Quando il forno non si accende, assicuratevi che:

1. La spina è inserita bene? Togliete la spina dalla presa, attendete 10 secondi e reinsertela.
2. Controllate l'interruttore o il fusibile. Reinserte il rottore se è scattato o rimpiazzate il fusibile se è bruciato.
3. Se sia il rottore che il fusibile sono a posto, inserite un altro elettrodomestico nella presa. Se l'altro elettrodomestico si accende, il guasto è presumibilmente nel forno; in caso contrario, il mancato funzionamento dipende dalla presa. Se il guasto è presumibilmente nel forno, contattate un servizio assistenza autorizzato.

D: Quando accendo il mio forno si sente un rumore che proviene dal vassoio di vetro.

R: Il rumore si produce quando l'anello rotante e il fondo del forno sono sporchi. Una pulizia regolare di queste parti dovrebbe eliminare o quanto meno ridurre sensibilmente il rumore.

D: Il mio forno a microonde produce interferenze con il mio televisore. È normale?

R: È possibile che ci siano interferenze radio o TV, quando il forno è in funzione. Queste interferenze sono simili a quelle causate da piccoli elettrodomestici come frullatore, aspirapolvere, asciugacapelli. Ciò non significa che il forno non funzioni correttamente.

D: Il forno non accetta il mio programma. Perché?

R: Il forno è progettato per non accettare programmi non corretti. Ad esempio, l'orologio va sempre programmato prima di qualsiasi programma di cottura.

D: Perché si accumula vapore sul portello del forno?

R: Durante la cottura, una certa quantità di vapore esce dai cibi. La maggior parte viene rimossa dal forno dall'aria stessa che circola all'interno della cavità di cottura. Una parte, tuttavia, si condensa a contatto con le superfici più fredde, come il portello. È normale.

D: A volte, dalle prese d'aria, fuoriesce dell'aria calda. Perché?

R: Il calore che esce dai cibi durante la cottura riscalda l'aria contenuta nel vano del forno. Quest'aria calda viene convogliata fuori dal forno dallo stesso flusso d'aria che circola all'interno. Questa aria non contiene microonde. Le prese d'aria non devono mai essere ostruite durante la cottura.

Domande e Risposte

D. La paro la "Demo" appare sul display e il forno non funziona. Perché?

R. È stata programmata la funzione demo: il forno rimane inoperante ma potete visualizzarne le funzioni sul display - per disattivare la funzione demo premete il tasto orologio 3 volte.

D. Posso usare il termometro convenzionale nel forno?

R. Solamente quando usate i metodi di cottura GRILL. Alcuni termometri in metallo possono provocare delle scintille qualora inseriti nel forno durante la cottura a Microonde o a Combinazione.

D. Il mio forno puzza e produce fumo quando si usa il programma, COMBINAZIONE e GRILL, perché?

R. Dopo un uso ripetuto, si raccomanda di pulire il forno e poi farlo funzionare senza cibo su Grill-1 per 5 minuti. Questa operazione farà bruciare ogni residuo di cibo o grasso che possono causare odori e/o fumo.

D. A fine cottura, mi capita di sentire un rumore proveniente dalla ventola di raffreddamento, anche se il portello del forno è aperto. È normale?

R. Tutto ciò è normale : la ventola di raffreddamento funziona per un minuto, a cottura completata, per raffreddare i componenti elettrici del forno.



Panasonic®



E000B6Y50EP
M0805-0
Printed in the UK

