

# Panasonic®

Deutsch

Français

Italiano

**Bedienungsanleitung und Kochbuch**  
**Mode d'emploi et livre de recettes**  
**Istruzioni e Ricettario**

**Dampf/Mikrowellengerät mit Grill/Heißluft**  
**Vapeur/Four à Micro-ondes Multifonctions**  
**Vapore/Forno a microonde e Convezione**



**NN-CS894S**

**WICHTIGE SICHERHEITSANWEISUNGEN.** Bitte sorgfältig durchlesen und zur weiteren Bezugnahme aufbewahren.

**INSTRUCTIONS DE SÛRETÉ IMPORTANTES.** Avant d'utiliser le four à micro-ondes, lisez attentivement les recommandations d'utilisation et conservez-les soigneusement.

**ISTRUZIONI IMPORTANTI PER LA SICUREZZA.** Leggere attentamente queste istruzioni e conservarle per consultazioni future.

- **WICHTIGE SICHERHEITSANWEISUNGEN.** Bitte sorgfältig durchlesen und zur weiteren Bezugnahme aufbewahren.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren sowie von Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen bzw. geistigen Fähigkeiten, mangelnder Erfahrung bzw. fehlendem Wissen oder fehlenden Erfahrungen genutzt werden, sofern diese eine Einweisung oder Anleitung von einer Person, die für deren Sicherheit verantwortlich ist, bezüglich der sicheren Nutzung des Geräts erhalten haben und wenn sie die damit einhergehende Gefahren verstehen, einschließlich dem Entweichen von Dampf. Kinder dürfen mit dem Gerät nicht spielen. Die Reinigung und Wartung darf nicht von Kindern ohne Aufsicht vorgenommen werden. Bewahren Sie das Gerät und das Kabel für Kinder unter 8 Jahren unzugänglich auf.
- Achten Sie beim Aufstellen des Gerätes darauf, daß bei Gefahr jederzeit der Stecker gezogen oder die Sicherung am Sicherungskasten ausgeschaltet werden kann.
- Aus Sicherheitsgründen muß ein beschädigtes Anschlußkabel durch den Hersteller, seinen Kundendienst oder eine andere gleichwertig qualifizierte Person ersetzt werden.
- **WARNUNG!** Die Türverriegelungen und die Türdichtungen sollten mit einem feuchten Tuch abgewischt werden. Das Gerät ist vom Benutzer auf mögliche Beschädigungen an den Türdichtungsflächen zu prüfen, und falls ein solcher Schaden aufgetreten ist, darf das Gerät nicht betrieben werden, bevor es vom Panasonic-Kundendienst repariert worden ist.
- **WARNUNG!** Führen Sie weder eine Manipulation oder Reparatur an der Tür, an den Kontrolleinrichtungen oder Sicherheitsvorrichtungen noch an irgendeinem anderen Teil des Gerätes durch. In keinem Fall das Gehäuse, das den Schutz gegen das Austreten von Mikrowellenenergie sicherstellt, abbauen. Das Gerät darf nur von einem geschulten Panasonic Kundendienst-Techniker geprüft oder repariert werden.

- **WARNUNG!** Keine Flüssigkeiten und Nahrungsmittel in versiegelten Behältern (z.B. Konserven) erhitzen, da diese platzen können.
- **WARNUNG!** Das Gerät nicht in unmittelbarer Nähe eines Gas-oder Elektroherdes aufstellen.
- **WARNUNG!** Kindern darf die Benutzung des Gerätes ohne Aufsicht nur erlaubt werden, wenn eine ausreichende Einweisung gegeben wurde, die das Kind in die Lage versetzt, das Gerät in sicherer Weise bedienen und die Gefahr einer falschen Bedienung verstehen zu können.
- Dieses Dampf-Mikrowellengerät ist nur zur Benutzung auf der Tischplatte oder Arbeitsfläche gedacht. Es ist nicht als Einbaugerät oder zur Benutzung in einem Schrank gedacht.

### **VERWENDUNG ALS TISCHGERÄT:**

- Der Mikrowellenherd muss auf einer ebenen und stabilen Fläche 85 cm über dem Boden mit der Rückseite des Ofens gegen eine Wand aufgestellt werden. Für den ordnungsgemäßen Betrieb des Geräts müssen die folgenden Abstände zur Wand gewährleistet sein: mindestens 5 cm auf einer Seite, die andere Seite muss offen liegen; 15 cm Freiraum nach oben und 10 cm an der Rückseite.
- Wenn Behälter aus Papier, Kunststoff oder anderen leicht entflammaren Materialien zum Erwärmen benutzt werden, darf das Mikrowellengerät nicht unbeaufsichtigt betrieben werden! Diese Behälter können sich entzünden.
- Sollten sich im Mikrowellengerät Rauch oder Flammen bilden, drücken Sie die Stopp/ Abbrechen-Taste und lassen Sie die Tür geschlossen, um eventuelle Flammen zu ersticken. Ziehen Sie den Stecker aus der Netzdose oder schalten Sie den Strom am Sicherungs- bzw. Verteilerkasten aus.
- Dieses Gerät ist nur zur Benutzung zu Haushaltzwecken ausgelegt.

- Beim Erhitzen von Flüssigkeiten im Mikrowellengerät kann durch kurzfristiges Aufkochen (Siedeverzug) die Flüssigkeit im Gerät oder bei der Entnahme schlagartig verdampfen und explosionsartig aus dem Gefäß geschleudert werden. Dies kann zu Verbrennungen führen. Sie vermeiden einen Siedeverzug, indem Sie beim Erhitzen von Flüssigkeiten in Gläsern oder Tassen immer ein hitzebeständiges Glasstäbchen mit hineinstellen oder größere Gefäße mit einem Deckel bzw. Teller abdecken.
- Nach dem Erhitzen sollte die Babynahrung in Fläschchen oder Gläsern gut geschüttelt bzw. durchgerührt werden, damit ein Temperatúrausgleich stattfinden kann. Überprüfen Sie die Temperatur vor dem Verzehr, um Verbrennungen zu vermeiden.
- Weder rohe, gekochte Eier mit Schale noch gepellte hartgekochte Eier mit Mikrowellen erhitzen oder kochen. Nach Ende des Mikrowellen-Kochvorgangs kann sich noch weiterhin Druck bilden und die Eier können explodieren.
- Reinigen Sie das Innere des Geräts, die Türdichtungen und den Türdichtungsbereich regelmäßig. Wenn Nahrungsmittel spritzen oder verschüttete Flüssigkeiten an den Gerätewänden, am Boden, an den Türdichtungen und an den Türdichtungsbereichen haften, wischen Sie diese mit einem feuchten Tuch ab. Bei starker Verschmutzung kann eine milde Seifenlösung benutzt werden. Die Benutzung aggressiver Reinigungs- oder Scheuermittel wird nicht empfohlen.
- **VERWENDEN SIE IN KEINEM FALL BACKOFENREINIGUNGSMITTEL.**
- Bei Benutzung der Betriebsarten GRILLEN, UMLUFT, DAMPF oder KOMBINATION kann es bei einigen Lebensmitteln zu Fettspritzern an den Ofenwänden kommen. Wird der Ofen nicht regelmäßig gereinigt, kann es bei der Benutzung zu „Rauchentwicklung“ kommen.
- Wird das Mikrowellengerät nicht in einem sauberen Zustand gehalten, kann dies zu einer Güteminderung der Oberflächen führen, was wiederum eine Beeinträchtigung der Lebensdauer

des Geräts mit sich bringen und eventuell eine Gefahr für den Benutzer darstellen kann.

- **WARNUNG!** Die zugänglichen Teile können in den Betriebsarten GRILLEN, UMLUFT, DAMPF und KOMBINATION sehr heiß werden. Junge Kinder unter 8 Jahren sollten von dem Gerät ferngehalten werden. Kinder sollten das Gerät aufgrund der hohen Temperatur nur unter Aufsicht Erwachsener nutzen.
- Ein Dampfreiniger darf nicht zur Reinigung verwendet werden.
- Verwenden Sie zur Reinigung der gläsernen Mikrowellentür keine Scheuermittel oder scharfe Metallschaber, da dies eine Beschädigung der Oberfläche zur Folge haben und zum Zerspringen des Glases führen könnte.
- Die äußeren Ofenflächen, einschließlich Belüftungsöffnungen am Gehäuse und der Ofentür, werden in den Betriebsarten GRILLEN, UMLUFT, DAMPF und KOMBINATION heiß; öffnen und schließen Sie die Tür sehr vorsichtig und seien Sie auch beim Einfügen oder der Entnahme von Lebensmitteln oder Zubehörtteilen sehr vorsichtig.
- Dieses Gerät ist nicht zur Bedienung mit einer externen Zeitschaltuhr oder separaten Fernbedienung gedacht.
- Verwenden Sie nur solche Reinigungsmittel, die zur Benutzung in einem Mikrowellenherd geeignet sind.
- **WARNUNG!** Dieses Gerät erzeugt kochend heißen Wasserdampf.
- Öffnen Sie während und nach dem Kochen mit der Dampf-Funktion die Ofentür nicht, wenn sich Ihr Gesicht sehr dicht am Ofen befindet. Öffnen Sie die Tür sehr vorsichtig, da Dampf zu Verletzungen führen kann.
- **WARNUNG!** Beim Öffnen der Tür können Dampfschwaden austreten. Wenn sich heißer Dampf im Gerät befindet, greifen Sie nicht mit nackten Händen hinein! Verbrennungsgefahr! Benutzen Sie Ofenhandschuhe.

- Hinweise zum richtigen Gebrauch des Mikrowellenzubehörs finden Sie auf Seite 11-12 DE.
- Der Ofen verfügt über zwei Grillheißstäbe im oberen Teil des Ofens und eine Konvektions-Heizfläche im hinteren Teil des Ofens. Nach Benutzung der Funktionen GRILLEN, UMLUFT, DAMPF und KOMBINATION sind die Innenseiten des Ofens sehr heiß. Achten Sie darauf, dass sie die Heizelemente im Ofen nicht berühren, um Verbrennungen zu vermeiden.
- Die Mikrowelle dient ausschließlich dem Erwärmen von Lebensmitteln und Getränken. Gehen Sie besonders vorsichtig vor, wenn Sie Lebensmittel mit geringem Feuchtigkeitsgehalt, z. B. Backwaren, Schokolade, Kekse und Teig erhitzen. Diese können leicht brennen, austrocknen oder Feuer fangen, wenn sie zu lange gekocht werden. Wir empfehlen, Lebensmittel mit geringem Feuchtigkeitsgehalt nicht zu erwärmen, wie z. B. Popcorn oder Papadums. Das Trocknen von Lebensmitteln, Zeitungen oder Kleidung und das Aufwärmen von Wärmekissen, Hausschuhen, Schwämmen, feuchten Tüchern, Getreidekissen, Wärmflaschen u. ä. können zu Verletzungen, Entzündung und Feuer führen.
- Wenn es erforderlich wird, die Beleuchtung des Geräts auszuwechseln, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler.
- Bevor Sie das Mikrowellengerät in Betrieb nehmen, bringen Sie die Auffangrinne in Position. Hinweise zur richtigen Installation finden Sie auf Seite 14 DE.
- Zweck der Abtropfschale ist das Aufsammeln von überschüssigem Wasser während der Betriebsarten DAMPF und DAMPF-KOMBINATION. Sie sollte nach jedem Betrieb im DAMPF oder DAMPF-KOMBINATION Modus geleert werden.
- Benutzen Sie den Wassertank nicht, wenn dieser rissig oder zerbrochen ist, da auslaufendes Wasser zu Stromausfall oder Stromschlag führen kann. Ist der Wassertank beschädigt, nehmen Sie Kontakt zu Ihrem Händler auf.

# **INVERTER**

Ihr Panasonic-Gerät ist mit der neuesten Technologie ausgestattet, die als Invertertechnologie bekannt ist. Diese spezielle Technologie wird in Japan schon seit langem für Mikrowellengeräte verwendet und bietet eine drastische Optimierung der Leistungsfähigkeit Ihres Mikrowellengeräts. Da das System auch weniger Bauteile benötigt, wiegt Ihr Gerät weniger und sein Innenvolumen ist größer – jedoch ohne zusätzlichen Raum auf Ihrer Arbeitsfläche einzunehmen.

## Inhalt

|  |       |
|--|-------|
| Aufstellen und Anschließen .....                               | 7     |
| Aufstellen des Gerätes .....                                   | 7     |
| Wichtige Sicherheitshinweise .....                             | 8-11  |
| Ofenzubehör .....  | 11-12 |
| Bestandteile Ihres Ofens .....                                 | 13-14 |
| Bedienfeld NN-CS894S .....                                     | 15    |
| Betriebsarten .....  | 16    |
| Kochen mit Kombinations-<br>Betriebsarten .....                | 17    |
| Digitale Laufschrift .....                                     | 18    |
| Schieberegler .....  | 18    |
| Einstellen der Uhr .....                                       | 19    |
| Kindersicherung .....  | 19    |
| Mikrowellenbetrieb zum Garen und<br>Auftauern .....            | 20    |
| Grillbetrieb .....   | 21-22 |
| Kochen mit Umluft .....  | 23-24 |
| Kochen mit Dampf .....   | 25-26 |
| Dampfstoß .....  | 27    |
| Kombinationsbetrieb .....                                      | 28-29 |
| Kombinationskochen mit Dampf .....                             | 30-31 |
| Turbo-Garen .....  | 32-33 |
| Gebrauch des Gerätes mit Zeitvorwahl .....                     | 34    |
| Mehrstufiges Kochen .....                                      | 35    |
| Gewichtsautomatik zum Auftauen .....                           | 36    |
| Auto-Dampf Programme .....                                     | 37-38 |
| Auto-Dampf Programme mit Turbo<br>Kochfunktion .....           | 39-40 |
| Reinigungsprogramme des Systems .....                          | 41    |
| Reinigen des Wassertanks .....                                 | 42    |
| Auto-Sensor-Programme .....                                    | 43-45 |
| Fragen und Antworten .....                                     | 46-47 |
| Pflege des Mikrowellengerätes .....                            | 48    |
| Technische Daten .....   | 49    |
| <br>   |       |
| Grundsätzliches für den Umgang mit<br>Mikrowellengeräten ..... | 50    |
| Generelles .....   | 51-52 |
| Kurze Einführung in die<br>Kochutensilien .....                | 53    |
| Mikrowellenleistungsstufen .....                               | 54    |
| Grill .....  | 54    |

Die Angaben in diesem Buch sind Richtwerte und sind jeweils von Ausgangstemperatur des Lebensmittels, seiner Beschaffenheit und dem verwendeten Gefäß abhängig. Prüfen Sie vor dem Verzehr immer, ob das Lebensmittel auch durch und durch heiß ist.

|   |       |
|---|-------|
| Die Umluft .....  | 55-56 |
| Dampfgaren .....  | 56    |
| Turbo-Garen .....   | 56    |
| Kombiniertes Kochen .....   | 57    |
| Welche Kombinationen<br>auswählen? .....                                      | 58    |
| Tipps für kombiniertes Kochen .....   | 58    |
| Kombiniertes Kochen - Gefäße und<br>Zubehör .....                             | 59    |
| Richtlinien für das Aufwärmen und<br>Garen .....                              | 60-61 |
| Tabellen für Kombigar- und<br>Aufwärmfunktionen .....                         | 62-68 |
| Die Tricks mit der Mikrowelle .....   | 69    |
| Hinweise zum Auftauen .....   | 70    |
| Auftautabelle .....   | 71-72 |
| Fleisch und Geflügel .....  | 73-76 |
| Fisch .....   | 77-78 |
| Gemüse .....  | 79-80 |
| Gartabellen .....   | 81-82 |
| Eier und Käse .....   | 83    |
| Stärkemehlhaltige Nahrungsmittel und<br>Hülsenfrüchte .....                   | 84    |
| Nachspeisen - Gebäck .....  | 85-86 |
| Allgemeine hinweise für das Garen mit<br>Mikrowellen und im Kombimodus: ..... | 87    |
| Herkömmliches Garung mit Umluft .....   | 87    |
| Fragen - Antworten .....  | 88-89 |

## Rezepte

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| Suppen & Vorspeisen ..... | 90-93   |
| Käse & Eier .....         | 94-95   |
| Fleisch & Geflügel .....  | 96-100  |
| Gemüse .....              | 101-104 |
| Nudeln & Reis .....       | 105-106 |
| Fisch .....               | 107-110 |
| Desserts & Kuchen .....   | 111-119 |
| Teig .....                | 120-121 |
| Brot .....                | 122-123 |
| Saucen & Konfitüren ..... | 124-125 |

Vielen Dank dafür, dass Sie sich für ein Panasonic Mikrowellengerät entschieden haben.

## Aufstellen und Anschließen

### Überprüfung Ihres Mikrowellengerätes

Das Gerät auspacken, Verpackungsmaterial entfernen und auf Beschädigungen wie z.B. Stoßstellen, gebrochene Türverriegelungen oder Risse in der Tür überprüfen. Sofort den Händler benachrichtigen, wenn das Gerät beschädigt ist. Kein beschädigtes Mikrowellengerät installieren.

#### ■ Wichtig!

**ZUR SICHERHEIT VON PERSONEN MUSS DIESES GERÄT GEEDET SEIN!**

### Erdungsvorschriften

Ist die Steckdose nicht geerdet, muß der Kunde die Steckdose durch eine ordnungsgemäße Schutzkontaktsteckdose ersetzen lassen.

### Betriebsspannung

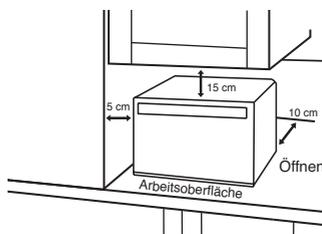
Die Netzspannung muß der auf dem Typenschild des Gerätes angegebenen Spannung entsprechen. Wird eine höhere Spannung als angegeben verwendet, so kann ein Brand entstehen oder sonst ein Unfall die Folge sein.

## Aufstellen des Gerätes

Dieses Dampf-Mikrowellengerät ist nur zur Benutzung auf der Tischplatte oder Arbeitsfläche gedacht. Es ist nicht als Einbaugerät oder zur Benutzung in einem Schrank gedacht.

### Tischplatte oder Arbeitsfläche:

Wenn die eine Seite des Geräts ganz an die Wand gerückt wird, darf die andere Seite oder das Oberteil des Geräts nicht blockiert sein. Gestatten Sie einen Zwischenraum von 15 cm über dem Dampf-Mikrowellengerät



1. Stellen Sie das Mikrowellengerät auf eine feste, ebene Stellfläche, die ca. 85 cm hoch ist (gemessen vom Fußboden).
2. Achten Sie beim Aufstellen des Gerätes darauf, daß bei Gefahr jederzeit der Stecker gezogen oder die Sicherung am Sicherungskasten ausgeschaltet werden kann.
3. Das Gerät arbeitet ordnungsgemäß, wenn eine ausreichende Luftzirkulation stattfinden kann.
4. Das Gerät nicht in unmittelbarer Nähe eines Gas- oder Elektroherdes aufstellen.
5. Die Stellfüße dürfen nicht entfernt werden.
6. Nicht im Freien verwenden.
7. Das Mikrowellengerät nicht bei zu hoher Luftfeuchtigkeit benutzen.
8. Das Netzanschlußkabel darf die Gerätegehäuseoberfläche nicht berühren, da diese während des Betriebes heiß wird. Das Kabel auch nicht mit anderen heißen Oberflächen in Berührung bringen. Das Netzanschlußkabel nicht über Tisch- oder Thekenkanten hängen lassen. Das Kabel oder den Netzstecker nicht in Wasser tauchen.
9. Die Lüftungsöffnungen an den Seiten und an der Rückseite des Mikrowellengeräts dürfen nicht blockiert werden. Wenn diese Öffnungen während des Betriebes blockiert sind, kann das Gerät sich überhitzen. In diesem Fall ist das Mikrowellengerät durch einen Überhitzungsschutz geschützt und nimmt seinen Betrieb erst wieder auf, wenn es abgekühlt ist.
10. Dieses Gerät ist nur zur Benutzung zu Haushaltzwecken ausgelegt.

# Wichtige Sicherheitshinweise

## Bitte sorgfältig durchlesen und zur weiteren Bezugnahme aufbewahren.

### ■ WARNUNG!

#### Wichtige Sicherheitshinweise

1. Die Türverriegelungen und die Türdichtungen sollten mit einem feuchten Tuch abgewischt werden. Das Gerät ist vom Benutzer auf mögliche Beschädigungen an den Türdichtungsflächen zu prüfen, und falls ein solcher Schaden aufgetreten ist, darf das Gerät nicht betrieben werden, bevor es vom Panasonic-Kundendienst repariert worden ist.
2. Führen Sie weder eine Manipulation oder Reparatur an der Tür, an den Kontrolleinrichtungen oder Sicherheitsvorrichtungen noch an irgendeinem anderen Teil des Gerätes durch. In keinem Fall das Gehäuse, das den Schutz gegen das Austreten von Mikrowellenenergie sicherstellt, abbauen. **Das Gerät darf nur von einem geschulten Panasonic Kundendienst-Techniker geprüft oder repariert werden.**
3. Das Gerät nicht in Betrieb setzen, wenn das Netzanschluskabel oder der Netzstecker beschädigt ist, bzw. wenn es nicht ordnungsgemäß arbeitet oder eine sichtbare Beschädigung aufweist.
4. Aus Sicherheitsgründen muß ein beschädigtes Anschlußkabel durch den Hersteller, seinen Kundendienst oder eine andere gleichwertig qualifizierte Person ersetzt werden
5. Benutzen Sie den Wassertank nicht, wenn dieser rissig oder zerbrochen ist, da auslaufendes Wasser zu Stromausfall oder Stromschlag führen kann. Ist der Wassertank beschädigt, nehmen Sie Kontakt zu Ihrem Händler auf.

6. Keine Flüssigkeiten und Nahrungsmittel in versiegelten Behältern (z.B. Konserven) erhitzen, da diese platzen können.
7. Zur eigenen Sicherheit bitte keinen Druck von oben auf die geöffnete Tür des Mikrowellengeräts ausüben, da die Gefahr besteht, dass das Gerät nach vorne kippen könnte.

### ■ WARNUNG!



#### Dieses Gerät verursacht kochend heißen Dampf.

8. Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren sowie von Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen bzw. geistigen Fähigkeiten, mangelnder Erfahrung bzw. fehlendem Wissen oder fehlenden Erfahrungen genutzt werden, sofern diese eine Einweisung oder Anleitung von einer Person, die für deren Sicherheit verantwortlich ist, bezüglich der sicheren Nutzung des Geräts erhalten haben und wenn sie die damit einhergehende Gefahren verstehen, einschließlich dem Entweichen von Dampf. Kinder dürfen mit dem Gerät nicht spielen. Die Reinigung und Wartung darf nicht von Kindern ohne Aufsicht vorgenommen werden. Bewahren Sie das Gerät und das Kabel für Kinder unter 8 Jahren unzugänglich auf.
9. Vorsicht: Möglichst keinen Druck von oben auf die offene Tür des Mikrowellengeräts ausüben, da das Gerät nach vorne kippen könnte.

# Wichtige Sicherheitshinweise

## Gebrauch und Ausstattung des Gerätes

1. Das Mikrowellengerät nur zur Nahrungsmittelzubereitung benutzen. Dieses Gerät ist speziell zum Auftauen, Erwärmen und Garen von Lebensmitteln entsprechend der Bedienungs- und Kochanleitung konzipiert. Erhitzen Sie in keinem Fall Chemikalien oder andere Produkte.
2. Prüfen Sie vor der ersten Benutzung Ihres Geschirrs, ob es für den Gebrauch im Mikrowellengerät geeignet ist.
3. Die Mikrowelle dient ausschließlich dem Erwärmen von Lebensmitteln und Getränken. Gehen Sie besonders vorsichtig vor, wenn Sie Lebensmittel mit geringem Feuchtigkeitsgehalt, z. B. Backwaren, Schokolade, Kekse und Teig erhitzen. Diese können leicht brennen, austrocknen oder Feuer fangen, wenn sie zu lange gekocht werden. Wir empfehlen, Lebensmittel mit geringem Feuchtigkeitsgehalt nicht zu erwärmen, wie z. B. Popcorn oder Papadums. Das Trocknen von Lebensmitteln, Zeitungen oder Kleidung und das Aufwärmen von Wärmekissen, Hausschuhen, Schwämmen, feuchten Tüchern, Getreidekissen, Wärmflaschen u. ä. können zu Verletzungen, Entzündung und Feuer führen.
4. Bewahren Sie keine Gegenstände im Mikrowellengerät auf, wenn dieses nicht benutzt wird (für den Fall, dass es versehentlich eingeschaltet wird)
5. Nehmen Sie das MIKROWELLENGERÄT NIE OHNE LEBENSMITTEL in Betrieb. Dies kann zu Beschädigungen des Gerätes führen. Ausnahme ist Punkt 1 unter „Heizungsbetrieb“.
6. Sollten sich im Mikrowellengerät Rauch oder Flammen bilden, berühren Sie die Stopp/Abbrechen-Taste und lassen Sie die Tür geschlossen, um eventuelle Flammen zu ersticken. Ziehen Sie den Stecker aus der Netzdose oder schalten Sie die Stromversorgung am Sicherungs- bzw. Verteilerkasten aus.
7. Halten Sie während und nach dem Kochen mit der Dampffunktion das Gesicht nicht zu dicht an das Gerät, wenn Sie die Tür öffnen. Lassen Sie beim Öffnen der Tür Vorsicht walten, da heißer Dampf zu Verletzungen führen kann.

## ■ VORSICHT!

**Beim Öffnen der Tür können Dampfschwaden austreten. Wenn sich heißer Dampf im Gerät befindet, greifen Sie nicht mit nackten Händen hinein! Verbrennungsgefahr! Benutzen Sie Ofenhandschuhe.**



## Heizungsbetrieb

1. Entfernen Sie vor erstmaliger Benutzung der Funktionen UMLUFT, DAMPF, GRILL oder KOMBINATION überschüssiges Öl aus dem Garraum und heizen Sie den Ofen ohne Lebensmittel und Zubehörteile im UMLUFT-Modus bei 230 °C für 10 Minuten auf. Hierdurch kann das Öl, das für den Rostschutz verwendet wird, abbrennen. Dies ist die einzige Situation, in der der Ofen leer benutzt wird.
2. Äußere Ofenflächen, einschließlich Luftschlitz auf dem Gehäuse und der Ofentür werden in den Betriebsarten UMLUFT, GRILL, DAMPF und KOMBINATION heiß; öffnen und schließen Sie die Tür vorsichtig und gehen Sie auch beim Einlegen oder Entfernen von Lebensmitteln oder Zubehör vorsichtig vor.
3. Der Ofen verfügt über zwei Grillheizstäbe im oberen Bereich des Ofens und einen Umluftheizkörper im hinteren Teil des Ofens. Nach Benutzung der Funktionen UMLUFT, GRILL, DAMPF und KOMBINATION werden die Innenflächen des Ofens sehr heiß. Das Berühren der Heizelemente im Innenraum des Ofens sollte vermieden werden.

## ■ Achtung! Heiße Oberflächen

**Nach dem Kochen mit diesen Betriebsmodi ist das Zubehör des Gerätes sehr heiß.**



4. Die zugänglichen Teile können heiß werden in Kombination zu verwenden. Junge Kinder, die weniger als 8 Jahren sollten ferngehalten werden, und Kinder sollten nur den Backofen unter Aufsicht von Erwachsenen aufgrund der Temperaturen erzeugt.

## Betrieb des Kühlgebläses

Nach Gebrauch des Mikrowellenherds läuft das Kühlgebläse zur Kühlung der elektrischen Komponenten u. U. für einige Minuten nach. Das ist ganz normal und man kann die Speisen bei laufendem Lüftermotor unbedenklich aus dem Gerät herausnehmen. Während dieser Zeit kann man auch den Mikrowellenherd weiter verwenden.

# Wichtige Sicherheitshinweise

## Wassertank

Benutzen Sie den Wassertank nicht, wenn dieser rissig oder zerbrochen ist, da auslaufendes Wasser zu Stromausfall oder Stromschlag führen kann. Ist der Wassertank beschädigt, nehmen Sie Kontakt zu Ihrem Händler auf.

## Garraumbelichtung

Wenn es nötig wird die eingebaute Garraumbelichtung zu wechseln, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler.

## Kochzeiten

Die Kochzeit ist abhängig von Beschaffenheit, Ausgangstemperatur und Menge des Lebensmittels sowie von der Art des verwendeten Kochgeschirrs.

Gehen Sie zunächst von einer kürzeren Kochzeit aus, um ein Übergaren der Speisen zu vermeiden. Hat das Lebensmittel noch nicht den gewünschten Auftau-, Erwärmungs- oder Garzustand erreicht, haben Sie immer noch die Möglichkeit, die Garzeit zu verlängern.

### ■ Wichtige!

**Wird die empfohlene Kochzeit überschritten, kann das Lebensmittel leicht verbrennen und ggf. einen Brand auslösen und somit den Garraum zerstören.**

## Speisethermometer

Falls Sie den Garzustand mit einem Speisethermometer überprüfen wollen, verwenden Sie bitte keine herkömmlichen Thermometer im Mikrowellengerät. Diese können Funken verursachen. Benutzen Sie diese Speisethermometer nur außerhalb des Mikrowellengerätes.

## Geringe Lebensmittelmengen

Weder rohe, gekochte Eier mit Schale noch gepellte hartgekochte Eier mit Mikrowellen erhitzen oder kochen. Nach Ende des Mikrowellen-Kochvorgangs kann sich noch weiterhin Druck bilden und die Eier können explodieren.

## Eier

Weder rohe, gekochte Eier mit Schale noch gepellte hartgekochte Eier mit Mikrowellen erhitzen oder kochen. Nach Ende des Mikrowellen-Kochvorgangs kann sich noch weiterhin Druck bilden und die Eier können explodieren.

## Lebensmittel mit Schale oder Haut

Bei Lebensmitteln wie z.B. Kartoffeln und Würstchen empfiehlt es sich, sie vorher anzustechen, um ein evtl. Platzen zu vermeiden.

## Flüssigkeiten

Beim Erhitzen von Flüssigkeiten im Mikrowellengerät kann durch kurzfristiges Aufkochen (Siedeverzug) die Flüssigkeit im Gerät oder bei der Entnahme schlagartig verdampfen und explosionsartig aus dem Gefäß geschleudert werden. Dies kann zu Verbrennungen führen. Sie vermeiden einen Siedeverzug, indem Sie beim Erhitzen von Flüssigkeiten in Gläsern oder Tassen immer ein hitzebeständiges Glasstäbchen mithineinstellen oder größere Gefäße mit einem Deckel bzw. Teller abdecken.

Zusätzlich sollten Sie folgende Punkte beachten:

- Vermeiden Sie die Verwendung von geraden Gefäßen mit engem Ausguß.
- Überhitzen Sie die Flüssigkeit nicht.
- Rühren Sie die Flüssigkeit einmal um, bevor Sie das Gefäß ins Gerät stellen sowie nochmals nach der halben Kochzeit.
- Lassen Sie nach Ablauf der Kochzeit das Gefäß kurze Zeit im Gerät stehen, bevor Sie es herausnehmen. Rühren Sie die Flüssigkeit anschließend noch einmal um.

## Papier und Plastik

Wenn Behälter aus Papier, Kunststoff oder anderen leicht entflammaren Materialien zum Erwärmen benutzt werden, darf das Mikrowellengerät nicht unbeaufsichtigt betrieben werden! Diese Behälter können sich entzünden.

Verwenden Sie keine recycelten Papierprodukte (z.B. Küchenrollen), die nicht ausschließlich für die Benutzung im Mikrowellengerät geeignet sind. Im Recyclingpapier können Bestandteile sein, die Funkenbildung oder einen Brand verursachen.

Entfernen Sie Metallverschlüsse von Bratfolien, bevor Sie diese ins Gerät stellen.

## Wichtige Sicherheitshinweise

### Hilfsmittel und Folien

Erhitzen Sie keine geschlossenen Flaschen oder Konserven im Mikrowellengerät, da diese durch den Druck explodieren können.

Verwenden Sie während des Mikrowellenbetriebes weder Geschirr aus Metall noch Geschirr mit Metallrand.

Bei Benutzung von Alufolie, Metallspießen oder anderen Metallwaren darauf achten, daß sie mindestens 2 cm von der Gerätewand entfernt sind, um Funkenbildung zu vermeiden.

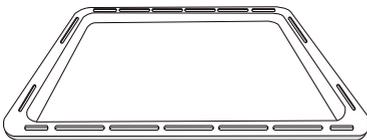
## Ofenzubehör

### Zubehör

Das Dampf-Mikrowellengerät ist mit einer Vielfalt an Zubehör ausgestattet. Halten Sie sich immer an die Anweisungen, die zur Benutzung des Zubehörs gegeben werden.

### Emaillblech

1. Das emaillierte Backblech dient nur zum Kochen im UMLUFT- oder GRILL-Modus. Benutzen Sie es nicht im MIKROWELLEN- oder KOMBINATIONS-Modus.
2. Für das UMLUFT-Kochen auf Stufe 2 können das emaillierte Backblech in der unteren Einschubposition und der Metallrost auf der oberen Einschubposition benutzt werden.
3. Die Höchstbelastung des Emaillblechs beträgt 4 kg (= d.h. Gesamtgewicht der Nahrungsmittel und des Gefäßes).



Emaillblech

### Babynahrung

Benutzen Sie nur Fläschchen oder Glasformen aus hochwertigen hitzebeständigen Materialien und platzieren Sie diese ohne Deckel in der Mitte des Drehtellers.

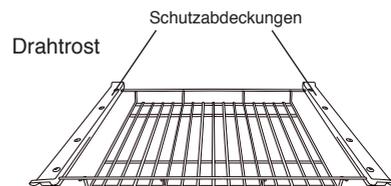
Nach dem Erhitzen sollte die Babynahrung in Fläschchen oder Gläsern gut geschüttelt bzw. durchgerührt werden, damit ein Temperatúrausgleich stattfinden kann.

Überprüfen Sie die Temperatur vor dem Verzehr, um Verbrennungen zu vermeiden.

### Drahtrost

1. Der Metallrost kann in der oberen oder mittleren Einschubposition zum GRILLEN von Nahrungsmitteln benutzt werden. Er kann zum UMLUFT- und KOMBINATIONS-Kochen in den oberen, mittleren oder unteren Einschubpositionen benutzt werden.
2. Benutzen Sie Metallbehälter in KOMBINATION mit der MIKROWELLE nicht direkt auf dem Metallrost.
3. Benutzen Sie den Metallrost nicht, wenn Sie den MIKROWELLEN-Modus allein benutzen.
4. Die Höchstbelastung des Drahtrosts beträgt 4 kg (= d.h. Gesamtgewicht der Nahrungsmittel und des Gefäßes).

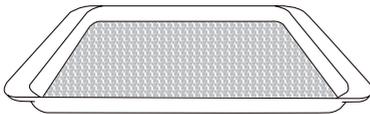
■ **Wichtige Benutzerinformationen**  
Bitte beachten Sie, dass die Schutzabdeckungen am Drahtrost während des Gebrauchs am Rost bleiben. Sie sind keine Verpackungsmaterial und dürfen nicht entsorgt werden.



# Ofenzubehör

## Glasablage

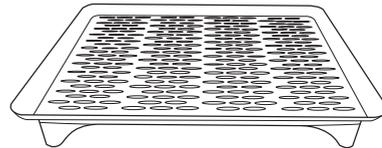
1. Das Glas-Einlegeblech kann in der oberen, mittleren oder unteren Position zum Kochen in den Betriebsarten DAMPF, MIKROWELLE, GRILL, UMLUFT oder KOMBINATION verwendet werden.
2. Das Glas-Einlegeblech wird zusammen mit der Plastikschaale für die Betriebsarten DAMPF oder DAMPF und MIKROWELLE verwendet.
3. Ist die Glasablage heiß, lassen Sie sie abkühlen, bevor Sie diese reinigen oder in kaltes Wasser legen, da das Glas sonst reißen oder bersten kann.
4. Die Höchstbelastung der Glasablage beträgt 4 kg (= d.h Gesamtgewicht der Nahrungsmittel und des Gefäßes).



Glasablage

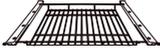
## Plastikschaale

1. Der Plastikschaale wird in das Glas-Einlegeblech gelegt zum Kochen im Modus DAMPF oder DAMPF und MIKROWELLE. Lebensmittel können direkt auf die Plastikschaale gestellt werden.
2. Verwenden Sie die Plastikschaale nicht für die Betriebsarten GRILL, UMLUFT oder KOMBINATION.
3. Die Plastikschaale ist spülmaschinengeeignet.



Plastikschaale

Die folgende Übersicht zeigt die korrekte Benutzung des Zubehörs im Mikrowellengerät.

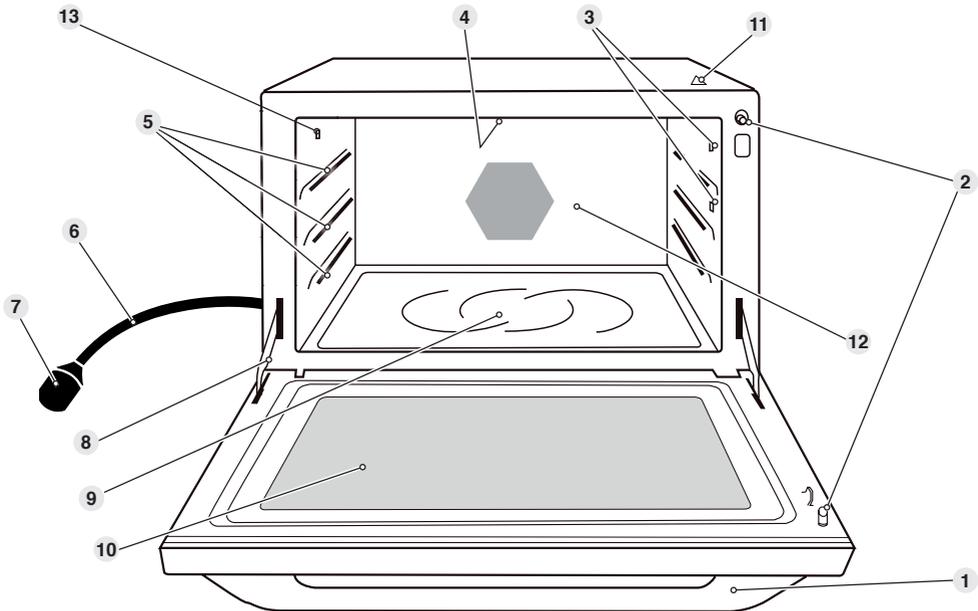
|   | Drahtrost   | Glasablage  | Emailblech  | Plastikschaale   |
|---|---|---|---|--|
|   |  |  |  |  |
| <b>Mikrowelle</b>                             | x   | ✓   | x   | x  |
| <b>Grill</b>                                  | ✓   | ✓   | ✓   | x  |
| <b>Umluft</b>                                 | ✓   | ✓   | ✓   | x  |
| <b>Dampf</b>                                  | x   | ✓   | x   | ✓  |
| <b>Turbo-Garen</b>                            | ✓*  | ✓   | x   | ✓  |
| <b>Umluft + Mikrowelle</b>                    | ✓*  | ✓   | x   | x  |
| <b>Grill + Mikrowelle</b>                     | ✓*  | ✓   | x   | x  |
| <b>Dampf + Mikrowelle</b>                     | x   | ✓   | x   | ✓  |
| <b>Dampf + Grill</b>                          | ✓   | ✓   | x   | x  |
| <b>Dampf + Umluft</b>                         | ✓   | ✓   | ✓   | x  |
| <b>Umluft + Mikrowelle + Grill</b>            | ✓*  | ✓   | x   | x  |
| <b>Grill oder Umluft + Mikrowelle + Dampf</b> | ✓*  | ✓   | x   | x  |

\*: Metallbehälter dürfen nicht direkt auf den Drahtrost gestellt werden.

Die Nahrungsmittel entweder direkt auf den Drahtrost legen oder eine Glasform direkt auf den Drahtrost stellen.

## Bestandteile Ihres Ofens

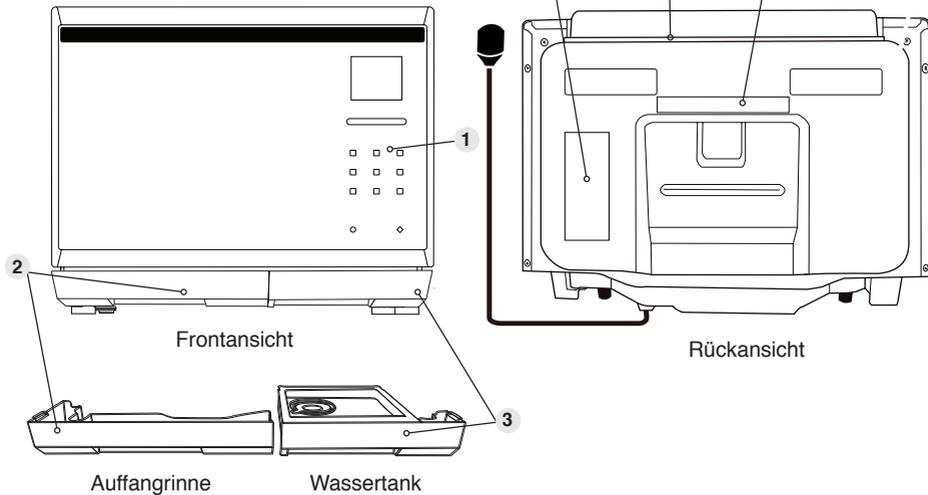
1. **Tür.** Ziehen Sie den Türgriff nach unten, um die Tür zu öffnen. Wenn Sie die Tür des Mikrowellengeräts während des Kochens öffnen, wird der Kochvorgang vorübergehend unterbrochen, ohne dass die aktuellen Einstellungen gelöscht werden. Der Kochvorgang wird fortgesetzt, sobald die Tür geschlossen ist und die Start-Taste berührt wird. Beim Öffnen der Mikrowellentür schaltet sich die Beleuchtung des Geräts ein.
2. **Türsicherungsverriegelungen.** Um Verletzungen zu vermeiden, keine Finger, Messer, Löffel oder andere Gegenstände in das Türriegelloch bringen.
3. **LED Beleuchtung**
4. **Grillstäbe**
5. **Rost-Laufschienen**
6. **Stromkabel**
7. **Gerätestecker**
8. **Türscharniere.** Um beim Öffnen und Schließen der Tür Verletzungen zu verhindern, die Finger stets von den Türscharnieren fernhalten.
9. **Untere Mikrowellen Zufuhr** (siehe Seite 20 DE)
10. **Sichtfenster**
11. **Warnschild**
12. **Heizelement**
13. **Dampfaustritt**



■ **Wichtige**  
Diese Abbildung ist nur als Referenz.

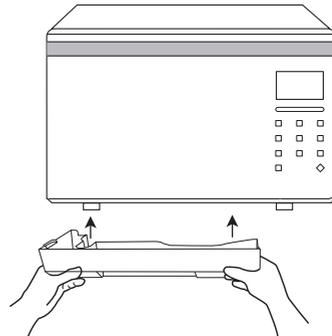
# Bestandteile Ihres Ofens

1. **Bedienfeld**
2. **Auffangrinne**
3. **Wassertank**
4. **Entlüftung.** Nicht entfernen!
5. **Kennzeichnungsaufkleber**
6. **Warnschild**



## Auffangrinne

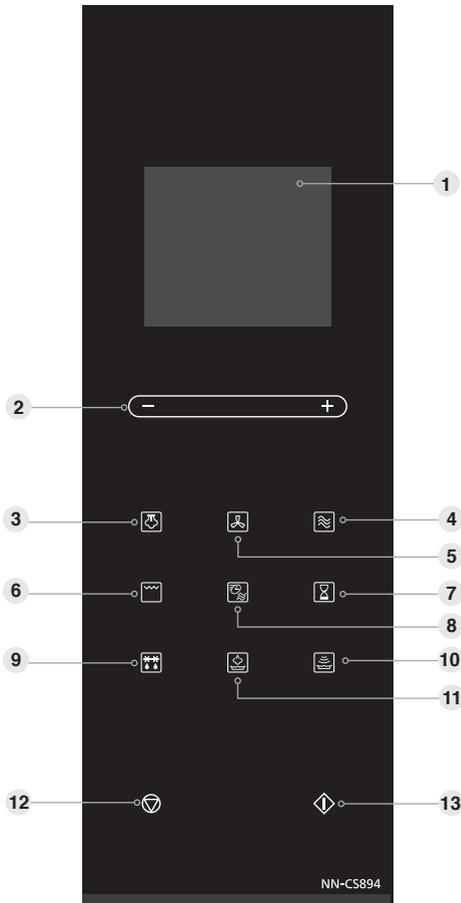
1. Vor Verwendung des Ofens muss die Auffangrinne eingesetzt werden, da sie während des Garvorgangs überschüssiges Wasser sammelt. Die Auffangrinne sollte regelmäßig entfernt und gereinigt werden.
2. Setzen Sie die Auffangrinne ein, indem Sie sie mit beiden Händen festhalten und an die vorderen Füße des Geräts stecken.
3. Entfernen Sie die Auffangrinne, indem Sie sie mit beiden Händen festhalten und vorsichtig nach vorne ziehen. Waschen Sie sie in warmem Wasser und Spülmittel. Stecken Sie die Auffangrinne anschließend wieder an die Gerätefüße.
4. **REINIGEN SIE DIE ABTROPFSCHALE NICHT IN DER SPÜLMASCHINE.**



Stecken Sie die Auffangrinne anschließend wieder an die Gerätefüße.

## Wassertank

Richtlinien für Wassertank auf Seite 26 DE.



1. **Digitaldisplay**
2. **Plus/Minus-Schieberegl**  
Zum Einstellen der Zeit oder des Gewichts berühren Sie "+"/"-" oder betätigen Sie den Schieberegler. Die maximale Garzeit beträgt 9 Stunden.
3. **Dampf**
4. **Mikrowelle**
5. **Heißluft**
6. **Grill**
7. **Timer / Uhr**
8. **Turbo-Garen**
9. **Turbo-Auftau**
10. **Automatikprogramme**
11. **Auto-Dampf Programme**
12. **Stopp-/Löschttaste:**

**Vor dem Betrieb:** Einmaliges Berühren löscht Ihre Anweisungen.

**Während des Garens:**

Einmaliges Berühren unterbricht das Kochprogramm vorübergehend. Ein weiteres Berühren macht all Ihre Anweisungen rückgängig und stattdessen wird die Uhrzeit im Display angezeigt.

13. **Start**  
Berühren Sie die Start-Taste, um das Gerät in Betrieb zu nehmen. Wird während des Garens die Tür geöffnet oder die Stopp-/Abbrechen-Taste einmal berührt, müssen Sie die Start-Taste nochmals berühren, um den Garvorgang fortzuführen.

Dieses Gerät verfügt über eine Energiesparfunktion.

## ■ Hinweis

1. Der Mikrowellenofen geht in den Standby-Betrieb über, nachdem die letzte Funktion ausgeführt wurde. Im Standby-Betrieb ist die Helligkeit des Displays verringert.
2. Ist der Mikrowellenofen im Standby-Betrieb, muss die Gerätetür zunächst geöffnet und geschlossen werden, bevor Sie das Gerät betreiben können.
3. Wird nach der Auswahl einer Betriebsfunktion die Start-Taste nicht innerhalb von 6 Minuten berührt, so wird diese Funktion vom Gerät automatisch rückgängig gemacht. Das Display kehrt zum Doppelpunkt oder in den Uhrzeitanzeige-Modus zurück.

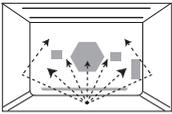
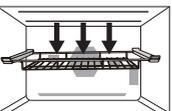
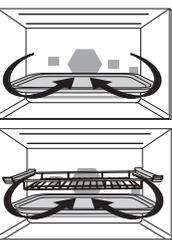
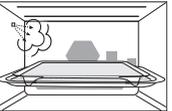
## ■ Akustisches Signal

Beim Berühren einer Taste ertönt ein akustisches Signal. Sollte dieses Signal nicht ertönen, sind die Einstellungen falsch. Wenn das Gerät von einer Funktion zu einer anderen überwechselt, ertönen zwei Signaltöne.

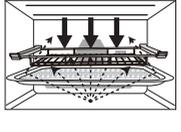
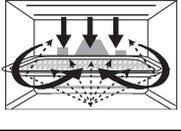
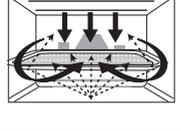
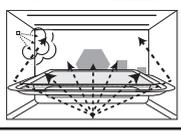
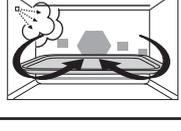
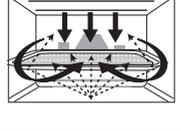
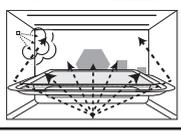
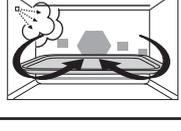
Nach dem Vorwärmen in den Betriebsarten GRILL, UMLUFT oder KOMBINATION ertönen drei Signaltöne. Nach dem Garen ertönt das akustische Signal 5 Mal.

# Betriebsarten

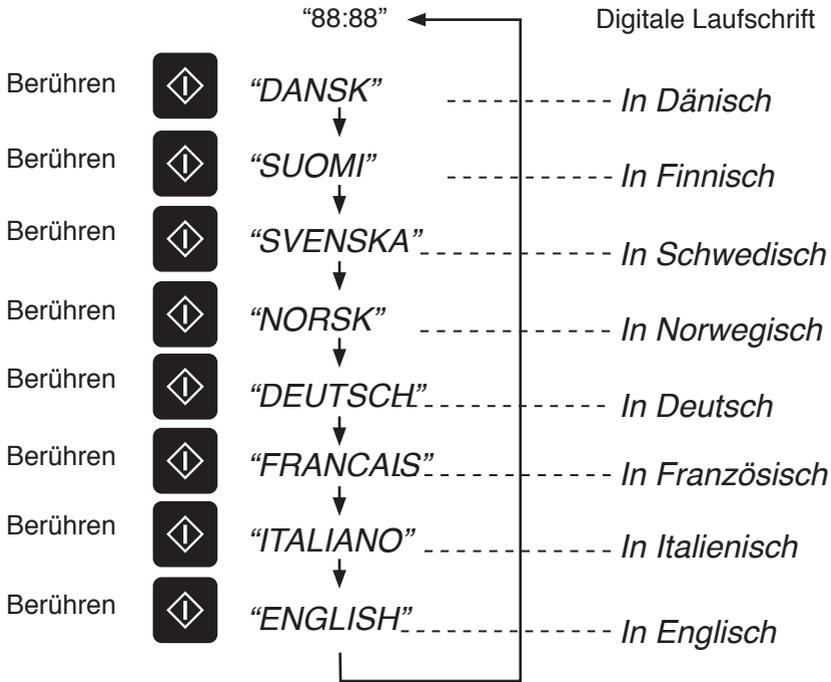
Das unten aufgeführte Schaubild enthält Beispiele für Zubehörteile. Diese können je nach Rezept/Geschirr variieren. Weitere Informationen finden Sie im Kochbuch.

| Betriebsarten  | Verwendung  | Erforderliches Zubehör                         | Behälter                                   |
|--|---|--|--|
| <p><b>MIKROWELLE</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auftauen</li> <li>• Erwärmen</li> <li>• Schmelzen: Butter, Schokolade, Käse</li> <li>• Garen/Kochen von Fisch, Gemüse, Obst, Eiern</li> <li>• Zubereitung von gebackenen Früchte, Marmelade, Konfitüre, Soßen, Vanillesoße, Brandteig, Béchamel, Karamell, Fleisch, Fisch oder Gemüseauflauf</li> <li>• Backen von Kuchen mit Eiern und Backpulver, ohne Farbzusätze (Biskuitkuchen, Clafoutis usw.)</li> </ul> <p><b>Kein Vorheizen</b></p> | Eigene Schüsseln oder Teller                   | Mikrowellengeeignet, nicht metallisch      |
| <p><b>GRILL</b></p>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grillen von Fleisch oder Fisch</li> <li>• Grillen von Toast</li> <li>• Färben von Gratingerichten oder Meringe-Pasteten.</li> </ul> <p><b>Vorheizen erforderlich</b></p>   | Gitterrost und Emailleblech.                   | Geeignet sind hitzebeständige Metallformen |
| <p><b>HEISSLUFT</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Backen kleiner Pasteten mit kurzen Backzeiten: Blätterteig, Plätzchen, Brandteig, Plätzchen aus Mürbeteig, Biskuitrollen</li> <li>• Backen von Spezialitäten: Soufflés, Meringes, Pasteten, kleine Brote oder Brîoches, Biskuitkuchen, Fleischpasteten usw.</li> <li>• Backen von Quiches, Pizzas und Törtchen</li> </ul> <p><b>Vorheizen empfohlen</b></p>  | Emailleblech, Glas-Einlegeblech und Gitterrost | Geeignet sind hitzebeständige Metallformen |
| <p><b>DAMPF</b></p>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kochen von Fisch, Gemüse, Hähnchen, Reis, Kartoffeln und Desserts.</li> </ul> <p><b>Kein Vorheizen</b></p>   | Plastikschale und Glas-Einlegeblech            | Mikrowellengeeignet                        |

# Kochen mit Kombinations-Betriebsarten

| Betriebsarten  | Verwendung  | Erforderliches Zubehör   | Behälter   |  |  |   |                                     |                      |   |  |                              |   |  |
|--|---|--|--|--|--|---|-------------------------------------|----------------------|---|--|------------------------------|---|--|
| <b>GRILL + HEISSLUFT</b><br>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Braten von dunklem Fleisch, dickem Steak (Rippchen oder Rind, T-Bone-Steak)</li> <li>• Dünsten von Fisch</li> </ul> <p><b>Vorheizen erforderlich</b></p>   | Gitterrost oder Emailleblech werden als Abtropfgitter verwendet. | Geeignet sind hitzebeständige Metallformen   |  |  |   |                                     |                      |   |  |                              |   |  |
| <b>GRILL + MIKROWELLE</b><br>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Braten von Fleisch und Geflügel</li> <li>• Auftauen und Erwärmen von knusprigen Speisen (Quiche, Pizza, Brot, Viennoiserie, Lasagne, Gratin)</li> <li>• Backen von Lasagne, Fleisch, Kartoffeln oder Gemüsegratins</li> <li>• Backen von Kuchen und Nachspeisen mit Eiern oder Backpulver (einschl. Bräunen), Backen von Quiches, Pasteten und Törtchen</li> </ul> <p><b>Vorheizen empfohlen</b></p> <p><b>(In der Betriebsart Grill + Mikrowelle ist kein Vorwärmen möglich.)</b></p> | Drahtrost und/ oder Glasablage                                   | Mikrowellengeeignet und hitzebeständig. Metallbackformen dürfen nur auf der Glasablage benutzt werden. KEINE Springformen verwenden! |  |  |   |                                     |                      |   |  |                              |   |  |
| <b>HEISSLUFT + MIKROWELLE</b><br>         |   |  |  | <b>GRILL + HEISSLUFT + MIKROWELLE</b><br> | <b>DAMPF + MIKROWELLE</b><br> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Garen von Fisch, Gemüse, Hühnchen, Reis und Kartoffeln</li> </ul> <p><b>Kein Vorheizen</b></p> | Plastikschale und Glas-Einlegeblech | Mikrowellengeeignet. | <b>GRILL + DAMPF</b><br> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kochen von Gratins</li> <li>• Kebabs</li> <li>• Backen von Kuchen</li> <li>• Torten</li> <li>• Soufflees</li> <li>• Ganzer Fisch</li> </ul> | Gitterrost oder Emailleblech | Hitzebeständig, Metalldose kann genutzt werden. | <b>UMLUFT + DAMPF</b><br> |
| <b>GRILL + HEISSLUFT + MIKROWELLE</b><br> |   |  |  |  |  |   |                                     |                      |   |  |                              |   |  |
| <b>DAMPF + MIKROWELLE</b><br>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Garen von Fisch, Gemüse, Hühnchen, Reis und Kartoffeln</li> </ul> <p><b>Kein Vorheizen</b></p>   | Plastikschale und Glas-Einlegeblech                              | Mikrowellengeeignet.   |  |  |   |                                     |                      |   |  |                              |   |  |
| <b>GRILL + DAMPF</b><br>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kochen von Gratins</li> <li>• Kebabs</li> <li>• Backen von Kuchen</li> <li>• Torten</li> <li>• Soufflees</li> <li>• Ganzer Fisch</li> </ul>  | Gitterrost oder Emailleblech                                     | Hitzebeständig, Metalldose kann genutzt werden.  |  |  |   |                                     |                      |   |  |                              |   |  |
| <b>UMLUFT + DAMPF</b><br>               |   |  |  |  |  |   |                                     |                      |   |  |                              |   |  |

## Digitale Laufschrift



Diese Modelle haben eine spezielle Laufschrift-Funktion, die Sie durch den Betrieb Ihrer Mikrowelle führt. Nachdem Sie das Gerät an der Steckdose angeschlossen haben, berühren Sie die Start-Taste, bis Sie Ihre Sprache gefunden haben. Während Sie die Tasten berühren, läuft das Display zur nächsten Anweisung und schließt dadurch die Möglichkeit aus, Fehler zu machen. Wenn Sie aus irgendeinem Grund die angezeigte Sprache ändern möchten, ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose und wiederholen Sie dieses Verfahren.

Durch viermaliges Berühren der Timer-Taste stellen Sie die Betriebsanleitung aus. Um die Betriebsanleitung erneut aufzurufen, berühren Sie die Timer-Taste viermal.

## Schieberegler

Wählen Sie die Zeit oder das Gewicht aus, indem Sie „+“/“–“, antippen oder betätigen Sie den Schieberegler

- 
- The diagram shows a slider control with a minus sign on the left and a plus sign on the right. Three arrows point from the slider to the following list items:
- **Zeiteinstellung:**  
Zur Einstellung der Garzeit oder der Uhr
  - **Gewichtseinstellung:**  
Zur Einstellung des Gewichts der Lebensmittel für Turbo-Abtauen, Auto-Dampf und Auto-Dampf mit Turbo-Kochen (siehe Seite 36, 37 und 39 DE)
  - **Plus-/Minus-Einstellung:**  
Plus-/Minus-Einstellung für Sensorprogramme. (siehe Seite 43 DE)

## Einstellen der Uhr

Beim ersten Anschließen des Gerätes erscheint "88:88" in der Digitalanzeige.



**Die Timer-Taste zweimal berühren.** Der Doppelpunkt beginnt zu blinken.

**Verwendung des Zeit/Gewicht-Schiebereglers.** Zum Einstellen der Garzeit berühren Sie "+"/"-", oder betätigen Sie den Schieberegler. Die Zeit erscheint im Display und der Doppelpunkt blinkt.

**Die Timer-Taste berühren.** Der Doppelpunkt hört auf zu blinken und die Uhrzeit ist eingestellt.

### ■ Hinweise

1. Um erneut die Tageszeit einzustellen, bitte Schritt 1 bis 3 wiederholen.
2. Die eingestellte Tageszeit bleibt erhalten, solange die Stromzufuhr nicht unterbrochen wird.
3. Durch einmaliges Berühren oder Schieben wird die Zeit um 1 Minute erhöht oder verringert. Sie können die Zeit auch einstellen, indem "+" oder "-" gedrückt gehalten wird.
4. Dies ist eine 24-Stunden-Uhr, d.h. 2.00 nachmittags = 14.00, nicht 2.00 Uhr.

## Kindersicherung

**Die Kindersicherung kann aktiviert werden, wenn ein Doppelpunkt bzw. die Uhrzeit im Anzeigenfeld steht. Nach Aktivieren der Kindersicherung kann keine Eingabe über das Bedienfeld erfolgen. Die Funktionen des Gerätes sind blockiert, die Tür kann jedoch wie gewohnt geöffnet werden.**

**Aktivieren:**



**Die Starttaste drei Mal berühren**  
Die Uhrzeit erscheint nicht mehr im Anzeigenfeld, ist aber nicht gelöscht. Im Anzeigenfeld erscheint '★'.

**Löschen:**



**Stopp/Abbrechen drei Mal berühren**  
Die Uhrzeit erscheint wieder im Anzeigenfeld.

### ■ Hinweis

1. Zum Aktivieren der Kindersicherung wird die Starttaste 3 Mal innerhalb von 10 Sekunden berührt.
2. Die Kindersicherung kann aktiviert werden, wenn ein Doppelpunkt bzw. die Uhrzeit im Anzeigenfeld steht.

# Mikrowellenbetrieb zum Garen und Auftauen

Das Gerät verfügt über 6 verschiedene Mikrowellen-Leistungstufen. Die Wattleistung der einzelnen Leistungsstufen entnehmen Sie bitte der nachfolgenden Tabelle.



**Mikrowelle berühren** um die gewünschte Leistungsstufe auszuwählen.



**Einstellen der Garzeit mit dem Zeit/Gewicht-Schieberegler.** Zum Einstellen der Garzeit berühren Sie „+“/“-“ oder betätigen Sie den Schieberegler.



**Start berühren.** Das Garprogramm beginnt und die Zeit in der Digitalanzeige läuft ab.

| Berührungen   | Drücken Sie  | Wattage   | Max Zeit |
|---------------|--|-----------|----------|
| 1 Berührung   | Max  | 1000 Watt | 30 min   |
| 2 Berührungen | Auftauen  | 270 Watt  | 90 min   |
| 3 Berührungen | Mittel   | 600 Watt  | 90 min   |
| 4 Berührungen | Niedrig  | 440 Watt  | 90 min   |
| 5 Berührungen | auf kleiner Flamme kochen  | 300 Watt  | 90 min   |
| 6 Berührungen | Erwärmen   | 100 Watt  | 90 min   |

## Zubehör:

Oder benutzen Sie Ihre eigenen Glas-Schüsseln, -Teller oder -Platten direkt auf der Keramikplatte.

Legen Sie die Nahrungsmittel nicht direkt auf die Keramikplatte.



## ■ ACHTUNG!

Das Gerät arbeitet automatisch auf der höchsten Mikrowellen-Leistungstufe (1000 W), wenn eine Garzeit eingegeben wurde, ohne daß zuvor eine Leistungsstufe gewählt wurde.

## ■ Hinweise

1. Für mehrstufiges Kochen siehe Seite 35 DE.
2. Die Ruhezeit kann nach der Mikrowellenleistung und der Zeiteinstellung programmiert werden. Zur Verwendung des Zeitschalters siehe Seite 34 DE.
3. Während des Kochens kann die Kochzeit bei Bedarf geändert werden. Berühren Sie „+“/“-“ um die Garzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wird „-“ so oft berührt, bis Null eingestellt ist, so wird das Garen beendet. Während des Garens ist es nicht möglich, die Zeit anhand des Schiebereglers einzustellen.
4. Die Maximalzeit, die bei maximaler Leistung eingestellt werden kann, beträgt 30 Min. Bei allen anderen Leistungsstufen beträgt die Maximalzeit 1 Std. und 30 Min.
5. VERWENDEN SIE die Mikrowelle nicht nur mit einem Metall-Zubehörteil im Ofen.
6. Manuelle Abtauzeiten siehe die Abtautabelle im Kochbuch auf Seite 71-72 DE.

## Bodeneinspeisungstechnologie

Bitte beachten Sie, dass dieses Gerät Bodeneinspeisungstechnologie für die Verteilung der Mikrowellen verwendet. Diese Technologie unterscheidet sich von der traditionellen Seiteneinspeisung mit Drehteller und schafft mehr nutzbaren Raum für Gerichte unterschiedlicher Größen. Diese Art der Mikrowelleneinspeisung kann (im Mikrowellen-Modus) zu anderen Erhitzungszeiten als bei Geräten mit Seiteneinspeisung führen. Das ist ganz normal und stellt keinen Grund zur Besorgnis dar. Siehe dazu die Aufwärm- und Gartabellen im Kochbuch.

## Grillbetrieb

Mit der Grill wird eine der 3 Grillstufen eingestellt.



|               |                   |            |
|---------------|-------------------|------------|
| 1 Berührung   | Grill 1 (stark)   | 1300 Watts |
| 2 Berührungen | Grill 2 (mittel)  | 950 Watts  |
| 3 Berührungen | Grill 3 (niedrig) | 700 Watts  |



**Grill einmal, zweimal oder drei Mal berühren**, um die gewünschte Grillstufe einzustellen.

**Start berühren, um das Vorwärmen zu beginnen.** Im Displayfenster wird ein "P" angezeigt. Wenn der Ofen vorgewärmt ist, ertönt ein akustisches Signal und das "P" blinkt. Öffnen Sie die Tür und stellen Sie die Speisen in den Mikrowellenherd.  
\* Dieser Schritt wird ausgelassen, wenn ein Vorwärmen nicht erforderlich ist.

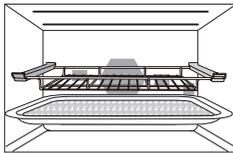


**Zum Einstellen der Garzeit berühren** Sie "+"/"/" oder betätigen Sie den Schieberegler. Die maximale Garzeit beträgt 90 Minuten.

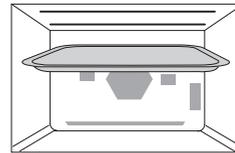


**Start berühren**  
Das Garprogramm beginnt und die Zeit in der Digitalanzeige läuft ab.

### Zubehör:



Stellen Sie die Lebensmittel auf den Gitterrost in der oberen oder mittleren Einschubposition im Ofen. Schieben Sie das Glas-Einlegeblech in die unterste Einschubposition zum Auffangen von Fett und Tropfen.



Alternativ können Sie das Emailleblech in der oberen oder mittleren Einschubposition verwenden.

# Grillbetrieb

## ■ Hinweise

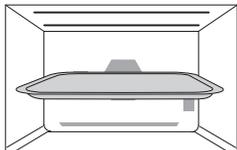
1. Decken Sie die zu grillende Speise niemals ab.
2. Der Grill funktioniert nur bei geschlossener Gerätetür. Es ist nicht möglich, den Grill bei geöffneter Gerätetür zu benutzen.
3. Während des reinen GRILLBETRIEBS werden keine Mikrowellen freigesetzt.
4. Die meisten Speisen müssen nach der halben Grillzeit umgedreht werden. Hierzu öffnen Sie die Gerätetür und entnehmen mit Hilfe von Topflappen VORSICHTIG den Grillrost.
5. Legen Sie nach dem Wenden die Lebensmittel zurück in den Ofen und schließen Sie die Tür. Betätigen Sie nach dem Schließen des Ofens den Start-Knopf. Die Anzeige am Ofen zeigt daraufhin die restliche Grillzeit und deren Ablauf an. Das Öffnen der Ofentür ist jederzeit ziemlich sicher, um das Grillen der Lebensmittel zu überwachen.
6. Es ist völlig normal, daß der Grill während des Betriebs mal stärker, mal weniger stark glüht. Reinigen Sie immer den Geräteinnenraum bevor Sie den Mikrowellenbetrieb oder die Grillkombination benutzen.
7. Während des Kochens kann die Kochzeit bei Bedarf geändert werden. Berühren Sie "+"/"r." um die Garzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wird "-" so oft berührt, bis Null eingestellt ist, so wird das Garen beendet. Während des Garens ist es nicht möglich, die Zeit anhand des Schiebereglers einzustellen.

■ **VORSICHT!** Tragen Sie Ofenhandschuhe, wenn Sie Zubehör entfernen. Berühren Sie aufgrund der hohen Temperaturen niemals das äußere Fenster, die innenliegenden Metallteile der Tür oder den Ofen, wenn Sie Speisen in den Mikrowellenherd stellen bzw. aus ihm heraus nehmen.

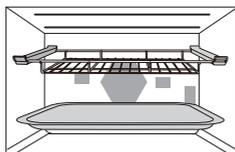
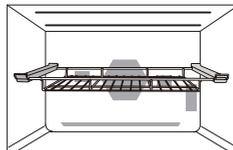
## Kochen mit Umluft

Diese Taste bietet eine Auswahl an Heißlufttemperaturen ab 40 °C (nur für Heißluft-Modus) und 100-230 °C – in Schritten von jeweils 10 °C. Um eine schnelle Auswahl der am häufigsten benutzten Gartemperaturen zu ermöglichen, beginnen die Temperaturen bei 150 °C und zählen weiter bis 230 °C, dann 40 °C (nur für Heißluft-Modus) und 100 °C.

Zubehör:



Mittlere oder untere Einschubposition, siehe dazu die Gartabellen und Rezepte.



Für das UMLUFT-Garen auf Stufe 2 können das emaillierte Backblech in der unteren Einschubposition und der Metallrost auf der oberen Einschubposition benutzt werden.

Siehe Kochtabellen und Rezepte.



**Stellen Sie die gewünschte Temperatur ein.**

**Start zum Vorwärmen berühren.** Im Displayfenster wird ein "P" angezeigt. Wenn der Ofen vorgewärmt ist, ertönt ein akustisches Signal und das "P" blinkt. Öffnen Sie die Tür und stellen Sie die Speisen in den Mikrowellenherd.

*\* Dieser Schritt wird ausgelassen, wenn ein Vorwärmen nicht erforderlich ist.*

### ■ Hinweis:

Der Ofen kann nicht auf 40 °C vorgewärmt werden.

**Stellen Sie die Nahrungsmittel nach dem Vorheizen in das Mikrowellengerät.**



**Die Garzeit mit dem Zeit/Gewicht-Schieberegler einstellen.** Zum Einstellen der Garzeit berühren Sie "+"/"-" oder betätigen Sie den Schieberegler. (bis zu 9 Stunden)

**Start berühren**

## Kochen mit Umluft

### ■ Hinweis auf Vorwärmen

1. Die Tür des Mikrowellengeräts während des Vorheizens nicht öffnen. Nach dem Vorheizen ertönen 3 Pieptöne und das "P" leuchtet im Display-Fenster auf. Wird die Tür des Mikrowellengeräts nach dem Vorheizen nicht geöffnet, behält das Gerät die gewählte Temperatur bei. Nach 1 Stunde schaltet sich das Gerät automatisch ab und kehrt zurück zur Uhrzeitanzeige.
2. Wenn Sie ohne Vorheizen kochen möchten, stellen Sie die Kochzeit ein, nachdem Sie die gewünschte Temperatur gewählt haben, und berühren Sie die Start-Taste.

### ■ Hinweis:

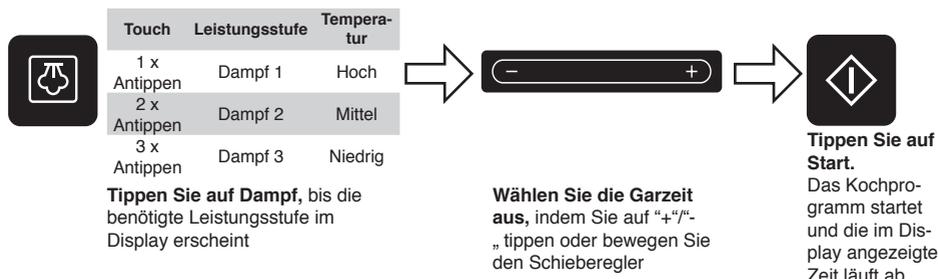
1. Beträgt die gewählte Kochzeit weniger als eine Stunde, erfolgt der Countdown Sekunde um Sekunde.
2. Beträgt die gewünschte Kochzeit mehr als eine Stunde, erfolgt der Countdown Minute um Minute, bis nur noch "1H00 (1 Stunde übrig bleibt). Das Display zeigt daraufhin Minuten und Sekunden an und führt einen Countdown Sekunde um Sekunde durch.
3. Während des Kochens kann die Kochzeit bei Bedarf geändert werden. Berühren Sie "+"/"-" um die Garzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wird "-" so oft berührt, bis Null eingestellt ist, so wird das Garen beendet. Während des Garens ist es nicht möglich, die Zeit anhand des Schiebereglers einzustellen.
4. Die gewählte Temperatur lässt sich nach dem Berühren der Start-Taste wieder aufrufen und ändern. Berühren Sie die Heißluft-Taste einmal, um die Temperatur im Display-Fenster anzuzeigen. Die angezeigte Temperatur lässt sich durch Berühren der Heißluft-Taste ändern.
5. Je nach Rezept können Sie das Mikrowellengerät mit oder ohne in der Einschubposition eingesetztem Zubehör (Rost, Blech, Ablage) vorheizen. Genauere Angaben finden Sie in den einzelnen Rezepten. Das Zubehör eignet sich ideal für das Backen größerer Mengen und für das Garen in einem großen Gefäß.

■ **ACHTUNG!** Tragen sie immer Ofenhandschuhe, wenn sie die Nahrungsmittel und das Zubehör nach dem Kochen aus dem Mikrowellengerät nehmen, da Gerät & Zubehör sehr heiss sind.

## Kochen mit Dampf

Der Ofen kann als Dampfgarer zum Garen von Gemüse, Fisch, Hühnchen und Reis eingestellt werden.

Es sind 3 unterschiedliche Dampfgar-Einstellungen möglich.



### ■ Hinweise

1. Füllen Sie den Wassertank vor Benutzung der Dampffunktion.
2. Die maximale Garzeit in diesem Modus beträgt 30 Minuten. Wenn Sie länger kochen möchten, füllen Sie den Wassertank erneut und wiederholen Sie den oben genannten Vorgang für die Restzeit.
3. Falls während des Betriebs der Wassertank leer wird, beendet der Ofen den Vorgang. Die Eingabeaufforderung im Display fordert Sie auf, den Wassertank zu füllen. Nachdem Sie den Wassertank gefüllt und diesen zurück in den Ofen gestellt haben, tippen Sie auf Start. Der Ofen kocht nicht weiter, wenn der Wassertank nicht gefüllt und auf Start getippt wurde.
4. Sie können die Garzeit während des Kochens ändern, sofern dies erforderlich ist. Tippen Sie auf „+“/“-“, um die Garzeit zu erhöhen bzw. zu verringern. Die Zeit kann in Abständen von 1 Minute um maximal 10 Minuten erhöht bzw. gesenkt werden. Wenn Sie solange auf „-“ tippen, bis Null erscheint, wird der Kochvorgang beendet. Es ist nicht möglich, die Zeit anzupassen, indem Sie den Regler während des Kochvorgangs bewegen.
5. Es ist nicht möglich, den Wassertank während des Kochvorgangs zu füllen, sofern Sie nicht zuvor auf Stopp / Beenden getippt haben.
6. Es ist möglicherweise erforderlich, überschüssiges Wasser nach dem Dampfgaren aus dem Gehäuse zu wischen.

### ■ VORSICHT

DIE ZUBEHÖRTEILE UND DER OFEN WERDEN SEHR HEISS. BENUTZTEN SIE HANDSCHUHE.

UM DIE LEBENSMITTEL ODER DAS KOCHZUBEHÖR ZU ENTNEHMEN, DA HEISSES WASSER VON DER OFENDECKE HERABTROPFEN KANN.

ES KANN DAMPF AUS DEM OFEN STRÖMEN, WENN SIE DIE TÜR ÖFFNEN. BEFINDET SICH DAMPF IM OFEN, FASSEN SIE NICHT MIT BLOSSEN HÄNDEN IN DEN OFEN! SIE KÖNNTEN SICH VERBRENNEN! BENUTZEN SIE OFENHANDSCHUHE.

VORSICHT GILT BEIM ENTFERNEN DER AUFFANGGRINNE. WASSER, DAS VON DER LINKEN SEITE DES OFENS TROPFT, ABWISCHEN. SOLCH EINE TROPFENBILDUNG IST NORMAL.

## Kochen mit Dampf

### Richtlinien für den Wassertank



Nehmen Sie den Wassertank vorsichtig aus dem Ofen. Öffnen Sie den Deckel und füllen Sie Leitungswasser ein (verwenden Sie kein Mineralwasser). Legen Sie den Deckel wieder auf und stellen Sie den Tank zurück in den Ofen. Achten Sie darauf, dass der Deckel dicht abgeschlossen und sicher positioniert ist, ansonsten kann Wasser auslaufen. Es wird empfohlen, den Wassertank einmal in der Woche in warmem Wasser zu reinigen.

### Ofenzubehör, das Sie verwenden können:

Wenn Sie Lebensmittel mit Dampf erwärmen, stellen Sie die Plastikschaale in das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Die Lebensmittel können direkt auf die Plastikschaale gestellt werden.

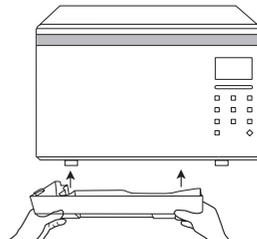
Benutzen Sie Ofenhandschuhe, wenn Sie Zubehörteile entnehmen, da diese sehr heiß sind genau so wie die Oberseite und die Wände des Ofens.



Legen Sie die Lebensmittel auf die Plastikschaale in dem Einlegeblech in der mittleren Position.

### Richtlinien

1. Es gibt keine Mikrowellenleistung, wenn Sie ausschließlich das Programm DAMPF verwenden.
2. Benutzen Sie die beigefügten Zubehörteile, wie oben beschrieben.
3. Das Programm DAMPF funktioniert nur, wenn die Ofentür geschlossen ist.
4. **ÖFFNEN SIE WÄHREND UND NACH DEM KOCHEN MIT DER DAMPFFUNKTION NICHT DIE OFENTÜR, WENN SICH IHR GESICHT DICHT AM OFEN BEFINDET. ÖFFNEN SIE DIE OFENTÜR VORSICHTIG, DA DAMPF ZU VERLETZUNGEN FÜHREN KANN.**
5. **BENUTZEN SIE STETS HANDSCHUHE, WENN SIE LEBENSMITTEL UND ZUBEHÖRTEILE NACH DEM DAMPFGAREN AUS DEM OFEN ENTNEHMEN, DA DER OFEN UND DIE ZUBEHÖRTEILE SEHR HEISS SIND.**
6. Entnehmen Sie nach jedem Dampfgaren die Abtropfschale vorsichtig vorne aus dem Ofen. Entnehmen Sie dieses vorsichtig mit beiden Händen. Waschen Sie dieses nach dem Leeren in warmem Wasser mit Seife. Um dieses wieder in der richtigen Position auf den Ofenfüßen einzusetzen, klicken Sie es ein.



Bringen Sie die Abtropfschale in die richtige Position, indem Sie diese auf den Ofenfüßen einklicken.

# Dampfstoß

Mit dieser Funktion können Sie während des Kochens Dampf hinzufügen (bis zu 3 Minuten). Es gibt sieben Kombinationen für den Einsatz von Dampfstößen – Mikrowelle, Grill, Umluft, Grill + Umluft, Mikrowelle + Grill, Mikrowelle und Umluft, Mikrowelle + Grill + Umluft. Das Hinzufügen von Dampf während des Kochvorgangs verbessert die Dampfverteilung und den Gärprozess bei Broten, Kuchen und Teigen.

Einstellung und Betrieb  
des gewünschten  
Programms



Optional

Wie dies während des Vorgangs erforderlich ist, betätigen Sie 2 Sekunden lang die Dampf-Funktion, und es wird 1 Minute hinzugefügt.

Wenn Sie 2 oder 3 Minuten ergänzen möchten, tippen Sie nach Schritt 2 zwei oder drei Mal innerhalb von 3 Sekunden auf Dampf. Die angezeigte verbleibende Zeit enthält die Zeit des Dampfstoßes.

## ■ Hinweise

1. Dampfstöße sind im Vorheiz-Modus oder bei 40 °C Umluft nicht verfügbar.
2. Füllen Sie den Wassertank vor der Nutzung.
3. Das ursprüngliche Programm läuft immer noch ab, wenn Sie die Dampfstöße durchführen.
4. Die Dampfstoß-Zeit darf die restliche Garzeit nicht übersteigen.
5. Wenn Sie 2 oder 3 Minuten hinzufügen, muss 2 oder 3 mal innerhalb von 3 Sekunden auf Dampf getippt werden.
6. Es ist nicht möglich, die Umlufttemperatur und die Garzeit während des Dampfstoßes zu ändern.

## ■ VORSICHT

DIE ZUBEHÖRTEILE UND DER OFEN WERDEN SEHR HEISS, BENUTZTEN SIE HANDSCHUHE.

WENN SIE LEBENSMITTEL ODER KOCHZUBEHÖR ENTNEHMEN, KANN HEISSES WASSER VON DER OFENDECKE HERABTROPFEN.

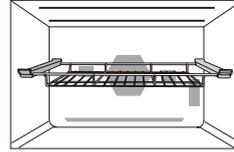
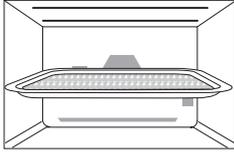
ES KANN DAMPF AUS DEM OFEN STRÖMEN, WENN SIE DIE TÜR ÖFFNEN. BEFINDET SICH DAMPF IM OFEN, FASSEN SIE NICHT MIT BLOSSEN HÄNDEN IN DEN OFEN! SIE KÖNNTEN SICH VERBRENNEN! BENUTZEN SIE OFENHANDSCHUHE.

| Lebensmittel          | Koch-Modus       | Dampfstoß   |
|-----------------------|------------------|---|
| Teig                  | Umluft           | $\frac{2}{3}$ Gesamtzeit fügen Sie 3 Min. hinzu. Dampfstoß. |
| Brote                 | Umluft           | $\frac{2}{3}$ Gesamtzeit fügen Sie 3 Min. hinzu. Dampfstoß. |
| Biskuitkuchen         | Umluft           | $\frac{1}{2}$ Gesamtzeit fügen Sie 3 Min. hinzu. Dampfstoß. |
| Vorgebackene Brötchen | Umluft und Grill | $\frac{2}{3}$ Gesamtzeit fügen Sie 3 Min. hinzu. Dampfstoß. |

# Kombinationsbetrieb

**Es gibt drei verschiedene Kombinationseinstellungen:** 1) Grill + Mikrowelle, 2) Grill + Umluft, 3) Umluft + Mikrowelle, 4) Grill + Umluft + Mikrowelle. Die Mikrowellenstufen 1000 W und 600 W stehen beim Kombinationskochen nicht zur Verfügung. Im Kombinationsbetrieb kann die Auftaufunktion 270 W nicht eingestellt werden.

Zubehör:



Benutzen Sie das Glas-Einlegeblech oder das Gitterrost in der mittleren oder unteren Position; siehe Kochtabellen und Rezepte.

Die Betriebsarten können in beliebiger Reihenfolge ausgewählt werden.



Grill + Mikrowelle

oder



Grill + Heißluft

oder



Heißluft + Mikrowelle

oder



Heißluft + Grill + Mikrowelle

Die erste Garmethode auswählen.

Die zweite Garmethode auswählen.

Die dritte Garmethode auswählen.



Berühren, falls Vorwärmen notwendig (nur bei Verwendung von Umluft im Kombinationsbetrieb).



Die Garzeit mit dem Zeit/Gewicht-Schieberegler einstellen. Zum Einstellen der Garzeit berühren Sie "+"/"-“ oder betätigen Sie den Schieberegler. (bis zu 9 Stunden)

Start berühren. Auf dem Display wird der Countdown angezeigt.

## Kombinationsbetrieb

### ■ HINWEIS ZUM VORHEIZEN:

Der Ofen kann im Kombinationsbetrieb mit Umluft oder Grill/Umluftgaren vorgewärmt werden. Berühren Sie die Start-Taste, bevor Sie die Kochzeit einstellen und befolgen Sie den HINWEIS ZUM VORHEIZEN auf Seite 24 DE.

WÄHREND DES KOMBINATIONSVORHEIZENS WIRD KEINE MIKROWELLENLEISTUNG ABGEGEBEN.

### ■ Hinweis:

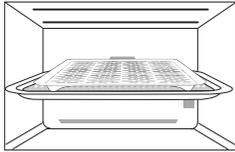
1. Umluft 40 °C ist im Kombinationsbetrieb nicht möglich.
2. In den Betriebsarten Grill + Mikrowelle und Turbo-Kochen ist kein Vorwärmen möglich.
3. Beträgt die Garzeit mehr als eine Stunde, wird die ablaufende Zeit in Sekunden zurückgezählt.
4. Beträgt die gewünschte Kochzeit mehr als eine Stunde, erfolgt der Countdown Minute um Minute, bis nur noch "1H 00 (1 Stunde übrig bleibt). Das Display zeigt daraufhin Minuten und Sekunden an und führt einen Countdown Sekunde um Sekunde durch.
5. Während des Kochens kann die Kochzeit bei Bedarf geändert werden. Berühren Sie "+"/"-" um die Garzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wird "-" so oft berührt, bis Null eingestellt ist, so wird das Garen beendet. Während des Garens ist es nicht möglich, die Zeit anhand des Schiebereglers einzustellen.
6. Im Kombinationsbetrieb sind die Mikrowellenstufen Max., Mittel und Auftauen nicht verfügbar.

■ **VORSICHT!** Tragen Sie Ofenhandschuhe, wenn Sie Zubehör entfernen. Berühren Sie aufgrund der hohen Temperaturen niemals das äußere Fenster, die innenliegenden Metallteile der Tür oder den Ofen, wenn Sie Speisen in den Mikrowellenherd stellen bzw. aus ihm heraus nehmen.

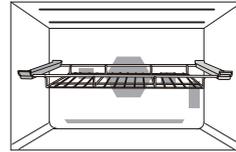
# Kombinationskochen mit Dampf

**Dampf kann genutzt werden, um Lebensmittel gleichzeitig mit den Betriebsarten Mikrowelle, Grill oder Umluft zu garen. Dies kann die übliche Garzeit verringern und die Lebensmittel feucht halten.**

Benutzung der Zubehörteile:



*Dampf + Mikrowelle  
Plastikschale auf Glas-Einlegeblech im  
mittleren Einschub*



*Dampf + Grill oder Umluft  
Gitterrost oder Emailblech in der unteren  
oder mittleren Position*

| Tippen       | Sie auf Leistungsstufe | Temp °C |
|--------------|------------------------|---------|
| 1 x Antippen | Dampf 1                | Hoch    |
| 2 x Antippen | Dampf 2                | Mittel  |
| 3 x Antippen | Dampf 3                | Niedrig |

Die Betriebsarten können in beliebiger Reihenfolge ausgewählt werden.



+



Mikrowellenleistung 440 W, 300 W oder 100 W können eingestellt werden

Dampf + Mikrowelle

oder



+



Grillstufen 1, 2 oder 3 können eingestellt werden.

Dampf + Grill

oder



+



Umluft 100 °C – 230 °C können eingestellt werden

Dampf + Umluft



**Auswahl der Garzeit durch Antippen** von „+“/“-“ oder Bewegen des Schiebereglers. Die maximale Garzeit beträgt 30 Minuten.



**Antippen von Start.** Die Zeit in dem Display läuft ab.

# Kombinationskochen mit Dampf

## ■ Hinweise

1. Die maximale Garzeit in diesem Modus beträgt 30 Minuten. Wenn Sie länger kochen möchten, füllen Sie erneut Wasser in den Wassertank und wiederholen Sie oben genannten Ablauf für die verbleibende Zeit.
2. Falls während des Betriebs der Wassertank leer wird, beendet der Ofen den Vorgang. Die Eingabeaufforderung im Display fordert Sie auf, den Wassertank zu füllen. Nachdem Sie den Wassertank gefüllt und diesen zurück in den Ofen gestellt haben, tippen Sie auf Start. Der Ofen kocht nicht weiter, wenn der Wassertank nicht gefüllt und auf Start getippt wurde.
3. Vorheizen ist im Modus Dampf + Mikrowelle und Grill + Dampf nicht möglich.
4. Sie können die Garzeit während des Kochens ändern, sofern dies erforderlich ist. Tippen Sie auf "+"/"-", um die Garzeit zu erhöhen bzw. zu verringern. Die Zeit kann in Abständen von 1 Minute um maximal 10 Minuten erhöht bzw. gesenkt werden. Wenn Sie solange auf "-" tippen, bis Null erscheint, wird der Kochvorgang beendet. Es ist nicht möglich, die Zeit anzupassen, indem Sie den Regler während des Kochvorgangs bewegen.
5. Sie können den Wassertank zu jedem Zeitpunkt während des Garvorgangs füllen, ohne dass Sie auf Stopp/Beenden tippen müssen.
6. Es ist möglicherweise erforderlich, überschüssiges Wasser nach dem Dampfgaren aus dem Gehäuse zu wischen.

## Richtlinien

1. Öffnen Sie während und nach dem Kochen mit der Dampf-Funktion die Ofentür nicht, wenn sich Ihr Gesicht sehr dicht am Ofen befindet. Öffnen Sie die Tür sehr vorsichtig, da Dampf zu Verletzungen führen kann.
2. Benutzen Sie stets Ofenhandschuhe, wenn Sie Lebensmittel und Zubehörteile entnehmen, da diese und der Ofen sehr heiß sind.
3. Entnehmen Sie nach jedem Dampfgaren die Abtropfschale vorsichtig vorne aus dem Ofen. Entnehmen Sie diese vorsichtig mit beiden Händen. Waschen Sie diese nach dem Leeren in warmem Wasser mit Seife. Um diese wieder in der richtigen Position auf den Ofenfüßen einzusetzen, klicken Sie sie ein. (Siehe Seite 14 DE)

## ■ VORSICHT

DIE ZUBEHÖRTEILE UND DER OFEN WERDEN SEHR HEISS. VERWENDEN SIE OFENHANDSCHUHE.

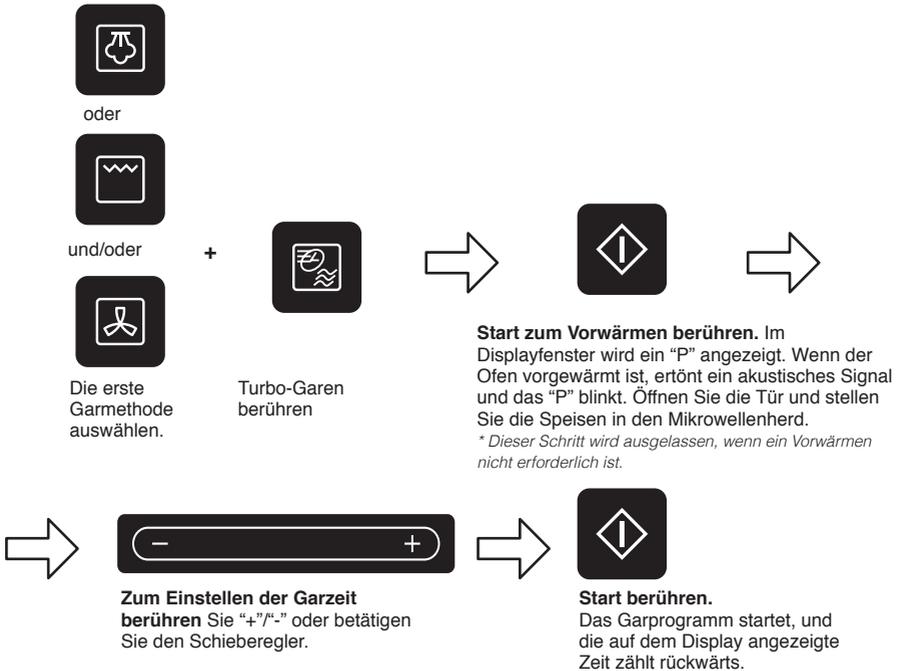
WENN SIE LEBENSMITTEL ODER ZUBEHÖRTEILE ENTNEHMEN, KANN WASSER VON DER OBERSEITE DES OFENS HERABTROPFEN.

BEIM ÖFFNEN DES OFENS KANN DAMPF HERAUSSTRÖMEN. FASSEN SIE NICHT MIT BLOSSEN HÄNDEN IN DEN OFEN! SIE KÖNNEN SICH VERBRENNEN! BENUTZEN SIE OFENHANDSCHUHE.

VERWENDEN SIE NICHT DIE PLASTIKSCHALE IM KOMBINATIONSMODUS DAMPF + GRILL ODER UMLUFT.

## Turbo-Garen

Der Ofen kann programmiert werden, um Lebensmittel effizienter zu kochen oder zu erhitzen, wenn Sie die Turbo-Kochfunktion verwenden, um manuell Dampf hinzuzufügen, im Umluft, Grill oder Grill + Umluft-Modus. Bei der Auswahl der Turbo-Funktion nach dem Modus Dampf, Umluft, Grill oder Grill und Umluft werden gleichzeitig Mikrowellen (köcheln) mit 300 W eingeschaltet, um die Garzeit zu verringern.



## Empfohlene Garoptionen

| Speise                             | Gewicht         | Combination                    | Zeit      |
|------------------------------------|-----------------|--------------------------------|-----------|
| Frühlingsröllchen (tiefgekühlt)    | 300 g (4 Stck.) | 200 °C + Grill 1 + Turbo-Garen | 7-8 min   |
| Apfelkuchen (roh)                  | 290 g           | 230 °C + Turbo-Garen           | 7-9 min   |
| Gefüllte Zucchini                  | 600 g (4 Stck.) | 200 °C + Grill 2 + Turbo-Garen | 15 min    |
| Chipolatas (Cocktailwürstchen)     | 330 g (6 Stck.) | Grill 1 + Turbo-Garen          | 12-14 min |
| Ente, ganz                         | Pro 500 g       | 230 °C + Turbo-Garen           | 11-12 min |
| Tiefgekühltes paniertes Fischfilet | 100 g (1 Stck.) | Grill 1 + Turbo-Garen          | 6-7 min   |
| Waffeln                            | 140 g (2 Stck.) | Grill 1 + Turbo-Garen          | 3 min     |
| Rinderkotelett (gut durchgebraten) | Pro 500 g       | 230 °C + Grill 1 + Turbo-Garen | 10-12 min |

## Turbo-Garen

### ■ Hinweis

1. Umluft 40 °C ist im Turbo-Garbetrieb nicht möglich.
2. In den Betriebsarten Grill + Mikrowelle sowie Dampf + Mikrowelle ist kein Vorwärmen möglich.
3. Bei Verwendung der Turbo-Garfunktion ist es nicht möglich, die Mikrowellenleistung zu ändern.
4. Während des Kochens kann die Kochzeit bei Bedarf geändert werden. Berühren Sie "+"/"-" um die Garzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wird "-" so oft berührt, bis Null eingestellt ist, so wird das Garen beendet. Während des Garens ist es nicht möglich, die Zeit anhand des Schiebereglers einzustellen.

### ■ VORSICHTSHINWEISE

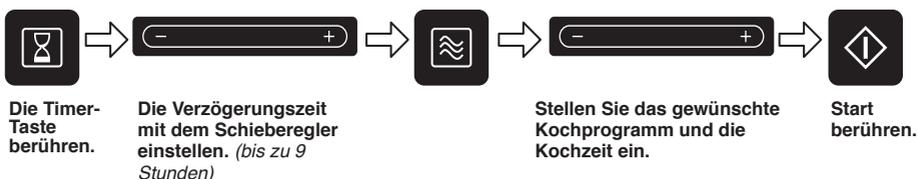
TRAGEN SIE STETS OFENHANDSCHUHE, WENN SIE DIE NAHRUNGSMITTEL UND DAS ZUBEHÖR NACH DEM KOCHEN AUS DEM MIKROWELLENGERÄT NEHMEN, DA GERÄT UND ZUBEHÖR SEHR HEISS SIND.

# Gebrauch des Gerätes mit Zeitvorwahl

## Verwendung der Zeittaste

Durch Benutzung der Zeittaste kann der Beginn des Kochvorgangs verzögert werden.

Beispiel:



### ■ Hinweise

1. Es können drei Kochstufen programmiert werden, einschließlich verzögertem Kochbeginn.
2. Beträgt die programmierte Verzögerungszeit mehr als eine Stunde, erfolgt der Countdown in Minuteneinheiten. Beträgt die programmierte Verzögerungszeit weniger als eine Stunde, erfolgt der Countdown in Sekundeneinheiten.
3. Startverzögerung kann nicht vor den automatischen Programmen programmiert werden.

Beispiel:

Start verzögern: 1 Stunde ⇨ Hohe Kochleistung (1000 W): 10 Min ⇨ Kochen auf kleiner Flamme: 20 Min

## Standzeit

Mit der Zeittaste können Sie die Standzeit nach dem Kochen einstellen oder das Gerät als eine Minuten-Zeituhr programmieren.

Beispiel:



### ■ Hinweise

1. Es können drei Kochstufen programmiert werden.
2. Wird die Herdtür während der Standzeit oder der Minutenschaltuhr geöffnet, wird der Countdown im Display-Fenster fortgesetzt.
3. Diese Funktion kann auch als eine Minuten-Zeituhr benutzt werden. In diesem Fall berühren Sie den Zeitschalter, stellen die Zeit ein und berühren die Starttaste.
4. Nach einem Auto-Programm kann die Standzeit nicht programmiert werden.
5. Wird die Gerätetür während der Ruhezeit oder während die Minuten-Zeituhr läuft geöffnet, so wird der Countdown der auf dem Display angezeigten Zeit fortgesetzt.

Beispiel:

Hohe Kochleistung (1000 W): 4 min ⇨ Standzeit: 5 min ⇨ Hohe Kochleistung (1000 W): 2 min

# Mehrstufiges Kochen

## 2- oder 3-stufiges Kochen

### Beispiel



**Mikrowellenleistung berühren.**  
Wählen Sie die gewünschte Leistungsstufe.

**Die Garzeit mit dem Schieberegler einstellen.**

**Mikrowellenleistung berühren.**  
Wählen Sie die gewünschte Leistungsstufe.

**Die Garzeit mit dem Schieberegler einstellen.**

**Start berühren.**  
Das Garprogramm beginnt und die Zeit in der Digitalanzeige läuft ab.

### Beispiel

Zum Garen bei Auftauen (270 W) für 2 Minuten und zum Garen von Speisen bei 1000 W für 3 Minuten.



**Zur Auswahl der Auftaustufe (270 W) die Mikrowellen-Leistungstaste zweimal berühren.**

**Die Garzeit mit dem Schieberegler auf 2 Minuten einstellen.**

**Zur Auswahl der max. Leistung (1000 W) die Mikrowellen-Leistungstaste einmal berühren.**

**Die Garzeit mit dem Schieberegler auf 3 Minuten einstellen.**

**Start berühren.**

### Beispiel

Zum GRILLEN auf NIEDRIGER Stufe für 4 Minuten und zum Garen von Nahrungsmitteln auf NIEDRIGER Stufe (440 W) für 5 Minuten.



**Zur Auswahl der Grillstufe 3 (niedrig) die Grill-Leistungstaste 3 Mal berühren.**

**Die Garzeit mit dem Schieberegler auf 4 Minuten einstellen.**

**Zur Auswahl der niedrigen Stufe (440 W) die Mikrowellen-Leistungstaste vier Mal berühren.**

**Die Garzeit mit dem Schieberegler auf 5 Minuten einstellen.**

**Start berühren.**

#### ■ Hinweis

1. Zum Garen auf 3 Stufe geben Sie ein anderes Kochprogramm ein, bevor Sie die Starttaste drücken.
2. Wird während des Betriebs die Stopp/Abbrechen-Taste berührt, so wird der Betrieb beendet. Durch Berühren von Start wird der programmierte Betrieb neu gestartet. Wird die Stopp/Abbrechen-Taste zweimal berührt, so werden der programmierte Betrieb beendet und das eingestellte Programm gelöscht.
3. Wird die Stopp/Abbrechen-Taste berührt, während das Gerät nicht in Betrieb ist, so wird das eingestellte Programm gelöscht.
4. Auto-Programme können nicht in Verbindung mit dem mehrstufigen Kochen benutzt werden.

## Gewichtsautomatik zum Auftauen

Mit dieser Funktion können Sie Tiefkühlkost je nach ihrem Gewicht auftauen. Das Gewicht ist in Gramm programmiert. Um eine schnelle Auswahl zu ermöglichen, beginnt das Gewicht mit dem in jedem Programm am häufigsten benutzten Wert.



**Wählen Sie das gewünschte Gewichtsautomatikprogramm zum Auftauen**

- 1 Berührung – kleine Stücke
- 2 Berührungen – große Stücke
- 3 Berührungen – Brot

**Einstellen des Gewichts der Speise mit dem Zeit/Gewicht-Schieberegler.**

Zum Einstellen des Gargewichts berühren Sie "+"/"-" oder betätigen Sie den Schieberegler. Der Schieberegler erhöht das Gewicht in Schritten von jeweils 10 g.

**Start berühren.** Das Display erinnert Sie daran, welches Zubehör zu benutzen ist und welche Kochmodi eingestellt sind. Denken Sie daran, die Speisen beim Auftauen umzurühren oder zu wenden.

| Programm   | Mindest-/Höchstgewicht | Lebensmittelhinweise   |
|--|------------------------|--|
| <b>1. KLEINE TEILE</b><br><br><b>1 Berührung</b>    | 100 g - 1200 g         | Kleine Stücke Fleisch, Schnitzel, Würstchen, Hackfleisch, Steaks, Koteletts, Fischfilets (je 100 - 400 g). Turbo-Auftauen einmal berühren. Bei Ertönen des Signaltons wenden und danach abdecken. Standzeit: 10 - 30 Min.  |
| <b>2. GROSSE TEILE</b><br><br><b>2 Berührungen</b> | 400 g - 2500 g         | Große Fleischstücke, ganzes Hähnchen, Braten. Turbo-Auftauen zweimal berühren. Ganze Hähnchen und Bratenfleisch müssen während des Auftauens abgedeckt werden. Schützen Sie Flügel-, Brust- und fette Teile mit glatter Aluminiumfolie, die mit Cocktailspießen gesichert wird. Die Folie darf die Ofenwände nicht berühren. Vor dem Kochen sollte eine Ruhezeit von 1 bis 2 Stunden zugelassen werden. Bei Ertönen des Signaltons wenden und danach abdecken. |
| <b>3. BROT</b><br><br><b>3 Berührungen</b>        | 100 g - 900 g          | Kleine oder große Brotlaibe, Weißbrot oder Vollkornbrot. Legen Sie das Brot auf ein Stück Küchenpapier. Turbo-Auftauen drei Mal berühren und das Brot nach Ertönen des akustischen Signals wenden. Lassen Sie das Brot 10 min (leichtes Weißbrot) bis 30 Min (festes Vollkornbrot) ruhen. Halbieren Sie große Brotlaibe während der Ruhezeit.  |

### ■ Hinweise

1. Beträgt die Auftauzeit mehr als 60 Minuten, wird die ablaufende Zeit in Stunden und Minuten angegeben.
2. Die maximale Gewichtsbeschränkung ist durch Größe und Form des Lebensmittels bedingt.
3. Bitte beachten Sie die erforderliche Ruhezeit, um zu gewährleisten, dass die Nahrungsmittel vollständig aufgetaut sind.

### ■ WICHTIG!

**Beachten Sie die Hinweise zum Auftauen auf Seite 70 DE.**

## Auto-Dampf Programme

Mit dieser Funktion können Sie einige Ihrer Lieblingsgerichte dampfgaren, indem Sie lediglich das Gewicht einstellen. Der Ofen legt die Dampfleistung und die Garzeit automatisch fest. Das Gewicht wird in Gramm programmiert. Für eine schnelle Auswahl beginnen die Gewichtsangaben ab dem am häufigsten benutzten Gewicht für jede Kategorie.



Wählen Sie das gewünschte Auto-Dampf Programm aus.

Wählen Sie das Gewicht des Kochguts aus, indem Sie auf "+"/“-“ tippen oder den Schieberegler betätigen. Der Schieberegler zählt in 10 g Schritten aufwärts.

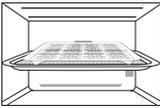
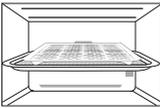
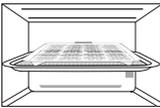
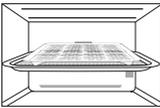
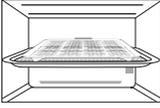
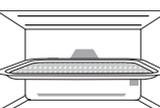
Start berühren.

### ■ Hinweise

1. Das Auto-Dampf Programm darf ausschließlich für die beschriebenen Lebensmittel verwendet werden.
2. Kochen Sie ausschließlich Lebensmittel innerhalb der beschriebenen Gewichtangaben.
3. Wiegen Sie die Lebensmittel, anstatt sich auf die Gewichtsinformationen auf der Verpackung zu verlassen.
4. Verwenden Sie ausschließlich die Zubehörteile, die auf den Seiten 37-38 DE aufgeführt sind.
5. Bei höheren Gewichtsmengen bei den Auto-Dampf Programmen, Hähnchenbrust und Reis, muss der Wassertank während des Kochvorgangs aufgefüllt werden.
6. Decken Sie die Lebensmittel in dem Auto-Dampf-Programm nicht ab.
7. Die meisten Lebensmittel profitieren von einer Einwirkzeit nach dem Kochen mit einem Auto-Programm, damit die Wärme weiterhin in die Mitte eindringt.
8. Um einige Variationen der Lebensmittel zu ermöglichen, achten Sie darauf, dass die Lebensmittel gar gekocht sind und vor dem Servieren heiß sind.

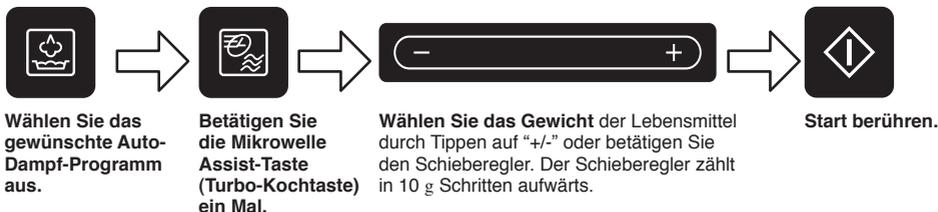
| Programm  | Gewicht       | Zubehörteile | Anweisungen  |
|---|---------------|--------------|--|
| <b>FRISCHES GEMÜSE</b><br><br><b>Programm 4</b>   | 200 g - 320 g |              | <b>Dampfgaren von FRISCHEM Gemüse.</b> Befüllen Sie den Wassertank. Legen Sie das vorbereitete Gemüse auf die Plastik-Einlegeschale. Legen Sie die Plastik-Einlegeschale auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 4. Geben Sie das Gewicht des frischen Gemüses ein. Berühren Sie die Start-Taste.                                      |
| <b>GEFRORENES GEMÜSE</b><br><br><b>Programm 5</b> | 200 g - 320 g |              | <b>Zum Dampfgaren von GEFRORENEM Gemüse</b> wie z. B. Möhren, Broccoli, Blumenkohl, grüne Bohnen. füllen Sie den Wassertank. Legen Sie das Gemüse auf die Plastikschele. Legen Sie die Plastikschele auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 5. Geben Sie das Gewicht des tiefgefrorenen Gemüses ein und berühren Sie die Start-Taste. |

## Auto-Dampf Programme

| Programm  | Gewicht       | Zubehörteile  | Anweisungen  |
|---|---------------|---|--|
| <b>SALZKARTOFFELN</b><br><br><b>Programm 6</b>           | 200 g - 500 g |    | <b>Füllen Sie den Wassertank, um die Kartoffeln mit Dampf zu garen.</b> Pellens Sie die Kartoffeln und schneiden Sie diese in gleichgroße Stücke. Legen Sie diese auf die Plastikschaale. Legen Sie die Plastikschaale auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 6. Geben Sie das Gewicht der Kartoffeln ein und berühren Sie die Start-Taste.   |
| <b>HAEHNCHENBRUST</b><br><br><b>Programm 7</b>           | 200 g - 650 g |    | <b>Kochen von FRISCHEN Hähnchenbrüsten.</b> Jede Hähnchenbrust sollte zwischen 100- 250 g wiegen. Füllen Sie den Wassertank. Legen Sie die Hähnchenbrüste auf die Plastikschaale. Legen Sie die Plastikschaale auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 7. Geben Sie das Gewicht der Hähnchenbrüste ein und berühren Sie die Start-Taste. Überprüfen Sie den Wassertank während des Garvorgangs und füllen Sie diesen bei Bedarf auf.   |
| <b>FRISCHE FISCHFILETS</b><br><br><b>Programm 8</b>      | 200 g - 500 g |    | <b>Kochen von FRISCHEN Fischfilets.</b> Füllen Sie den Wassertank, um die FRISCHEN Fischfilets zu garen. Legen Sie den frischen Fisch auf die Plastikschaale. Legen Sie die Plastikschaale auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 8. Geben Sie das Gewicht des frischen Fisches ein. Betätigen Sie die START Taste.   |
| <b>GEFRORENE FISCHFILETS</b><br><br><b>Programm 9</b>    | 200 g - 500 g |    | <b>Kochen von TIEFGEFRORENEN FISCHFILETS.</b> Füllen Sie den Wassertank, um tiefgefrorene Fischfilets zu garen. Legen Sie den tiefgefrorenen Fisch auf die Plastikschaale. Legen Sie die Plastikschaale auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 9. Geben Sie das Gewicht des Fisches ein und betätigen Sie die Start-Taste.  |
| <b>FRISCHER GANZER FISCH</b><br><br><b>Programm 10</b> | 200 g - 650 g |  | <b>Kochen von FRISCHEM ganzem Fisch, z. B. Forelle, Seebrasse, Makrele, Wolfsbarsch, Sardinen.</b> Jeder ganze Fisch sollte je zwischen 100 - 300 g wiegen. Füllen Sie Wasser in den Tank. Legen Sie den ganzen Fisch direkt auf die Plastikschaale. Legen sie die Plastikschaale auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 10. Geben Sie das Gewicht des ganzen frischen Fisches ein und betätigen Sie die Start-Taste.   |
| <b>REIS</b><br><br><b>Programm 11</b>                  | 100 g - 200 g |  | <b>Garen von Reis für pikante Gerichte, keine Reispuddings. (Thai, Basmati, Jasmine, Surinam, Arborio oder Mediterraner Reis).</b> Füllen Sie den Wassertank. Füllen Sie den Reis in eine Pyrex®-Schüssel. Geben Sie 3 Teile Wasser auf 2 Teile Reis. Nicht abdecken. Stellen Sie die Schüssel auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie die Programmnummer 11. Geben Sie nur das Gewicht des Reises an. Betätigen Sie die Start-Taste. Überprüfen Sie den Wassertank während des Garvorgangs und füllen Sie bei Bedarf Wasser nach. |

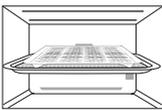
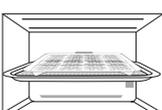
# Auto-Dampf Programme mit Turbo-Kochfunktion

Diese Funktion kombiniert die Vorteile des Dampfgarens mit denen der Mikrowelle, um den Garprozess zu beschleunigen. Indem Sie lediglich das Gewicht eingeben, bestimmt der Ofen die Dampfmenge und die Mikrowellenleistung und berechnet automatisch die Garzeit. Wählen Sie die Kategorie aus, legen Sie das Gewicht der Lebensmittel fest. Das Gewicht wird in Gramm programmiert. Für eine Schnellauswahl startet das Gewicht ab den üblichen Gewichten für jede Kategorie.

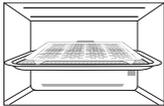
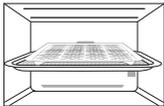
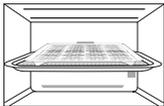
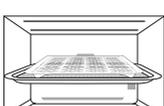
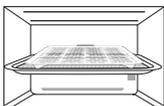
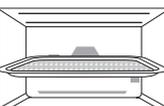


## ■ Hinweise

1. Das Auto-Dampf Programm mit Turbo-Kochfunktion darf ausschließlich für die beschriebenen Lebensmittel verwendet werden.
2. Kochen Sie ausschließlich Lebensmittel innerhalb der beschriebenen Gewichtsangaben.
3. Wiegen Sie die Lebensmittel, anstatt sich auf die Gewichtsinformationen auf der Verpackung zu verlassen.
4. Verwenden Sie ausschließlich die Zubehörteile, die auf den Seiten 39-40 DE aufgeführt sind.
5. Die meisten Lebensmittel profitieren von einer Einwirkzeit nach dem Kochen mit einem Auto-Programm, damit die Wärme weiterhin in die Mitte eindringt.
6. Um einige Variationen der Lebensmittel zu ermöglichen, achten Sie darauf, dass die Lebensmittel gar gekocht sind und vor dem Servieren heiß sind.
7. Decken Sie die Lebensmittel bei dem Auto-Dampf-Programm mit der Turbo-Koch-Funktion nicht ab, außer bei dem Reis-Programm. Decken Sie diesen mit Frischhaltefolie ab. Stechen Sie mit einem scharfen Messer einmal in der Mitte und vier Mal am Rand ein.

| Programm   | Gewicht       | Zubehörteile  | Anweisungen   |
|--|---------------|---|---|
| <b>FRISCHES GEMÜSE</b><br><br><b>Programm 4</b>   | 200 g - 320 g |  | <b>Garen von FRISCHEM Gemüse mit Dampf + Mikrowelle.</b> Füllen Sie den Wassertank. Legen Sie das Gemüse auf die Plastikschaale. Legen Sie die Plastikschaale auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 4. Betätigen Sie die Turbo-Kochtaste ein Mal. Geben Sie das Gewicht des frischen Gemüses ein und betätigen Sie die Start-Taste.   |
| <b>GEFRORENES GEMÜSE</b><br><br><b>Programm 5</b> | 200 g - 320 g |  | <b>Garen von TIEFGEFRORENEM Gemüse</b> wie z. B. Möhren, Broccoli, Blumenkohl, grüne Bohnen mit Dampf + Mikrowelle. Füllen Sie den Wassertank. Legen Sie das Gemüse auf die Plastikschaale. Legen Sie die Plastikschaale auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 5. Betätigen Sie die Turbo-Kochtaste ein Mal. Geben Sie das Gewicht des tiefgefrorenen Gemüses ein und berühren Sie die Start-Taste. |

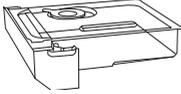
## Auto-Dampf-Programme mit Turbo-Kochfunktion

| Programm  | Gewicht       | Zubehöerteile   | Anweisungen  |
|---|---------------|---|--|
| <b>SALZKARTOFFELN</b><br><br><b>Programm 6</b>           | 200 - 500 g   |    | <b>Garen von Kartoffeln mit Dampf und Mikrowelle.</b> Füllen Sie den Wassertank. Schälen Sie die Kartoffeln und schneiden Sie diese in gleichgroße Stücke. Legen sie die vorbereiteten Kartoffeln auf die Plastikscha. Legen Sie die Plastikscha auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm 6. Betätigen Sie die Turbo-Koch-Taste ein Mal. Geben Sie das Gewicht der Kartoffeln ein und betätigen Sie die START-Taste.   |
| <b>HAEHNCHENBRUST</b><br><br><b>Programm 7</b>           | 200 - 650 g   |    | <b>Garen von FRISCHEN Hähnchenbrüsten mit Dampf und Mikrowelle.</b> Jede Hähnchenbrust sollte zwischen 100 - 250 g wiegen. Füllen Sie den Wassertank. Legen Sie die Hähnchenbrüste auf die Plastikscha. Legen Sie die Plastikscha auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 7. Betätigen Sie die Turbo-Kochtaste ein Mal. Geben Sie das Gewicht der Hähnchenbrüste ein und berühren Sie die Start-Taste.   |
| <b>FRISCHE FISCHFILETS</b><br><br><b>Programm 8</b>      | 200 g - 500 g |    | <b>Garen von FRISCHEN Fischfilets mit Dampf und Mikrowelle.</b> Füllen Sie den Wassertank. Legen Sie den frischen Fisch auf die Plastikscha. Legen Sie die Plastikscha auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 8. Betätigen Sie die Turbo-Kochtaste ein Mal. Geben Sie das Gewicht des frischen Fisches ein. Betätigen Sie die START Taste.  |
| <b>GEFRORENE FISCHFILETS</b><br><br><b>Programm 9</b>    | 200 g - 500 g |    | <b>Garen von TIEFGEFRORENEN Fischfilets im Betriebsmodus Dampf + Mikrowelle.</b> Füllen Sie den Wassertank. Legen Sie den tiefgefrorenen Fisch auf die Plastikscha. Legen Sie die Plastikscha auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 9. Betätigen Sie die Turbo-Kochtaste ein Mal. Geben Sie das Gewicht des Fisches ein und betätigen Sie die Start-Taste.   |
| <b>FRISCHER GANZER FISCH</b><br><br><b>Programm 10</b> | 200 g - 650 g |  | <b>Garen von FRISCHEM ganzem Fisch, z. B. Forelle, Seebrasse, Makrele, Wolfsbarsch, Sardinen.</b> Füllen Sie den Wassertank. Legen Sie den ganzen Fisch direkt auf die Plastikscha. Legen sie die Plastikscha auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie Programm Nummer 10. Betätigen Sie die Turbo-Kochtaste ein Mal. Geben Sie das Gewicht des ganzen frischen Fisches ein und betätigen Sie die Start-Taste.  |
| <b>REIS</b><br><br><b>Programm 11</b>                  | 100 g - 200 g |  | <b>Garen von Reis im Betriebsmodus Dampf + Mikrowelle für pikante Gerichte, keine Reispuddings. (Thai, Basmati, Jasmin, Surinam, Arborio oder Mediterraner Reis).</b> Füllen Sie den Wassertank. Füllen Sie den Reis in eine Pyrex®-Schüssel. Geben Sie 3 Teile Wasser auf 2 Teile Reis. Mit Klarsichtfolie abdecken. Stechen Sie mit einem scharfen Messer einmal in die Mitte und vier Mal am Rand ein. Stellen Sie die Schüssel auf das Glas-Einlegeblech in der mittleren Position. Wählen Sie die Programmnummer 11. Betätigen Sie die Turbo-Kochtaste ein Mal. Geben Sie nur das Gewicht des Reises an. Betätigen Sie die Start-Taste. |

# Reinigungsprogramme des Systems

## F1. WASSER ABLASSEN

**Wasser wird durch das System zum Reinigen der Leitungen gepumpt. Das Wasser wird in die Abtropfschale abgeleitet.**



**Geben Sie 100 g Wasser in den Wassertank. Achten Sie darauf, dass die Abtropfschale leer ist.**



**Betätigen Sie Auto-Dampf 9 Mal, bis das F1 WASSER ABLASSEN im Display erscheint.**



**Betätigen Sie die Start-Taste. Leeren Sie die Abtropfschale nach Beendigung des Programms.**

### ■ Hinweise

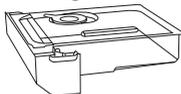
1. Führen Sie dieses Programm mit nur 100 g Wasser im Tank durch.
2. Entfernen Sie die Abtropfschale nicht während des Abwasser-Programms. Wird die Abtropfschale während des Programms entfernt, wird U12 angezeigt und das Programm endet.
3. Leeren Sie die Abtropfschale und spülen Sie diese nach Beendigung des Programms unter laufendem Wasser.

### ■ Vorsicht

4. Wird das 'Reinigungsprogramm' direkt nach einem Dampf-Kochprogramm genutzt, kann heißes Wasser in die Abtropfschale tropfen.

## F2. SYSTEMREINIGUNG

**In der ersten Phase dieses Programms wird das System mit einer Zitronensäure-Lösung gereinigt. In der zweiten Phase wird Wasser durch das System geleitet, um die Leitungen zu reinigen.**



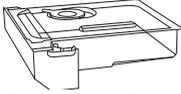
**Erstellen Sie eine Lösung mit 8 g Zitronensäure und 200 g Wasser, geben Sie die Lösung in den Wassertank. Achten Sie darauf, dass die Abtropfschale leer ist.**



**Tippen Sie 10 Mal auf Auto-Dampf, bis das F2 SYSTEMREINIGUNG im Display erscheint.**



**Betätigen Sie die Start-Taste. Das Programm dauert 29 Minuten.**



**Füllen Sie den Dampf-Wassertank nach Unterbrechung des Programms mit Wasser (bis zur max. Höhe).**



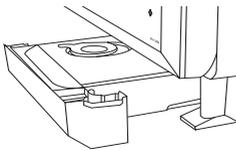
**Betätigen Sie die Start-Taste. Das Programm läuft ca. 1 Min. Leeren Sie die Abtropfschale nach Beendigung des Programms.**

### ■ Hinweise

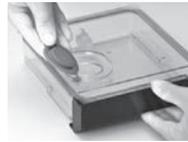
1. Wird  angezeigt, führen Sie das Programm zur Reinigung des Systems durch.
2. Wird das Systemreinigungsprogramm nicht regelmäßig durchgeführt, werden die Leitungen blockiert und die Dampfleistung ist ineffektiver.
3. Entfernen Sie die Abtropfschale nicht während des Reinigungsprogramms. Wird die Abtropfschale während des Programms entfernt, wird U12 angezeigt und das Programm endet.
4. Leeren Sie die Abtropfschale und reinigen Sie diese unter laufendem Wasser, nachdem das Programm beendet ist.

## Reinigen des Wassertanks

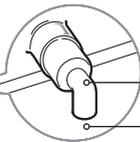
**Reinigen Sie den Wassertank mit einem weichen Schwamm und Wasser.**



Entnehmen Sie den Wassertank und reinigen Sie das Fach, in dem sich das Wasser befindet.



Öffnen Sie die Wasserzufuhrkappe, entfernen Sie den Deckel und reinigen Sie den Deckel und die Kappe.



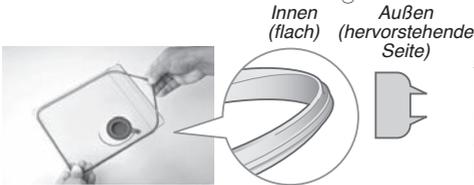
Rohrkappe

Achten Sie darauf, dass diese nach unten zeigt.

Wenn die Rohrkappe schwer zu entfernen ist, rütteln Sie diese von rechts nach links. Achten Sie beim Wiedereinsetzen darauf, dass die Leitung nach unten zeigt (siehe Diagramm).

**Die Gummidichtung und die Vorderseite des Tanks können ebenfalls für Reinigungszwecke entfernt werden.**

Entfernen der Gummidichtung



Achten Sie darauf, dass die Gummidichtung beim Wiedereinsetzen nicht nach außen ragt. Wird die Dichtung nicht korrekt angebracht, schließt der Deckel nicht korrekt, und es kann Wasser auslaufen.

Entfernen der Frontblende



1. Drehen Sie die Blende leicht, bis die Hinterseite ausklickt.
2. Drehen Sie weiter, bis die Vorderseite ausklickt.

Wiedereinsetzen der Frontblende



1. Richten Sie die Schlitz auf der Blende auf die Löcher auf dem Tank aus.
2. Einfügen und drücken bis die Blende einklickt.

### ■ Hinweise

1. Reinigen Sie den Wassertank mindestens einmal pro Woche, damit sich keine Kalkablagerungen bilden.
2. Verwenden Sie keine Spülmaschinen zum Reinigen des Wassertanks oder von Teilen des Wassertanks.

## Auto-Sensor-Programme

Viele Nahrungsmittel können gegart werden, ohne dass man die Garzeit, das Gewicht oder die Leistungsstufe eingeben muss.

z.B.



Das gewünschte Auto-Sensor-Programm auswählen.

Start berühren.



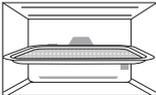
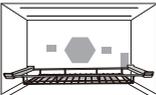
### ■ Plus/Minus-Steuerung:

Die Länge der Garzeit ist vom Geschmack abhängig. Es ist möglich, dass Sie nach mehrmaliger Benutzung der Auto-Sensor-Programme einen anderen Garungsgrad wünschen. Anhand der Plus/Minus-Steuerung können die Programme zum Garen der Nahrungsmittel für eine längere oder kürzere Zeit eingestellt werden. '+' oder '-' berühren, dann Start. Sind Sie mit dem Ergebnis der Auto-Sensor-Programme zufrieden, brauchen Sie diese Steuerung nicht zu verwenden.

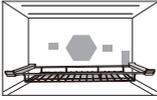
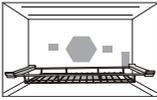
### ■ Hinweise

1. Der Mikrowellenherd berechnet automatisch die Garzeit oder die verbleibende Garzeit.
2. Die Tür sollte nicht geöffnet werden, bevor die Zeit auf dem Display erscheint.
3. Als Temperatur von Tiefkühlgut wird -18 °C bis -20 °C vorausgesetzt, bei anderen Lebensmitteln +5 °C bis +8 °C (Kühlschranktemperatur). Das Programm zum Aufwärmen von Suppe ist für Nahrungsmittel bei Kühlschrank- oder Raumtemperatur geeignet.
4. Um Fehler während der Auto-Sensor-Programme zu verhindern, müssen der Garraum und der Gerichteteller trocken sein.
5. Die Raumtemperatur sollte nicht mehr als 35 °C und nicht weniger als 0 °C betragen.
6. Garen Sie nur Nahrungsmittel innerhalb des auf den Seiten 44-45 DE empfohlenen Gewichtsbereichs.
7. Bei Programmen für gekühlte Mahlzeiten und tiefgefrorene Mahlzeiten im Container in der gekauften Form aufwärmen. Machen Sie mit einem scharfen Messer einen Schlitz in der Mitte und vier Schlitze am Rand. Wenn Sie das Gericht in eine Schüssel umschütten, decken Sie diese mit Frischhaltefolie und schlitzen Sie diese ein.
8. Wurde der Ofen zuvor genutzt und er ist zu heiß, um ihn im Modus Turbo Defrost, Auto Steam und Auto Sensor zu benutzen, erscheint die Anzeige 'GARRAUM ZU WARM' im Display. Verschwindet diese Anzeige, können die Auto Sensor Programme genutzt werden. Wenn Sie in Eile sind, kochen Sie die Lebensmittel manuell, indem sie den richtigen Garmodus und die richtige Garzeit selbst auswählen.

# Auto-Sensor-Programme

| Programm   | Gewicht        | Zubehörteile  | Anweisungen  |
|--|----------------|---|--|
| <p><b>FRISCHE MAHLZEIT</b></p>  <p><b>Programm 12</b></p>   | 200 g - 1000 g | -   | <p><b>Zum Erwärmen eines frisch vorgekochten Gerichts. Alle Lebensmittel müssen vorgekocht sein.</b> Die Lebensmittel sollten Kühlschranktemperatur von ca. + 5 °C aufweisen. In dem gekauften Behälter aufwärmen. Schlitzen Sie die Abdeckfolie mit einem scharfen Messer ein Mal in der Mitte und vier Mal am Rand ein. Wenn Sie das Gericht in eine Schüssel umschütten, decken Sie diese mit Frischhaltefolie ab und schlitzen Sie diese ein. Stellen Sie den Behälter unten in den Ofen. Wählen Sie Programm Nummer 12. Betätigen Sie die START-Taste. Bei Piepton umrühren. Nochmals umrühren am Ende des Programms und ein paar Minuten stehen lassen. Große Stücke Fleisch/Fisch in einer dünnen Sauce benötigen möglicherweise eine längere Garzeit. Dieses Programm eignet sich nicht für stärkehaltige Lebensmittel wie z. B. Reis, Nudeln oder Kartoffeln. Gerichte in nicht regelmäßigen schalenförmigen Behältern benötigen möglicherweise eine längere Garzeit.</p> |
| <p><b>GEFRORENE MAHLZEIT</b></p>  <p><b>Programm 13</b></p> | 200 g - 800 g  | -   | <p><b>Zum Erwärmen eines tiefgefrorenen vorgekochten Gerichts. Alle Lebensmittel müssen vorgekocht und eingefroren sein (-18 °C).</b> In dem gekauften Behälter aufwärmen. Schlitzen Sie die Abdeckfolie mit einem scharfen Messer ein Mal in der Mitte und vier Mal am Rand ein. Wenn Sie das Gericht in eine Schüssel umschütten, decken Sie diese mit Frischhaltefolie ab und schlitzen Sie diese ein. Stellen Sie den Behälter unten in den Ofen. Wählen Sie Programm Nummer 13. Betätigen Sie die START-Taste. Bei Piepton umrühren und Gericht in kleine Stücke schneiden. Nochmals umrühren am Ende des Programms und ein paar Minuten stehen lassen. Große Stücke Fleisch/Fisch in einer dünnen Sauce benötigen möglicherweise eine längere Garzeit. Dieses Programm eignet sich nicht für stärkehaltige Lebensmittel wie z. B. Reis, Nudeln oder Kartoffeln. Gerichte in nicht regelmäßigen schalenförmigen Behältern benötigen möglicherweise eine längere Garzeit.</p>  |
| <p><b>POMMES FRITES</b></p>  <p><b>Programm 14</b></p>    | 200 g - 450 g  |  | <p><b>Zum Erwärmen knuspriger und brauner TIEFGEFRORENER Ofenchips und Kartoffelprodukten, z. B. Kartoffelpuffer, Kroketten usw.</b> Breiten Sie die Kartoffelprodukte auf dem Glas-Einlegeblech aus und stellen Sie dieses in die mittlere Position. Wählen Sie Programm Nummer 14. Betätigen Sie die START-Taste. Zwei Mal während des Garvorgangs bei Erönen des Pieptons wenden. Um ein optimales Ergebnis zu erzielen, in einer Schicht erwärmen. HINWEIS: Kartoffelprodukte variieren sehr. Wir empfehlen Ihnen, das Produkt ein paar Minuten vor Ende des Garvorgangs zu prüfen, um Bräunungsgrad zu prüfen.</p>  |
| <p><b>GEKUEHLTE PIZZA</b></p>  <p><b>Programm 15</b></p>  | 150 g - 450 g  |  | <p><b>Zum Erwärmen und Bräunen der Oberseite einer frischen, vorgekochten Pizza.</b> Entfernen Sie die Verpackung und auf Gitterrost in der unteren Position legen. Programm Nummer 15 auswählen. Betätigen Sie die START-Taste. Dieses Programm eignet sich nicht für dicke Pfannenz pizzas oder sehr dünne Pizzen.</p>   |

## Auto-Sensor-Programme

| Programm   | Gewicht       | Zubehörteile  | Anweisungen   |
|--|---------------|---|---|
| <b>GEFRORENE<br/>PIZZA</b><br><br><b>Programm 16</b>  | 100 g - 450 g |  | <b>Zum Erwärmen und Bräunen der Oberseite tiefgefrorener, vorgekochter Pizzen und Käsebaguettes.</b> Entfernen Sie die Verpackung und legen Sie das Produkt auf den Gitterrost in der unteren Position. Wählen Sie Programm Nummer 16. Betätigen Sie die START-Taste. Dieses Programm eignet sich nicht für dicke Pfannenzuppen oder sehr dünne Pizzen. |
| <b>GEKUEHLTE<br/>QUICHE</b><br><br><b>Programm 17</b> | 330 g - 400 g |  | <b>Zum Erwärmen und Bräunen der Oberseite von frischer vorgebackener Quiche.</b> Nicht geeignet für krustenlose Quiche oder schwer gefüllte Quiche. Entfernen Sie die Verpackung und legen Sie die Quiche auf den Gitterrost in der unteren Position. Wählen Sie Programm 17. Betätigen Sie die START-Taste.  |

### ■ Hinweise

1. Die Gewichtsautomatik-Programme dürfen NUR für die beschriebenen Nahrungsmittel benutzt werden.
2. Garen Sie nur Nahrungsmittel innerhalb der angegebenen Wiegebereiche.
3. Ermitteln Sie stets das Gewicht der Nahrungsmittel selbst, anstatt sich auf die Packungsinformationen zu verlassen.
4. Nach dem Kochen mit einem Auto-Programm sollten die meisten Nahrungsmittel eine Weile RUHEN, damit die Wärme weiter in die Mitte geleitet wird.
5. Prüfen Sie vor dem Servieren, dass die Nahrungsmittel gründlich gegart und ausreichend heiß sind.

## Fragen und Antworten

- F: Warum läßt sich das Mikrowellengerät nicht einschalten?
- A: Läßt sich das Mikrowellengerät nicht einschalten, dann überprüfen Sie bitte folgendes:
1. Steckt der Netzstecker fest in der Steckdose? Ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose und warten Sie 10 Sekunden, bevor Sie diesen wieder hineinstecken.
  2. Überprüfen Sie die Netzsicherung und ersetzen Sie diese gegebenenfalls.
  3. Ist die Netzsicherung in Ordnung, schließen Sie ein anderes Elektrogerät an die Steckdose an. Arbeitet dieses Gerät auch nicht, ist die Steckdose defekt, Arbeitet das Gerät jedoch ordnungsgemäß, ist wahrscheinlich Ihr Mikrowellengerät defekt. Wenden Sie sich in diesem Fall unbedingt an einen Panasonic- Kundendienst.
- F: Das Mikrowellengerät verursacht Fernsehstörungen. Ist das normal?
- A: Beim Betrieb des Mikrowellengerätes können Fernseh- und Radiostörungen auftreten. Es handelt sich um ähnliche Störungen, wie sie durch kleine Elektrogeräte wie Mixer, Staubsauger, Haartrockner usw. verursacht werden können. Dies bedeutet nicht, daß Ihr Mikrowellengerät defekt ist.
- F: Warum nimmt das Mikrowellengerät das gewünschte Programm nicht an?
- A: Das Gerät akzeptiert keine falschen Programme. Eine vierte Phase wird z.B. nicht akzeptiert.
- F: Warum strömt manchmal warme Luft aus dem Mikrowellengerät?
- A: Die erhitzten Lebensmittel erwärmen den Garraum. Diese warme Luft wird durch die zirkulierende Luftströmung aus dem Gerät heraus befördert. In dieser erwärmten Luft sind keine Mikrowellen enthalten. Die Lüftungsöffnungen dürfen während des Garens in keinem Fall abgedeckt werden.
- F: Ich kann kein Auto Sensor-Programm auswählen und auf der Anzeige erscheint "GARRAUM ZU WARM". Warum?
- A: Wenn der Ofen zuvor benutzt wurde und für ein Auto Sensor-Programm zu heiß ist, erscheint in der Anzeige "GARRAUM ZU WARM". Sobald diese Anzeige verschwindet, können die AutoSensor-Programme verwendet werden. Wenn Sie in Eile sind, kochen Sie manuell, indem Sie Kochart und Länge selbst auswählen.
- F: Kann im Mikrowellengerät ein herkömmliches Fleischthermometer verwendet werden?
- A: Nur, wenn die Garmethoden UMLUFT/GRILL verwendet werden. Das Metall in manchen Thermometern kann zu Lichtbogenbildung in Ihrem Gerät führen, weshalb in den Garmethoden MIKROWELLE und KOMBINATION keine Thermometer verwendet werden dürfen.
- F: Warum sind während des Kombinationsgarens brummende und klickende Geräusche zu hören?
- A: Die Geräusche treten auf, wenn das Gerät automatisch von MIKROWELLE auf die Kombinationsfunktion UMLUFT/GRILL umschaltet. Sie sind völlig normal.
- Q: Warum riecht das Mikrowellengerät unangenehm und erzeugt beim Betrieb von Kombination und Grill Rauch?
- A: Der Mikrowellenherd sollte nach wiederholtem Gebrauch gereinigt werden und anschließend einmal ohne darin befindliche Nahrungsmittel betrieben werden. Dadurch werden Nahrungsmittel, Ablagerungen oder Öle, die Gerüche und/oder Rauch erzeugen können, verbrannt.
- F: Das Gerät stoppt den Mikrowellen-Garvorgang und die Meldung „H97“ oder „H98“ erscheint auf dem Display.
- A: Die Fehlermeldung weist auf ein Problem bei der Mikrowellenerzeugung hin. Bitte wenden Sie sich an einen autorisierten Kundendienstvertreter.
- F: Der Lüfter läuft auch nach dem Kochen weiter. Warum?
- A: Nach dem Gebrauch des Mikrowellenherdes läuft das Kühlgebläse zur Kühlung der Elektrobauteile weiter. Dies ist völlig normal. Das Gerät kann währenddessen weiter verwendet werden.

## Fragen und Antworten

- Q: Kann ich die voreingestellte Temperatur des Geräts während des Kochens oder Vorheizens mit UMLUFT überprüfen?
- A: **Ja. Berühren Sie die Heißluft-Taste, und die Ofentemperatur wird für 2 Sekunden auf dem Display angezeigt.**
- Q: Auf dem Display erscheint ein "D" und das Gerät geht nicht in den Garbetrieb über. Warum?
- A: **Das Gerät wurde im DEMO-MODUS programmiert. Dieser Modus dient nur zu Demonstrationszwecken im Einzelhandel. Zum Deaktivieren dieser Betriebsart drücken Sie die Mikrowellentaste einmal und dann viermal die Stopp/Abbrechen-Taste.**
- Q: Auf dem Display ist keine Laufschrift mehr zu sehen, nur noch Nummern.
- A: **Eventuell wurde die Laufschrift nach einem Stromausfall deaktiviert. Ziehen Sie den Gerätestecker für einige Sekunden aus der Netzdose und schließen Sie das Gerät dann wieder am Stromnetz an. Wenn "88:88" angezeigt wird, berühren Sie Start so oft, bis Ihre Sprache erscheint. Stellen Sie dann die Uhrzeit ein. Siehe Seite 18 DE.**
- Q: Die Tasten auf dem Bedienfeld reagieren nicht, wenn sie berührt werden. Warum?
- A: **Überzeugen Sie sich davon, dass das Gerät an der Stromquelle angeschlossen ist. Der Mikrowellenherd ist eventuell im Standby-Betrieb. Öffnen und schließen Sie die Tür, um das Gerät zu aktivieren.**
- Q: Der Ofen hört auf, im Betriebsmodus Dampf oder Kombination mit Dampf zu funktionieren und U14 erscheint im Display.
- A: **Der Wassertank ist leer, und der Menübetrieb wurde abgestellt. Füllen Sie den Wassertank, legen Sie das Blech zurück in den Ofen und betätigen Sie die Start-Taste, um den Garvorgang fortzusetzen.**
- Q: Der Ofen beendet das Programm und "U12" erscheint im Display.
- A: **Die Abtropfschale befindet sich nicht in Position, legen Sie diese zurück in den Ofen. Programm erneut starten.**

## Pflege des Mikrowellengerätes

1. Vor dem Reinigen den Netzstecker aus der Steckdose ziehen.
2. Halten Sie stets den Garraum, die Tür und den Türrahmen sauber. Entfernen Sie Spritzer von Speisen und Flüssigkeiten, die an den Garraumwänden und der Tür haften, mit einem feuchten Tuch und ggf. mildem Reinigungsmittel. Scharfe Reinigungs- und Scheuermittel sind nicht empfehlenswert. VERWENDEN SIE IN KEINEM FALL BACKOFENREINIGUNGSMITTEL.
3. Verwenden Sie zur Reinigung der gläsernen Mikrowellentür keine Scheuermittel oder scharfe Metallschaber, da dies eine Beschädigung der Oberfläche zur Folge haben und zum Zerspringen des Glases führen könnte.
4. Das Gehäuse des Gerätes sollte mit einem weichen Tuch abgewischt werden. Achten Sie darauf, daß kein Wasser durch die Entlüftungsschlitze ins Geräteinnere gelangt, da das Gerät sonst Schaden nehmen könnte.
5. Ist das Bedienungsfeld verschmutzt, säubern Sie dieses mit einem trockenen, weichen Tuch. Verwenden Sie in keinem Fall scharfe Reinigungs- bzw. Scheuermittel. Damit es nicht zu einem unvorhergesehenen Betrieb des Gerätes kommt, lassen Sie die Tür des Gerätes beim Säubern geöffnet. Drücken Sie nach dem Säubern die STOPP-/LÖCHTASTE.
6. Während des Betriebes kann sich durch Verdampfen von Feuchtigkeit innen oder außen auf dem Sichtfenster des Gerätes Kondenswasser niederschlagen und evtl. unter der Tür abtropfen. Dieser Vorgang ist normal und kann verstärkt bei niedrigen Raumtemperaturen und hoher Luftfeuchtigkeit auftreten. Die Sicherheit des Gerätes ist dadurch nicht beeinträchtigt. Nach dem Betrieb das Kondenswasser mit einem weichen Tuch abwischen.
7. Das Unterteil des Ofens sollte regelmäßig gereinigt werden, um einen übermäßig hohen Geräuschpegel zu vermeiden. Wischen Sie die Bodenfläche des Geräts einfach mit einem milden Reinigungsmittel und heißem Wasser ab und trocknen Sie diese anschließend mit einem sauberen Tuch.
8. Bei Anwendung des Betriebsmodus UMLUFT/GRILL, DAMPF ODER KOMBINATION können bei einigen Lebensmitteln Fettspritzer an die Ofenwände gelangen. Wird der Ofen nicht regelmäßig gereinigt, kann es während der Nutzung zu „Rauchentwicklung“ kommen.
9. Ein Dampfreiniger darf nicht zur Reinigung verwendet werden.
10. Das Mikrowellengerät darf ausschließlich vom qualifizierten Panasonic-Kundendienst geprüft oder repariert werden.
11. Wird das Mikrowellengerät nicht in einem sauberen Zustand gehalten, kann dies zu einer Güteminderung der Oberflächen führen, was wiederum eine Beeinträchtigung der Lebensdauer des Geräts mit sich bringen und eventuell eine Gefahr für den Benutzer darstellen kann.
12. Die Luftabzüge immer freihalten. Überprüfen Sie, dass die Luftabzüge an der Ober-, Unter- und Rückseite des Geräts nicht durch Staub oder anderes Material verstopft werden. Wenn die Luftabzüge verstopft sind, kann dies zu Überhitzung führen und die Funktionsfähigkeit des Geräts beeinträchtigen eine Gefahr für den Benutzer darstellen kann.
13. Die Garraumrückseite und die Garraumdecke sind mit einer katalytischen Beschichtung zur Selbstreinigung versehen. Es ist daher nicht notwendig, diesen Bereich zu reinigen.

## Technische Daten

|                     |   |
|---------------------|---|
| Netzspannung:       | <b>230V, 50 Hz</b>  |
| Leistungsaufnahme:  | <b>Maximum; 1900 W</b><br><b>Mikrowelle; 990 W</b><br><b>Grill; 1330 W</b><br><b>Heißluft; 1380 W</b><br><b>Dampf; 1015 W</b> |
| Ausgangsleistung:   | <b>1000 W (IEC-60705)</b><br><b>Grill; 1300 W</b><br><b>Heißluft; 1350 W</b>  |
| Äußere Abmessungen: | <b>494 mm (B) x 438 mm (H) x 390 mm (T)</b>   |
| Garraumabmessungen: | <b>410 mm (B) x 320 mm (H) x 250 mm (T)</b>   |
| Gewicht:            | <b>20.5 kg</b>  |
| Geräuschpegel:      | <b>56 dB</b>  |

**Die Angaben sind Annäherungswerte;  
Änderungen ohne Vorankündigung sind  
vorbehalten.**

Bei diesem Produkt handelt es sich um ein Gerät, das die europäische Norm für EMV-Funktstörungen (EMV = Elektromagnetische Verträglichkeit), EN 55011, erfüllt. Gemäß dieser Norm ist dieses Produkt ein Gerät der Gruppe 2, Klasse B und hält alle Grenzwerte ein. Gruppe 2 bedeutet, dass in diesem Gerät Hochfrequenz-Energie für das Erwärmen oder Garen von Lebensmitteln absichtlich als elektromagnetische Strahlung erzeugt wird. Klasse B sagt aus, dass dieses Produkt in einem normalen Wohnbereich betrieben werden darf.



Benutzerinformationen  
zur Entsorgung von  
elektrischen und  
elektronischen Geräten  
(private Haushalte)

Entsprechend der grundlegenden Firmengrundsätzen der Panasonic-Gruppe wurde ihr Produkt aus hochwertigen Materialien und Komponenten entwickelt und hergestellt, die recycelbar und wieder verwendbar sind.

Dieses Symbol auf Produkten und/oder begleitenden Dokumenten bedeutet, dass elektrische und elektronische Produkte am Ende ihrer Lebensdauer vom Hausmüll getrennt entsorgt werden müssen.

Bringen Sie bitte dieses Produkt für die Behandlung, Rohstoffrückgewinnung und Recycling zu den eingerichteten kommunalen Sammelstellen bzw. Wertstoffsammelhöfen, die diese Geräte kostenlos entgegennehmen.

Die ordnungsgemäße Entsorgung dieses Produkts dient dem Umweltschutz und verhindert mögliche schädliche Auswirkungen auf Mensch und Umwelt, die sich aus einer unsachgemäßen Handhabung der Geräte am Ende Ihrer Lebensdauer ergeben könnten. Genauere Informationen zur nächstgelegenen Sammelstelle bzw. Recyclinghof erhalten Sie bei Ihrer Gemeindeverwaltung.

Für Geschäftskunden in der Europäischen Union  
Bitte treten Sie mit Ihrem Händler oder Lieferanten in Kontakt, wenn Sie elektrische und elektronische Geräte entsorgen möchten. Er hält weitere Informationen für sie bereit.

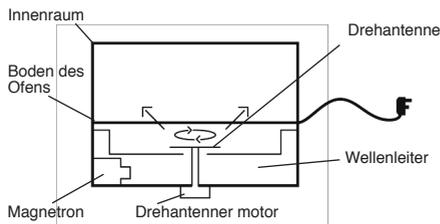
Informationen zur Entsorgung  
in Ländern außerhalb der  
Europäischen Union  
Dieses Symbol ist nur in der Europäischen Union gültig.

Hergestellt von: Panasonic Appliances  
Microwave Oven (Shanghai) Co., Ltd  
888, 898 Longdong Road.  
Pudong, Shanghai, 201203, China.  
Importeur: Panasonic Marketing  
Europe GmbH  
Anschrift: Panasonic Testing Centre  
Winsberggring 15, 22525 Hamburg,  
Deutschland.

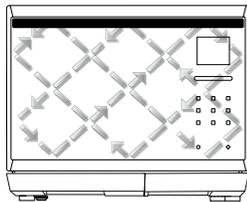
# Grundsätzliches für den Umgang mit Mikrowellengeräten

Mikrowellenenergie wird in Großbritannien bereits seit ersten Versuchen mit Radar im Zweiten Weltkrieg genutzt.

Mikrowellen sind immer und überall in der Atmosphäre vorhanden, sowohl aus natürlichen als auch aus künstlichen Quellen. Künstliche Quellen sind zum Beispiel Radar, Rundfunk, Fernsehen, Telekommunikationsverbindungen und Mobiltelefone.



In einem Mikrowellengeräte wird elektrischer Strom vom MAGNETRON in Mikrowellen umgewandelt.



## Reflexion

Die Mikrowellen werden von den Metallwänden und dem Metalleinsatz in der Tür zurückgeworfen (reflektiert).



## Übertragung

Danach strömen sie durch den Garbehälter, wo sie von den in den Speisen befindlichen Wassermolekülen absorbiert werden (alle Nahrungsmittel enthalten mehr oder weniger Wasser).

### ■ Wichtige Hinweise

Das zum Garen oder Aufwärmen der Speisen verwendete Geschirr erwärmt sich während des Garvorgangs; die Hitze überträgt sich von den Speisen auf das Geschirr.

Deshalb benötigt man auch beim Garen mit der Mikrowelle Ofenhandschuhe oder Topflappen!

**METALLE SIND NICHT MIKROWELLEN DURCHLÄSSIG; DESHALB DARF BEIM GAREN MIT DER MIKROWELLENFUNKTION ALLEIN KEINESFALLS KOCHGESCHIRR AUS METALL VERWENDET WERDEN.**

## Wie Mikrowellen Nahrungsmittel garen

Die Mikrowellen bringen die Wassermoleküle zum Schwingen, und die dadurch entstandenen REIBUNGSKRÄFTE verursachen WÄRME. Diese Wärme gart die Nahrungsmittel.

Mikrowellen dringen auch leicht in Fett- und Zuckermoleküle ein, weshalb besonders fett- und zuckerhaltige Nahrungsmittel rascher garen. Mikrowellen dringen nur etwa 4-5 cm in die Speisen ein, und da die Wärme wie bei einem herkömmlichen Backofen vom Äußeren der Speisen ins Innere geleitet wird, garen diese von außen nach innen.

## Speisen, die nicht mit der Mikrowellenfunktion allein gegart werden können

Soufflés etc. da für das Gelingen dieser Gerichte trockene Wärme von außen erforderlich ist, sollten sie nicht im Mikrowellengerät zubereitet werden.

Auch Speisen, die frittiert werden müssen, können nicht im Mikrowellengerät zubereitet werden.

## Ruhezeit

Wird ein Mikrowellengerät ausgeschaltet, garen die Speisen durch die Wärmeleitung weiter – NICHT DURCH MIKROWELLENENERGIE. Daher ist die RUHEZEIT beim Garen mit dem Mikrowellengerät sehr wichtig, insbesondere bei dichten Nahrungsmitteln wie Fleisch, Kuchen und aufgewärmten Speisen (siehe Seite 51 DE).

### ■ Gekochte Eier

Kochen Sie keine Eier in Ihrem Mikrowellengerät. Werden im Mikrowellenherd rohe Eier in ihrer Schale gekocht, könnten diese explodieren und schwere Verletzungen verursachen.

## Generelles

### Ruhezeit

Größere, schwerere Lebensmittel benötigen nach dem Garen eine RUHEZEIT (im oder außerhalb des Gerätes). Somit kann sich die Wärme gleichmäßig verteilen und das Lebensmittel noch etwas nachgaren.

#### ■ Ofenkartoffel

Nach dem Garen per Mikrowelle 5 Min. lang in Alufolie gewickelt ruhen lassen.

#### ■ Fisch

2-3 Min. lang ruhen lassen.

#### ■ Eierspeisen

1-2 Min. lang ruhen lassen.

#### ■ Fertiggerichte

1-2 Min. lang ruhen lassen.



### Flüssigkeitsgehalt

Frische Lebensmittel wie Gemüse und Früchte variieren in ihrem Flüssigkeitsgehalt. Kartoffeln sind ein gutes Beispiel dafür. Deshalb muß die Kochzeit dementsprechend angepaßt werden. Trockene Lebensmittel wie Reis oder Teigwaren trocknen während der Lagerung aus, somit können die Garzeiten leicht abweichen.



### Klarsichtfolie

Die Klarsichtfolie bewahrt das Lebensmittel vor dem Austrocknen und hält den Dampf im Geschirr, was die Garzeit verkürzt. Jedoch sollte die Folie vor dem Garen leicht eingestochen werden, damit kein Überdruck entsteht. Vorsicht beim Entfernen der Folie, da der entweichende Dampf sehr

#### ■ Tellergerichte

2-3 Min. lang ruhen lassen.

#### ■ Gemüse

Gekochte Kartoffeln gelingen mit einer Ruhezeit von 1-2 Minuten besser; die meisten anderen Gemüsesorten können jedoch direkt serviert werden.

Sollten die Speisen nach der RUHEZEIT noch nicht durchgegart sein, garen Sie diese noch ein wenig im Gerät weiter.

#### ■ Auftauen

Es ist wichtig, die Ruhezeit einzuhalten, um den Auftauprozess abzuschließen. Diese kann von 5 Minuten (z. B. für Himbeeren) bis zu 1 Stunde (für Braten) variieren. Siehe Seiten 70-72 DE.

heiß ist. Verwenden Sie nur Klarsichtfolie, die ausdrücklich als mikrowellengeeignet gekennzeichnet ist, und verwenden Sie diese nur zum Abdecken der Speisen.



### Einstechen

Unter der Haut/Schale einiger Speisen bildet sich so viel Dampf, daß diese platzen kann. Bevor Sie diese Speisen in die Mikrowelle geben, stechen Sie die Haut/Schale einige Male ein, damit der Dampf austreten kann (Kartoffeln, Äpfel, Würstchen etc.). KOCHEN SIE NIE EIER IN DER SCHALE.

## Generelles



### Geschirrgrösse

Verwenden Sie die im Rezept empfohlenen Geschirrgrößen, da diese Auswirkungen auf die Gar- bzw. Auftauzeit hat. Speisen verteilt in einem größeren Geschirr erhitzen schneller.



### Menge

Kleinere Mengen kochen schneller als größere.



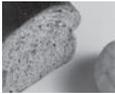
### Platz

Lebensmittel garen schneller wenn sie gleichmäßig und mit etwas Zwischenraum angeordnet sind.



### Form

Lebensmittel in einem runden Geschirr kochen besser als in einem eckigen. Schneiden Sie Gemüse und andere Lebensmittel möglichst in gleich große Stücke.



### Lebensmittelbeschaffenheit

Leichte Lebensmittel (z.B. Fisch) erhitzen schneller als schwere (z.B. Braten).



### Zudecken

Bedecken Sie die Speisen mit Klarsichtfolie oder direkt mit dem Deckel des Geschirrs (Fisch, Gemüse, Eintöpfe). Keinen Deckel benötigen Kuchen, Kartoffeln (Gebackene Kartoffeln), Backwaren.



### Anordnen

Einzelne Stücke (Geflügel, Fleisch etc.) sollten mit der dickeren Seite nach außen auf das Geschirr gelegt werden.



### Ausgangstemperatur

Je kälter das Lebensmittel, umso länger die Garzeit. Ein Lebensmittel aus

dem Kühlschrank braucht länger zum Erwärmen als ein Lebensmittel mit Raumtemperatur.



### Wenden und Umrühren

Bestimmte Speisen müssen während des Garvorgangs umgerührt werden. Fleisch und Geflügel sollten nach der Hälfte der Garzeit gewendet werden.



### Flüssigkeiten

**Alle Flüssigkeiten müssen vor, während und nach dem Aufwärmen umgerührt werden.** Insbesondere Wasser muss vorher und während des Aufwärmens umgerührt werden, um ein Aufwallen zu vermeiden. Flüssigkeiten, die zuvor gekocht wurden, nicht erwärmen. **NICHT ÜBERHITZEN.**



### Zutaten

Nahrungsmittel die Fett, Zucker oder Salz enthalten, erhitzen sehr schnell. Die Füllung kann erheblich heißer sein als der Teig. Deshalb Vorsicht beim Essen. Überhitzen Sie es nicht, selbst wenn der Teig scheinbar nicht sehr heiß ist.



### Reinigung

Da Mikrowellen alle Partikel von Speisen erwärmen, muss das Gerät stets sauber gehalten werden. Hartnäckige Speisereste können mit einem speziellen Mikrowellen-Reiniger-Spray entfernt werden, das auf ein weiches Tuch gesprüht wird. Wischen Sie das Gerät nach dem Reinigen stets trocken. Kunststoffteile und Türbereich aussparen.

## Kurze Einführung in die Kochutensilien

| Kochgeschirr  |   | Für Mikrowelle | Für Grill | Für Umluft | Für Kombination (Mikrowelle und / oder Grill und / oder Umluft) |
|---|---|----------------|-----------|------------|---|
| <b>Hitzebeständiges Glas</b>  |    | ✓              | ✓         | ✓          | ✓   |
| <b>Mikrowellengeeignete Kunststoffbehälter</b>  |    | ✓              | x         | x          | x   |
| <b>Hitzebeständiges Porzellan oder Keramik</b><br>Kein Geschirr mit Metallring oder Muster, Krüge oder Tassen mit geklebten Henkeln benutzen.   |    | ✓              | ✓         | ✓          | ✓   |
| <b>Töpferware oder Steingut</b>   |    | x              | x         | ✓          | x   |
| <b>Folien/Metall-Behälter</b>   |    | x              | ✓         | ✓          | x   |
| <b>Holz; Korbwaren</b>  |   | x              | x         | x          | x   |
| <b>Frischhaltefolie</b>   |  | ✓              | x         | x          | x   |
| <b>Aluminiumfolie</b><br>Kleine Mengen Alufolie können während des Kochens oder Auftauens verwendet werden, um die Lebensmittel vor dem Überhitzen zu schützen: bitte beachten, daß die Alufolie nicht mit den Seitenwänden oder der Decke der Mikrowelle in Berührung kommt. |  | ✓              | ✓         | ✓          | ✓   |

## Mikrowellenleistungsstufen



| Mikrowellenleistung   | Anwendung  |
|---|--|
| 1000 W  | Erwärmen von Mahlzeiten, Saucen, gekochtem Fisch, Gemüse, und Eingemachtem |
| 270 W  (*) | Auftauen   |
| 600 W   | Rösten; Eiersoßen; Erhitzen von Milch; Backen von Wienerböden              |
| 440 W   | Geflügel-Eintöpfe Quiches<br>Kochen von Eintöpfen und Aufläufen; Milchreis |
| 300 W   | Früchtekuchen; Puddings  |
| 100 W   | Erwärmen von Butter, Käse, Obst oder Eiscreme, Warmhalten von Gerichten.   |

### ■ Hinweis

(\*) AUFTAUZYKLUS mit automatischer Ruhezeit (siehe Seite 70 DE).

## Grill



Der Grill Ihres Geräts dient zum Bräunen und Knusprigräten verschiedener Speisen.

### Das Gerät hat 3 Grill-Einstellungen:

**1 x Drücken Grill 1, 1300 W**

**2 x Drücken Grill 2, 950 W**

**3 x Drücken Grill 3, 700 W**

Speisen, die gegrillt werden sollen, auf Drahtrost in der oberen oder mittleren Einschubposition legen. Setzen Sie die Glasablage in der unteren Einschubposition

ein, um Fett und Bratensaft darin aufzufangen. Alternativ dazu können Sie auch das Emailblech in der oberen oder mittleren Einschubposition verwenden. Die zu grillende Speise sollte normalerweise nach der Hälfte der Grillzeit gewendet werden. Beim Grillen dürfen Speisen keinesfalls abgedeckt werden.

Die GRILLFUNKTION ALLEIN ist OHNE MIKROWELLENENERGIE.

| Ungefähre Grillzeiten (Grill 1)         |             |                |
|---|-------------|----------------|
|   | Erste Seite | Zweite Seite   |
| Rinderbraten 450 g                      | 18-20 Min.  | ca. 10-15 Min. |
| Würste 450 g (6 Stk.)                   | 10-13 Min.  | ca. 10-12 Min. |
| 1 Hähnchenschenkel 300 g                | 13-15 Min.  | 13-15 Min.     |
| Toasten Sie 2 Scheiben von jeweils 85 g | 4-6 Min.    | 4-6 Min.       |

### ■ Warnung

In der Betriebsart Grill werden das Zubehör und das Gerät sehr heiß. Achten Sie darauf, sich nicht zu verbrennen.

## Die Umluft

Dieser traditionelle Kochmodus gestattet Ihnen die Garung Ihrer Lebensmittel durch Wärme die durch ein an der Rückseite Ihres Mikrowellengeräts befindliches Heizelement erzeugt wird. Im Umluftmodus werden KEINE MIKROWELLEN ausgestrahlt: Sie können daher Ihre Metallschüsseln und hitzebeständigen Gefäße verwenden. Hinweis: **Die in der klassischen Küche nicht** gebräuchlichen Temperaturen zwischen 40 und 100 °C sind bei diesem Gerät nicht verfügbar.

### Vorheizen

Vergessen Sie nicht, das Gerät vorzuheizen, um Fleisch gut anzubraten und Gebäck gut zu bräunen. Es ist besser, mit dem vorhandenen Zubehör vorzuheizen und die Tür des Geräts während des Vorheizens nicht zu öffnen.

### Zubehör

Sie können entweder den Drahtrost oder das Emailblech nehmen. Um auf 2 Ebenen zu kochen, setzen Sie das Emailblech in die untere Position und den Metallrost in die obere Position ein.

Empfohlene Garung: Soufflees, Kekse, Baisers, Quiche, Torten, Biskuitrollen, Windbeutel, kleine Blätterteigstücke, Pizzen, Biskuitböden usw.

#### ■ Achtung

Stellen Sie keine Schüsseln oder Lebensmittel mit einem Gewicht über 4 kg auf die Auffangschale oder den Rost.



#### ■ Warnung

In der Betriebsart Umluft werden das Zubehör und das Gerät sehr heiß. Achten Sie darauf, sich nicht zu verbrennen.

## Die Umluft



| Stufe   | Temperatur               | Kulinarische Zubereitungen<br>(vorgeheizter Herd)   |
|---------|--------------------------|---|
| Schwach | 40 °C                    | Gartemperatur für das Aufgehen von Brot- oder Pizzateig.  |
|         | 100 °C - 110 °C          | Baisers   |
|         | 120 °C - 130 °C - 140 °C | Fleisch- und Fischterrinen, Rillettes, Trocknen von Kräutern  |
| Mittel  | 150 °C - 160 °C          | Eierschmortopf, Fruchtopfkuchen, Makronen.  |
|         | 170 °C - 180 °C          | Quiche, Pudding, Karamelcreme, Kekse, Strudel, Biskuit, weißes Fleisch, geköcheltes oder geschmortes Fleisch, Kokosmakronen, Biskuitrollen. |
| Stark   | 190 °C - 200 °C - 210 °C | Kugelhupf, gratins, Windbeutel, Soufflees, ganzer Fisch, Savarins.  |
|         | 220 °C - 230 °C          | Geflügel, Brot.   |
|         | 230 °C                   | Pizzen, Torten, Kekse, Hörnchen, kleine Blätterteigstücke, Fruchtblätterteigtorten,   |

### ■ Achtung

Die oben stehende Tabelle bezieht sich ausschließlich auf reine Umluftverwendung und nicht auf kombinierte Garung

## Dampfgaren



Der Ofen lässt sich zum Dampfgaren von frischem und tiefgekühltem Gemüse und Fisch, frischen Hähnchen und Reis programmieren. Der Dampfgarer bietet die Leistungsstufen 1, 2 und 3.

### Zubehör und Gefäße

Stellen Sie den Dampfgareinsatz auf die Glasablage in der mittleren Einschubposition (siehe Seiten 25-26 DE der Bedienungsanleitung).

## Turbo-Garen



Der Mikrowellenherd lässt sich zum effizienteren Garen oder Aufwärmen von Speisen unter Verwendung der Turbo-Garfunktion programmieren, wodurch die manuellen Funktionen Dämpfen, Umluft, Grill oder Grill und Umluftgaren unterstützt werden. Stellt man Turbo-Garen nach der Auswahl von Dämpfen, Umluft, Grill oder Grill und Umluft ein, so wird automatisch eine Mikrowellenleistung von 300 W (niedrige Garstufe) eingestellt, wodurch die Garzeit verringert wird.

### Zubehör und Gefäße

Die Nahrungsmittel können direkt auf der Glasablage oder in einer Jenaer-Glasschüssel auf der Glasablage gegart werden. (Siehe Seiten 32-33 DE der Bedienungsanleitung)

### ■ Warnung

In den Betriebsarten Umluft und Turbo-Garen werden das Zubehör und das Gerät sehr heiß. Achten Sie darauf, sich nicht zu verbrennen.

## Kombiniertes Kochen

### Was ist kombiniertes Kochen?

Das kombinierte Kochen vereint Mikrowelle und traditionelle Küche miteinander, um die Würze der klassischen Küche in einer um ein Drittel bis zur Hälfte reduzierten Garzeit zu erreichen.

### Für welche Lebensmittel?

Hauptsächlich große, zu garende oder zu bratende Teile mit langer Garzeit wie Fleisch, Fisch, Aufläufen oder Kuchen. Im Gegensatz hierzu eignen sich kleine Teile (Kekse, Blätterteig, Steaks, Hefengebäck, Baisers, Windbeutel...) sowie Soufflees und kleine Braten aus rotem Fleisch nicht für die kombinierte Küche.

### Wie?

Wählen Sie eine traditionelle Garung und befolgen Sie die weiteren Anweisungen (oder siehe Seiten 28 bis 31 DE der Bedienungsanleitung).

### Warnung!

Wählen Sie die Betriebsarten in der richtigen Reihenfolge. Die traditionelle Methode (Grill, Umluft) muss immer vor einer Mikrowellenfunktion ausgewählt werden. Die kombinierten Betriebsarten werden in diesem Buch in der Reihenfolge angegeben, in der sie ausgewählt werden können. Während der Garzeit können Sie einfach die Taste Umluft berühren, um die verwendete Temperatur anzuzeigen. Die Temperatur kann geändert werden, indem Sie Umluft drücken, während die Temperatur angezeigt wird. Die Mikrowellenstärke kann jedoch während des Gebrauchs von Kombi-Betrieb nicht geändert werden.

### Wann vorheizen?

Bei langen Garzeiten, beim Köcheln, bei großen Fleischteilen, Geflügel, den meisten Kuchen, bei Pudding und Aufläufen muss das Gerät nicht vorgeheizt werden. Bei kurzen Garzeiten, bei kleinen Fleischteilen



(Garzeit unter 20 Min.), bei Quiche, Torten, Pasteten und Kuchen auf Hefe- oder Blätterteigbasis muss vorgeheizt werden. Ausschließlich bei kombinierter Garung mit Grill muss nicht und kann nicht vorgeheizt werden.

**Der Innenraum des Geräts ist kleiner als der eines normalen Ofens. Deshalb sollten Sie besonders darauf achten, dass Sie sich nicht verbrennen, wenn Sie das Gericht in das Gerät stellen.**

### Mit Vorheizen

Wählen Sie Kombi-Betrieb und drücken Sie dann Start, bevor Sie die Garzeit eingeben. **Für das Vorheizen werden keine Mikrowellen benutzt.** Es empfiehlt sich, das Gerät mit dem nötigen Zubehör vorzuheizen. Wenn der Ofen die gewünschte Temperatur erreicht hat, erklingen drei Signaltöne und im Display blinkt "P". Stellen Sie das Gericht in den Ofen (ohne die Stopp/Abbrechen-Taste zu betätigen), stellen Sie die Garzeit ein und drücken Sie auf Start. Wenn Sie dies nicht tun, hält der Ofen seine Temperatur 30 Minuten lang und schaltet sich dann aus. ts temperature for 30 min dann turn itself off.

### Ohne Vorheizen

Wählen Sie kombinierte Garung aus, zeigen. Sie die Dauer an und drücken sie dann Start

## Welche Kombinationen auswählen?

| Kombinierte Garung   | Umluft            | Grill         | Mikrowelle            | Anwendungsempfehlungen   |
|--|-------------------|---------------|-----------------------|--|
| Grill + Mikrowelle (Kein Vorheizen)                              | -                 | 1, 2 or 3     | 440 W, 300 W or 100 W | Fleisch- oder Gemüseaufläufe, Grillgerichte, Käse-Schinken-Toast   |
| Umluft + Grill   | 180 °C bis 220 °C | 1, 2 or 3 (2) | -                     | Hähnchenschenkel, Rinderrippen (roh), dicke Würste, geschmorter Fisch, Rinderbraten (roh), Lammshulter (rosa), Stubenküken |
| Turbo-Backbetrieb + Mikrowelle (Vorheizung bei Garzeit < 20 Min) | 100 °C bis 230 °C | -             | 440 W, 300 W or 100 W | Topfkuchen, Pudding und Kuchen, Torten, Schmorfleisch oder gebratenes weißes Fleisch.                                      |
| Umluft + Grill + MIKROWELLE (Vorheizen empfohlen)                | 100 °C bis 230 °C | 1, 2 or 3     | 440 W, 300 W or 100 W | Fleisch- und Geflügelbraten, tiefgefrorene Aufläufe  |

## Tipps für kombiniertes Kochen

Überprüfen Sie zunächst auf der vorhergehenden Seite, ob die Lebensmittel sich für die kombinierte Küche eignen.

### Gefäß:

- Wenn Sie eine Pyrex® Form oder eine ofenfeste Porzellanform verwenden: stellen Sie diese direkt auf den Drahtrost in der mittleren oder unteren Einschubposition oder auf den Boden des Geräts, wenn das Gericht besonders groß ist.
- Wenn Sie ein Metallgefäß verwenden (glatt und keine Springform): stellen Sie dies auf die Glasablage in der mittleren oder unteren Einschubposition oder auf den Boden des Geräts.

### Garzeit:

Die Garzeit beträgt etwa die Hälfte bis zwei Drittel der üblichen Garzeit. Denken Sie daran, sich Ihre Ergebnisse zu notieren.

**Überprüfen Sie das Gericht während des Garprozesses mehrfach.** Öffnen Sie die Ofentür, überprüfen Sie das Gericht und drücken Sie anschließend die Start-Taste, um den Garprozess fortzusetzen.

### Temperatur und Leistung:

Sie erzielen keine guten Ergebnisse, wenn Sie bei kombinierter Garung eine hohe Mikrowellenleistung verwenden.

Erhöhen Sie die Temperatur um 20 bis 30 °C, sodass die Garzeit kürzer ist, und stellen Sie je nach Größe und Art der Speise eine Leistung zwischen 100 und 440 W ein. Wenn Sie sich nicht sicher sind, welche Kombination am besten geeignet ist, suchen Sie nach einem Rezept in diesem Buch, das Ihrem Gericht ähnelt, und befolgen Sie die empfohlene Kombination.

## Kombiniertes Kochen - Gefäße und Zubehör

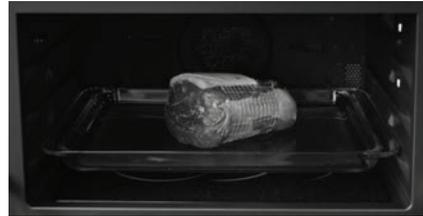
Verwenden Sie für die überwiegende Mehrheit der Garungen vorzugsweise Gefäße, die gleichzeitig **wellendurchlässig und hitzebeständig sind** (Pyrex® oder feuerfestes Porzellan).

Zur Gewährleistung einer besseren Bräunung empfehlen wir für die Garung von Torten und Kuchen jedoch **glatte, nicht zerlegbare Kuchenformen**. Diese Formen werden auf die Glasablage in der unteren Einschubposition gestellt. Verwenden Sie keine zerlegbaren Formen mit Klammern oder Teller aus emailliertem Eisen. Stellen Sie **KEINE** Metallgefäße

(oder Aluminiumkörbchen) direkt auf den Metallrost.

- Stellen Sie Funken fest, stoppen Sie das Gerät und setzen Sie die Garung im Umluftmodus fort oder wechseln Sie das Gefäß aus, wenn dies noch möglich ist.
- Verwenden Sie **KEIN** Porzellan mit Gold- oder Silberverzierung. Es könnten die Verzierung beschädigende Funken erzeugt werden.
- Verwenden Sie bei kombinierten Betrieb keine Frischhaltefolie, auch nicht zum Auslegen in einer Kuchenform.

Beispiele für Gefäße und Zubehör



### ■ Warnung

Das Emailblech darf während des Kombinationsbetriebs mit Mikrowelle nicht benutzt werden.

## Richtlinien für das Aufwärmen und Garen

Die meisten Speisen lassen sich in Ihrem Ofen bei 1000 W sehr schnell aufwärmen. Gerichte können in wenigen Minuten auf eine angemessene Temperatur erwärmt werden und schmecken dann wie frisch gekocht. Vergewissern Sie sich immer, dass die Speisen kochend heiß sind, und stellen Sie sie zurück in den Ofen, wenn dies notwendig sein sollte.

In der Regel müssen flüssige oder halbflüssige Gerichte (z.B. Suppen, Eintöpfe und Tellergerichte), die in der Mikrowelle erwärmt werden sollen, mit einem Deckel oder Klarsichtfolie abgedeckt werden. Trockene Nahrungsmittel hingegen (z.B. Brötchen, Würstchen im Schlafrock) werden nicht abgedeckt.

Die optimalen Gar- und Aufwärmzeiten Ihrer Lieblingsspeisen entnehmen Sie bitte der Tabelle auf den Seiten 62-68 DE. Die optimale Methode ist von der jeweiligen Art des Nahrungsmittels abhängig.

Denken Sie beim Garen oder Aufwärmen von Speisen daran, dass diese umgerührt oder nach Möglichkeit gewendet werden sollten. Dies gewährleistet das gleichmäßige Garen oder Aufwärmen an der Außenseite und im Zentrum.

### Wann ist das Gericht ausreichend aufgewärmt?

Aufgewärmte oder gegarte Speisen sollten kochend heiß serviert werden, d. h. an allen Stellen der Speise sollte aufsteigender Dampf sichtbar sein. Sofern bei der Zubereitung und Aufbewahrung der Speisen auf die richtige Hygiene geachtet wurde, stellt das Garen oder Aufwärmen kein zusätzliches Sicherheitsrisiko dar.

Speisen, die nicht umgerührt werden können, sollte man mit einem Messer anschneiden und daraufhin prüfen, dass sie ausreichend und gleichmäßig erwärmt sind. Auch wenn Sie sich an die Herstelleranweisungen bzw. an die im Kochbuch angegebenen Aufwärmzeiten gehalten haben, sollten Sie prüfen, dass die Speisen ausreichend heiß sind. Im Zweifelsfall erwärmen Sie diese im Mikrowellenherd noch kurz weiter. Sollten Sie das äquivalente Nahrungsmittel in der

Übersicht nicht finden, wählen Sie eine ähnliche Speiseart und Größe aus und passen Sie die Garzeit entsprechend an.

**DENKEN SIE DARAN:** Selbst wenn sich die Pastete bei Berührung kalt anfühlen sollte, ist die Füllung kochend heiß, so dass die Pastete gut durchgewärmt wird. Achten Sie darauf, die Speisen nicht zu übererhitzen, anderenfalls könnten sie aufgrund des hohen Fett- und Zuckergehalts der Füllung verbrennen. Prüfen Sie vor dem Verzehr die Temperatur der Füllung, damit Sie sich nicht den Mund verbrühen.

Nicht unbeaufsichtigt lassen. Keinen zusätzlichen Alkohol hinzugeben.

### Babynahrung

Benutzen Sie nur Fläschchen oder Glasformen aus hochwertigen hitzebeständigen Materialien und platzieren Sie diese ohne Deckel in der Mitte des Drehtellers.

Nach dem Erhitzen sollte die Babynahrung in Fläschchen oder Gläsern gut geschüttelt bzw. durchgerührt werden, damit ein Temperaturausgleich stattfinden kann.

Überprüfen Sie die Temperatur vor dem Verzehr, um Verbrennungen zu vermeiden.

### ■ Hinweis

Die Flüssigkeit wird im oberen Flaschenbereich viel heißer als am Boden. Die Flasche muss vor dem Gebrauch gründlich geschüttelt und genau geprüft werden.

**WIR EMPFEHLEN IHNEN, IHR MIKROWELLENGERÄT NICHT ZUM STERILISIEREN VON BABYFLÄSCHCHEN ZU VERWENDEN.** Falls Sie einen Mikrowellensterilisator haben, bitten wir Sie aufgrund der niedrigen Wassermenge, die für das Verfahren verwendet wird, dringend um äußerste Vorsicht. Halten Sie sich genau an die Anweisungen des Herstellers.

## Richtlinien für das Aufwärmen und Garen

### Dosengerichte

Das Gericht aus der Dose entfernen und vor dem Erwärmen in einen mikrowellengeeigneten Behälter geben.

### Suppen

Die Suppe in eine Schüssel gießen und vor dem Erwärmen, mindestens einmal während des Garens und noch einmal am Ende umrühren.

### Eintopf

Nach der Hälfte der Garzeit und noch einmal am Ende umrühren.

### Tellergerichte

Geschmäcker sind unterschiedlich, und Aufwärmzeiten sind von den Zutaten der jeweiligen Speise abhängig. Dichte Lebensmittel, wie z.B. Kartoffelbrei, sollten gut verteilt werden. Wird viel Soße hinzugegeben, muss die Aufwärmzeit erforderlichenfalls verlängert werden. Die dichteren Speisen sollten näher am Tellerrand platziert werden. Ein durchschnittliches Tellergericht wird 3-5 Min. auf Stufe 1000 W aufgewärmt.

## Tabellen für Kombi- und Aufwärmfunktionen

**Anleitung zum Aufwärmen:** Sofern nicht als „ungebacken“ gekennzeichnet, ist davon auszugehen, dass die hier aufgeführten Nahrungsmittel bereits gebacken bzw. gegart sind und nach dieser Anleitung aufgewärmt werden. **Ruhezeit:** Nach dem Aufwärmen muss die Speise eine Weile stehen, vorzugsweise im Ofen: 3 bis 6 Minuten für leichte Speisen und Snacks, Brot, Kuchen und Gebäck, Flüssigkeiten und Hauptgerichte, sowie 10 Minuten für schwerere Gerichte, wie Aufläufe und Pasteten.

| Kategorie  | Gewicht oder Menge | Gekühlt                                    | Gefroren   |
|--|--------------------|--|--|
| <b>Leichte Speisen und Snacks</b>  |                    |  |  |
| Croque-Monsieur (4) (1)  | 150 g 1 Stck       | GRILL 1 + 100 W 5 min<br>+ GRILL 1 1 min   | GRILL 1 + 300 W ca. 5 min<br>+ GRILL 1 1 min                                       |
|  | 300 g 2 Stck       | GRILL 1 + 100 W 4-5 min<br>+ GRILL 1 1 min | GRILL 1 + 300 W 4-6 min<br>+ GRILL 1 1 min   |
| Käsecroissant (5)  | 170 g 1 Stck       | GRILL 1 + 300 W 2 min +<br>2 min Ruhezeit  | 180 °C + 300 W 2-5 min   |
| Hot Dog (4)  | 125 g 1 Stck       | GRILL 1 + 300 W 3 min                      | GRILL 1 + 440 W 4 min<br>+ 2 min Ruhezeit  |
| Gefüllte Teigtaschen (5)   | 120 g 1 Stck       | -  | GRILL 1 + 440 W 3-4 min +<br>2 min Ruhezeit  |
| Gebäck mit Käse und Schinken<br>oder Ziegenkäse und Spinat<br>(gebacken) (5) | 120 g 1 Stck       | -  | 230 °C + 300 W 3 min<br>+ 2 min Ruhezeit   |
| Fleischpasteten (5)  | 340 g 2 Stck       | -  | 220 °C + 440 W 6-8 min<br>+ 2 min Ruhezeit   |
| Fleischpastete (5)   | 150 g 1 Stck       | -  | 220 °C + 440 W 4-6 min<br>+ 2 min Ruhezeit   |
| Mit Jakobsmuscheln gefüllte<br>Blätterteigpastete (5)                        | 450 g 1 Stck       | Auto Quiche dann<br>200 °C 2 min 30 Sek    | 210 °C + 440 W 8-12 min  |
| Schinken-Käse-Pastete (5)  | 1 x 280 g          | 230 °C + 300 W 3-4 min                     | 220 °C + 440 W 4-7 min<br>(nach der Hälfte der Garzeit<br>wenden) + 2 min Ruhezeit |
| Käsebaguette (5)   | 250 g 12 Stck      | -  | Autogewicht tiefgekühlte<br>Pizza  |
| Crostini mit Garnierung (9)  | 140 g 1 Stck       | 200 °C + GRILL 1 5-6 min                   | -  |
| Blätterteigpasteten (5)  | 330 g 2 Stck       | 200 °C + 100 W 5-9 min<br>+ 2 min Ruhezeit | -  |
| Mit Hähnchen gefüllte<br>Blätterteigpasteten (5)                             | 100 g 6 Stck       | 200 °C + 100 W 5-7 min<br>+ 2 min Ruhezeit | -  |
|  | 180 g 12 Stck      | 200 °C + 100 W 5-8 min<br>+ 2 min Ruhezeit | -  |
| Mini-Blätterteiggebäck<br>(ungebacken) (5)                                   | 350 g 20 Stck      | -  | 230 °C + 100 W<br>15-16 min  |
| Törtchen (4)   | 320 g 20 Stck      | -  | 210 °C + 100 W 8-10 min  |
| Mini-Snacks aus Blätterteig (4)  | 180 g 12 Stck      | -  | 200 °C + 100 W 5-8 min   |
| Käsepastetchen (5)   | 220 g 20 Stck      | -  | 200 °C + 100 W 3-5 min<br>+ 2 min Ruhezeit   |

(1) Nach halber Aufwärmzeit wenden oder umrühren. (2) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der oberen Einschubposition. (3) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der unteren Einschubposition. (4) Verteilen; in die obere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (5) Verteilen; in die untere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (6) Mikrowellensicherer Behälter auf dem Boden des Geräts (7) Abdecken (8) Auf ein mikrowellengeeignetes, hitzebeständiges Gefäß auf den Drahtrost legen. (9) Direkt auf den Drahtrost legen, für kleinere Stücke Backpapier auf den Drahtrost legen. (10) In die mittlere Einschubposition bringen.

## Tabellen für Kombi- und Aufwärmfunktionen

**Anleitung zum Aufwärmen:** Sofern nicht als „ungebacken“ gekennzeichnet, ist davon auszugehen, dass die hier aufgeführten Nahrungsmittel bereits gebacken bzw. gegart sind und nach dieser Anleitung aufgewärmt werden. **Ruhezeit:** Nach dem Aufwärmen muss die Speise eine Weile stehen, vorzugsweise im Ofen: 3 bis 6 Minuten für leichte Speisen und Snacks, Brot, Kuchen und Gebäck, Flüssigkeiten und Hauptgerichte, sowie 10 Minuten für schwerere Gerichte, wie Aufläufe und Pasteten.

| Kategorie  | Gewicht oder Menge   | Gekühlt   | Gefroren  |
|--|----------------------|---|---|
| Frühlingsröllchen (5)                                  | 300 g 4 Stck         | 180 °C + GRILL 1 + 100 W<br>6 min               | 200 °C + GRILL 1<br>+ 300 W 7-8 min                         |
| Samosas (1 & 4)  | 210 g 4 Stck         | GRILL 1 + 100 W 6 min                           | 200 °C + GRILL 1<br>+ 440 W ca. 4-6 min +<br>2 min Ruhezeit |
| Samosas mit Gemüse (1 & 2)                             | 240 g 4 Stck         | GRILL 1 + 300 W 4 min                           | 220 °C + GRILL 2<br>+ 300 W 7-8 min                         |
| Gefüllte Ofenkartoffeln (mit Käse) (10)                | 250 g 1 Stck         | GRILL 1 + 440 W 6 min                           | GRILL 3 + 440 W 5-6 min                                     |
|  | 500 g 2 Stck         | GRILL 1 + 440 W 8-9 min<br>+ 2 min Ruhezeit     | GRILL 3 + 440 W 9-10 min                                    |
| Tomaten- und Meeresfrüchte-Tarte (4)                   | 110 g 1 Stck         | 200 °C + 100 W 2-4 min                          | 200 °C + 440 W<br>3-6 min                                   |
| Würstchen im Schlafrock (5)                            | 400 g 1 Stck         | 200 °C + 440 W 6 min<br>30 Sek + 5 min Ruhezeit | -   |
| Würstchen im Schlafrock (9)                            | 100 g - 130 g 1 Stck | GRILL 1 + 440 W 3 min                           | GRILL 1 + 440 W 5 min                                       |
|  | 200 g - 260 g 2 Stck | GRILL 1 + 440 W 4 min                           | GRILL 1 + 440 W<br>5-6 min dann<br>1-2 min GRILL 1          |
| Baguette-Pizza (4)                                     | 1 x 125 g            | -   | Autogewicht tiefgekühlte<br>Pizza                           |
| Pizza (9)  | 440 g                | 230 °C + GRILL 3 + 300 W<br>8-10 min            | 230 °C + GRILL 3<br>+ 300 W 10-12 min                       |
| Käse-Pizza (9)   | 470 g                | 230 °C + GRILL 3 + 440 W<br>6 min               | -   |
| Pizza "Backen und Aufgehen" (5)                        | 285 g 1 Stck         | -   | 230 °C + 440 W 8 min<br>+ 3 min 230 °C                      |
|  | 600 g 1 Stck         | -   | 230 °C + 440 W<br>11 min + 4 min GRILL 2                    |
| Einfache, Zwiebel- oder spanische<br>Tortilla (1 & 10) | 1 x 500 g            | GRILL 1 + 440 W 8-10 min +<br>1 min Ruhezeit    | GRILL 1 + 440 W<br>15 min +<br>2 min Ruhezeit               |
|  | 1 x 300 g            | GRILL 1 + 440 W 8 min                           | GRILL 1 + 440 W<br>13-15 min +<br>1 min Ruhezeit            |
| Spanische Tortilla (10)                                | 1 x 160 g            | GRILL 1 + 440 W 8 min                           | -   |

(1) Nach halber Aufwärmzeit wenden oder umrühren. (2) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der oberen Einschubposition. (3) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der unteren Einschubposition. (4) Verteilen; in die obere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (5) Verteilen; in die untere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (6) Mikrowellensicherer Behälter auf dem Boden des Geräts (7) Abdecken (8) Auf ein mikrowellengeeignetes, hitzebeständiges Gefäß auf den Drahtrost legen. (9) Direkt auf den Drahtrost legen, für kleinere Stücke Backpapier auf den Drahtrost legen. (10) In die mittlere Einschubposition bringen.

## Tabellen für Kombi- und Aufwärmfunktionen

**Anleitung zum Aufwärmen:** Sofern nicht als „ungebacken“ gekennzeichnet, ist davon auszugehen, dass die hier aufgeführten Nahrungsmittel bereits gebacken bzw. gegart sind und nach dieser Anleitung aufgewärmt werden. **Ruhezeit:** Nach dem Aufwärmen muss die Speise eine Weile stehen, vorzugsweise im Ofen: 3 bis 6 Minuten für leichte Speisen und Snacks, Brot, Kuchen und Gebäck, Flüssigkeiten und Hauptgerichte, sowie 10 Minuten für schwerere Gerichte, wie Aufläufe und Pasteten.

| Kategorie   | Gewicht oder Menge | Gekühlt                                  | Gefroren  |
|---|--------------------|--|---|
| Quiche (5)  | 110 g 1 Stck       | 180 °C + 100 W 3 min<br>+ 1 min Ruhezeit | 200 °C + 440 W 3-5 min<br>+ 3 min Ruhezeit      |
|   | 150-180 g 1 Stck   | 190 °C + 100 W<br>6-9 min                | 200 °C + 440 W 5-7 min<br>+ 5 min Ruhezeit      |
|   | 400 g 1 Stck       | Auto Quiche                              | 200 °C + 300 W 10-12 min<br>+ 180 °C 3 min      |
| Gemüse-Tarte (5)  | 400 g 1 Stck       | 200 °C + 440 W 7 min<br>+ 180 °C 3 min   | -   |
| Käse-Pie (5)  | 350 g 1 Stck       | -  | 200 °C + 440 W 12-15 min<br>+ 5 min Ruhezeit    |
| Flammkuchen (Speck, Sahne und Zwiebeltorte) (5)   | 100 g 1 Stck       | 230 °C + 440 W 3 min                     | 230 °C + 440 W 4 min<br>+ 2 min 230 °C          |
|   | 350 g 1 Stck       | Vorwärmen 180 °C +<br>Auto-Fresh pizza   | Vorwärmen 200 °C dann<br>Auto Tiefkühlpizza     |
| Blätterteigrolle mit Käsefüllung (9)  | 130 g 1 Stck       | 230 °C +<br>300 W 3-5 min                | -   |
|   | 300 g 2 Stck       | 230 °C +<br>300 W 3-6 min                | -   |
| Fleischpastete mit Riesling (5)   | 500 g 1 Stck       | -  | 230 °C +<br>440 W 16-18 min<br>+ 5 min Ruhezeit |
| Speck/Käse-Focaccia (5)   | 300 g 1 Stck       | 180 °C + 100 W<br>4-5 min                | 180 °C + 300 W 5 min                            |
| Gratins (Pommes Dauphine, Moussaka, Lasagnen, Tartiflette, Shepherd's Pie, Makkaroni) (3) | 300-400 g          | GRILL 1 + 440 W 7-9 min                  | -   |
|   | 700 g              | GRILL 2 + 440 W 20 min                   | -   |
|   | 1 kg               | GRILL 1 + 440 W<br>14-15 min             | -   |
|   | 1200 g             | 230 °C + 440 W 16 min<br>+ 4 min GRILL1  | -   |
|   | 1500 g             | 230 °C + 440 W 20 min                    | -   |

(1) Nach halber Aufwärmzeit wenden oder umrühren. (2) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der oberen Einschubposition. (3) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der unteren Einschubposition. (4) Verteilen; in die obere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (5) Verteilen; in die untere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (6) Mikrowellensicherer Behälter auf dem Boden des Geräts (7) Abdecken (8) Auf ein mikrowellengeeignetes, hitzebeständiges Gefäß auf den Drahtrost legen. (9) Direkt auf den Drahtrost legen, für kleinere Stücke Backpapier auf den Drahtrost legen. (10) In die mittlere Einschubposition bringen.

## Tabellen für Kombi- und Aufwärmfunktionen

**Anleitung zum Aufwärmen:** Sofern nicht als „ungebacken“ gekennzeichnet, ist davon auszugehen, dass die hier aufgeführten Nahrungsmittel bereits gebacken bzw. gegart sind und nach dieser Anleitung aufgewärmt werden. **Ruhezeit:** Nach dem Aufwärmen muss die Speise eine Weile stehen, vorzugsweise im Ofen: 3 bis 6 Minuten für leichte Speisen und Snacks, Brot, Kuchen und Gebäck, Flüssigkeiten und Hauptgerichte, sowie 10 Minuten für schwerere Gerichte, wie Aufläufe und Pasteten.

| Kategorie  | Gewicht oder Menge | Gekühlt                               | Gefroren  |
|--|--------------------|---------------------------------------|---|
| Gemüsegratin (mit oder ohne Fleisch), Gratin aus gefüllten Tomaten (3) | 300 g              | GRILL 1 + 440 W 6-7 min               | -   |
|  | 320-400 g          | 200 °C + 440 W 9-10 min               | -   |
| Kohlroulade (3)  | 1000 g 6 Stck      | -                                     | 170 °C + 300 W 35 min<br>(10-12 EL Wasser hinzugeben) |
| Gefüllte Zucchini (3)  | 600 g 4 Stck       | 200 °C + GRILL 2 +<br>300 W 15 min    | 200 °C + 300 W 30 min                                 |
| Gefüllte Pilze (3)   | 1200 g 8 Stck      | 200 °C + GRILL 2 +<br>300 W 20-22 min | -   |
| Fisch in Weißweinsauce<br>(1 & 3)                                      | 450 g              | -                                     | 230 °C + GRILL 1 +<br>440 W 15 min                    |
| <b>Beilagen</b>  |                    |                                       |   |
| Stärkehaltige Nahrungsmittel<br>(1, 6 & 7)                             | 200 g              | 600 W 1 min 20-30 min                 | -   |
| Pommes Dauphine (10)   | 200 g              | 230 °C + GRILL 1 +<br>300 W 4-6 min   | 230 °C + GRILL 1 + 440 W<br>7-8 min                   |
| Gemüse (1, 6 & 7)  | 100 g              | 1000 W 1-1 min 30 Sek                 | -   |
|  | 200 g              | 1000 W 1-2 min                        | -   |
| Kartoffelbrei (1,7,10)   | 425 g              | DAMPF 1 + 440 W 8-10 min              | -   |
| Gemüsepüree (1,6,7)  | 200 g              | 1000 W 1-2 min                        | 1000 W 3-5 min  |
|  | 500 g              | 1000 W 4-5 min                        | 1000 W 8 min  |
|  | 1000 g             | -                                     | 1000 W 12-16 min                                      |
| Reis (1, 6 & 7)<br>(2 EL Wasser)                                       | 200 g              | 1000 W 1 min 30 Sek - 2 min           | 1000 W 2-3 min  |
|  | 500 g              | 1000 W 3 min 30 Sek - 4 min           | 1000 W 6-8 min  |
| Spaghetti mit Sauce (1, 6 & 7)   | 200 g              | 1000 W 2 min                          | -   |
|  | 500 g              | 1000 W 4 min                          | -   |
|  | 1000 g             | 1000 W 7-8 min                        | 1000 W 14-18 min                                      |

(1) Nach halber Aufwärmzeit wenden oder umrühren. (2) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der oberen Einschubposition. (3) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der unteren Einschubposition. (4) Verteilen; in die obere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (5) Verteilen; in die untere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (6) Mikrowellensicherer Behälter auf dem Boden des Geräts (7) Abdecken (8) Auf ein mikrowellengeeignetes, hitzebeständiges Gefäß auf den Drahtrost legen. (9) Direkt auf den Drahtrost legen, für kleinere Stücke Backpapier auf den Drahtrost legen. (10) In die mittlere Einschubposition bringen.

## Tabellen für Kombi- und Aufwärmfunktionen

**Anleitung zum Aufwärmen:** Sofern nicht als „ungebacken“ gekennzeichnet, ist davon auszugehen, dass die hier aufgeführten Nahrungsmittel bereits gebacken bzw. gegart sind und nach dieser Anleitung aufgewärmt werden. **Ruhezeit:** Nach dem Aufwärmen muss die Speise eine Weile stehen, vorzugsweise im Ofen: 3 bis 6 Minuten für leichte Speisen und Snacks, Brot, Kuchen und Gebäck, Flüssigkeiten und Hauptgerichte, sowie 10 Minuten für schwerere Gerichte, wie Aufläufe und Pasteten.

| Kategorie  | Gewicht oder Menge                            | Gekühlt                           | Gefroren                               |
|--|---|-----------------------------------|--|
| <b>Fleisch &amp; Fisch</b>                                       |   |                                   |  |
| Cassoulet mit Wurst (1, 6 & 7)                                   | 400 g   | 200 °C + 300 W 8-11 min           | -                                      |
| Paniertes Fischfilet (1 & 2)                                     | 100 g 1 Stck                                  | GRILL 1 + 100 W 7 min             | G1 + 300 W 6-7 min                     |
| <b>Gegarte Fleischstückchen (6 &amp; 7)</b>                      |   |                                   |  |
| Burger   | 100 g   | 600 W 1 min - 2 min               | -                                      |
| helles Fleisch   | 130 g 2 slices                                | 600 W 1-1 min 30 Sek              | -                                      |
| rotes Fleisch  | 110 g 3 slices                                | 440 W 50-60 Sek                   | -                                      |
| Hähnchenschenkel   | 200 g   | 1000 W 1 min 50 Sek               | -                                      |
| Jakobsmuscheln (4)   | 200 g 12 Stck                                 | 190 °C + GRILL 1 + 300 W 4-6 min  | -                                      |
| <b>Saucen</b>  |   |                                   |  |
| Sauce (1, 6 & 7)   | 250 g   | 1000 W 2-2 min 30 Sek             | -                                      |
|  | 500 g   | 1000 W 4-5 min                    | -                                      |
| Suppe (1, 6 & 7)<br>1 Schüssel, Umgebungstemperatur oder gekühlt | 300 ml  | 1000 W 2-3 min                    | -                                      |
|  | 1 Tetra Pak, Umgebungstemperatur oder gekühlt | 600 ml                            | 1000 W 4-6 min                         |
| <b>Drinks</b>  |   |                                   |  |
| 1 Tasse  | 235 ml  | 1000 W 1 min 30 Sek               | -                                      |
| 2 Tassen   | 470 ml  | 1000 W 3 min                      | -                                      |
| 3 Tassen   | 705 ml  | 1000 W 3 min 30 Sek               | -                                      |
| 4 Tassen   | 940 ml  | 1000 W 5 min                      | -                                      |
| Milch - 1 Schale/Tasse   | 250 ml  | 600 W 2 min                       | -                                      |
| Milch -1 Karton (1, 6)   | 600 ml  | 600 W 4 min 30 Sek - 4 min 50 Sek | -                                      |
| Babynahrung (kleines Glas, zimmerwarm, ohne Deckel) (1 & 7)      | 30 g  | 600 W 15 Sek, Babykost prüfen     | -                                      |
|  | 120 g   | 600 W 20-30 Sek, Babykost prüfen  | -                                      |
|  | 200 g   | 600 W 30-40 Sek, Babykost prüfen  | -                                      |
| <b>Zu backendes Hefegebäck</b>                                   |   |                                   |  |
| Brezeln (5)  | 300 g 4 Stck                                  | -                                 | 180 °C + 100 W ca. 13 min              |
| Mini-Croissants (5)  | 250 g 10 Stck                                 | -                                 | 200 °C 13-15 min                       |
| Pains au chocolat (5)  | 360 g 6 Stck                                  | -                                 | 200 °C + 100 W<br>8 min + 7 min 160 °C |

(1) Nach halber Aufwärmzeit wenden oder umrühren. (2) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der oberen Einschubposition. (3) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der unteren Einschubposition. (4) Verteilen; in die obere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (5) Verteilen; in die untere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (6) Mikrowellensicherer Behälter auf dem Boden des Geräts (7) Abdecken (8) Auf ein mikrowellengeeignetes, hitzebeständiges Gefäß auf den Drahtrost legen. (9) Direkt auf den Drahtrost legen, für kleinere Stücke Backpapier auf den Drahtrost legen. (10) In die mittlere Einschubposition bringen.

## Tabellen für Kombi- und Aufwärmfunktionen

**Anleitung zum Aufwärmen:** Sofern nicht als „ungebacken“ gekennzeichnet, ist davon auszugehen, dass die hier aufgeführten Nahrungsmittel bereits gebacken bzw. gegart sind und nach dieser Anleitung aufgewärmt werden. **Ruhezeit:** Nach dem Aufwärmen muss die Speise eine Weile stehen, vorzugsweise im Ofen: 3 bis 6 Minuten für leichte Speisen und Snacks, Brot, Kuchen und Gebäck, Flüssigkeiten und Hauptgerichte, sowie 10 Minuten für schwerere Gerichte, wie Aufläufe und Pasteten.

| Kategorie                                      | Gewicht oder Menge | Gekühlt  | Gefroren  |
|--|--------------------|--|---|
| Mini-Schokocroissants (5)                      | 300 g 10 Stck      | -  | 230 °C + 100 W 9 min<br>+ 4 min 200 °C                  |
| Früchtestollen (5)                             | 300 g 10 Stck      |  | 230 °C + 100 W 10 min<br>+ 230 °C 2 min                 |
| Kleine Kuchen und Gebäck (vorgebacken) (1 & 5) | 180 g 6 Stck       | -  | 220 °C + GRILL 1 +<br>100 W 4-6 min<br>+ 2 min Ruhezeit |
| Mini-Croissants und Schokobrötchen (9)         | 200 g 6 Stck       | -  | 1000 W 20-40 Sek<br>+ GRILL 1 4 min                     |
|  | 300 g 10 Stck      | -  | 1000 W 40-60 Sek<br>+ GRILL 1 4 min                     |
| <b>Brot</b>                                    |                    |  |   |
| Landbrot (5)                                   | 800 g              | -  | 200 °C + 100 W<br>14-17 min<br>+ 10 min Ruhezeit        |
| Vollkornbrot (5)                               | 400 g              | -  | 180 °C + 100 W<br>10-13 min<br>+ 5 min Ruhezeit         |
| Naan-Brot (1 & 9)                              | 120 g 2 Stck       | -  | GRILL 1 + 100 W 3-4 min                                 |
| Halbes Baguette (5)                            | 120 g 1 Stck       | -  | 1000 W 30-60 Sek<br>+ GRILL 2 4 min                     |
|  | 240 g 2 Stck       | -  | 1000 W 40-60 Sek +<br>GRILL 2 4 min                     |
| Halbgebackene Brötchen (5)                     | 300 g 6 Stck       | 230 °C + GRILL 2 10 min<br>(nach 7 min, 3 min<br>Dampfstoß hinzufügen) | -   |
| <b>Desserts</b>                                |                    |  |   |
| Walnuss-Brownies (1 & 4)                       | 2 x 80 g           | -  | GRILL 1 + 300 W 1-2 min                                 |
| Süße Eierkuchen (3)                            | 70 g 1 Stck        | 1000 W 20-30 Sek   | 1000 W 40 Sek   |
|  | 140 g 2 Stcks      | 1000 W 40-50 Sek   | 1000 W 1-1 min 20 Sek                                   |
| Berliner, einfach (3)                          | 50 g 1 Stck        | -  | GRILL 1 + 100 W 2 min +<br>2 min Ruhezeit               |
|  | 100 g 2 Stck       | -  | GRILL 1 + 100 W 3 min +<br>2 min Ruhezeit               |
| Waffeln (1, 4 & 9)                             | 140 g 2 Stck       | -  | GRILL 1 + 300 W 3 min                                   |
|  | 70 g 1 Stck        | -  | GRILL 1 + 100 W 3 min                                   |

(1) Nach halber Aufwärmzeit wenden oder umrühren. (2) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der oberen Einschubposition. (3) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der unteren Einschubposition. (4) Verteilen; in die obere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (5) Verteilen; in die untere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (6) Mikrowellensicherer Behälter auf dem Boden des Geräts (7) Abdecken (8) Auf ein mikrowellengeeignetes, hitzebeständiges Gefäß auf den Drahtrost legen. (9) Direkt auf den Drahtrost legen, für kleinere Stücke Backpapier auf den Drahtrost legen. (10) In die mittlere Einschubposition bringen.

## Tabellen für Kombi- und Aufwärmfunktionen

**Anleitung zum Aufwärmen:** Sofern nicht als „ungebacken“ gekennzeichnet, ist davon auszugehen, dass die hier aufgeführten Nahrungsmittel bereits gebacken bzw. gegart sind und nach dieser Anleitung aufgewärmt werden. **Ruhezeit:** Nach dem Aufwärmen muss die Speise eine Weile stehen, vorzugsweise im Ofen: 3 bis 6 Minuten für leichte Speisen und Snacks, Brot, Kuchen und Gebäck, Flüssigkeiten und Hauptgerichte, sowie 10 Minuten für schwerere Gerichte, wie Aufläufe und Pasteten.

| Kategorie                                      | Gewicht oder Menge | Gekühlt         | Gefroren   |
|--|--------------------|-----------------|--|
| <b>Desserts</b>                                |                    |                 |  |
| Apfelstreusel (2)                              | 300 g              | -               | 600 W 2 min then 200 °C + GRILL 3 + 440 W 8-10 min |
| Mit feiner Creme gefüllte Torte (5 auf Papier) | 500 g              | -               | 220 °C + 300 W 4 min + 5 min Ruhezeit              |
| Mandelbutterkuchen (5 auf Papier)              | 380 g              | -               | 180 °C + 300 W 3 min + 10 min Ruhezeit             |
| Schokoladenfondant (10)                        | 470 g 1 Stck       | -               | 200 °C + 300 W 5 min + 8 min Ruhezeit              |
| Makronen (6)                                   | 190 g 16 Stck      | -               | 300 W 1 min  |
| Schokoladenkuchen mit weicher Mitte (10)       | 100 g 1 Stck       | 440 W 50-70 Sek | 230 °C + 300 W 3 min + 230 °C 5 min                |
| Zitronen-Baisertorte (5)                       | 500 g              | -               | 190 °C + 100 W 3-4 min + 5 min Ruhezeit            |
| Schokoladenkuchen mit weicher Mitte (10)       | 220 g              | -               | 200 °C + DAMPF 1 20 min                            |
| Apfelkuchen (ungebacken) (4)                   | 290 g              | -               | 230 °C + 300 W 7-9 min                             |
| Apfelkuchen (4)                                | 260 g              | -               | 230 °C + 250 W 3-4 min + 5 min Ruhezeit            |
| Tarte Tatin (3) (Äpfel unten)                  | 130 g              | -               | 230 °C + 440 W 3 min + 2 min Ruhezeit              |
|  | 300 g              | -               | 200 °C + 440 W 8 min + 4 min Ruhezeit              |
|  | 600 g              | -               | 200 °C + 440 W 10 min + 5 min Ruhezeit             |
| Zuckerkuchen (5)                               | 350 g              | -               | 180 °C + 100 W 3 min + 5 min Ruhezeit              |
| Apfel-Rhabarberkuchen (4)                      | 85 g 1 Scheibe     | -               | 200 °C + 300 W 2 min + 5 min Ruhezeit              |
|  | 700 g 6 Scheiben   | -               | 200 °C + 440 W 7-10 min + 10 min Ruhezeit          |
| Apfelstrudel (5)                               | 300 g              | -               | 230 °C + 300 W 10-12 min + 3 min Ruhezeit          |
|  | 600 g (ungebacken) | -               | 220 °C + 300 W 15 min + 200 °C 8-10 min            |

(1) Nach halber Aufwärmzeit wenden oder umrühren. (2) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der oberen Einschubposition. (3) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der unteren Einschubposition. (4) Verteilen; in die obere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (5) Verteilen; in die untere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (6) Mikrowellensicherer Behälter auf dem Boden des Geräts (7) Abdecken (8) Auf ein mikrowellengeeignetes, hitzebeständiges Gefäß auf den Drahtrost legen. (9) Direkt auf den Drahtrost legen, für kleinere Stücke Backpapier auf den Drahtrost legen. (10) In die mittlere Einschubposition bringen.

## Die Tricks mit der Mikrowelle



Lassen Sie die Butter nach Entnahme aus dem Kühlschrank bis zur Streichfähigkeit zergehen. Zergehen lassen 1 min. auf 100 W (bei 250 g). Entfernen Sie zuvor das Metallpapier.

Lassen Sie die Trockenfrüchte quellen. Fügen Sie zu 200 g Trockenpflaumen oder Rosinen 6 Esslöffel Wasser hinzu (diese können für Torte auch mit Rum gequollen werden). Vermengen Sie und erhitzen Sie 2 bis 3 Min. auf 1000 W. Lassen Sie 2 Min. ruhen.

Bringen Sie den Käse auf Zimmertemperatur. Der aus dem Kühlschrank entnommene Käse muss im Herd 30 Sek. bis 1 Min. ( je nach Größe des Käses) bei 300 W, erwärmt werden.

Schälen Sie die Mandeln oder Nüsse. Bedecken Sie diese vollständig mit Wasser und lassen Sie 3 bis 6 Min. auf 1000 W (bis zum vollständigen Sieden) garen. Lassen Sie abkühlen und abtropfen, dadurch lässt sich die Haut leicht entfernen.

**Zubereitung von Sahnebonbons.** Kochen Sie 100 g Zucker mit 2 Esslöffeln Wasser 3 bis 4 Min. in einer Schale auf 1000 W und kontrollieren Sie nach 1 Min. 30 Sek. aufmerksam. Entnehmen Sie die Sahnebonbons bevor diese dunkel sind; diese garen außerhalb zu Ende. Sie können die Garung mit 2 Esslöffel sehr heißem Wasser abbrechen (achten Sie auf Spritzer).

**Hart gewordenen Honig verflüssigen** Nehmen Sie den Deckel vom Glas, stellen Sie dieses in den Herd und erhitzen je nach Menge Sie auf 300 W 20 bis 40 Sek. Rühren Sie und wiederholen Sie falls erforderlich den Vorgang.

**Mehr Orangen- oder Zitronensaft erzielen.** Erwärmen Sie 1 Orange oder 1 Zitrone vor dem Pressen 20 bis 30 Sek. auf 1000 W und pressen Sie diese sofort: Sie erhalten so mehr Saft.

**Schokolade schmelzen.** Zerkleinern Sie die Schokolade in einer Schale und erhitzen Sie die kleinen Stücke auf 600 W 2 Min. bis 2 Min. 30 Sek. je 100 g (die Dauer kann je nach Kakao- und Zuckergehalt schwanken). Rühren Sie während der Garung mindestens einmal.

**Butter schmelzen.** 100 g Butter schmelzen in einer mit einer Untertasse bedeckten Auflaufform auf 600 W in 1 Min. - 1 Min. 10 Sek.

**Eis nach Entnahme aus dem Kühlschrank zergehen lassen** Entfernen Sie wenn möglich die Verpackung und legen Sie das Eis auf einen Teller. Veranschlagen Sie auf 100 W 1 bis 2 Min. für ½ Liter und 2 bis 3 Min. für 1 Liter.

**Teig aufgehen lassen.** Legen Sie den bedeckten Teig in den Herd und erhitzen Sie ungefähr 5 Min. bei 100 W. (bei 500 g Teig). Lassen Sie den Teig im Herd (vor Luftzug geschützt) ruhen, bis dieser das doppelte Volumen erreicht hat.

**Glühwein zubereiten.** Bereiten Sie in einem hitzebeständigen Glas (oder Krug) 20 cl Rotwein mit Zitronenschale, einer Prise Zimt, einer Gewürznelke und je nach Geschmack 2 bis 4 Zuckerwürfeln zu. Erhitzen Sie auf 1000 W 1 Min, lassen Sie dann 1 Min. 30 Sek. ruhen.

**Verbessern Sie die Luft in Ihrem Ofen.** Um das Gerät von unangenehmen Gerüchen zu befreien, eine Schüssel mit heißem Wasser mit Zitronensaft in das Gerät stellen. 5 Min. auf 1000 W erhitzen. Kondenswasser mit einem Tuch von den Gerätewänden wischen.

**Eine heiße Komresse zubereiten.** Lassen Sie ein gefaltetes, sauberes und feuchtes Textil auf einem Teller 30 sek. auf 1000 W erhitzen. Kontrollieren Sie vor der Anwendung.

## Hinweise zum Auftauen



Die größte Schwierigkeit beim Auftauen im Mikrowellengerät besteht darin, das Innere aufzutauen, bevor das Äußere anfängt zu garen. Aus diesem Grund hat Panasonic die Auftaufunktion an Ihrem Gerät als AUFTAUZYKLUS eingerichtet. Wählen Sie einfach die Min.-Leistungsstufe 270 Watt AUFTAUEN und stellen Sie die gewünschte Zeit ein. Das Gerät unterteilt diese Zeit in 8 Phasen. Diese Phasen wechseln zwischen Auftauzeit (insgesamt 4) und Ruhezeit (insgesamt 4).

Während der Ruhephasen ist keine Mikrowellenleistung im Gerät, auch wenn das Licht eingeschaltet bleibt und sich der Glasteller dreht. Durch die automatischen Ruhezeiten wird ein gleichmäßigeres Auftauergebnis gewährleistet, und bei kleineren Teilen kann die übliche zusätzliche Ruhezeit entfallen.

### Tipps für das Auftauen

Prüfen Sie das Auftauergebnis mehrfach während des Auftauens, auch wenn Sie die automatischen Programme wählen. Beachten Sie die Ruhezeiten.

### Standzeit

Einzelne Nahrungsmittelportionen können fast unverzüglich nach dem Auftauen gegart werden. Es ist normal, daß größere Portionen in der Mitte noch gefroren sind. Vor dem Garen **bitte mindestens eine Stunde stehenlassen**. Während dieser Standzeit verteilt sich die Temperatur gleichmäßig und das Nahrungsmittel wird durch Wärmeleitung aufgetaut. Falls das Nahrungsmittel nicht sofort weiterverarbeitet wird, sollten Sie es im Kühlschrank aufbewahren. Niemals aufgetaute Lebensmittel wieder einfrieren bevor sie nicht gekocht wurden.

### Braten und Geflügel

Vorzugsweise sollten Braten auf einen umgedrehten Teller oder ein Kunststoffgestell gelegt werden, so daß sie nicht im Saft liegen. Es ist äußerst wichtig, daß empfindliche oder herausstehende Teile der Lebensmittel mit kleinen Stücken Alufolie geschützt werden, damit sie nicht garen. **Es ist ungefährlich, kleine Stücke Alufolie im Gerät zu verwenden, vorausgesetzt sie kommen mit den Garraumwänden nicht in Kontakt.**

### Hackfleisch, gewürfelte Fleischstücke oder Fisch

Da die Außenseite dieser Lebensmittel schnell auftaut, ist es notwendig die Teile während des Auftauvorgangs regelmäßig auseinanderzubrechen und aufgetaute Stücke aus der Mikrowelle zu entfernen.

### Kleine Portionen / Fleischteile

Kleine Fleischteile wie Koteletts und Hühnerteile müssen so schnell wie möglich voneinander gelöst werden, damit sie gleichmäßig auftauen. Fettreiche Stellen und Enden tauen schneller auf. Platzieren Sie diese daher nahe der Mitte des Drehtellers oder decken Sie sie ab.

### Brot

Damit die Mitte des Brotes richtig auftaut, ist eine Ruhezeit von 5 bis 15 Minuten erforderlich. Die Ruhezeit kann verkürzt werden, wenn die Scheiben getrennt und Brötchen/Brotlaibe halbiert werden.

### Akustisches Signal

Während der automatischen Auftauprogramme ertönen Signaltöne. Diese erinnern daran, das Kochgut zu prüfen, umzurühren, die Stücke zu trennen oder kleinere Teile abzudecken. Wird dies versäumt, könnten die Nahrungsmittel ungleichmäßig auftauen.



# Auftautabelle

| Kategorie                               | Gewicht/Menge | Leistungsstufe & Auftauzeit | Minimale Ruhezeit |
|---|---------------|-----------------------------|-------------------|
| <b>Fleisch</b>                          |               |                             |                   |
| - Fleisch zum Braten mit Knochen #      | 500 g         | 270 W 18-20 min             | 60 min            |
| - Fleisch zum Braten #                  | 500 g         | 270 W 20-25 min             | 70 min            |
| - Koteletts #                           | 500 g         | 270 W 8-12 min              | 15 min            |
| - Schnitzel #                           | 250 g         | 270 W 6-7 min               | 10 min            |
| - Gewürfelte Niere*                     | 400 g         | 270 W 15 min                | 3 min             |
| - Dünnes Steak* (2 Stck.)               | 300 g         | 270 W 7-8 min               | 10 min            |
| - Entrecôte*                            | 150 g         | 270 W 4-6 min               | 10 min            |
| Hackfleisch, Wurstbrät*                 | 500 g         | 270 W 10-12 min             | 10 min            |
| - Hamburger* (1 Stck.)                  | 100 g         | 270 W 4 min                 | 2 min             |
| (1 Stck.)                               | 140 g         | 270 W 6 min                 | 2 min             |
| (2 Stck.)                               | 200 g         | 270 W 6-7 min               | 10 min            |
| (4 Stck.)                               | 400 g         | 270 W 10-12 min             | 10 min            |
| - Stücke für Ragout*                    | 500 g         | 270 W 12-14 min             | 15 min            |
| - ganzes Geflügel #                     | 500 g         | 270 W 12-15 min             | 60 min            |
| - Geflügelstücke # (4 Stck.)            | 1 kg          | 270 W 20-25 min             | 30 min            |
| - Stubenküken #                         | 400 g         | 270 W 13-15 min             | 20 min            |
| - Blutwürste (2 Stck.)                  | 250 g         | 270 W 6 min                 | 15 min            |
| - Kaninchen #                           | 500 g         | 270 W 14-15 min             | 30 min            |
| <b>Butter</b>                           | 250 g         | 270 W 2 min                 | 10 min            |
| Frucht-Coulis*                          | 200 g         | 270 W 3-4 min               | 10 min            |
| - 1 Paket                               | 50 g          | 270 W 1 min 20 Sek          | 1 min             |
| - 2 Pakete                              | 100 g         | 270 W 2 min 30 Sek          | 2 min             |
| - 4 Pakete                              | 200 g         | 270 W 4 min                 | 10 min            |
| <b>Käse*</b>                            | 450 g         | 270 W 3 min                 | 10 min            |
| Beeren* (in einer dünnen Lage verteilt) | 300 g         | 270 W 5-6 min               | 10 min            |
|   | 500 g         | 270 W 12 min                | 10 min            |
| Dunkelrote Pflaumen*                    | 250 g         | 270 W 8 min                 | 10 min            |
|   | 500 g         | 270 W 12-15 min             | 20 min            |
| <b>Warm zubereitete Desserts</b>        |               |                             |                   |
| Victoria Biskuitkuchen (1 Stck.)        | 300 g         | 270 W 5-6 min               | 10 min            |
| Schwarzwälder Kirschtorte (1 Stck.)     | 630 g         | 270 W 4-7 min               | 15 min            |
| Weicher Schokoladenkuchen               | 630 g         | 270 W 5 min                 | 15 min            |
| Himbeertorte (1 Stck.)                  | 470 g         | 270 W 7 min                 | 15 min            |
| Schokoladenkuchen (1 Stck.)             | 500 g         | 270 W 5-7 min               | 90 min            |
| Zitronentorte (1 Stck.)                 | 70 g          | 270 W 2 min                 | 7 min             |
| Fruchtsaftkonzentrat*                   | 200 ml        | 270 W 4 min                 | 2 min             |

Bei den angegebenen Zeiten handelt es sich lediglich um Richtwerte. Öffnen Sie während des Auftauens die Gerätetür und kontrollieren Sie, wie weit das Produkt aufgetaut ist. Gegebenenfalls setzen Sie den Auftauprozess anschließend fort. Es ist nicht erforderlich, die Nahrungsmittel beim Auftauen abzudecken.

**Hinweis:** Diese Nahrungsmittel nach der Hälfte des Auftauprozesses wenden; die Enden und vorspringende Teile mit Folie schützen.

## Auftautabelle

| Kategorie   | Gewicht/Menge | Leistungsstufe & Auftauzeit | Minimale Ruhezeit |
|---|---------------|-----------------------------|-------------------|
| <b>Pastete / Teig</b>                                 |               |                             |                   |
| Süßer Mürbeteig*<br>-block                            | 300 g         | 270 W 4-5 min               | 20 min            |
| -gerollt  | 230-250 g     | 270 W 2-2 min 30 Sek        | 20 min            |
| Pizzateig*<br>-block                                  | 300 g         | 270 W 3 min                 | 20 min            |
| -gerollt  | 250 g         | 270 W 3 min                 | 20 min            |
| Pizzateig*<br>-ball                                   | 240 g         | 270 W 3 min                 | 20 min            |
| -gerollt  | 340 g         | 270 W 3-4 min               | 20 min            |
| <b>Fisch</b>  |               |                             |                   |
| im Ganzen # (2 Stck.)                                 | 400 g         | 270 W 10-12 min             | 15 min            |
| Filets # (4 Stck.)                                    | 500 g         | 270 W 13-14 min             | 15 min            |
| Fischsteak* (2 Stck.)                                 | 380 g         | 270 W 10 min                | 15 min            |
| dicke Fleischstücke*,<br>jedes (2 Stck.)              | 240 g         | 270 W 9 min                 | 15 min            |
| Krabben*  | 200 g         | 270 W 5-7 min               | 10 min            |
| mit Semmelbrösel paniertes<br>Fisch*, jeder (2 Stck.) | 240 g         | 270 W 5 min                 | 10 min            |

Bei den angegebenen Zeiten handelt es sich lediglich um Richtwerte. Öffnen Sie während des Auftauens die Gerätetür und kontrollieren Sie, wie weit das Produkt aufgetaut ist. Gegebenenfalls setzen Sie den Auftauprozess anschließend fort. Es ist nicht erforderlich, die Nahrungsmittel beim Auftauen abzudecken.

**Hinweis:** Diese Nahrungsmittel nach der Hälfte des Auftauprozesses wenden; die Enden und vorspringende Teile mit Folie schützen.

## Fleisch und Geflügel

In Ihrem Gerät können Sie Fleisch mit Hilfe von **Kombi-Betrieb** (Grill + Umluft + MIKROWELLE) garen. Dies eignet sich ideal für große Fleischstücke oder langsames Garen. Traditionelle Methoden - Umluft, Grill oder Turbo-Backen für kleine Teile oder bestimmte Rezepte. Kleine Fleischstücke können mit Grill oder Combination gekocht werden. **Mikrowelle nur** kann benutzt werden, um schnell ein Frikassee, Hähnchen in Sauce oder auf dem Grill zubereitetes Fleisch fertig zu kochen.

Nach dem Garen ist es wichtig, gebratenes Fleisch aus dem Gerät zu nehmen, in Alufolie zu wickeln und 10-15 Min. ruhen zu lassen, damit es zuende gart und leichter zu schneiden ist.

### Zubehör und Geschirr

Bei manuellem Kombinationskochen für kleine, flache Fleischstücke empfiehlt es sich, das Fleisch in eine ofenfeste Form zu legen und diese auf den Drahtrost in der mittleren oder unteren Einschubposition zu stellen. Große Braten auf die Glasablage in der unteren Einschubposition stellen. Bei Betriebsart Umluft Braten und Geflügel direkt auf das Emailblech in der unteren Einschubposition legen. Nicht abdecken.

### Tipps zum Kombinationsgaren

Salzen Sie das Fleisch erst nach dem Garen.

Es ist wichtig, das Fleisch während des Garvorgangs mehrfach zu kontrollieren, um gegebenenfalls die Garzeit anzupassen.

Ordnen Sie die Hähnchenschenkel oder Geflügelteile so an, dass die fleischigen Teile sich am Rand der Form befinden.

### Umluft

Sie können Fleisch in Ihrem Ofen auf traditionelle Art und Weise braten, indem Sie den Ofen bei Umluft vorheizen. Dies

gilt für rotes Fleisch und Geflügel. Es ist wichtig, den Ofen vorzuheizen, um die Poren des Fleisches bzw. des Geflügels zu "versiegeln".

### Grillfunktion

Mit dem Grill lassen sich am besten dünne Fleischstücke zubereiten: Schnitzel, Lammkoteletts, Würstchen. Es ist nicht nötig, den Grill vorzuheizen.

### ■ Hinweis

Bei Umluft, Grill und Kombi-Betrieb darf das Fleisch nicht abgedeckt werden, da es mit externer Hitze gekocht wird.

### Kochen nur mit Mikrowellenenergie

Weißes Fleisch und Geflügelteile lassen sich perfekt nur mit Mikrowellenenergie zubereiten. Dies ist die schnellste Garmethode für solche Gerichte. Kochen mit Mikrowellenenergie eignet sich besonders für die Zubereitung kleiner Fleisch- oder Geflügelstücke, die in einer Sauce serviert werden, oder um ein Frikassee oder mit dem Grill angebratenes Fleisch schnell zuende zu garen.

Legen Sie die Fleischstücke in eine Form, die mikrowellenfest ist und stellen Sie diese auf den Boden des Ofens.

Beim Kochen nur mit der Mikrowelle wird empfohlen, das Fleisch mit einem Deckel oder Klarsichtfolie abzudecken, um den Garprozess zu beschleunigen und Spritzer zu vermeiden. Es ist normal, dass sich nach dem Garen eine Menge Flüssigkeit im Kochgefäß befindet. Durch die Geschwindigkeit des Garens mit Mikrowellen und mangels Strahlungshitze kann diese Flüssigkeit nicht verdampfen wie bei traditionellen Garmethoden. Der Gewichtsverlust ist nicht größer als bei traditioneller Zubereitung.

## Fleisch und Geflügel

### Ragouts und Schmorgerichte

Sie können Ragouts nur in der Mikrowelle oder in einem mit der Mikrowelle kombinierten Garvorgang zubereiten. Im Vergleich zum herkömmlichen Kochen gewinnen Sie dadurch jedoch keine Zeit. Allerdings laufen Sie dabei keine Gefahr, dass Fleisch am Gefäßboden haften bleibt, und der Energieverbrauch ist geringer. Verwenden Sie Pyrex® oder feuerfeste Porzellan-Schmortöpfe mit einem Deckel.

**VORHER:** Beilagengemüse müssen gleichmäßig geschnitten und vorgekocht sein. Bei zahlreichen Ragout-Rezepten müssen die Fleischstückchen vorher kurz in Mehl gewendet werden, um eine gute Saucenabbindung zu erzielen.

**WÄHREND** des Garvorgangs müssen die Fleischstückchen grundsätzlich mit Hilfe einer Untertasse oder eines umgedrehten Tellers mit Sauce bedeckt gehalten werden (um ein Austrocknen des Fleisches zu vermeiden). Der Garvorgang für Ragouts dauert lange und führt manchmal zu bedeutendem Eindampfen; zögern Sie daher nicht, während des Kochens im Bedarfsfall Flüssigkeit nachzugießen. Schließen Sie das Gefäß mit einem Deckel, um die Verdampfung einzuschränken. Bringen Sie das Ragout auf 1000 W 10 bis 15 Minuten zum Kochen, und setzen Sie den Garvorgang für die gewünschte Zeit im Umluft-Kombimodus bei 170 °C und 300 W fort. Für diese zweite Stufe ist kein vorheriges Vorheizen erforderlich.

### Ruhezeit:

Das Fleisch nach der Garung außerhalb des Herds bedeckt 10 bis 15 Min. ruhen zu lassen, damit die Garung sich abschließen und die Temperatur sich angleichen kann.



## Fleisch und Geflügel (Garzeit für 500 g)

Da Fleisch beim Garen in der Mikrowelle nicht gebräunt wird, beziehen sich die angegebenen Garzeiten in der Mikrowelle auf Fleisch, das vorher in einer Pfanne von allen Seiten angebraten wurde (Schwein, Kalb, Lamm, Rind) oder das keine Bräunung erfordert (Geflügelfilets). Fleisch sollte nach der Hälfte der Garzeit gewendet werden und muss nach dem Garen 5 bis 8 Minuten ruhen.

| Fleischart                            | Nur Mikrowelle     | Garzeit  | Kombifunktion (Ofen vorgeheizt)  | Garzeit (in Minuten)                                       |
|---------------------------------------|--------------------|--|----------------------------------|--|
| <b>Rind</b>                           |                    |  |                                  |  |
| - Rippenbraten (1,10)                 | -                  | -  | 230 °C + GRILL 1 + 100 W         | 11-13 min (schwach durchgebraten)                          |
|                                       | -                  | -  | 230 °C + GRILL 1 + 300 W         | 10-12 min (gut durchgebraten)                              |
| - Braten (1,3)                        | 1000 W             | 7-9 min  | 230 °C + GRILL 1 + 100 W         | 12-14 min (blutig)   |
|                                       | 1000 W             | 7-10 min   | 220 °C + GRILL 3 + 300 W         | 10-12 min (gut durchgebraten)                              |
| - Ragout (1,6,7)                      | -                  | -  | 170 °C + 100 W                   | 1h-1h 10 min   |
| <b>Lamm</b>                           |                    |  |                                  |  |
| Keule oder Schulter mit Knochen (1,3) | < 1200 g<br>1000 W | 6-10 (rosa gebraten) to 8-12 (gut durchgebraten) | 230 °C + GRILL 1 + 300 W (1 & 3) | 11-14 min (rosa gebraten) 13-16 min (gut durchgebraten)    |
| Lamm-Rollbraten ohne Knochen (1,3)    | 1000 W             | 6-8 min  | 230 °C + GRILL 1 + 300 W (1 & 3) | 12-14 min (rosa gebraten) to 14-18 min (gut durchgebraten) |
| Ragout (1,6,7)                        | -                  | -  | 170 °C + 100 W                   | 50-60 min  |
| <b>Kalb</b>                           |                    |  |                                  |  |
| - Braten (1)                          | 600 W              | 8-9 min  | 230 °C + 440 W (1 & 3)           | 20-22 min  |
| - gefüllter Braten (1,3)              | -                  | -  | 200 °C + GRILL 3 + 440 W         | 21-22 min  |
| - Ragout (1,6,7)                      | -                  | -  | 170 °C + 100 W                   | 50-60 min  |
| <b>Schwein</b>                        |                    |  |                                  |  |
| - Schinkenbraten (1,3)                | 600 W              | 14-18 min  | 220 °C + 440 W (1 & 3)           | 20-22 min  |
| - Lendenbraten (1,3)                  | 600 W              | 20-24 min  | < 1 kg 220 °C + 440 W            | 20-22 min  |
|                                       |                    |  | > 1 kg 200 °C + 440 W            | 22-24 min  |
| Ragout (1,6,7)                        | -                  | -  | 170 °C + 100 W                   | 50-60 min  |
| <b>Hähnchen, Perlhuhn, Pute</b>       |                    |  |                                  |  |
| - ganzer Geflügelbraten (1,5)         | -                  | -  | 230 °C + GRILL 1 + 440 W         | 12-14 min (gut durchgebraten)                              |
| - Stücke (1,3)                        | 1000 W             | 7-8 min  | GRILL 1 + 440 W                  | 12-14 min + 2 min GRILL 1                                  |
| - Putenbraten ohne Knochen (1 & 3)    | -                  | -  | 220 °C + GRILL 1 + 440 W         | 15 min   |
| - Putenkeule (1 & 3)                  | -                  | -  | 230 °C + GRILL 1 + 440 W         | 12-15 min  |

(1) Nach halber Aufwärmzeit wenden oder umrühren. (2) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der oberen Einschubposition. (3) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der unteren Einschubposition. (4) Verteilen; in die obere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (5) Verteilen; in die untere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (6) Mikrowellensicherer Behälter auf dem Boden des Geräts (7) Abdecken (8) Auf ein mikrowellengeeignetes, hitzebeständiges Gefäß auf den Drahtrost legen. (9) Direkt auf den Drahtrost legen, für kleinere Stücke Backpapier auf den Drahtrost legen. (10) In die mittlere Einschubposition bringen.

# Fleisch und Geflügel

Da Fleisch beim Garen in der Mikrowelle nicht gebräunt wird, beziehen sich die angegebenen Garzeiten in der Mikrowelle auf Fleisch, das vorher in einer Pfanne von allen Seiten angebraten wurde (Schwein, Kalb, Lamm, Rind) oder das keine Bräunung erfordert (Geflügelfilets). Fleisch sollte nach der Hälfte der Garzeit gewendet werden und muss nach dem Garen 5 bis 8 Minuten ruhen.

| Fleischart                                 | Nur Mikrowelle | Garzeit | Kombifunktion<br>(Ofen vorgeheizt) | Garzeit (in Minuten)            |
|--|----------------|---------|------------------------------------|---------------------------------|
| <b>Ente</b>                                |                |         |                                    |                                 |
| - ganzer Geflügelbraten (1,3)              | -              | -       | 230 °C + 300 W                     | 11-12 min                       |
| - gefüllter Geflügelbraten (1,3)           | -              | -       | 230 °C + 300 W                     | 14-16 min                       |
| - Keulen (1, 3)                            | -              | -       | GRILL 1 + 440 W                    | 18-20 min                       |
| - Ragout (1,6,7)                           | -              | -       | 170 °C + 100 W                     | 1h-1h 15 min                    |
| - Entenbrust<br>(2 Stck., 440 g)<br>(1,10) | -              | -       | GRILL 1 + 100 W                    | 12-14 min                       |
| <b>Wildbret</b>                            |                |         |                                    |                                 |
| - Braten (1,10)                            | 1000 W         | 5-6 min | 230 °C +<br>GRILL 1 + 300 W        | 11-12 min                       |
| - Ragout (1,6,7)                           | -              | -       | 170 °C + 300 W                     | 1 h 15 min -<br>1 h 30 min      |
| <b>Wurst</b>                               |                |         |                                    |                                 |
| Chipolatas,<br>Merguez<br>frisch (1,4)     | 1000 W         | 3-4 min | GRILL 1 + 100 W                    | 12-14 min<br>(für 6 Stck 330 g) |
| tiefgekühlt (1,4)                          |                |         |                                    | -                               |
| Dicke Schweinswürste, frisch (1,4)         | 1000 W         | 5-6 min | GRILL 1 + 100 W                    | 5-6 min (2 Stck 200 g)          |
| Dicke Schweinswürste, tiefgekühlt (1,4)    | -              | -       | GRILL 1 + 440 W                    | 8-9 min<br>(2 Stck 200 g)       |

(1) Nach halber Aufwärmzeit wenden oder umrühren. (2) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der oberen Einschubposition. (3) Verteilen; hitzebeständiges Gefäß in der unteren Einschubposition. (4) Verteilen; in die obere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (5) Verteilen; in die untere Einschubposition bringen, entweder direkt oder auf Backpapier oder auf einem Silikonbackblech. (6) Mikrowellensicherer Behälter auf dem Boden des Geräts (7) Abdecken (8) Auf ein mikrowellengeeignetes, hitzebeständiges Gefäß auf den Drahtrost legen. (9) Direkt auf den Drahtrost legen, für kleinere Stücke Backpapier auf den Drahtrost legen. (10) In die mittlere Einschubposition bringen.

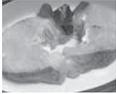
## Fisch

Fisch eignet sich hervorragend für die Mikrowelle und bleibt schön saftig.



### Anordnen

Dünne Filets sollten gerollt werden, um ein Übergaren der feineren Partien zu vermeiden.



### Flüssigkeit

Frischer Fisch sollte immer mit ca. 2 Eßlöffeln Zitronensaft oder weißem Wein beträufelt werden. Bei gefrorenem Fisch empfiehlt es sich, die gleiche Menge Flüssigkeit beizugeben, um ein gleichmäßiges Garresultat zu erhalten.



### Großer Fisch

(mehr als 400 g)

Es ist empfehlenswert, größere Fische nach der Hälfte der Kochzeit umzudrehen und den Kopf und Schwanz mit kleinen Stücken

Alufolie abzudecken um ein überkochen zu vermeiden. (Achtung: die Folie darf auf keinen Fall die Wände des Garraums berühren.)



### Abdecken

Decken Sie den Fisch immer mit Klarsichtfolie oder dem Geschirrdeckel zu.



### Fischfilet

Fischsteaks sollten im Kreis angeordnet werden - dickere Seite nach außen - um ein Übergaren zu vermeiden.

## Wann ist Fisch gar?

Der Fisch läßt sich gut teilen und seine Farbe ist weiß oder rosa (je nach Sorte). Beachten Sie, dass fetthaltiger Fisch (Lachs, Makrele, Heilbutt) schneller gar wird als magerer Fisch (Kabeljau, Nilbarsch, Tilapia).

## Ruhezeit

Für Fisch sollte die RUHEZEIT nach dem Garen 2-3 Min. betragen. Dies kann außerhalb des Mikrowellenherds geschehen, so dass das Gerät zum Garen weiterer Speisen benutzt werden kann.

## Zugabe von Wasser

Der Fisch läßt sich gut teilen und seine Farbe ist weiß oder rosa (je nach Sorte).

## Ganzer Fisch

Wenn Sie 2 ganze Fische miteinander garen, legen Sie sie gleichmäßig auf den Teller. Bei großen Fischen sollte nach der Hälfte der Garzeit der Kopf sowie der Schwanz mit Alufolie geschützt werden.

## Salz

Den Fisch NICHT vor dem Garen salzen, da er sonst Wasser zieht und auslaugt.

# Fisch

Fisch mit Grill oder Kombi-Betrieb garen

Fisch mit zerlassener Butter oder Öl bestreichen, damit er nicht austrocknet. Auf Drahtrost mit Glasablage darunter stellen, um Fett und Bratensaft darin aufzufangen. KEIN Salz hinzufügen, aber bei Bedarf mit Pfeffer und Kräutern bestreuen.

Combination Grill 1 + 300 W ca. 6 Min. lang für kleine Fische (Forellen, Makrelen) verwenden. Wählen Sie Kombination Grill 1 + 440 W für größere Fische (Seebrasse, Seebarsch). Beispiel: 2 Seebrassen (ca. 440 g) werden in 9 Min. mit Kombination Grill 1 + 440 W gegart.

Kochen mit Umluft:

Für Fisch in Alufolie oder größere Fische heizen Sie den Ofen auf Umluft 180 °C vor und schieben das Emailblech in die untere Position. 500 g, 4 Lachsfilets à 125 g, garen Sie bei Umluft 180 °C etwa 20 Min.

Kochzeit für 500 g in Minuten

| Kategorie         | Frisch         |         | Gefroren    |           |
|-------------------|----------------|---------|-------------|-----------|
|                   | Einstellung    | Zeit    | Einstellung | Zeit      |
| Dünne Fischfilets | 600 W          | 4-6 min | 1000 W      | 9-10 min  |
| Dicke Fischfilets | 600 W          | 5-6 min | 1000 W      | 10-12 min |
| Fischsteaks       | 600 W          | 5-7 min | 1000 W      | 11-13 min |
| Ganzer Fisch      | 600 W          | 6-7 min | 1000 W      | 12 min    |
| Krabben*          | 600 W          | 5-6 min | -           | -         |
| Muscheln*         | 600 W          | 5-7 min | -           | -         |
| Jakobsmuscheln*   | 600 W          | 6-7 min | -           | -         |
| Tintenfisch*      | 600 W          | 6-7 min | 1000 W      | 10-11 min |
| Taschenkrebse     | 600 W          | 7-8 min | -           | -         |
| Fischfilets       | Dampf 1 + 440W | 6-8 min | -           | -         |

\*: wir raten davon ab, das Automatik-Programm für diese Arten von Fisch oder für Schalentiere zu verwenden.

# Gemüse

## Zugabe von Wasser

Sehr wasserreichem Gemüse wie Tomaten, Zucchini, Auberginen, gefrorenem Gemüse für Ratatouille, Pilzen, Spinat, Salat, Zwiebeln, fast allen Früchten usw. sollte kein Wasser zugefügt werden, da beim Mikrowellenkochen das vorhandene Wasser verwendet wird.

Relativ wasserhaltige Gemüse, denen 1 EL Wasser pro 100 g Gemüse hinzugegeben werden sollte, um Dampf zu erzeugen, in dem das Gemüse gart und durch das es vor dem Austrocknen bewahrt wird, sind zum Beispiel: Blumenkohl, Lauch, Brokkoli, Rosenkohl, Karotten, Sellerie, Spargel, Buschbohnen, Kartoffeln, Kohl, Rübchen und Artischocken. Tiefkühlgemüse in der Regel 1-3 EL Wasser.

Gemüse, das nicht viel Wasser enthält, sollte mehr Wasser zugegeben werden, um es feucht zu halten: Erbsen, Saubohnen, Feuerbohnen, Buschbohnen.

In jedem Fall: Gemüse muß bei 1000 W gekocht werden (mit Ausnahme von ganzem Blumenkohl) und darf vor dem Kochen nicht gesalzen werden, sondern erst danach. Dies ist erforderlich, da das Salz die natürliche Feuchtigkeit des Gemüses aufnimmt und damit das Austrocknen fördert.

Zerschneiden Sie das Gemüse möglichst in gleich große Stücke. Es ist wichtig, dass Sie Ihr Gemüse in einen Behälter von ausreichender Größe geben. Decken Sie den Behälter mit perforierter Klarsichtfolie oder einem Deckel ab. Große Behälter sind besser geeignet als schmale oder hohe. Wenn Sie das Autoprogramm benutzen, wenden Sie das Gemüse bei Ertönen des Signaltons.



# Gemüse

Tabellen zum manuellen Garen von frischem/tiefgekühlten Gemüse – Leistungsstufe 1000 W für 500 g verwenden (Zeitangaben in Minuten)

| Gemüse   | Frisch | Gefroren |
|--|--------|----------|
| Artischocken:                                    |        |          |
| - ganz   | 9-10   | -        |
| - Herzen   | 9-11   | 11-12    |
| Spargel*   | 10-12  | 10-11    |
| Auberginen                                       | 9-11   | -        |
| Rote Bete*                                       | 18-20  | -        |
| Mangold  | 7-9    | 13-14    |
| Brokkoli, Romanesco                              | 8-9    | 9-10     |
| Pilze  | 8-9    | 11-12    |
| Karotten:  |        |          |
| - runde Scheiben                                 | 8-10   | 12-13    |
| - in Stifte geschnitten                          | 12-14  | -        |
| Kohl*  | 12-14  | -        |
| Rosenkohl  | 9-10   | 10-12    |
| Blumenkohl                                       | 8-10   | 9-10     |
| Sellerie   | 8-9    | -        |
| Stangensellerie*                                 | 15-17  | -        |
| Zucchini   | 8-9    | 10-12    |
| Spinat:  |        |          |
| - Gehackt  | -      | 12       |
| - Blattspinat                                    | 9-10   | 13       |
| Dicke Bohnen*<br>zusätzlich Wasser<br>hinzugeben | 16-19  | 18-20    |
| Grüne Bohnen*                                    | 12-13  | 12-13    |
| Stangenbohnen                                    | 12-14  | -        |

| Gemüse                                 | Frisch | Gefroren |
|--|--------|----------|
| Gemischtes Gemüse*                     | -      | 15-16    |
| Maiskolben (2 Stck.)*                  | 8-10   | 12-15    |
| Rübchen                                | 8-10   | 18-20    |
| Zwiebeln                               | 9-10   | 14-16    |
| Pastinaken                             | 8-10   | -        |
| Süßkartoffeln                          | 10-11  | -        |
| Erbsen*                                | 20     | 13-14    |
| Zuckerschoten                          | 10-12  |          |
| Lauch                                  |        |          |
| -in dünne Scheiben<br>geschnitten      | 8-10   | 15-16    |
| - in dicke Stücke<br>geschnitten       | 8-10   | 15-16    |
| Kürbis                                 | 9-10   | -        |
| Paprikaschoten                         | 12-13  | 13-15    |
| Kartoffeln:                            |        |          |
| - ganze Kartoffeln<br>(<220 g)         | 8-10   | -        |
| Kartoffelscheiben                      | 10-11  | -        |
| Ratatouille                            | 16-18  | 14-16    |
| Tomaten*                               | 4-5    | -        |
| Topinambur<br>(Jerusalemartischocken)* | 8-9    | -        |

\* Für diese Gemüsesorten ist das Automatikprogramm nicht zu empfehlen.



Ein ganzer Blumenkohl muss mit dem Kopf nach unten bei 600 W Leistung für 11 bis 13 Min. (je nach Größe) gegart werden. Außerdem sind 10 Esslöffel Wasser in das Gefäß zu geben.

| Kategorie                          | Gewicht/<br>Menge | Leistungsstufe        | Garzeit (ca.) | Hinweise  |
|------------------------------------|-------------------|-----------------------|---------------|---|
| <b>TIEFGEKÜHLTES GEMÜSE</b>        |                   |                       |               |   |
| Panierte Zwiebelringe              | 250 g             | 230 °C                | 20 min        | Auf das Emailblech in der oberen Einschubposition legen.                    |
| Dicke Bohnen                       | 200 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 8 min         | Auf den Einsatz auf der Glasablage in der mittleren Einschubposition legen. |
| Grüne Bohnen                       | 200 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 8 min         |   |
| Brokkoli - Röschen                 | 250 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 8 min         |   |
| Karotten - in Scheiben geschnitten | 200 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 7 min         |   |
| Blumenkohl                         | 250 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 10-11 min     |   |
| Mischgemüse                        | 200 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 8 min         |   |
| Erbsen                             | 200 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 7 min         |   |
| Sojabohnen                         | 200 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 4 min         |   |
| Dampfgemüse                        | 125 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 5 min         |   |
| Zuckermais                         | 200 g             | DAMPF 1 + 440 W Mikro | 8 min         |   |

## ■ Kontrollen

Nach dem Erwärmen in der Mikrowelle stets prüfen, dass die Nahrungsmittel ausreichend heiß sind. Im Zweifelsfall die Speise im Ofen noch weiter erwärmen. Für viele Speisen ist nach dem Aufwärmen eine RUHEZEIT erforderlich, insbesondere für solche, die nicht umgerührt werden können. Je dichter die Speise ist, um so länger ist die Ruhezeit.

# Gartabellen

| Kategorie                                      | Gewicht/<br>Menge        | Leistungsstufe                 | Garzeit (ca.)                        | Hinweise  |
|--|--------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|---|
| FRISCHES GEMÜSE                                |                          |                                |                                      |   |
| Spargel  | 200 g                    | Dampf 1 + 440W                 | 6 min                                | Auf den Einsatz auf dem Glasteller in der unteren Einschubposition legen. |
| Jungmais                                       | 200 g                    |                                | 8 min                                |   |
| Dicke Bohnen                                   | 200 g                    |                                | 8 min                                |   |
| Stangenbohnen                                  | 150 g                    |                                | 8 min                                |   |
| Rote Bete                                      | 450 g                    |                                | 15 min                               |   |
| Brokkoli                                       | 250 g                    |                                | 9 min                                |   |
| Rosenkohl                                      | 200 g                    |                                | 6 min                                |   |
| Butternusskürbis                               | 300 g                    |                                | 9 min                                |   |
| Kohl - geschnitten                             | 300 g                    |                                | 13 min                               |   |
| Karotten - in Scheiben geschnitten             | 200 g                    |                                | 8 min                                |   |
| Blumenkohl - Röschen                           | 400 g                    |                                | 10 min                               |   |
| Zucchini                                       | 250 g                    |                                | 10 min                               |   |
| Maiskolben                                     | x 2                      |                                | 15-17 min                            |   |
| Pastinake - zum Rösten vorgekocht, geschnitten | 300 g<br>300 g           |                                | 7 min<br>9 min                       |   |
| Erbsen   | 200 g                    |                                | 5 min                                |   |
| Kartoffeln - gekocht                           | 500 g                    |                                | 15 min                               |   |
| Kartoffeln - vorgekocht                        | 500 g                    | 6-7 min                        |                                      |   |
| Ofenkartoffeln – je 250 g                      | x 1<br>x 2<br>x 4<br>x 6 | 1000 W Mikro                   | 6 min<br>11 min<br>23 min<br>40 min  | Auf die Glasablage in der unteren Einschubposition legen.                 |
|  | x 1<br>x 2<br>x 4<br>x 6 | 230 °C + GRILL 1 + 300 W Mikro | 15 min<br>23 min<br>28 min<br>35 min | Auf die Glasablage in der unteren Einschubposition legen.                 |
| Spinat   | 200 g                    | Dampf 1 + 440W                 | 5 min                                | Auf den Einsatz auf der Glasablage in der unteren Einschubposition legen. |
| Zuckererbsen                                   | 200 g                    |                                | 10 min                               |   |
| Kohlrübe - gewürfelt                           | 400 g                    |                                | 15 min                               |   |
| Süßkartoffeln                                  | 400 g                    |                                | 12-15 min                            |   |
| Rübchen  | 300 g                    |                                | 12 min                               |   |

## ■ Kontrollen

Nach dem Erwärmen in der Mikrowelle stets prüfen, dass die Nahrungsmittel ausreichend heiß sind. Im Zweifelsfall die Speise im Ofen noch weiter erwärmen. Für viele Speisen ist nach dem Aufwärmen eine RUHEZEIT erforderlich, insbesondere für solche, die nicht umgerührt werden können. Je dichter die Speise ist, um so länger ist die Ruhezeit.

## Eier und Käse

Eier sind empfindliche Lebensmittel die genaue Aufmerksamkeit erfordern. Werden sie nämlich direkt in den Ofen gelegt, explodieren sie aufgrund des Drucks, der innerhalb der Schale entsteht. Bei gebrochener Eierschale explodiert das herauslaufende Eigelb, falls die zur Abdeckung verwendete Folie nicht eingestochen wurde. Deshalb das Eigelb mit der Spitze eines Zahnstochers einstechen; frische Eier sollten dabei nicht auslaufen. Eigelb und Eiweiß reagieren unterschiedlich auf Mikrowellen; leider kocht das Eigelb schneller. Beim Kochen von geschlagenen Eiern (Omelette) sollten die Eier am Rand nach der Hälfte der Kochzeit in die Mitte gebracht werden.

### Pochierte Eier

50 ml Wasser mit Salz und einem Spritzer Essig 1 Min. auf Stufe 1000 W erhitzen. Ei aufschlagen, in das kochende Wasser geben, Eigelb und Eiweiß vorsichtig mit einem Zahnstocher anstechen und je nach Größe des Eis 40 - 60 Sek. bei 600 W garen. 1 Minute ruhen lassen, abgießen und servieren.

### Rührei

2 rohe Eier aufschlagen und in einer Schüssel mit ein wenig Sahne oder Milch, einem Stich Butter, Salz und Pfeffer verrühren. 40 Sek. auf Stufe 1000 W kochen. Herausnehmen und kräftig mit einer Gabel schlagen. Weitere 30 - 50 Sek. auf 1000 W garen. Die Eier sollten noch cremig sein.

### Eier im Nöpfchen

Ei aufschlagen, in eine gebutterte Auflaufform geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Eigelb und Eiweiß mit einem Zahnstocher anstechen. Gewünschte Zutaten (Sahne, Champignons, Seehasenrogen etc.) hinzufügen. Je nach Größe des Eis und der Menge der Beilage für 1 min 20 s - 1 min 50 s. pro Ei bei 300 W garen.

### Käse

Käse reagiert je nach Sorte unterschiedlich: je fetthaltiger er ist, umso schneller schmilzt er. Ist die Kochzeit zu lang, wird er hart. Geriebener Käse sollte nach Möglichkeit erst im letzten Moment zugegeben werden (z.B. bei Pasta, Gratins etc.)



# Stärkemehlhaltige Nahrungsmittel und Hülsenfrüchte

Die Kochzeit für getrocknetes Gemüse in der Mikrowelle ist ziemlich die gleiche wie beim herkömmlichen Kochen. Auf der anderen Seite jedoch erhitzen sich diese Lebensmittel sehr schnell ohne einen "Wiedererwärmungsgeschmack" anzunehmen - vorausgesetzt sie befinden sich in einem geschlossenen Gefäß und sind mit Sauce oder Butter vermischt.

Zum Kochen ein großes Gefäß verwenden (um Überlaufen zu vermeiden). Komplett mit Wasser oder Brühe bedecken. Nach dem Kochen für mindestens 5 bis 8 Minuten stehen lassen.

## Reis, Weizen

Sobald die Flüssigkeit zum Kochen kommt, rechnen Sie ungefähr 17 bis 20 Minuten auf 300 W zum Kochen von Reis und 14 bis 18 Minuten auf 300 W zum Kochen von Weizen. Diese Garzeiten gelten nicht für vorgekochten Reis (Parboiled) oder Weizen.

## Gries

Gries kocht hervorragend in der Mikrowelle, ohne Gefahr anzubrennen. Einfach Wasser in der gleichen Menge wie Gries zugeben, zugedeckt bei 1000 W in 2 Minuten 30 Sekunden (für 200 g Gries mittlerer Größe mit 0.2 l Wasser) kochen und dann bei 300 W für etwa 3 Minuten weiterkochen während der Gries aufquillt.

## Nudeln

Das Kochwasser salzen und während des Kochens einmal umrühren. Wenn sich Blasen in der Flüssigkeit bilden 250 g Nudeln in 7 oder 8 Minuten bei 1000 W und 10 Minuten für 250 g Ravioli kochen (1 Liter Wasser).

## Getrocknetes Gemüse

Komplett mit Wasser bedecken und über Nacht einweichen. Am nächsten Tag abtropfen und wieder mit Wasser abdecken. Nicht vor dem Kochen salzen (dies macht das Gemüse hart). In 10 Minuten bei 1000 W kochen, dann für 15 bis 30 Minuten bei 300 W köcheln lassen. Den Kochvorgang ständig beobachten und wenn nötig Wasser zufügen: das getrocknete Gemüse muß ständig mit Wasser bedeckt sein.

## Ofenkartoffel

Je nach Größe eignen sich Kartoffeln unterschiedlich gut für die Zubereitung im Mikrowellengerät. Das ideale Gewicht einer Kartoffel für die Zubereitung im Mikrowellenherd ist 200 g - 250 g. Kartoffeln vor dem Kochen waschen und Schale mehrfach einstechen. Am Rand des Drehtellers verteilen.

Vor dem Kochen Kartoffeln waschen und Haut mehrmals einstechen. Für Kombi-Betrieb auf Glasablage in der unteren Einschubposition oder direkt auf den Drahtrost.

Nach dem Garen aus dem Gerät nehmen und zum Warmhalten in Alufolie wickeln. 5 Minuten ruhen lassen.



Siehe Seite 82 DE zum Kochen Zeiten.

## Nachspeisen - Gebäck

Ihr Herd bietet Ihnen mehrere Möglichkeiten, Gebäck ganz nach Wunsch herzustellen.

- Das Garen mit **Mikrowellen** ist schnell und perfekt geeignet für Cremes, Pudding, pochierte Früchte, Kompott sowie hefehaltige Kuchen, für die keine Bräunung notwendig ist (Schokoladenkuchen oder gefüllte Biskuits).
- **Der kombinierte** Garvorgang ermöglicht ein schnelleres Backen von knusprigen oder goldgelb gebräunten Keksen aus Hefeteig, der auch Ei enthält.
- Der **herkömmliche** Garvorgang (Ofenfunktion) ist für bestimmte Gebäckarten unverzichtbar: Soufflé, Savarin, Windbeutel, Biskuitrollen sowie kleine Teilchen, Mürbteigplätzchen, Blätterteig-Teilchen sowie Tartes.

**Kochen nur mit Mikrowelle:**

Mit Mikrowellen lassen sich gekochte Früchte, Kompott, Englische Creme und Gebäck sowie Windbeutel perfekt und schnell zubereiten. Im Übrigen eignen sich Mikrowellen hervorragend für die Zubereitung Nachspeisen auf Basis von stärkehaltigen Nahrungsmitteln wie beispielsweise Milchreis, Sago, Griesschnitten, und zwar ohne Gefahr zu laufen, dass sie am Topfboden haften bleiben. Bei der herkömmlichen Zubereitung von Nachspeisen erweisen sich Mikrowellen äußerst nützlich beim Schmelzen von Butter, Schokolade und Gelee sowie bei der Karamellisierung.

**Verwendete Gefäße und verwendetes Zubehör:**

Verwenden Sie nur mikrowellengeeignetes Geschirr und stellen Sie dies direkt auf den Keramiksteller. Verwenden Sie nach Möglichkeit runde Kuchenformen. Rechteckige Backformen sollten vermieden werden.

**Deckel**

- Kuchen: NICHT öffnen.
- Früchte: Früchtekompott, das wenig Wasser enthält, kann bedeckt werden, Kompott aus sehr wasserhaltigen Früchten kann abgedeckt bleiben.

**Früchte**

Erlauben Sie 4-5 Min., abgedeckt, um vier mittlere geschälte Birnen zu garen (denken Sie daran, diese nach Hälfte der Garzeit umzudrehen). Erlauben Sie 4-5 Min. bei 1000 W für 500 g Pflaumen oder Birnen (geviertelt) mit 5 EL Wasser. (Ganze Früchte brauchen je nach Größe ein wenig länger). Bei Kompott garen 500 g geschälte, in Würfel geschnittene Früchte in 6 bis 7 Minuten auf 1000 W. Keine Flüssigkeit zugeben. Die Garzeiten hängen von dem Reifegrad der Früchte und ihrem Zuckergehalt ab. Wenn Sie einen Kuchenteig mit Trockenfrüchten zubereiten, achten Sie darauf, dass keine Früchte obenauf sind, da diese aufgrund ihres hohen Zuckergehalts verbrennen würden.

**Nützlicher Tipp:**

Sofflés können grundsätzlich nicht per Mikrowellengarung zubereitet werden, weil sie beim Herausnehmen aus dem Ofen zusammenfallen. Gebäck aus Brandteig geht nicht auf, weil sich keine Kruste bildet, die die Luft einschließt. Im Gegensatz dazu lassen sich handelsübliche Backmischungen sehr gut mit Mikrowellen zubereiten. Rühren Sie den Kuchenteig nach den Anweisungen auf der Packung an und lassen Sie ihn in einer Mikrowellendurchlässigen Backform auf der 600 W Stufe 4 bis 7 Minuten backen.



# Nachspeisen - Gebäck

## Kombiniertes manuelles Garen

In diesem Fall werden die Wirkung der Strahlungshitze, die die Kuchen bräunt, und die der Mikrowellen kombiniert, die das Innere schnell garen und die Kuchen aufgehen lassen. Vorzugsweise wird eine niedrige Leistung (100 W oder 440 W) mit einer recht hohen UMLUFT-Temperatur (210 °C bis 230 °C, je nach Backdauer) kombiniert, um ein zufriedenstellendes Ergebnis zu erzielen. Programmieren Sie eine Backdauer von mindestens zwei Dritteln der herkömmlichen Backdauer.

## Torten

Torten 25 - 30 Minuten lang backen, und zwar mit vorgeheiztem Kombi-Betrieb - UMLUFT 220/230 °C + 100 W. Achten Sie auf die Farbe der Torten, während sie gebacken wird. Nehmen Sie die Torten anschließend aus der Form und lassen Sie sie auf einem Kuchenrost abkühlen, damit der Teig nicht weich wird. Backen und Farbe des Teigs können sich je nach Zutaten unterscheiden (Butter, Margarine, Blätterteig, etc.) Versuchen Sie es mit Teig von einem anderen Hersteller, wenn das Ergebnis nicht zufriedenstellend ist.

## Behältnisse

- Für Pudding, Süßspeisen und Gratins verwenden Sie wellendurchlässige, hitzebeständige (Pyrex® oder feuerfestes Porzellan) und vorzugsweise runde oder ovale Formen.
- Für die anderen Kuchensorten (4/4, Joghurtkuchen, Gugelhopf), Topfkuchen und Torten werden Sie am besten Formen aus glattem Metall, die nicht zerlegbar und vorzugsweise rund sind (ausgenommen Backformen für Topfkuchen). Verwenden Sie keine Backformen aus gefaltetem Aluminium (der Art Tortenförmchen aus Aluminium).

- Bei Torten ist es wichtig, nur glattem nicht zerlegbare Metallformen zu verwenden (Aluminium oder antihafbeschichtet), um eine zufriedenstellende Bräunung des Kuchenbodens sicherzustellen. NIEMALS ABDECKEN.
- Für die meisten Kuchen (ausgenommen Torten) können Sie weiche mikrowelleneignete Silikon-Backformen im Kombimodus oder im Umluftbetrieb verwenden.

## Zubehör

Beim Kombi-Betrieb müssen Metallformen immer auf die Glasablage in der unteren Einschubposition gestellt werden. VERWENDEN SIE DAS EMAILBLECH NICHT für Kombi-Betrieb. Einige Gratin- oder Auflaufgerichte in Pyrex® oder ofenfesten Porzellanformen können direkt auf den Drahtrost in der unteren, mittleren oder oberen Einschubposition gestellt werden. Dies ist dann im Rezept angegeben.

## Vorheizen

- Für Brioches, bei kurzen Garzeiten (weniger als 25 Min.), für Tartes oder Blätterteig muss das Gerät unbedingt vorgeheizt werden. Wählen Sie die angegebene Kombination und drücken Sie auf Start. Der Ofen heizt automatisch ohne Mikrowellenfunktion vor. Wenn die erforderliche Temperatur erreicht ist, müssen Sie nur noch die Backzeit angeben, den Kuchen in den Ofen schieben und Start drücken.
- **Für die anderen Kuchen (4/4, Joghurtkuchen usw.), Pudding und Süßspeisen ist kein Vorheizen nötig. Jedenfalls ist für Rezepte aus diesem Buch grundsätzlich angegeben, wann ein Vorheizen notwendig ist.**

## Allgemeine Hinweise für das Garen mit Mikrowellen und im Kombimodus:

Garvorgang beaufsichtigen: im reinen Mikrowellenbetrieb reichen einige Minuten zum Backen, jede Minute zuviel kann zum Austrocknen des Kuchens führen. Wenn ein Kuchen beim Abkühlen hart wird, wurde er entweder zu lange oder mit zu hoher Leistung gebacken.

Das Ende des Garvorgangs lässt sich in herkömmlicher Weise feststellen, indem man ein Messer in die Kuchenmitte sticht (es muss beim Herausziehen trocken sein), oder indem man prüft, ob sich der Umfang des Kuchens leicht von der Wand der Backform lösen lässt.

### Gefäße

Bei der Zubereitung eines Rezepts fällt das Ergebnis unterschiedlich aus, wenn Sie ein Gefäß mit einer völlig anderen Form als der im Rezept angegebenen verwenden (mehrere Auflaufformen statt einer Kuchenform). Die gleiche Menge in mehreren kleinen Formen ist schneller gegart als in einer einzigen Form. Kleiden Sie die Formen

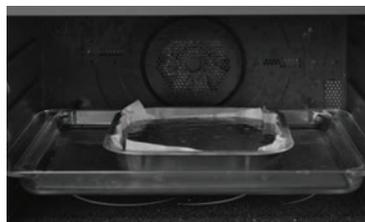
mit Backpapier aus, um das Herauslösen zu erleichtern.

### Aufbewahrung

Wenn der Kuchen abgekühlt ist, wickeln Sie ihn in Frischhaltefolie oder Alufolie ein, um ihn weich zu halten.

### Kuchenteig

lässt sich hervorragend im Kombimodus backen. Heizen Sie den Ofen der mittleren Position vor, und verwenden Sie eine Metalloder Silikon-Form. Nehmen Sie den Kuchenteig mindestens 20 Minuten vor dem Backen aus dem Kühlschrank.



## Herkömmliche Garung mit Umluft

Für die Zubereitung von Backwaren wie Savarins, Brandteig, Keksen, Soufflés, Baiser etc. unverzichtbar. Sie können Heißluft jedoch auch für alle anderen Kuchen und Torten verwenden, die Sie nicht mit der Kombifunktion backen wollen.

### Zubehör:

Große Kuchen (Soufflé, Gugelhopf), Tartes, Galettes und Gratins sollten auf die Glasablage (Kombination), das Emailblech oder den Drahtrost (Umluft) in der unteren Einschubposition gestellt werden.

Tartes, Waffeln und Gratins setzen Sie auf dem unteren Grill ab. (um eine gute Bräunung des Tarte-Bodes zu erzielen, verwenden Sie Metallformen und heizen den Ofen auf 230 °C vor; nach dem Einbringen des Backguts reduzieren Sie die Temperatur).

Für alle anderen Backwaren (Blätterteig, Croissants, Biskuits, Windbeutel, Biskuitboden, großflächige Tartes, Schokoladenkuchen) reichen Rost oder Auffangschale aus. Sie können durchaus Biskuits oder

Windbeutel auf zwei Ebenen backen. Kombinieren Sie dazu eine Ofenfüllung auf der Auffangschale auf der unteren Ebene und ein anderes Backblech (oder eine Silikon- oder Glasplatte) auf dem Rost der oberen Ebene. Wenn es erforderlich sein sollte, setzen Sie die Backbleche nach der Hälfte der Backzeit auf die jeweils andere Ebene

### Gefäße

Sie können alle hitzebeständigen Gefäße verwenden (aus Metall, Silikon, Pyrex oder feuerfestem Porzellan). Achten Sie darauf, dass die Backbleche, die Sie auf den Rost setzen wollen, nicht größer als 31 x 34 cm sind. **Empfohlene vorheizen.**



## Fragen - Antworten

| Problem  | Ursache  | Lösung   |
|--|--|--|
| Das Nahrungsmittel kühlt schnell ab.                                       | Das Nahrungsmittel ist nicht vollständig gegart.                                 | Stellen Sie das Nahrungsmittel zurück ins Gerät und erhitzen es erneut. Beachten Sie, daß Lebensmittel direkt aus dem Kühlschrank mehr Zeit benötigen als solche mit Zimmertemperatur. |
| Milchreis oder Eintöpfe kochen während des Garens mit Mikrowellen über.    | Geschirr ist zu klein.   | Für flüssigere Nahrungsmittel empfiehlt es sich, ein doppelt so großes Geschirr (als Menge) zu wählen.   |
| Das Nahrungsmittel gart mit Mikrowellen zu langsam.                        | Das Gerät bekommt zu wenig Strom.  | Das Gerät sollte an einer mit 16A/230 V abgesicherten Steckdose angeschlossen sein.  |
|  | Nahrungsmittel-Temperatur aus dem Kühlschrank ist kälter als die Raumtemperatur. | Garzeit verlängern.  |
| Das Fleisch ist nach dem Garen mit Mikrowelle oder Kombination zäh.        | Mit zu hoher Leistung gegart.  | Wählen Sie eine reduzierte Leistung, z.B. halbe Leistung.  |
|  | Das Fleisch wurde vor dem Garen gesalzen.  | Salzen Sie das Fleisch erst nach dem Garen, falls erwünscht.   |
| Kuchen ist im Innern nicht gar.  | Koch- oder Ruhezeit zu kurz.   | Geben Sie Koch- oder Ruhezeit hinzu.   |
| Rührer und gekochte Eier sind nach Garen mit Mikrowelle zäh und gummiartig | Kochzeit zu lang.  | Vorsicht beim Garen von kleinen Mengen von Eiern.  |
| Quiche/Eierkuchen sind nach Garen mit Mikrowelle zäh und gummiartig.       | Leistung zu hoch.  | Wählen Sie für diese Nahrungsmittel eine reduzierte Leistung.  |
| Quiche/Eierkuchen sind zäh und gummiartig wenn durch gekocht Kombination.  | Zu lange gegart. Dish größer als im Rezept angegeben.                            | Prüfen Sie stets die Fortschritte von Lebensmitteln, wie es Köche.   |
| Käsesauce ist nach Garen mit Mikrowelle zähflüssig.                        | Käse mit Sauce gekocht.  | Geben Sie den Käse am Ende des Garvorgangs bei. Die Hitze der Sauce wird den Käse schmelzen lassen.  |

## Fragen - Antworten

| Problem   | Ursache  | Lösung  |
|---|--|---|
| Gemüse ist nach Garen mit MIKROWELLE TROCKEN.   | Nicht zugedeckt gegart.  | Mit Deckel oder Klarsichtfolie zudecken.  |
|   | Zu geringer Flüssigkeitsgehalt, z.B. Wurzelgemüse.   | 2-4 EL Wasser begeben.  |
|   | Gemüse vor dem Garen gesalzen.   | Erst nach dem Garen salzen.   |
| Kondensation im Gerät.  | Dies ist normal. Einige Nahrungsmittel produzieren beim Garen viel Dampf.                                | Wischen Sie den Ofen mit einem weichen Tuch aus.  |
| Warme Luft steigt um die Türdichtung herum aus.   | Das Gerät ist nicht luftdicht.   | Dies ist normal und bedeutet kein Mikrowellenleck.  |
| Bei Verwendung von Kochgeschirr aus Metall sind blaue Funken oder Funkenbildung zu sehen. | Beim Garen mit der MIKROWELLENFUNKTION allein darf kein Kochgeschirr aus Metall verwendet werden.        | Das Programm SOFORT beenden. Kein Kochgeschirr aus Metall mit der MIKROWELLENFUNKTION allein verwenden.   |
| Die GRILL regelmäßig schaltet beim Grillen oder Kombination.                              | Beim Kochen der Grill an und aus, so dass das Essen nicht anbrennt, bevor es durch in der Mitte gekocht. | Dies ist normal.  |
| Die Laufschrift im Display ist verschwunden. Warum kann ich nur Zahlen sehen?             | Möglicherweise gab es einen Stromausfall und die Laufschrift wurde deaktiviert.                          | Trennen Sie das Gerät einige Sekunden vom Netzstrom und schließen Sie es wieder an. Wenn „88:88“ angezeigt wird, drücken Sie die Start-Taste, bis Ihre Sprache erscheint. |



## Zutaten

### Für 4 Personen

- 1 mittelgroße Zwiebel, grob gehackt
- 1 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 700 g Süßkartoffeln, geschält und gehackt
- 1 großer Cayennepeffer, entkernt und gehackt
- 700 ml Gemüsebrühe
- 150 ml Kokosmilch
- Salz und Pfeffer

**Gefäß:** 1 Pyrex® Schüssel, (3 Liter)

**Wassertank füllen**

## Zutaten

### Für 4 Personen

- 5 große Tomaten
- 30 ml Olivenöl
- 1 gehackte Zwiebel
- 450 g rote oder orange Paprika, in dünne Streifen geschnitten
- 30 ml Tomatenpüree
- 1 Prise Zucker
- 475 ml Gemüsebrühe
- Salz und Pfeffer
- 60 ml saure Sahne (nach Geschmack)

### Garnierung:

Dill, gehackt

**Gefäß:** 1 große Pyrex® Schüssel

**Zubehör:** keines

## Zutaten

### Für 4-6 Personen

- 2 Scheiben Frühstücksspeck
- 25 g geriebener Käse
- 3 ml französischer Senf
- 50 g frische Semmelbrösel
- 1 Ei
- 60 ml Milch
- 15 mg frische Petersilie, gehackt
- Salz und Pfeffer
- 275 g flache Champignons, ca. 2,5 cm Durchmesser, Stiele entfernt
- 2 dünne Scheiben Cheddar-Käse
- 1 Tomate, in dünne Scheiben geschnitten

**Gefäß:** Mikrowellenplatte oder Essteller + 1 großer Essteller

**Wassertank füllen**

## Süßkartoffelsuppe

Zwiebel, Öl und Knoblauch in eine große Schüssel geben. Auf die Glasablage in der unteren Einschubposition stellen und bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE für 4 Min. dampfgaren. Die Kartoffeln und den Paprika hinzugeben. Bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE für 10 Min. garen. Bouillon hinzugeben, Deckel aufsetzen und bei 300 W MIKROWELLE für 20 Min. oder bis die Kartoffeln weich sind, garen. Nach der Hälfte der Garzeit umrühren. Ein wenig abkühlen lassen. In einem Mixer fein pürieren. Die Kokosmilch unterrühren und nach Geschmack würzen. Bei 600 W MIKROWELLE für 3 Min. oder bis die Suppe kochend heiß ist, erwärmen.

## Tomaten- und rote Paprika-Suppe

Enthäuten Sie die Tomaten, indem Sie sie 30 Sek. lang in kochendes Wasser geben. Tomatenfleisch hacken und Saft zur Seite stellen. Die Hälfte des Öl mit den Zwiebeln in die Pyrex® Schüssel geben und mit perforierter Frischhaltefolie abdecken. Mit MIKROWELLE 1000 W 2 Min. lang kochen, einmal umrühren. Die Paprika und das verbleibende Öl hinzufügen und gut umrühren. Abdecken und mit MIKROWELLE 1000 W 5 Minuten kochen, nach der Hälfte der Garzeit umrühren. Die gehackten Tomaten, das Tomatenpüree, Gewürze, Zucker und einige Esslöffel Gemüsebrühe unterrühren. Abdecken und auf MIKROWELLE 1000 W 4 Minuten kochen, nach der Hälfte der Garzeit umrühren, bis das Gemüse weich ist. Den Rest der Gemüsebrühe unterrühren und in einem Mixergerät oder einer Küchenmaschine glatt pürieren. Suppe durch ein Sieb geben, um die Häute zu entfernen, und abschmecken. Auf Suppenteller füllen, die saure Sahne dazugeben und nach Geschmack mit Dill garnieren.

## Gefüllte Pilze

Den Frühstücksspeck auf einem Mikrowellengestell oder einem Essteller bei DAMPF 1 + 300 W MIKROWELLE für 2 Min. garen. Abkühlen lassen und dann klein würfeln. In einer kleinen Schüssel den geriebenen Käse, Speck, Senf und die Semmelbrösel mischen. Das geschlagene Ei, Milch, Petersilie und die Gewürze hinzugeben. Gut vermischen. Die Pilzhohlräume mit der Masse füllen. Die Käsescheiben in 1-cm<sup>3</sup>-Würfel schneiden und auf die Füllung aufbringen. Eine Tomatenscheibe auf jeden Pilz legen. Die Pilze kreisförmig auf einen Teller legen und auf dem Boden des Mikrowellengerätes bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE für 6 Min. oder bis der Käse zu schmelzen beginnt und die Pilze gerade weich sind, garen.



## Zwiebel- und Fetatörtchen

Blätterteig ausrollen und 6 Kreise von je ca. 10 cm Durchmesser ausstechen. Die Pastete für 30 Min. in den Kühlschrank stellen. Öl und Zwiebel in eine Glasform geben. Bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE für 10 Min. garen. Den Ofen auf UMLUFT 220 °C vorheizen. Pinienkerne, Käse, Oliven, sonnengetrocknete Tomaten und Kapern den Zwiebeln hinzugeben. Würzen. Die 6 Teigscheiben auf das gefettete Emailblech legen und mit einer Gabel einstechen. Die Masse auf den 6 Teigscheiben verteilen. Die Törtchen in der unteren Einschubposition bei UMLUFT 220 °C für 10-12 Min. oder bis sie goldbraun sind garen. Mit frischem Oregano garnieren.

## Oliven- und Anchovishappen

Mehl, Butter, Käse, Sardellen, Oliven und Cayennepfeffer in der Küchenmaschine pulsierend zu einem festen Teig verarbeiten. Den Teig abdecken. 20 Minuten kühl stellen. Ofen bei UMLUFT auf 200 °C vorwärmen. Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche dünn ausrollen. Den Teig in zwei Teile trennen. Den Teig in 5 cm breite Streifen schneiden, dann jeden Streifen diagonal zu Dreiecken schneiden. Auf das Emailblech legen und in der unteren Einschubposition bei UMLUFT 200 °C für 8 - 10 Minuten, bis sie goldbraun sind, garen. Mit der zweiten Teigportion wiederholen. Auf einem Drahtrost abkühlen lassen. Mit Meersalz bestreuen.

## Französische Zwiebelsuppe

Zwiebeln und Butter in ein Gefäß geben und auf dem Boden des Ofens bei MIKROWELLE 1000 W 2-3 Min. oder bis sie weich sind kochen. Mehl untermischen, nach und nach heiße Gemüsebrühe zugeben und gut rühren. Abschmecken und Lorbeerblatt hinzufügen. Erneut abdecken und 8-10 Min. bei MIKROWELLE 1000 W kochen. Lorbeerblatt herausnehmen. Das Brot auf den Metallrost in oder oberen Einschubposition legen, und mit GRILL 1 3-4 Min. leicht toasten. Umdrehen und mit geriebenem Käse bestreuen. Mit GRILL 1 weitere 4 Min. oder bis der Käse schmilzt backen. Suppe auf einzelne Suppenteller geben und auf jede Portion eine Scheibe Baguette legen.

## Zutaten

### **Für 4-6 Personen**

250 g Blätterteig  
30 ml Olivenöl  
150 g geschälte und in Scheiben geschnittene Zwiebeln  
25 g Pinienkerne  
75 g Fetakäse, kleingewürfelt  
25 g schwarze Oliven, entsteint und gehackt  
25 g sonnengetrocknete Tomaten (in Öl oder eingeweicht), grob gehackt  
10 g Kapern  
Salz und Pfeffer  
Frischer Oregano als Garnierung

**Gefäß: 1 Pyrex® Schüssel**

**Zubehör: Emailblech**

**Wassertank füllen**

## Zutaten

### **Er gibt 40-45 Stück**

115 g Mehl  
115 g gekühlte Butter, gewürfelt  
115 g reifer Cheddar, fein gerieben  
50 g-Dose Anchovisfilets in Öl, abgetropft und grob gehackt  
50 g entsteinte schwarze Oliven, grob gehackt  
½ TL Cayennepfeffer  
Meersalz

**Gefäß: 1 Pyrex® Schüssel**

**Zubehör: Emailblech**

## Zutaten

### **Für 4-6 Personen**

225 g Zwiebeln, in Ringe geschnitten  
50 g Butter  
25 g Mehl  
1 Liter heiße Rinderbrühe  
Salz und Pfeffer  
Lorbeerblatt

### **Als Beilage:**

Baguette, leicht getoastet  
25 g geriebener Käse

**Gefäß: 1 große Auflaufform oder Schüssel**

**Zubehör: Metallrost**



## Zutaten

### **Für 4 Personen**

- 1 Zwiebel, gewürfelt
- 15 ml Öl
- 1 zerdrückte Knoblauchzehe
- 60 ml Tomatenpüree
- 150 ml Weißwein oder Wertmut
- 5 ml getrocknete Kräuter
- 350 g kleine Champignons
- Salz und Pfeffer

**Gefäß: 1 große Pyrex®  
Auflaufform**

**Zubehör: keines**

**Wassertank füllen**

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

- 1 kleines Baguette, in acht Scheiben geschnitten
- 60 ml Cranberrysauce
- 175 g Brie, in Scheiben geschnitten
- Sesam

**Gefäß: keines**

**Zubehör: Metallrost**

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

- 8 Hähnchenschenkel
- 30 ml klarer Honig
- 30 ml Sojasauce
- 30 ml trockener Sherry
- 1 zerdrückte Knoblauchzehe
- 2,5 cm Ingwer, gerieben
- 10 ml Speisestärke
- 150 ml Orangensaft
- 3 fein geschnittene Frühlingszwiebeln
- 5 ml Tomatenpüree
- 15 ml weicher brauner Zucker

**Gefäß: 1 flache Pyrex® Form +  
1 Pyrex® Schüssel**

**Zubehör: Metallrost +  
Glasablage**

## Pilze auf griechische Art

Zwiebeln und Öl in ein Gefäß geben und auf dem Boden des Ofens bei MIKROWELLE 1000 W 2-3 Min. oder bis sie weich sind kochen. Alle weiteren Zutaten unterrühren und auf dem Boden des Ofens bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W 10 Min. oder bis die Pilze weich sind kochen. Warm oder kalt servieren.

## Brie und Cranberry Crostini

Grill auf GRILL 1 vorheizen. Die Baguettescheiben auf den Metallrost in der oberen Einschubposition legen, und mit GRILL 1 2-3 Min. leicht toasten. Scheiben umdrehen und jede Scheibe mit Cranberrysauce bestreichen. Mit einer Scheibe Brie belegen und mit Sesamkörnern bestreuen. Bei KOMBINATION: GRILL 1 + MIKROWELLE 300 W für 5-6 Min. backen, oder bis der Käse anfängt, zu schmelzen und der Sesam goldbraun wird.

## Würzige Hähnchenschenkel

Hähnchenschenkel in eine flache Form geben und mit MIKROWELLE 1000 W circa 8 Min. kochen oder bis das Fleisch gar ist. Die Zutaten der Sauce in eine Schüssel geben und mit MIKROWELLE 1000 W etwa 2-3 Min. oder bis die Sauce dicker wird kochen. Die Hähnchenschenkel mit Sauce bedecken. Auf dem Metallrost in der oberen Position mit GRILL 1 6 Min. lang grillen, dann umdrehen und weitere 6 Min. grillen. Setzen Sie die Glasablage in die mittlere Einschubposition ein, um Fett und Bratensaft darin aufzufangen.



## Zucchini-Cremesuppe

Eine Zucchini und die Kartoffel schälen und das Gemüse in große Würfel schneiden. Zusammen mit dem Brühwürfel und einer halben Tasse heißem Wasser in eine flache Schüssel geben und unten im Ofen 20 Min. auf DAMPF 1 + 440 W garen.

Einen halben Liter heißes Wasser und einen halben Liter heiße Milch sowie den Schmelzkäse hinzugeben, anschließend alles in den Mixer geben und würzen. Pürieren, bis eine glatte Konsistenz erreicht ist. Sie können auch alle Zucchini schälen anstatt nur einer, um die eventuelle Bitterkeit der Schale zu reduzieren.

## Zutaten

### **Für 4-6 Personen**

½ Liter Milch,  
3 Zucchini (ca. 440 g)  
1 mittelgroße Kartoffel  
1 Würfel Hühnerbouillon  
100 g Schmelzkäse  
Salz, Pfeffer

**Gefäß:** 2 x kleine Jenaer-Glasschüsseln

**Zubehör:** 1 x großer Einsatz & Glasablage

## Italienische Hähnchenpastete

Zwiebeln, Knoblauch und Butter in ein Gefäß geben. Abdecken und auf dem Boden des Ofens bei MIKROWELLE 1000 W 3 Min. oder bis die Zwiebeln weich sind kochen. Hähnchenleber mit dem Organo zu der Zwiebelmischung hinzugeben. Abdecken und 5-7 Min. bei MIKROWELLE 1000 W kochen, einmal umrühren. Hinweis: Die Leber kann während des Kochens kleine Platzgeräusche von sich geben. Die Mischung 5 Min. abkühlen lassen, dann mit dem Wermut und Gewürzen glatt pürieren. In die Servierschüssel geben und glattstreichen. 50 g Butter 30-40 Sek. lang in einer kleinen Schüssel bei MIKROWELLE 1000 W zergehen lassen. Ablagerungen abschöpfen und über die Pastete gießen. Zitronenviertel und Oliven auf der Pastete arrangieren und kühl stellen. Mit Petersilie garnieren und mit italienischen Brotstangen oder Melba-Toast servieren.

## Zutaten

### **Für 6 Personen**

1 kleine Zwiebel, fein gehackt  
1 zerdrückte Knoblauchzehe  
25 g Butter  
225 g Hähnchenleber, gehackt  
5 ml getrockneter Oregano  
15 ml trockener Wermut  
Salz und Pfeffer  
50 g Butter  
1 Zitronenscheibe, geviertelt  
2 grüne gefüllte Oliven, halbiert

### **Garnierung:**

Petersilie

**Gefäß:** 1 kleine Pyrex®  
**Auflaufform oder eine Servierschüssel**

**Zubehör:** keines



## Zutaten

### Für 6-8 Personen

400 g Pilze  
ein wenig Milch  
20 g Butter  
20 g Mehl  
3 Eier  
50 g Sahne  
Salz und Pfeffer  
1 Portion Mürbeteig (ca. 300 g)

**Gefäß: 1 Pyrex® Schüssel  
(1 Liter) + Metall Tarte-Form  
(Ø 27 cm)**

**Zubehör: Glasablage  
Wassertank füllen**

## Pilzkuchen

Pilze waschen und in Scheiben schneiden. Pilze auf einem abgedeckten Teller auf den Boden des Ofens stellen und mit DAMPF 1 10 Min. lang kochen. Abgießen, Flüssigkeit auffangen und mit Milch auf ¼ Liter auffüllen. Butter 30 Sek. lang bei MIKROWELLE 600 W zerlassen. Mehl unterrühren, Mischung bei MIKROWELLE 600 W 30 Sekunden lang trocknen, dann die Milchmischung nach und nach unterrühren. Bei MIKROWELLE 1000 W 3-5 Min. lang garen. Mit dem Schneebesen gut durchschlagen, Pilze zur Sauce geben, dann Eier und Sahne unterrühren. Sauce abschmecken. Den Teig ausrollen und Linien Gericht. Prick Basis über und über mit einer Gabel. Kühlen Sie für 15 Minuten. Ofen vorheizen auf 180 °C CONVECTION Deckel mit Pergament- und Backbohnen und kochen für 15-20 Minuten auf der unteren Einschubposition. Heizen Sie das Mikrowellengerät mit HEISSLUFT 210 °C. Die Pilzmischung einfüllen. Rund 25-30 Min. garen, KOMBINATION: HEISSLUFT 210 °C + MIKROWELLE 100 W.

## Zutaten

### Für 4 Personen

30 g Butter  
30 g Mehl  
250 ml Milch  
80 g Gruyere, gerieben  
4 Eier, getrennt  
Salz und Pfeffer

**Gefäß: 1 Soufflé-Form  
(Ø 18 cm)**

**Zubehör: Blech**

## Käse-Soufflé

Butter 30 Sek. lang in einer kleinen Schüssel bei MIKROWELLE 1000 W zergehen lassen. Mehl hinzufügen und vermischen. Milch hinzugießen. Béchamel bei MIKROWELLE 1000 W 2-3 Minuten lang garen. Schnell durchrühren und dann zunächst den geriebenen Käse und anschließend die Eigelbe einzeln hinzufügen. Sauce abschmecken. Heizen Sie das Mikrowellengerät mit HEISSLUFT 210 °C mit dem Blech in der unteren Einschubposition vor. In der Zwischenzeit die Soufflé-Form mit der Butter einfetten und mit Mehl bestäuben. Einweiß schlagen, bis es steif ist. Die abgekühlte Mornay-Sauce mit Hilfe eines Spachtels vorsichtig unterheben. In die Form geben, ohne Druck auszuüben. Bei HEISSLUFT 210 °C etwa 20 Min. lang garen und dann bei HEISSLUFT 180 °C weitere 10 Min. Sofort servieren.

## Zutaten

### Für 2 Personen

4 Scheiben mit Butter bestrichenes  
Brot  
5 ml Dijon-Senf  
2 Scheiben Räucherschinken  
100 g Käsescheiben

**Gefäß: 1 große Pyrex®  
Auflaufform mit Deckel (3 Liter)**

**Zubehör: Metallrost**

## Schinkentoast mit Käse

Grill auf GRILL 1 vorheizen. Das Brot mit der mit Butter bestrichenen Seite nach oben auf den Metallrost in der unteren Einschubposition legen, und mit GRILL 1 3-4 Min. oder bis goldbraun leicht toasten. Bei 2 Brotscheiben die nicht getoasteten Seiten mit Senf bestreichen und mit Schinken und Käse belegen. Mit den anderen Scheiben belegen, wobei die gebräunte Seite nach oben zeigt. Erneut auf den Metallrost in der oberen Position legen und mit KOMBINATION: GRILL 2 + AUF MIKROWELLE 300 W etwa 1½ -2 Min. oder bis der Käse geschmolzen ist grillen.



## Quiche Lorraine

Speck in kleine Stücke schneiden. Auf einem abgedeckten Teller auf den Boden des Ofens stellen und mit MIKROWELLE 1000 W für 1 Min. kochen. Abtropfen lassen. Form mit dem Teig auslegen. Speckwürfel und geriebenen Greyerzer-Käse auf dem Teig verteilen. Die Milch, Gewürze, Eier, Sahne und Muskat mit einem Handmixer verrühren. Eiermasse in die Form gießen. Auf der Glasablage in der unteren Einschubposition bei KOMBINATION: HEISSLUFT 210 °C + MIKROWELLE 100 W 27 Min. lang backen.

## Zutaten

### Für 4 Personen

100 g geräucherter Frühstücksspeck (Bacon)  
300 g Mürbeteig  
100 g Greyerzer-Käse, gerieben  
150 ml Milch  
3 Eier  
150 ml Sahne  
Salz und Pfeffer  
Muskat, gerieben

**Gefäß: 1 Teller + runde Auflaufform (23 cm)**

**Zubehör: Glasablage**

## Käse-Quiche

Butter und Mehl mit den Händen zu feinen Streuseln verarbeiten. Mit genügend Wasser zu einem Teig verarbeiten. Ausrollen und die Kuchenform auslegen. Teig mit der Gabel einstechen. 15 Minuten kühl stellen. Ofen mit HEISSLUFT 180 °C vorheizen. Mit Backpapier und Backbohnen bedecken und 15-20 Min. lang auf der unteren Einschubposition backen. Geriebenen Käse und Mehl in einer Plastiktüte gut durchschütteln. Restliche Zutaten in einer großen Schüssel vermengen. Käse dazugeben und gut durchrühren. Auf den Tortenboden geben und mit Muskat bestreuen. Mit KOMBINATION: HEISSLUFT 200 °C + MIKROWELLE 100 W 30 Min. lang oder bis Quiche gar und braun ist backen.

## Zutaten

### Für 6 Personen

100 g einfaches Mehl  
50 g Butter oder Margarine  
Wasser zum Binden des Teigs

### Füllung:

250 g Greyerzer-Käse, gerieben  
30 ml Mehl  
2 Eier  
300 ml Milch  
60 ml Weißwein  
1 zerdrückte Knoblauchzehe  
3 ml Selleriesalz  
Muskat zum Bestreuen

**Gefäß: flache Pyrex® Form (23 cm) + 1 große Pyrex® Schüssel**

**Zubehör: Glasablage**

## Käsetörtchen mit rotem Pesto

Mürbeteig etwa 3 mm dick ausrollen. Mit einem runden Ausstecher von 7,5 cm Durchmesser 24 Kreise ausstechen. Die Mulden der beiden leicht eingefetteten Backbleche mit den Teigscheiben auslegen. Teig 30 Min. lang kühl stellen. Den Ofen auf HEISSLUFT 200 °C vorheizen, wobei sich das Blech in der unteren Position und der Metallrost in der oberen Position befindet. In einer Schüssel das rote Pesto mit den Tomaten, Knoblauch, schwarzen Oliven und Mozzarella vermischen. Diese Mischung in die Teigformen füllen. Törtchen mit Parmesan und Oregano bestreuen. Törtchen bei HEISSLUFT 200 °C 15-20 Min. lang backen, oder bis sie goldbraun sind.

## Zutaten

### Für 24 Personen

300 g fertiger Mürbeteig  
90 g rotes Pesto oder Püree von sonnengetrockneten Tomaten  
2 mittelgroße Tomaten, enthäutet, entkern und gehackt  
25 g schwarze Oliven, grob gehackt  
125 g Fontina oder Mozzarella-Käse, gerieben  
1 Knoblauchzehe, zerdrückt  
25 g Parmesan-Käse, gerieben  
1 Tl. getrockneter Oregano

**Gefäß: 2 Törtchen-Backbleche (32 cm x 24 cm)**

**Zubehör: Emailblech + Drahtrost**



## Zutaten

### Für 4 Personen

#### Fleischsauce

- 1 gehackte Zwiebel
- 1 zerdrückte Knoblauchzehe
- 5 ml Öl
- 400 g Dose Tomatenstücke
- 150 ml Rotwein
- 30 ml Tomatenpüree
- 5 ml gemischte Kräuter
- 500 g Rinderhack
- Salz und Pfeffer

#### Lasagne

- 1 Portion fertige Weiße Sauce (siehe Seite 124)
- 100 g geriebener Käse
- 5 ml Senf
- Salz und Pfeffer
- 250 g frische Lasagne
- 50 g Parmesan-Käse, gerieben

**Gefäß:** 1 x Pyrex® Auflaufform mit Deckel (1,5 Liter) + große rechteckige Pyrex® Form

**Zubehör:** keines

## Lasagne

Zwiebeln, Knoblauch und Öl in Auflaufform geben. Auf den Boden des Ofens stellen und bei MIKROWELLE 600 W 3 Min. lang garen. Alle weiteren Zutaten der Fleischsauce in die Auflaufform geben. Gut umrühren. Abdecken und mit der Einstellung MIKROWELLE 1000 W 10 Min. lang kochen. Anschließend MIKROWELLE 600 W 15-20 Min. lang oder bis gar. Senf und geriebenen Käse zu der weißen Sauce hinzufügen. Den Boden der Form mit einer Lage weißer Sauce abdecken, dann eine Lage Lasagne darauflegen und anschließend eine Lage Fleischsauce darübergeben. Eine weitere Lage Lasagne, dann wiederum Fleischsauce und zum Schluss eine Lage weiße Sauce. Mit Parmesan-Käse bestreuen. Auf den Boden des Ofens stellen und mit Einstellung KOMBINATION: MIKROWELLE 440 W + GRILL 1 10 Min. lang garen. Anschließend GRILL 1 für 3-5 Min oder bis goldbraun.

## Zutaten

### Für 4 Personen

- 15 g getrocknete Steinpilze
- 15 g Butter
- 225 g Champignons
- 1 große Zwiebel, geschält und fein gehackt
- 150 ml Rotwein
- 4 Filetsteaks, ca. 150 g
- 375 g Blätterteig
- 1 großes Ei, verquirlt
- Salz und Pfeffer

**Gefäß:** 1 große Jenaer-Glasschüssel

**Zubehör:** Emailblech

## Rindsfilets im Schlafrock

Die Steinpilze für 20 Min. in kochendem Wasser einweichen. Wasser abgießen und Pilze fein hacken. Die Butter, alle Pilze und Zwiebeln in eine Schüssel geben und abdecken. Auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und 3 Min. bei MIKROWELLE 1000 W garen. Den Wein der Pilzmischung hinzugeben und das Gericht bei MIKROWELLE 1000 W für 7-8 Min. garen. Ofen bei UMLUFT auf 200 °C vorwärmen. Die Filets auf das Emailblech in der mittleren Einschubposition stellen und bei UMLUFT 200 °C für 10-15 Min. garen. Abkühlen lassen. Die Pastete in 4 Stücke schneiden und jedes Stück zu einem 15 x 15 cm großen Quadrat ausrollen und mit dem verquirlten Ei bestreichen. ¼ der Pilzmischung in die Mitte jedes Pastetenquadrats geben und ein Filet obenauf legen. Würzen. Die Ecken der Pastete zur Mitte umschlagen und die Pastete auf das gefettete Emailblech legen. Mit dem verquirlten Ei bestreichen. In der unteren Einschubposition bei UMLUFT 220 °C für 25 Min. (schwach durchgebraten) bzw. 30 Min. (gut durchgebraten) garen.

## Zutaten

### Für 4 Personen

- 250 g braune Linsen
- 1 große gehackte Zwiebel
- 4 Scheiben Räucherfleisch, gewürfelt
- Prise Thymian
- 1 Brühwürfel
- 4 geräucherte Würste
- Salz und Pfeffer

**Gefäß:** 1 Pyrex® Auflaufform mit Deckel (2 Liter)

**Zubehör:** keines

## Schweinefleisch mit Linsen

Die Linsen in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, auf den Boden des Geräts stellen, mit MIKROWELLE 1000 W 7-8 Min. kochen, abgießen und abkühlen lassen. Mit den gehackten Zwiebeln, dem gewürfelten Speck, einer Prise Thymian und dem Brühwürfel in die Form geben. Mit Wasser bedecken. 12 Min. lang abgedeckt mit MIKROWELLE 1000 W garen, dann 40-50 Min. mit MIKROWELLE 300 W. 20 Min. vor Ablauf der Garzeit die geräucherten Würste hinzufügen. Nach Bedarf vor dem Servieren nachwürzen.



## Schweinefleisch süß-sauer

Alle Saucenzutaten vermischen. Schweinefleisch, Paprika und Ananas schichtenweise in Auflaufform geben. Sauce darübergießen und auf dem Boden des Ofens bei MIKROWELLE 600 W 15 Min. oder bis das Fleisch zart ist garen, gelegentlich umrühren.

### Zutaten

**Für 4 Personen**

30 ml Speisestärke  
15 g Zucker  
15 ml Weißweinessig  
15 ml Orangensaft  
15 ml Tomatenpüree  
15 ml Sherry  
225 g Dose Ananasstücke, mit Saft  
Abschmecken.  
450 g Schweinefilet, gewürfelt  
½ grüne Paprika, gehackt

**Gefäß: 1 mittlere  
Pyrex® Auflaufform**

**Zubehör: keines**

## Ungarisches Gulasch

Fleisch in dem Mehl wenden. Alle Zutaten mit Ausnahme des Sauerrahms in Auflaufform vermischen. Abdecken und auf dem Boden des Ofens mit MIKROWELLE 440 W 40-50 Min. lang oder bis das Fleisch zart ist garen. Sofort aus dem Ofen nehmen und den Sauerrahm unterrühren.

### Zutaten

**Für 4 Personen**

700 g Schmorfleisch, in Würfel  
geschnitten  
50 g gewürztes Mehl  
1 große Zwiebel  
1 rote Paprikaschote, entkernt  
und gehackt  
400 g Dose  
Tomatenstücke  
175 g Pilze  
600 ml heiße Rinderbrühe  
45 ml Tomatenpüree  
30 ml Paprika  
5 ml Zucker  
60 ml Sauerrahm

**Gefäß: 1 große Pyrex®  
Auflaufform mit Deckel**

**Zubehör: keines**



## Zutaten

### **Für 4 Personen**

- 100 g Räucherspeck
- 5 ml gemischte Kräuter
- 1 zerdrückte Knoblauchzehe
- 4 Hähnchenportionen, ca. 1,2 kg,  
Haut entfernt
- Salz und Pfeffer
- 100 g kleine Champignons
- 300 g ganze Schalotten
- 30 ml Brandy
- 275 ml Rotwein
- 150 ml Hähnchenbrühe
- Speisestärke zum Andicken
- Petersilie, gehackt

**Gefäß: 1 große Pyrex®  
Auflaufform mit Deckel**

**Zubehör: keines**

## Coq au Vin

Speck, Kräuter und Knoblauch in Auflaufform geben. Auf den Boden des Ofens stellen und bei MIKROWELLE 1000 W 2 Min. lang garen. Übrige Zutaten in Auflaufform geben und abdecken. Auf den Boden des Ofens stellen und mit Einstellung KOMBINATION: HEISSLUFT 160 °C + MIKROWELLE 100 W für 1 Stunde 30 Min. oder bis gar kochen. Überschüssiges Fett abschöpfen. Die Sauce mit Mischung aus Speisestärke und Wasser andicken. Zum Servieren mit gehackter Petersilie garnieren.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

- 1 Bund Frühlingszwiebeln,  
längsseitig durchgeschnitten und  
gehackt
- 450 g Rumpsteak, dünn  
quer zur Faser geschnitten
- 100 g Jungmais
- 100 g Okra, in Scheiben  
geschnitten
- 350 g Glas Thai-Currysauce

**Gefäß: 1 mittlere Pyrex®  
Auflaufform**

**Zubehör: keines**

## Thai Rindercurry

Alle Zutaten in eine Auflaufform geben, einige Frühlingszwiebeln zur Garnierung zur Seite stellen. Gut durchrühren, abdecken und auf dem Boden des Geräts mit KOMBINATION: HEISSLUFT 160 °C + MIKROWELLE 100 W 45-60 Min. bis eine Stunde lang oder bis das Fleisch zart ist garen. Mit Frühlingszwiebeln garnieren.



## Griechisches Lammragout

Lamm und Zwiebel in die Auflaufform geben und Deckel aufsetzen. Auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und 10 Min. bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W garen. Den Chili längsweise aufschneiden, aber das obere Ende intakt lassen (Samen entfernen) – dadurch wird dem Ragout ohne zu viel Schärfe zusätzlich Geschmack verliehen. Chili, Knoblauch, Rosmarin, Wein und Tomaten in das Lammragout rühren, Deckel aufsetzen und bei MIKROWELLE 440 W für 40 Min. garen; nach der Hälfte der Garzeit umrühren. Die schwarzen Oliven und die Linguine unterrühren. Bei MIKROWELLE 440 W für weitere 15 Min. oder bis die Linguine gar ist, weiter garen. Chili und Rosmarin entfernen und wegwerfen. Vor dem Servieren den Fetakäse und die Minze unterrühren.

## Hackbraten

Die ersten 9 Hackbratenzutaten in eine große Rührschüssel geben und gut vermischen, am besten mit den Händen. Die Mischung in eine Pyrex® Brotform geben und festdrücken, bis die Oberfläche gerade ist. Die Speckscheiben auf den Braten legen und die Brühe darübergießen. Nicht abdecken. Auf der Glasablage in der unteren Position mit MIKROWELLE 1000 W 18 Min. lang kochen. Den Käse auf den Hackbraten legen und weitere 3-5 Min. mit KOMBINATION: GRILL 1 und MIKROWELLE 440 W backen.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

700 g Lammfilet,  
in Würfel geschnitten  
2 Zwiebeln, gehackt  
1 roter Chili  
2 Knoblauchzehen, zerdrückt  
1 Zweig Rosmarin  
275 ml Weißwein  
400 g-Dose gewürfelte Tomaten  
45 ml in Scheiben geschnittene,  
schwarze Oliven  
100 g Linguine, in  
kleine Stücke zerbrochen  
150 g Fetakäse, in Würfel  
geschnitten  
15 g frische Minze, gehackt

**Gefäß: 1 Pyrex® Auflaufform  
mit Deckel (3 Liter)**

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

500 g Rinderhack  
50 g Paniermehl  
1 Ei  
1 gehackte Zwiebel  
50 g Pilze, gehackt  
2 EL Kapern  
1 EL Petersilie  
4 EL Sojasauce  
Paprika  
150 g Speck, in Streifen  
geschnitten  
125 ml Brühe (instant)  
4 Scheiben Gouda

**Gefäß: 1 Pyrex® Brotform**

**Zubehör: Glasablage**



## Zutaten

### **Für 4 Personen**

- 2 große Hähnchenbrüste
- 3 EL gehackter frischer Koriander
- Ein 2,5 cm großes Stück Ingwer, in Streifen geschnitten
- 6-8 Frühlingszwiebeln, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, geschält und zerdrückt
- 1 roter Chili, fein gehackt
- 50 ml leichte Sojasauce
- 30 ml Reissessig
- 1 TL weicher brauner Zucker
- 2 EL Erdnussöl
- 1 EL Pflanzenöl
- 1 TL Sesamöl
- 200 g Eiernudeln

**Gefäß:** 2 x kleine Jenaer-Glasschüsseln  
1 x große Jenaer-Glasschüssel

**Zubehör:** Einsatz +  
Glasablage

**Wassertank füllen**

## Gedünstetes Hähnchen mit Nudeln

Die Hähnchenbrüste zwischen zwei Bahnen Klarsichtfolie legen und mit einem Fleischklopper oder Nudelholz dünn klopfen bzw. rollen. Die Klarsichtfolie entfernen, die Hähnchenbrüste auf den Einsatz legen und gut würzen. Den Einsatz auf die Glasablage in der mittleren Einschubposition des Ofens stellen und bei DAMPF 1 für 15-20 Minuten oder bis das Hähnchenfleisch gar ist, garen. Den gehackten Koriander, Ingwer, Frühlingszwiebeln, gestoßenen Knoblauch, roten Chili, Sojasauce, Reissessig und den leichten braunen Zucker in eine Schüssel geben und gut verrühren. Die drei verschiedenen Öle in eine Schüssel geben und auf dem Boden des Mikrowellengerätes bei MIKROWELLE 600 W für 90 Sekunden erwärmen. Die Frühlingszwiebel-Mischung darüber gießen und gut vermischen. Die Nudeln in eine große Schüssel geben und ausreichend kochendes Wasser dazugeben. Auf dem Boden des Mikrowellengerätes bei DAMPF 1 für 8 Min. garen. Wasser abgießen. Zum Servieren die gegarten Eiernudeln in eine flache Servierschüssel geben. Das gedünste Hähnchenfleisch in Scheiben schneiden und die Frühlingszwiebel-Mischung mit einem Löffel darüber geben. Das Gericht mit den Säften aus der Schüssel beträufeln.

## Zutaten

### **Für 4-5 Personen**

- 2 Zitronen, in dünne Scheiben geschnitten
- 1 Bund Thymian
- 4 Hähnchenbrüste
- 6 Knoblauchzehen, geschält
- Salz, Pfeffer
- 200 ml Naturjoghurt
- 1 EL Honig
- 1 TL Dijon-Senf
- Salz, Pfeffer
- 2 kleine Zucchini, in dicke Scheiben geschnitten
- Broccoli, in kleine Röschen geschnitten

**Gefäß:** 1 x Jenaer-Glasschüssel

**Zubehör:** Einsatz +  
Glasablage

**Wassertank füllen**

## Gedünstetes Hähnchen mit Zitrone & Thymian

Die Zitronenscheiben auf den Einsatz legen und den Thymian darüber verteilen. Die Hähnchenbrüste zwischen zwei Bahnen Klarsichtfolie legen und mit einem Fleischklopper oder Nudelholz dünn klopfen bzw. rollen. Die Klarsichtfolie entfernen und das Hähnchen auf die Zitrone und den Thymian legen. Den ganzen Knoblauch, die Gewürze und den fein gehackten Thymian in einer kleinen Schüssel vermischen. Mit einem Löffel über dem Hähnchen verteilen. Das Hähnchen bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 300 W für 20 Min. garen.

### **Zubereitung des Joghurt-Dressings:**

2-3 gedünste Knoblauchzehen (wie oben beschrieben zubereitet) in einer kleinen Schüssel zerdrücken. Joghurt, Honig und Senf hinzugeben und gut verrühren. Das Dressing mit dem Hähnchen servieren. Mit dem gedünsteten Broccoli und Zucchini auftragen.



## Kartoffeln dauphinois

Die Innenseite des Gefäßes mit den Knoblauchhälften ausreiben. Knoblauch wegwerfen. Die Kartoffeln zusammen mit 45 ml (3 EL) Wasser in das Gefäß geben. Deckel aufsetzen, auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE für 12 Min. blanchieren. Wasser abgießen. Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Die Kartoffelscheiben in die Form schichten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat zwischen jeder Schicht würzen. Die Doppelsahne gleichmäßig über die Kartoffeln gießen und Butterflöckchen daraufgeben. Das Gefäß auf die Glasablage in der unteren Einschubposition stellen und bei UMLUFT 190 °C + 300 W MIKROWELLE für 25 Min. oder bis die Kartoffeln gar sind, garen.

## Ratatouille

Alle Zutaten in einer Schmorpfanne vermengen. Deckel aufsetzen, Kasserole auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE für 20-25 Min. oder bis das Gemüse weich ist, garen. Nach der Hälfte der Garzeit umrühren.

## Gemüse Couscous

Legen Sie alle Gemüse in eine große Schüssel, und Koch auf Basis der Ofen auf DAMPF 1 für 20-30 Minuten, oder bis das Gemüse weich ist. Zeigen Couscous, Kichererbsen, Gewürze, Salz und Knoblauch in eine große Schüssel. Gießen Lager über den Couscous-Mischung und Koch auf DAMPF 1 + Mikrowelle 440 W für 10 Minuten. Trennen Sie die Körner mit einer Gabel und dienen mit den Körnern.

## Zutaten

### **Für 4-6 Personen**

1 Knoblauchzehe, halbiert  
700 g Kartoffeln, halbiert  
Salz und Pfeffer  
Prise Muskat  
150 ml Crème double  
25 g Butter

**Gefäß: flache Form  
(20 cm Ø)**

**Zubehör: keines**

**Wassertank füllen**

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

1 Aubergine, in Scheiben  
1 Zwiebel, in Scheiben  
30 ml Olivenöl  
1 Knoblauchzehe,  
geschält und zerdrückt  
1 Zucchini, in Scheiben  
1 grüne Paprikaschote,  
entkernt und in Streifen  
400 g Dose Tomaten  
15 ml gemischte Kräuter  
Mit Salz und Pfeffer abschmecken

**Gefäß: 1 Pyrex® Auflaufform  
mit Deckel (20 cm Ø)**

**Zubehör: keines**

**Wassertank füllen**

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

1 große, in Ringe geschnittene  
Zwiebel  
225 g Zucchini,  
in dicken Scheiben  
225 g grüne Bohnen,  
gehackt  
225 g Karotten,  
in dicken Scheiben  
1 kleiner Blumenkohl,  
in Röschen aufgeteilt  
350 g Couscous  
400 g Kichererbsen,  
abgetropft  
5 ml Gelbwurz  
3 ml Zimt  
Salz  
1 zerdrückte Knoblauchzehe  
300 ml heiße Gemüsebrühe

**Gefäß: 1 große Pyrex®  
Auflaufform**

**Zubehör: keines**



## Zutaten

### **Für 4 -5 Personen**

- ½ Zwiebel, fein gehackt
- Olivenöl
- 500 g geschälte Karotten
- ½ Teelöffel Kümmelpulver
- ½ Teelöffel Honig
- ½ Orange, geriebene Schale und Saft
- Salz, Pfeffer

**Gefäß: flaches Gefäß, 26 x 26 cm**

**Zubehör: Einsatz, Glasablage  
Wassertank füllen**

## Karotten mit Orange & Kreuzkümmel

Die Zwiebel zusammen mit 1 Esslöffel Olivenöl in eine flache Schüssel geben und auf dem Boden des Mikrowellengerätes für 2 bis 3 Min. bei MIKROWELLE 1000 W garen. Die geschälten Möhren in gleichmäßige Scheiben schneiden. Zusammen mit Zwiebel, Kümmel, Honig, dem Orangensaft und der geriebenen Orangenschale in das Gefäß geben. Für 16 Min. bei KOMBINATION: DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W garen. Nach der Hälfte der Garzeit umrühren und würzen.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

- 1 gehackte Zwiebel
- 260 g Karotten, gerieben
- 1 EL Olivenöl
- 2 TL mildes Chilipulver
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 1 400 g Dose Tomatenstücke, abgetropft
- 1 400 g Dose gebackene Bohnen, abgetropft
- 1 400 g Dose gemischte Bohnen, abgespült und abgetropft
- 6 kleine Tortillas
- 200 g fettarmer natürlicher Joghurt
- 50 g Hartkäse, gerieben

**Gefäß: 1 große Pyrex®  
Auflaufform +  
1 viereckige Pyrex® Form  
(22 x 22 cm)**

**Zubehör: Metallrost**

## Bohnen-Enchiladas

Garen Sie die Zwiebeln und Karotten mit dem Olivenöl in der abgedeckten Pyrex® Auflaufform auf dem Boden des Geräts mit MIKROWELLE 1000 W für 5-6 Min. Nach Ablauf der halben Garzeit umrühren. Das Chilipulver und den gemahlenden Kreuzkümmel unterrühren. Mit MIKROWELLE 1000 W 1 Min. lang garen. Die Tomaten und Bohnen unterrühren. Abdecken und 8-10 Min. lang mit MIKROWELLE 1000 W zum Kochen bringen, dann 10 Min. mit MIKROWELLE 300 W garen und gelegentlich umrühren. Eine dünne Lage der Mischung auf dem Boden der viereckigen Pyrex® Form verteilen. Jede Tortilla mit einigen Esslöffeln der Mischung befüllen, die Ecken umschlagen und aufrollen. Mit der Naht nach unten in die Form legen. Mit der restlichen Mischung bedecken. Joghurt und geriebenen Käse vermischen und gleichmäßig über dem Gericht verteilen. Auf Blech in der unteren Einschubposition stellen und mit GRILL 1 10-15 Min. bräunen.



## Gefüllte Zucchini

Zeigen Zucchini auf Untersetzer, Topfuntersetzer und Ort auf Glas Regal im unteren Regalposition und Koch auf DAMPF 1 für 15 Minuten. Für die Füllung alle Zutaten zusammen in eine Schüssel geben. Streuen Sie die Mischung auf der Oberseite der Zucchini und Nieselregen mit dem restlichen Olivenöl. Zurück in den Ofen und backen auf einem Gitterrost für 10-15 Minuten auf 200 °C CONVECTION.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

2 Zucchini, der Länge nach halbiert  
2 TL Extra Natives Olivenöl

### **Für die Füllung:**

30 g weißes Paniermehl  
20 g Pinienkerne  
3 fein geschnittene Frühlingszwiebeln  
1 Knoblauchzehe, zerdrückt  
1 TL getrocknete Thymianblätter  
20 g Parmesan, fein gerieben

**Gefäß: 1 flache**

**Pyrex® Form**

**Zubehör: Metallrost**

## Quinoa Tabbouleh mit Minze

Am Tag zuvor zubereiten. Quinoa in einer großen Schüssel abwiegen und mit der doppelten Menge gesalzenem heißen Wasser zunächst 5 Min. auf dem Boden des Geräts mit MIKROWELLE 1000 W, anschließend ca. 10-15 Min. mit MIKROWELLE 300 W garen. Abgießen und abkühlen lassen. Abdecken und die Zucchini und gefrorenen Erbsen mit Wasser in einer Schüssel auf MIKROWELLE 1000 W ca. 6-8 Min. garen. Gründlich abgießen und abkühlen lassen. Minzeblättchen vom Stengel zupfen und mit dem Olivenöl und dem Zitronensaft vermischen. Zur Quinoa-Zucchini-Erbsen-Mischung geben. Abschmecken und vor dem Servieren mehrere Stunden durchziehen lassen.

## Zutaten

### **Für 6-8 Personen**

300 g Quinoa  
2 fein gehackte Zucchini  
300 g gefrorene Erbsen  
1 Bund Minze  
100 ml Olivenöl  
Saft von zwei Zitronen  
Salz und Pfeffer

**Gefäß: 1 große Pyrex®**

**Schüssel + 1 mittlere Pyrex®**

**Schüssel**

**Zubehör: keines**

## Sellerie-Püree

Sellerie und Kartoffel schälen und in kleine Stücke schneiden. Das Gemüse auf den Einsatz auf der Glasablage legen. In der mittleren Einschubposition bei DAMPF 1 für 10-15 Min. garen, bis das Gemüse weich ist. Das Gemüse in eine Küchenmaschine geben. Butter und Milch hinzugeben. So lange schlagen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Nach Bedarf nachwürzen und etwas geriebene Muskatnuss hinzufügen.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

400 g Sellerie  
1 Kartoffel  
20 g Butter  
75 ml Milch  
Eine Prise Muskat  
Salz, Pfeffer

**Gefäß: Servierschüssel,  
22 cm Ø**

**Zubehör: Einsatz + Glasablage  
Wassertank füllen**



## Zutaten

### Für 4 -5 Personen

- 1 Prise Zucker
- ¼ Orange, fein geriebene Schale
- 1 Prise Kreuzkümmel
- 1 EL Thymian
- 60 g ungesalzene, weiche Butter
- 250 g Möhren

**Zubehör: Einsatz, Glasablage**  
**Wassertank füllen**

## Gedünstete Karotten mit Orange, Kreuzkümmel und Thymian

Mit Mörser und Stößel Zucker, geriebene Schale, Kümmel und Thymian gemeinsam zerdrücken. Anschließend die Butter hinzugeben und gut verrühren. Mit einem Löffel die Masse auf ein Blatt Backpapier geben und zu einem Zylinder rollen; beide Enden verdrehen, sodass der Zylinder dicht ist. In den Gefrierschrank stellen und fest werden lassen. Die Karotten waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Die Karottenscheiben auf den Einsatz auf der Glasablage legen. In der mittleren Einschubposition DAMPF 1 mit MIKROWELLE 440 W für 15 Min. garen, bis die Karotten weich sind. Die Kräuterbutter in Scheiben schneiden und die Karotten mit der darüber geschmolzenen Butter servieren.

## Zutaten

### Für 4 -5 Personen

- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- ½ roter Chili, entkernt, fein gehackt
- 2 sonnengetrocknete Tomaten in Öl, abgetropft und fein gehackt
- 60 g ungesalzene Butter
- 300 g Zucchini

**Zubehör: Einsatz, Glasablage**  
**Wassertank füllen**

## Gedünstete Zucchini mit Tomate und Chili

Mit Mörser und Stößel Knoblauch, Chili und sonnengetrocknete Tomaten zu einer Paste zerdrücken. Die Butter hinzugeben und gut verrühren. Mit einem Löffel die Masse auf ein Blatt Backpapier geben und zu einem Zylinder rollen; beide Enden verdrehen, sodass der Zylinder dicht ist. In den Gefrierschrank stellen und fest werden lassen. Die Zucchini waschen, in Scheiben schneiden und auf den Einsatz auf der Glasablage legen. In der mittleren Einschubposition bei DAMPF 1 mit MIKROWELLE 440 W für 8 Min. garen, bis die Zucchini weich sind. Die Kräuterbutter in Scheiben schneiden und die Zucchini mit der darüber geschmolzenen Butter servieren.

## Zutaten

### Für 4 -5 Personen

- ½ Zitrone, fein geriebene Schale
- 15 ml Zitronensaft
- Gewürze
- 60 g ungesalzene Butter
- 200 g Zuckerschoten

**Zubehör: Einsatz, Glasablage**  
**Wassertank füllen**

## Gedünstete Zuckerschoten mit Zitrusbutter

Alle Zutaten, außer den Zuckerschoten, miteinander vermischen. Mit einem Löffel die Masse auf ein Blatt Backpapier geben und zu einem Zylinder rollen; beide Enden verdrehen, sodass der Zylinder dicht ist. Im Kühlschrank aufbewahren. Die Zuckerschoten waschen, beschneiden und auf den Einsatz auf der Glasablage legen. In der mittleren Einschubposition bei DAMPF 1 mit MIKROWELLE 440 W für 12 Min. garen, bis die Schoten weich sind. Die Kräuterbutter in Scheiben schneiden und die Zuckerschoten mit der darüber geschmolzenen Butter servieren.



## Steinpilzrisotto mit Basilikum

Die Steinpilze mindestens 2 Stunden in 400 ml warmem Wasser einweichen. Zwiebel, Reis und Butter in der Schüssel vermischen. Bei KOMBINATION: DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W für 3 Minuten garen. Das mit Wasser auf einen Liter Flüssigkeit aufgefüllte Einweichwasser mit den Pilzen, die zerdrückte Knoblauchzehe und den Gemüsebouillonwürfel hinzugeben. Nicht abdecken. In der unteren Einschubposition auf der Glasablage bei KOMBINATION: DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W für 20 Min. garen. Nach der Hälfte der Garzeit die grob gehackten Pilze, das Basilikum und erforderlichenfalls noch ein wenig Wasser hinzugeben. Abschmecken und servieren.

## Spinat-und Ricotta-Lasagne

Die Hälfte der Zwiebeln und Knoblauch mit 1 EL Öl in eine Schüssel geben, abdecken und auf dem Boden des Ofens 2-3 Min. oder bis die Zwiebeln weich sind mit DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W garen. Rote Paprika, Tomaten und Tomatenpüree hinzufügen, abschmecken und mit MIKROWELLE 1000 W 5-6 Min. garen. Den Rest der Zwiebeln und Knoblauch mit 1 EL Öl in eine weitere Schüssel geben. Bei MIKROWELLE 1000 W 2-3 Min. lang garen, bis die Zwiebeln weich sind. Spinat dazugeben und gut durchrühren. Bei MIKROWELLE 1000 W 2-3 Min. lang oder bis gar kochen. Abtropfen lassen. Eine Lage Spinat in die flache Form füllen. Mit dem Ricotta-Käse belegen, dann mit Lasagne, gefolgt von einer Lage Tomatensauce und einer weiteren Lage Lasagneblätter. Mit Joghurt abdecken und mit Parmesan bestreuen. Auf den Boden des Ofens stellen und mit der Einstellung KOMBINATION: GRILL 1 + MIKROWELLE 440 W 20 Min. lang und dann mit GRILL 1 3-5 Min. lang oder bis die Lasagne goldbraun und gut durchgeheizt ist garen.

## Tagliatelle Toscana

Nudeln in 440 ml kochendem Wasser abgedeckt auf dem Boden des Ofens bei MIKROWELLE 1000 W 6-8 Min. oder bis sie weich sind kochen. Abtropfen lassen. Zwiebeln, Knoblauch und Öl in eine Schüssel geben und mit MIKROWELLE 1000 W 2 Min. lang oder bis die Zwiebeln weich sind garen. Die verbleibenden Zutaten mit Ausnahme von Mozzarella, Tagliatelle und Parmesan hinzufügen, abdecken und mit MIKROWELLE 1000 W 8-10 Min. lang garen. Die abgegossenen Nudeln mit dem Mozzarella vermischen. In eine Auflaufform geben. Sauce über den Auflauf gießen. Mit Parmesan bestreuen und mit KOMBINATION: HEISSLUFT 230 °C + GRILL 1 + MIKROWELLE 440 W 15 Min. oder bis der Auflauf goldbraun und gut durchgeheizt ist garen.

## Zutaten

### Für 4 Personen

40 g getrocknete Steinpilze  
1 gehackte Zwiebel  
250 g Risottoreis  
50 g Butter  
1 Knoblauchzehe, zerdrückt  
1 Würfel Gemüsebouillon  
Basilikumblätter, gehackt

**Gefäß: Ein 3-Liter-Schmortopf  
+ 1 Schüssel**

**Zubehör: Einsatz, Glasablage  
Wassertank füllen**

## Zutaten

### Für 4-6 Personen

2 gehackte Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen, zerdrückt  
30 ml Öl  
2 entkernte rote Paprikaschoten, gehackt  
400 g Dose Tomaten  
15 ml Tomatenpüree  
Salz und Pfeffer  
450 g Spinat  
450 g frischer Ricotta-Käse  
6 Lasagneblätter  
300 ml Naturjoghurt  
Parmesankäse

**Gefäß: 2 große Pyrex®  
Schüsseln + 1 große flache  
Form**

**Zubehör: keines  
Wassertank füllen**

## Zutaten

### Für 4 Personen

350 g frische Tagliatelle  
1 gehackte Zwiebel  
1 zerdrückte Knoblauchzehe  
15 ml Olivenöl  
1 große Aubergine, gewürfelt  
400 g Dose Tomaten  
stücke  
5 ml Basilikum, gehackt  
15 ml Tomatenpüree  
15 g Butter  
Salz und Pfeffer  
8-10 schwarze Oliven, entsteint  
100 g Mozzarella, gewürfelt  
30 ml Parmesan, gerieben

**Gefäß: 1 tiefe Pyrex®  
Auflaufform**

**Zubehör: keines**



## Zutaten

### **Für 4 Personen**

8 schnellkochende  
Cannelloni-Röhren  
600 ml weiße Sauce  
(siehe Seite 124)  
50 g Käse, gerieben

### **Füllung:**

100 g aufgetauter Spinat  
50 g Kochschinken, gehackt  
30 ml Parmesankäse  
1 Ei, verquirlt  
100 g gekochtes Hähnchenfleisch,  
fein gewürfelt  
15 ml Petersilie, fein gehackt  
1 ml Frühlingszwiebeln,  
fein gehackt  
60 ml Parmesankäse

**Gefäß: 1 flache Auflaufform  
(ca. 20 cm x 25 cm)**

**Zubehör: Metallrost**

## Cannelloni

Sauce nach Rezept herstellen, den geriebenen Käse hinzufügen und gut vermischen. Beiseite stellen. Alle Zutaten für die Füllung in einer großen Schüssel vermischen. Die Füllung von jedem Ende aus mit einem Teelöffel in die Cannelloni-Röhren füllen. Die Cannelloni auf den Boden der Form legen. Die Sauce darübergießen und mit dem Rest des Parmesan bestreuen. Auf dem Drahtrost in der mittleren Einschubposition mit KOMBINATION: HEISSLUFT 190 °C + MIKROWELLE 300 W für 25 Min. oder bis die Sauce Blasen wirft und braun wird garen.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

15 ml Öl  
2 grüne Chilischoten,  
entkernt und fein gehackt  
1 zerdrückte Knoblauchzehe  
1 Zwiebel, fein gehackt  
225 g Schnellkochreis,  
gut abgespült  
600 ml kochendes Salzwasser  
50 g Kokosnussmilch

**Gefäß: 1 große Schüssel**

**Zubehör: Glasablage  
Wassertank füllen**

## Kokosnuss-Reis

Das Öl, die Chilischoten, Knoblauch und Zwiebeln in die Schüssel geben. Abdecken und auf dem Boden des Ofens bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W 3-4 Min. garen. Reis, Wasser und Kokosmilch einrühren. Abdecken und auf der Glasablage in der unteren Einschubposition mit DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W 20-30 Min. oder bis die Flüssigkeit aufgesogen wurde.



## Meeresfrüchte-Auflauf

Meeresfrüchte auf dem Boden des Ofens mit MIKROWELLE 600 W gut 6 Min. auftauen und dabei mehrmals umrühren. Flüssigkeit abgießen, auffangen und mit 250 ml Milch auffüllen. Schalotten, Karotte und Pilze hacken und diese Mischung in einer abgedeckten Schüssel mit 30 g Butter 4 Min. lang mit MIKROWELLE 1000 W garen. 3 EL Milch hinzugeben, einrühren und 1 Min. lang mit MIKROWELLE 1000 W kochen. Milch und Auftaufflüssigkeit der Meeresfrüchte hinzufügen. Diese Sauce 5-6 Min. bei MIKROWELLE 1000 W garen, nach der Hälfte der Garzeit umrühren. (Wenn die Sauce nicht dick genug ist, ein wenig Saucenbinder mit Weißwein verrühren und dazugeben.) 1 EL Wein und den Dill unterrühren, die Meeresfrüchte dazugeben und abschmecken. Mischung in die Auflaufform gießen. Mit geriebenem Käse bestreuen, auf Drahtrost in der mittleren Position stellen und 6 Min. mit KOMBINATION: GRILL 1 + MIKROWELLE 440 W garen, anschließend 10 Min. mit GRILL 1 grillen.

## Krabben-Risotto

Zwiebel, Knoblauch, Butter und Pilze in eine große Schüssel geben. Auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE 10 Min. garen. Reis, Zitronensaft und -schale, Safran, Bouillon und Wein der Pilzmischung hinzugeben. Bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE für 10 Min. garen. Den Risotto umrühren. Die Erbsen hinzugeben und bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE für 8 Min. garen. Krabben und Schnittlauch hinzugeben und bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE für 4 Min. garen. 2-3 Min. ruhen lassen, danach servieren.

## Zutaten

### Für 4 Personen

500 g gefrorene gemischte Meeresfrüchte  
3 Schalotten  
250ml Milch  
1 Karotte  
150 g Pilze  
30 g Butter  
3 EL Mehl  
1 EL fruchtiger Weißwein  
1 EL gehackter Dill  
Salz und Pfeffer  
30 g geriebener Emmentaler

**Gefäß: 1 Pyrex® Schüssel + 1 kleine flache Form (24 cm Durchmesser)**

**Zubehör: Metallrost**

## Zutaten

### Für 4 Personen

1 Zwiebel, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, zerdrückt  
25 g Butter  
225 g braune Champignons, geviertelt  
225 g Arborio- (Risotto-) Reis  
1 Zitrone, Saft & Schale  
3 ml Safranfäden, zerdrückt  
300 ml heiße Gemüsebrühe  
300 ml Weißwein  
100 g tiefgefrorene Erbsen  
300 g gegarte, geschälte Garnelen  
30 ml fein gehackter Schnittlauch

**Gefäß: 1 x große Jenaer-Glasschüssel  
Wassertank füllen**



## Zutaten

### Für 4 Personen

- 1 gehackte Zwiebel
- 1 rote Paprikaschote entkernt, gehackt
- 200 ml Kokosmilch
- 1 Tomate, enthäutet und gehackt
- 1 EL Currypaste
- Saft von ½ Zitrone
- 600 g Seelachs oder Pollack, in große Stücke zerlegt
- Salz und Pfeffer

**Gefäß:** 1 Pyrex® Form (22 cm Ø)

**Zubehör:** keines

## Zutaten

### Für 4 Personen

- 4 Lachssteaks (800 g)
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- 4 Tomaten, in Scheiben
- Kräuter der Provence
- 1 Zucchini, in Scheiben
- 12 schwarze Oliven

**Gefäß:** 1 Pyrex® Form

**Zubehör:** Glasablage

**Wassertank füllen**

## Zutaten

### Für 6 Personen

- 75 ml Olivenöl
- 30 ml Tomatenpüree
- 2 gehackte Zwiebeln
- 1 große Lauchstange, in Ringe geschnitten
- 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 225 g Tomaten, enthäutet, geviertelt
- 1,2 l Fischbrühe
- Salz und Pfeffer
- 150 ml trockener Weißwein
- 4 Zweige Thymian
- Schale von 1 Orange, in kleinen Stücken
- 4 Saffranfäden
- 5 ml Chilisauce
- 450 g Kabeljau, Schellfisch oder Seelachs, ohne Haut und in große Stücke geschnitten
- 450 g gemischte Meeresfrüchte
- 4 große frische Krabben
- Bund Dill für Garnierung

**Gefäß:** 1 Pyrex® Auflaufform mit Deckel (3 Liter)

**Zubehör:** keines

## Fischcurry mit Kokosnuss

Zwiebel mit Pfeffer in der abgedeckten Form 4-5 Min. auf dem Boden des Ofens mit MIKROWELLE 1000 W garen. Kokosnussmilch, Tomaten, Currypaste und Zitronensaft hinzufügen. Mit MIKROWELLE 1000 W 3 Min. lang garen, bevor der Fisch hinzugefügt wird. Abdecken und auf MIKROWELLE 1000 W 6-7 Minuten kochen, nach der Hälfte der Garzeit umrühren. Vor dem Servieren abschmecken. Bei 4 gefrorenen Fischfilets ca. 13 Min. bei MIKROWELLE 1000 W garen. Nach der Hälfte der Garzeit umdrehen.

## Fischsteaks nach Art der Provence

Fischsteaks waschen und abtupfen, Mit Salz und Pfeffer bestreuen und mit Öl beträufeln. Fisch und Gemüse in eine Glasform legen, mit Olivenöl beträufeln und mit Kräutern der Provence bestreuen. Form auf die Glasablage in der unteren Einschubposition stellen und mit KOMBINATION: DAMPF 1 + MIKROWELLE 300 W ca. 20 Min. lang garen. Kurz vor Ende der Garzeit die Oliven in der Form verteilen.

## Bouillabaisse

Öl und Tomatenpüree in eine große Schüssel geben, auf dem Boden des Geräts mit MIKROWELLE 1000 W 1 Min. lang erhitzen und gut durchmischen. Zwiebeln und Lauch hinzufügen und 3-4 Min. lang oder bis das Gemüse gar ist bei MIKROWELLE 1000 W garen. Knoblauch, Tomaten, Brühe, Wein, Thymian, Salz, Pfeffer, Orangenschale, Saffran und Chilisauce hinzufügen. Bei MIKROWELLE 1000 W 3-4 Minuten lang erhitzen. Fisch zu der Tomatenflüssigkeit hinzufügen. Abdecken und auf dem Boden des Ofens bei MIKROWELLE 1000 W 3-4 Min. oder bis der Fisch gar ist kochen. Gemischte Meeresfrüchte und Krabben hinzufügen und erneut 2-3 Min. lang oder bis durchgeheizt auf MIKROWELLE 1000 W garen. Achten Sie darauf, dass der Fisch nicht verkocht. Thymian herausnehmen. Mit Dill garniert servieren.



## Schellfisch und Spinat nach Florentiner Art

Butter, Mehl und Milch in einer großen Schüssel vermischen und offen auf dem Boden des Geräts mit MIKROWELLE 1000 W 4 Min. lang oder bis die Sauce andgedickt ist garen. Einmal pro Minute aufschlagen. Die Hälfte des Käses unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Spinat in die Form geben und abgedeckt mit MIKROWELLE 1000 W circa 6 Min. oder bis gar kochen. In ein Sieb geben und gründlich abtropfen, dann wieder in die Form füllen. Fisch in einer einzigen Lage auf den Spinat legen. Käsesauce über den Fisch gießen und ganz abdecken. Den verbleibenden Käse und die Brösel darüberstreuen und auf der Glasablage in der unteren Einschubposition mit KOMBINATION: HEISSLUFT 220 °C + MIKROWELLE 300 W für 20-25 Min. oder bis braun und knusprig garen.

## Kabeljau en papillote mit Bulgur und Kräuter-Pilau

Vier Quadrate (Seitenlänge 30 cm) aus Backpapier zuschneiden. ¼ des gehackten asiatischen Grüngemüses in die Mitte jedes Backpapierblattes legen. Den Fisch darauf legen und die geriebene Orangenschale, Saft, Basilikum, Knoblauch, Wein, Öl und Karotte darüber streuen. Danach würzen. Das Backpapier zu einer Tasche zusammenfallen, dabei ein wenig Luft einschließen, um das Dämpfen der Zutaten zu ermöglichen. Die Kanten so verdrehen, dass sie dichten.

Die Taschen auf den Einsatz legen und den Einsatz in der mittleren Einschubposition auf die Glasablage stellen. Nach 30 Min. Garzeit muss der Wassertank gefüllt werden. Bei DAMPF 1 für 30-40 Min. garen. Eine der Taschen öffnen und prüfen, dass der Fisch gar ist, er sollte einfach flocken. Den Bulgurweizen mit 800 ml kochendem Wasser in einem flachen Gefäß vermischen. Das Gefäß auf die Glasablage in der mittleren Einschubposition stellen. Den Wasserstand im Wassertank prüfen und bei DAMPF 1 mit MIKROWELLE 300 W für 8-12 Min. oder bis der Bulgur gerade weich ist, garen. Den Bulgur erforderlichenfalls abtropfen lassen. Eine Gabel durch den gegarten Bulgur ziehen und Olivenöl, Zitronensaft, Knoblauch, Basilikum, Koriander und Frühlingszwiebeln einmischen. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.

### Zutaten

#### Für 4 Personen

50 g Butter  
50 g einfaches Mehl  
450 ml Milch  
100 g Cheddarkäse, gerieben  
Salz und Pfeffer  
1 Prise Muskat, gerieben  
450 g gefrorener Spinat  
450 g geräucherter Schellfischfilet, ohne Haut  
50 g Paniermehl

**Gefäß: 1 quadratische Pyrex® Form (20 cm x 20 cm)**

**Zubehör: Glasablage**

### Zutaten

#### Für 4 Personen

280 g gemischtes asiatisches Grüngemüse (z.B. Pak Choi, und Chinakohl), gehackt  
4 Kabeljaufiletts  
½ Orange, geriebene Schale und entsaftet  
3 EL Basilikum, zerpfückt  
2 Knoblauchzehen, fein gehackt  
120 ml trockener Weißwein  
1 EL Olivenöl  
½ Fenchel, in dünne Scheiben geschnitten  
1 Karotte, in dünne Streifen geschnitten

#### Pilau

200 g Bulgur-Weizen  
1 EL Olivenöl  
½ Zitrone, entsaftet  
1 zerdrückte Knoblauchzehe  
2 EL Basilikum, zerpfückt  
2 EL Koriander, gehackt  
3 Frühlingszwiebeln, in Scheiben geschnitten  
Salz und Pfeffer

**Gefäß: flache Jenaer-Glasschüssel**

**Zubehör: Einsatz + Glasablage**

**Wassertank füllen**



## Zutaten

### **Für 4 Personen**

20 (240 g) große Riesengarnelen  
2 EL leichte Sojasauce  
5 Knoblauchzehen, zerdrückt  
1 TL Brandy

**Gefäß: 1 große, flache Jenaer-Glasschüssel**

**Wassertank füllen**

## Gedünstete Knoblauchgarnelen chinesischer Art

Die Garnelen gründlich waschen. Sojasauce, Knoblauch und Brandy in einer Schüssel vermischen. Die Garnelen in ein flaches Gefäß geben und mit der Sojasaucenmasse bedecken. Auf dem Boden des Mikrowellengerätes bei DAMPF 1 für 10-15 Minuten garen, bis die Garnelen milchig trüb erscheinen. Heiß servieren.

## Zutaten

### **Für 2 Personen**

900 g Muscheln  
15 ml Olivenöl  
1 Zwiebel, fein gehackt  
2 Knoblauchzehen, zerdrückt  
150 ml trockener Weißwein  
1 Bund Glatte Petersilie,  
fein gehackt

**Gefäß: 1 x große Jenaer-Glasschüssel, rechteckig**

## Gedünstete Muscheln mit Knoblauch

Die Muscheln schrubben und von den Bärten befreien. Alle Muscheln mit defekter oder geöffneter Schale wegwerfen. Öl, Zwiebel und Knoblauch in ein Gefäß geben und mit perforierter Klarsichtfolie abdecken. Auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und bei 1000 W MIKROWELLE für 2 Min. garen. Wein hinzugeben und bei MIKROWELLE 1000 W für 3 Min. garen. Die Muscheln hinzugeben, das Gefäß mit perforierter Klarsichtfolie abdecken und auf der Glasablage in der unteren Einschubposition bei DAMPF 1 für 8-10 Min. garen. Nicht geöffnete Muscheln wegwerfen. Die Petersilie hinzugeben und vor dem Servieren umrühren.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

500 g enthäutetes Lachsfilet,  
in 4 Steaks schneiden  
3 Schalotten, fein gehackt  
40 g Butter  
100 ml Weißwein  
1 Essl. grobkörniger Senf  
2 Essl. Sahne  
1 EL Speisestärke  
Salz, Pfeffer

**Gefäß: 1 Schüssel und Servierplatte (28 cm Ø)**

**Zubehör: Einsatz + Glasablage  
Wassertank füllen**

## Lachssteak mit Senfkörnern

Den Lachs auf den Einsatz legen und den Einsatz in der mittleren Einschubposition auf die Glasablage stellen. Im Programm AUTO DAMPF garen. Prüfen, dass der Lachs vollständig gar ist. Mit Aluminiumfolie bedecken und mindestens 3 Min. ruhen lassen. Die Schalotten zugedeckt auf dem Boden des Mikrowellengerätes bei MIKROWELLE 1000 W für 2 Min. in Butter anschwitzen. Senf und Sahne hinzugeben. Die Speisestärke in eine kleine Schüssel geben. Allmählich Wein hinzugeben, bis beide gut vermischt sind. Dann die Zwiebelmasse hinzugeben und würzen. Auf dem Boden des Mikrowellengerätes bei MIKROWELLE 1000 W für 2-3 Min. garen. Die Lachssteaks mit dieser Sauce bedeckt servieren.



## Apfelstrudel

Ofen auf HEISSLUFT 180 °C vorheizen. Äpfel und Zitronensaft in einer Schüssel vermischen. Zucker, Walnüsse, Sultaninen, Zimt und Mandeln dazugeben, gut vermischen. Drei Blätter Filoteig mit zerlassener Butter bestreichen. Blatt so legen, dass die kürzeste Seite zu Ihnen zeigt. Das zweite Blatt 5-6 cm über die längste Seite des ersten Blatts legen, und das dritte Blatt über das zweite. Drei weitere Blätter Filoteig aufeinander legen. Die Apfelfüllung über den Filoteig gießen, dabei gut 2,5 cm um ein Teigblatt herum freilassen. Die Seiten über die Füllung nach innen schlagen und mit Butter bestreichen. Den Teig von der langen Seite aufrollen und das letzte lange Blatt mit Butter bestreichen, um den Strudel zu schließen. Den Strudel mit der Naht zu Ihnen auf ein Blech legen und in die untere Einschubposition schieben. Mit zerlassener Butter bestreichen. Den Strudel bei HEISSLUFT 180 °C 30 Min. lang backen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

## Bourdaloue Torte

Für die Mandel-Creme Butter cremig rühren und restliche Zutaten untermischen. Den Ofen auf HEISSLUFT 180 °C vorheizen. Die Tortenform mit dem Teig auslegen. Mandel-Creme auf dem Teig verstreichen und Birnen (gut abgetropft und in Scheiben geschnitten) darüber verteilen. Form auf die Glasablage in der unteren Einschubposition stellen und mit KOMBINATION: HEISSLUFT 210 °C + MIKROWELLE 100 W 20-25 Min. lang backen. Kuchen aus der Form nehmen und auf einem Kuchenrost abkühlen lassen. Nach dem Abkühlen mit Aprikosenmarmelade bestreichen.

## Chocolate Fudge Pudding

Margarine in einem kleinen Gefäß auf dem Boden des Ofens mit MIKROWELLE 600 W 40 Sek.-1 Min. lang oder bis geschmolzen erhitzen. Mehl, Zucker, Salz und Kakao in eine große Schüssel geben. Geschmolzene Margarine, Ei, Vanilleextrakt und Milch hinzufügen. Gut aufschlagen. Mischung in eine Soufflé-Form gießen. Braunen Zucker und Kakao vermischen und über die Mischung streuen. Heißes Wasser darübergießen. Set Kochzeit für 5-6 Minuten, Mikrowelle 1000 W, nach 4 Minuten kochen gesetzt DAMPFSTOß für 3 Minuten. Der Pudding wird beim Kochen leicht zersetzt, sodass sich unten eine Chocolate Fudge-Sauce bildet.

## Zutaten

### Für 4 Personen

600 g Äpfel, vorzugsweise Granny Smith, entkernt, in grobe Stücke zerschnitten  
Saft von einer Zitrone  
3 TL brauner Zucker  
50 g Walnüsse, grob zerhackt  
4 Essl. Sultaninen  
1 gestrichener EL Zimt  
50 g Mandelblättchen  
225 g Filoteig  
50 g Butter, zerlassen  
Puderzucker zum Bestreuen

**Gefäß:** keines

**Zubehör:** Blech

## Zutaten

### Für 6-8 Personen

1 Portion süßer Mürbeteig  
3-4 gekochte Birnen (aus der Dose oder in der Mikrowelle gegart)  
3 Löffel Aprikosenmarmelade

### Mandel-Creme:

100 g gemahlene Mandeln  
100 g Zucker  
50 g Butter  
25 g Mehl  
2 Löffel Rum  
1 Ei  
1 Eigelb

**Gefäß:** 1 Metall Tarte-Form (27 cm Ø)

**Zubehör:** Glasablage

## Zutaten

### Für 4 Personen

50 g Margarine  
100 g mit Backpulver vermishtes Mehl  
100 g Zucker  
1 Prise Salz  
25 g Kakao oder Trinkschokolade  
1 Ei, verquirt  
5 ml Vanilleessenz  
60 ml Milch

### Sauce:

100 g weicher brauner Zucker  
25 g Kakao oder Trinkschokolade,  
150 ml heißes Wasser

**Gefäß:** 1 Soufflé-Form (20 cm Ø)

**Zubehör:** keines  
Wassertank füllen



## Zutaten

### **Für 4 Personen**

- 500 ml Milch
- 1 Vanilleschote, längs geteilt
- 4 Eier
- 50 g feiner Zucker

### **Karamell:**

- 50 g Zucker
- 1 EL Wasser

**Gefäß: 1 kleine Pyrex® Schüssel + 1 Pyrex® Schüssel**

**(3 Liter) + 4 Auflaufförmchen**

**Zubehör: Emailblech**

## Karamellcreme

Milch und Vanilleschote in eine Schüssel geben und bei 1000 W MIKROWELLE für 5 Minuten garen. Aus dem Mikrowellengerät heraus nehmen und für 5 Minuten durchziehen lassen. Eier und Zucker in eine Schüssel geben und gründlich verquirlen. Die Vanilleschote wegwerfen und die Milch in die Ei- und Zuckermasse einquirlen. Den Karamel zubereiten. Wasser und Zucker in eine kleine Schüssel geben und bei 1000 W MIKROWELLE für 2 Min. bis 2 Min. 30 s garen. DIE GESAMTE ZEIT ÜBER BEOBACHTEN. Sobald sich die Mischung leicht goldbraun färbt, das Garen beenden. Den Karamel in die vier Auflaufformen gießen. Die Formen schnell drehen, damit der Karamel die Seiten der Formen bedeckt. Den Ofen auf UMLUFT 150 °C vorwärmen. Die Vanillesauce durch ein Sieb in die Formen gießen. Die Formen in ein kleines Bratblech stellen, das zur Hälfte mit kochendem Wasser gefüllt ist. Das Bratblech auf das Emailblech in der unteren Einschubposition stellen und bei UMLUFT 150 °C für 40 Minuten garen. Im Kühlschrank kühlen, bevor die Speise aus den Formen genommen wird.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

- 40 g kernlose Rosinen
- 75 ml brauner Rum
- 50 g ungesalzene Butter
- 60 ml weicher brauner Zucker
- 4 reife Bananen, geschält und längsseitig halbiert
- 1,5 ml Muskat, gerieben
- 1,5 ml Zimt
- 30 ml Mandelblättchen, getoastet

**Gefäß: 1 Pyrex® Form**

**Zubehör: keines**

## Warme Bananen mit Rum und Rosinen

Rosinen mit dem Rum in eine Schüssel geben und 30 Min. einweichen lassen. Die Butter in einer flachen Glasform auf den Boden des Ofens stellen und 1 Min. lang oder bis die Butter zerläuft bei MIKROWELLE 1000 W erhitzen. Den Zucker unterrühren und bei MIKROWELLE 1000 W 1 Min. lang erhitzen. Die Bananen in die Form geben und mit der Zuckermischung verrühren. Anschließend mit MIKROWELLE 1000 W 3-4 Min. lang garen. Obst während der Garzeit einmal umdrehen. Gewürze über die Bananen streuen. Rum und Rosinen in einer Tasse vermischen und dann mit MIKROWELLE 1000 W 30-40 Sek. lang erhitzen. Über die Bananen gießen. Die Mandelblättchen darüberstreuen und sofort mit Sahne oder Eis servieren.

## Zutaten

### **Für 6 Personen**

- 4 Eiweiß
- 250 g Zucker
- 5 ml Speisestärke
- 5 ml Matzessig
- 5 ml Vanilleessenz

### **Belag:**

- 300 ml Crème double leicht aufgeschlagen
- 250 g Erdbeeren, in Scheibchen

**Gefäß: 1 große Pyrex® Schüssel**

**Zubehör: Blech**

## Erdbeer-Pavlova

Den Ofen auf HEISLUFT 150 °C vorheizen. Einen Kreis von 25 cm Durchmesser auf Backpapier markieren und das Blech auslegen. Eiweiß schlagen, bis es steif ist, aber nicht zu fest. Langsam den Zucker unterrühren, bis die Mischung dick und glänzend wird. Stärkemehl, Essig und Vanilleextrakt in einer anderen Schüssel gut verrühren, dann unter die Eiweißmasse schlagen. Die Mischung innerhalb des Kreises auf dem Backpapier verteilen. Blech in mittlere Einschubposition setzen und die Pavlova bei HEISLUFT 150 °C 1 Stunde lang backen. Ofen abschalten und die Pavlova eine weitere Stunde im Ofen lassen, um auszutrocknen. Wenn sie abgekühlt ist, Sahne auf der Pavlova verteilen, Erdbeeren darüberstreuen.



## Gedünsteter Biskuitkuchen mit Vanillesauce

Eine 1,5-Liter-Puddingschüssel mit Butter fetten. Für den Biskuitkuchen Butter und Zucker in einer Rührschüssel zu einer hellen und schaumigen Sahne verrühren. Einzeln nacheinander die Eier hinzugeben, zwischendurch jeweils gut vermischen, dann den Vanilleextrakt hinzugeben. Das Mehl und Backpulver in der Schüssel verrühren und in die Biskuitmasse unterheben. Nun die Milch in die Masse einrühren. Die Schüssel mit der Biskuitmasse füllen. Der Wassertank muss während der Garzeit alle 30 Min. nachgefüllt werden. Das Gefäß auf den Einsatz auf der Glasablage in der unteren Einschubposition bei DAMPF 1 stellen. Den Biskuitkuchen 1½ - 2 h backen; der Ofen lässt sich nur für jeweils maximal 30 Min. einstellen. Alle 30 Min. die Zeit zurückstellen und den Wassertank füllen. Für die Vanillesauce die Milch zum Kochen bringen: 2 Min. auf dem Boden des Mikrowellengerätes und bei MIKROWELLE 1000 W erhitzen. Eidotter, Zucker, Speisestärke und Vanilleextrakt in einer Schüssel verquirlen. Die abgekochte Milch über die Eimischung gießen und gut verquirlen. Bei MIKROWELLE 600 W für 1 Min. garen, verquirlen, dann für eine weitere Minute garen; die Mischung sollte sich verdickt haben. Auf den Biskuitkuchen auftragen.

### Zutaten

**Für 6-8 Personen**

250 g Butter,  
plus ein wenig mehr zum Einfetten  
250 g feiner Zucker  
4 Eier  
1 TL Vanilleextrakt  
250 g Mehl  
1 Teel. Backpulver  
50 ml Milch

**Vanillesauce:**

250 ml Milch  
2 Eigelb  
25 g feiner Zucker  
2 Teel. Speisestärke  
Einige Tropfen Vanilleextrakt

**Gefäß:** 1x Jenaer-Glasschüssel  
(1 Liter)  
& 1x Jenaer-Glasschüssel  
(1,5 Liter)

**Zubehör:** Einsatz & Glasablage  
Wassertank füllen

## Rhabarberkuchen

Rhabarber und Zucker in eine große Schüssel geben und ohne Abdeckung 20 Min. lang mit MIKROWELLE 1000 W garen. Häufig umrühren. Abkühlen lassen. Crème fraîche und Eier hinzufügen. Kuchenform mit dem Teig auslegen. Auf HEISSLUFT 230 °C vorheizen. Mischung in die Form füllen. Form auf die Glasablage in der mittleren Einschubposition stellen und 35 Min. lang mit KOMBINATION: HEISSLUFT 210 °C + MIKROWELLE 100 W kochen. Auf einem Drahtrost abkühlen lassen.

### Zutaten

**Für 6-8 Personen**

900 g Rhabarber, in Stücke  
geschnitten  
230 g Zucker  
100 g Crème fraîche  
5 Eier  
1 Portion Mürbeteig

**Gefäß:** 1 große Schüssel +  
runde Auflaufform (26cm Ø)

**Zubehör:** Glasablage

## Apfelkuchen

Kuchenform mit dem Teig auslegen. Heizen Sie das Gerät mit HEISSLUFT 210 °C mit dem Blech in der unteren Einschubposition vor. Apfelkompott auf dem Teig verteilen und Apfelscheiben kranzförmig auf die Apfelmasse legen. Auf das Blech in der unteren Einschubposition stellen und gut 30 Min. lang bei HEISSLUFT 210 °C garen. Aus der Form nehmen und auf einem Drahtrost abkühlen lassen. 3 Löffel Aprikosenmarmelade und einen Löffel Wasser in einem Schälchen verrühren, bei MIKROWELLE 1000 W 1 Minute erhitzen und den Apfelkuchen damit bestreichen.

### Zutaten

**Für 8-10 Personen**

1 Portion süßer Mürbeteig  
250 g Apfelkompott  
2 - 3 Äpfel, geschält, entkernt und  
in dünnen Scheiben  
Aprikosenmarmelade

**Gefäß:** 1 runde Auflaufform  
(30 cm Ø)

**Zubehör:** Blech



## Zutaten

**Ergibt 24 Stück**

**Einfacher Keksteig:**

100 g Butter  
100 g Zucker  
1 Ei, verquirlt  
175 g einfaches Mehl

**Variationen:**

**Weißer Schokolade und Pistazien**

75 g weiße Schokolade,  
gehackt  
50 g Pistazien,  
gehackt

**Schokoladenblock**

50 g weiße Schokolade,  
gehackt  
50 g dunkle Schokolade,  
gehackt

**Gefäß: 1 Backblech  
(30 x 21,5 cm)**

**Zubehör: Emailblech +  
Drahtrost**

## Cookies

Heizen Sie das Gerät mit HEISSLUFT 170 °C mit dem Drahtrost in der oberen Einschubposition vor. Butter und Zucker verrühren, bis sich eine blasse Farbe ergibt, anschließend das Ei unterrühren. Mehl gut untermischen und die gewünschten Zutaten hinzufügen. 12 walnussgroße Teigportionen in gutem Abstand voneinander auf Backblech und eingefettetem Emailblech platzieren, mit einer Gabel leicht abflachen. Das Backblech auf den Drahtrost in der oberen Einschubposition setzen und das Emailblech in die untere Einschubposition und dann 10-15 Min. backen. Cookies von den Blechs nehmen und auf einem Kuchenrost abkühlen lassen.

## Zutaten

**Ergibt 6 Stück**

**Streuselbelag:**

50 g Butter  
75 g einfaches Mehl  
30 ml Kristallzucker  
15 ml Gewürzmischung

**Muffins:**

200 g einfaches Mehl  
3 ml Natron  
10 ml Backpulver  
Salz  
75 g Zucker  
75 g Butter  
100 ml Buttermilch  
1 mittelgroßes Ei, verquirlt  
100 g frische Beeren

**Gefäß: 1 Muffin-Backblech  
mit 6 Mulden, 6 Muffin-  
Papierförmchen**

**Zubehör: Emailblech**

## Streusel-Muffins

Für die Streusel Butter 10-20 Sek. lang auf dem Boden des Ofens bei MIKROWELLE 1000 W schmelzen. Restliche Streuselzutaten dazugeben und zu einem weichen Teig verarbeiten. Kühl stellen. Butter, Natron, Backpulver und Salz in eine Schüssel sieben. Zucker einrühren. Butter für die Muffins 30 Sek. -1 Min. lang bei MIKROWELLE 1000 W schmelzen. Etwas abkühlen lassen, dann Buttermilch und Ei einrühren. Heizen Sie das Gerät mit HEISSLUFT 170 °C mit dem Emailblech in der unteren Einschubposition vor. Buttermilchmischung vorsichtig in die Mehlmischung rühren. Obst vorsichtig darunterheben. Mischung gleichmäßig auf die 6 Muffin-Förmchen verteilen. Auf jedem Muffin eine kleine Portion Streuselteig verteilen. Muffin-Backblech auf das Emailblech in der unteren Einschubposition stellen, bei HEISSLUFT 170°C 20-25 Min. lang oder bis Muffins braun und gut aufgegangen sind backen.



## Kirsch-Clafoutis

Mehl in eine große Rührschüssel sieben. Eine kleine Mulde in die Mitte drücken und Eier, Zucker und Salz hineingeben. Alle Zutaten vermischen und darauf achten, dass das gesamte Mehl einbezogen ist. Die Milch dazugeben und aufschlagen, bis sich eine glatte Mischung ergibt. Heizen Sie das Gerät mit HEISSLUFT 180 °C mit dem Emailblech in der unteren Einschubposition vor. Die halbe Mischung in die ofenfeste Form gießen, die Kirschen darauf verteilen und anschließend den Rest der Mischung darüber gießen. Gericht mit Brandy beträufeln. Bei HEISSLUFT 180 °C auf dem Emailblech 50 Min. lang oder bis das Gericht fest und goldbraun ist backen. Mit Zucker bestreuen und warm servieren.

## Zutaten

### **Für 6 Personen**

125 g einfaches Mehl  
4 Eier, leicht verrührt  
2 EL Zucker  
Prise Salz  
600 ml Milch  
500 g Dose Kirschen, abgetropft  
3 EL Brandy  
1 EL Zucker zur Verzierung

**Gefäß: 1 ofenfeste Form  
(1,75 Liter)**

**Zubehör: Emailblech**

## Erdbeer-Rolle

Heizen Sie das Gerät mit HEISSLUFT 150 °C mit dem Emailblech in der unteren Einschubposition vor. Eiweiß schlagen, bis es steif ist, aber nicht zu fest. Langsam den Zucker unterrühren, bis die Mischung dick und glänzend wird. Speisestärke, Essig und Vanilleextrakt in einer anderen Schüssel gut verrühren, dann unter die Eiweißmasse schlagen. Vorsichtig in die Form füllen und bei HEISSLUFT 150 °C 30 Min. lang backen. Baiser aus dem Ofen nehmen, mit feuchtem Pergamentpapier abdecken. Nach 10 Min. das Papier vom Teig nehmen, Baiser auf ein mit Puderzucker bestreutes Tuch stürzen und Backpapier vorsichtig abziehen. Sahne auf dem Baiser verteilen, Erdbeeren darüber verstreuen. Die Teigplatte mithilfe des darunter liegenden Tuchs von einem kurzen Ende aus aufrollen. Die Erdbeer-Rolle im Kühlschrank 30 Min. abkühlen lassen, leicht mit Puderzucker bestäuben und servieren.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

4 Eiweiß  
200 g Zucker  
5 ml Speisestärke  
5 ml Malzessig  
5 ml Vanilleessenz  
40 g gemahlene Mandeln

### **Füllung:**

300 ml Crème double  
leicht aufgeschlagen  
250 g Erdbeeren, zerschnitten

**Gefäß: keines**

**Zubehör: Emailblech**

## Mini-Kuchen

Heizen Sie das Gerät mit HEISSLUFT 170 °C mit dem Drahtrost in der unteren Einschubposition vor. Butter mit dem Zucker aufschlagen, bis sich eine weiche Masse ergibt. Eier nach und nach dazugeben, jedesmal gründlich verrühren. Mehl unterrühren. Die Papierförmchen zu zwei Drittel mit dem Teig füllen. Bei HEISSLUFT 170 °C 20-25 Minuten lang backen.

## Zutaten

### **Ergibt 12 kleine Kuchen**

100 g Butter, Raumtemperatur  
100 g Zucker  
2 Eier, verquirlt  
100 g mit Backpulver vermischtes Mehl

**Gefäß: 1 Backblech,  
(32 cm x 24 cm,  
mit 12 Mulden)**

**+ 12 Papierförmchen**

**Zubehör: Metallrost**



## Zutaten

### **Für 10-12 Personen**

175 g Margarine  
175 g brauner Zucker  
3 Eier  
150 g mit Backpulver vermischtes  
Vollkornmehl  
100 g mit Backpulver vermischtes  
Mehl einige Tropfen Mandelessenz  
450 g Kochäpfel,  
geschält, entkernt und in dünne  
Scheiben geschnitten  
Saft von ½ Zitrone  
25 g brauner Zucker  
2 ml Muskat  
3 ml Zimt  
Versilberte Mandeln

**Gefäß: 1 Kuchenform  
(20 cm Ø, ausgelegt)**

**Zubehör: Glasablage**

## Würziger Apfelkuchen

Margarine und Zucker aufschlagen, bis sich eine leichte Mischung ergibt, nach und nach die verquirlten Eier hinzufügen. Mehl und einige Tropfen Mandelessenz unterrühren. In einer separaten Schüssel Apfelscheiben, Zitronensaft, Zucker, Muskat und Zimt vermischen. Gut verrühren. 2/3 der Teigmischung in die vorbereitete Form geben. Die abgetropfte Apfelmischung auf der Oberfläche arrangieren und etwas Platz am Rand lassen. Den übrigen Teig darübergeben, mit Mandeln bestreuen und auf Glasablage in der unteren Einschubposition stellen. Mit KOMBINATION: HEISSLUFT 160 °C + MIKROWELLE 100 W 45-50 Min. lang oder bis fertig backen.

## Zutaten

### **Ergibt 12 Stück**

150 ml Sonnenblumenöl  
250 g mit Backpulver vermischtes  
Vollkornmehl  
10 ml Backpulver  
10 ml Zimt  
5 ml Muskat  
150 g leichter Muscovado Zucker  
50 g Walnüsse, grob zerhackt  
125 g Karotten, gerieben  
2 reife Bananen, zerdrückt  
2 Eier, verquirlt

### **Frischkäsebelag:**

75 g Butter  
100 g Frischkäse  
225 g Puderzucker  
gehackte Walnüsse zur Dekoration

**Gefäß: 1 viereckige Form  
(20 cm Ø, ausgelegt)**

**Zubehör: Glasablage**

## Karottenkuchen

Alle Kuchenzutaten in eine große Schüssel geben und gut mischen. In die Form füllen. Form auf die Glasablage in der unteren Einschubposition stellen und mit KOMBINATION: DAMPF 1 + MIKROWELLE 300 W für 30 Min. oder bis aufgegangen backen. In der Backform abkühlen lassen. Für den Belag die Butter und Frischkäse glatrühren. Gesiebten Puderzucker untermischen. Den abgekühlten Kuchen mit der Frischkäsecreme und Walnüssen dekorieren.



## Bananenkuchen

Banane schälen, zerdrücken und mit der Vanilleessenz verrühren. Butter und Zucker in eine Schüssel geben. Auf den Boden des Ofens stellen und bei MIKROWELLE 1000 W 1 Min. lang oder bis Zutaten weich sein erhitzen. Mehl, Salz und Natron untermischen. Eier und zerdrückte Banane unterrühren. In die vorbereitete Kuchenform füllen. Form auf die Glasablage in der unteren Einschubposition stellen und 17-18 Min. bei HEISSLUFT 160 °C und MIKROWELLE 100 W backen. Oder bis Kuchen fertig gebacken ist.

## Madeira-Kuchen

Das Mehl sieben. Butter, Zucker und Essenz verrühren, bis sich eine blasse und leichte Mischung ergibt. Eier nach und nach dazugeben. Das Mehl unterheben und wenn nötig etwas Milch dazugeben, um eine tropfende Konsistenz zu erreichen. In die Form gießen und auf der Glasablage bei KOMBINATION: HEISSLUFT 160 °C + MIKROWELLE 100 W 40-45 Min. lang backen.

## Apfel- und Mohnkuchen

Die Teigzutaten mit etwas Wasser vermischen und den Teig 40 Min. lang in den Kühlschrank stellen. In einer Schüssel den gemahlene Mohn mit der Milch und der Butter vermischen und 1 Stunde gehen lassen, bevor Ei und Zucker hinzugefügt werden. Äpfel, Zitronensaft, Zucker und Zimt abgedeckt 8-10 Min. bei MIKROWELLE 1000 W in einer Pyrex® Form garen. Abtropfen. Die Springform mit  $\frac{3}{4}$  des Teigs auslegen, an den Seiten mit einer Höhe von mindestens 3 cm. Mit Backpapier und Backbohnen auslegen und mit KOMBINATION: HEISSLUFT 220 °C + MIKROWELLE 300 W etwa 10 Min. blind backen. Die Form wird hierfür auf die Glasablage in der unteren Einschubposition gestellt. Füllen Sie die Hälfte der Mohnmischung in die Form, fügen Sie die vorgekochten und abgetropften Äpfel hinzu und anschließend den Rest der Mohnmischung. Den Rest des Teigs ausrollen und den Kuchen kreuz und quer mit Streifen bedecken. Diese Streifen mit einer Eigelb- und Sahnemischung bestreichen. Den Ofen mit KOMBINATION: HEISSLUFT 160 °C + MIKROWELLE 100 W vorheizen. Den Kuchen auf die Glasablage stellen und 23-25 Min. backen. Abkühlen lassen und dann aus der Springform nehmen.

## Zutaten

### Ergibt 8 Stück

1 große Banane  
3ml Vanilleessenz  
75 g Butter  
100 g Kristallzucker  
150 g mit Backpulver vermischtes Mehl  
3ml Salz  
2ml Natron  
2 Eier

**Gefäß: 1 Kuchenform (20 cm Ø, mit Backpapier ausgelegt)**

**Zubehör: Glasablage**

## Zutaten

### Für 6-8 Personen

100 g einfaches Mehl  
100 g mit Backpulver vermischtes Mehl  
175 g Butter  
175 g Zucker  
5 ml Vanilleessenz  
3 Eier  
45 ml Milch

**Gefäß: 1 Kuchenform (18 cm Ø, mit Backpapier ausgelegt)**

**Zubehör: Glasablage**

## Zutaten

### Für 10-12 Personen

#### Teig:

150 g Butter  
1 Ei  
100 g Zucker  
1 Päckchen Vanillezucker  
200 g Mehl  
1 TL Backpulver  
100 g gemahlene Haselnüsse

#### Für den Kuchen:

250 g gemahlener Mohn  
150 ml heiße Milch  
30 g Butter  
1 Ei  
125 g Zucker  
1 kg Äpfel, geschält, entkernt und in große Würfel geschnitten  
1 EL Zitronensaft  
50 g Zucker  
 $\frac{1}{2}$  TL Zimt  
1 Eigelb  
1 EL Sahne

**Gefäß: 1 Springform (26 cm Ø) + 1 Pyrex® Schüssel + 1 runde Pyrex® Auflaufform (22 cm Ø)**

**Zubehör: Glasablage**



## Zutaten

### **Ergibt: 15 - 20**

50 g weiche Butter  
50 g Müsli  
25 g Mehl  
70 g Zucker  
1 Ei  
50 g zerbröselte Kekse  
2 Prisen Zimt oder  
geriebener Ingwer  
5 ml Natron

**Gefäß: keines**

**Zubehör: Emailblech**

## Müsliplätzchen

Ofen auf HEISLUFT 230 °C vorheizen. Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen. Mit einem Teelöffel kleine Häufchen auf einem Emailblech machen, das zuvor eingefettet und mit Backpapier belegt wurde. Die Kekse vorsichtig mit dem Finger andrücken, um sie etwas flacher zu machen. Zweimal wiederholen. In der mittleren Einschubposition des Ofens etwa 5 Min. backen. Mit einem Spachtel vom Blech nehmen und auf einem Kuchenrost abkühlen lassen. Die Kekse werden hart während sie abkühlen.

## Zutaten

### **Für 6**

200 g Butter  
200 g unraffiniertes Zucker  
2 Eier  
Geriebene Schale von 1 Zitrone  
Geriebene Schale von 2 Orangen  
240 g einfaches Mehl  
80 g mit Backpulver vermishtes  
Mehl  
1 Eigelb, verquirlt, zum Bestreichen  
Puderzucker zum Bestäuben

### **Crème Patissiere:**

5 Eigelb  
75 g Zucker  
2½ EL einfaches Mehl  
2½ EL Speisestärke  
625 ml Vollmilch  
1 TL Vanilleextrakt

**Gefäß: 1 tiefe Springform  
(23 cm x 5 cm) +  
2 Pyrex® Schüsseln**

**Zubehör: Emailblech**

## Baskischer Vanillekuchen

Eine tiefe Springform einfetten und mit Backpapier auslegen. Für die Crème Patissiere Eigelb und Zucker verrühren, bis sich eine hellere Farbe ergibt. Mehl dazugeben und gut vermischen. Schüssel auf den Boden des Ofens stellen und mit MIKROWELLE 1000 W 2-3 Min. erhitzen. Alle 30 Sek. umrühren, bis die Mischung dickflüssig wird. Anschließend Vanilleessenz unterrühren. Frischhaltefolie über die Vanillesauce spannen, damit sich keine Haut bildet. 10 Min. abkühlen lassen, dann in den Kühlschrank stellen. Für den Teig die Butter und den Zucker glattrühren. Anschließend Ei und Zitronenschale unterrühren. Mehl hinzufügen und leicht mit einem Spachtel vermischen, bis sich ein weicher Teig bildet. In Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde kühl stellen. Ofen auf HEISLUFT 200 °C vorheizen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und ¼ abschneiden und für den Deckel zur Seite stellen. Den Rest des Teigs zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie legen und in die Form heben. Den Teig an die Form andrücken und dabei eine gleichmäßige Stärke bewahren. An die Seiten andrücken und einen kleinen Überhang stehen lassen. Die obere Lage Frischhaltefolie abziehen und eventuelle Löcher flicken. Crème Patissiere auf dem Boden verteilen und glattstreichen. Jetzt den Deckel wie zuvor zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie ausrollen, bis er etwas größer ist, als die Form. Die obere Lage Frischhaltefolie abziehen und den Teig auf die Form setzen. Frischhaltefolie abziehen, Ränder zudrücken und zurechtschneiden. Mit dem verquirlten Ei bestreichen. Auf dem Emailblech in der unteren Einschubposition bei HEISLUFT 200 °C 40-45 Min. lang backen oder bis der Deckel goldbraun wird und die Ränder anfangen, dunkel zu werden. In der Form komplett auskühlen lassen. Mit Puderzucker bestäuben.



## Feuchter Schokoladenkuchen

Den Ofen auf HEISSLUFT 160 °C vorheizen, wobei sich das Emailblech in der unteren Position und der Metallrost ist der oberen Position befindet. Mehl, Kakao, Backpulver und Natron in eine Schüssel geben. Butter, Zucker und Syrup in einer Schüssel bei MIKROWELLE 1000 W 1 Min. lang oder bis geschmolzen erhitzen. Mit den trockenen Zutaten vermischen. Nach und nach Eier und Milch hinzufügen und gut verrühren. Die Hälfte der Mischung in jede Form geben und eine auf dem Emailblech und eine auf dem Drahtrost bei HEISSLUFT 160 °C 20-25 Min. backen. Abkühlen lassen. Puderzucker und Kakao in einer Schüssel vermischen. Butter, Wasser und Zucker in einem Krug bei MIKROWELLE 1000 W 40-60 Sek. lang oder bis zum Siedepunkt erhitzen. Auf die trockenen Zutaten gießen und gut vermischen, um einen guten Guss zu erzeugen. Zuckerguss 10-20 Min. in den Kühlschrank stellen, bis der dickflüssig wird. Gründlich umrühren. Auf dem Kuchen verteilen und mit geraspelter Schokolade bestreuen.

## Zutaten

### **Für 6-8 Personen**

200 g einfaches Mehl, gesiebt  
30 g Kakaopulver  
6 ml Backpulver  
4 ml Natron  
100 g Butter  
50 g Zucker  
200 g goldener Sirup  
2 Eier  
4 ml Vanilleessenz  
90 ml Milch

### **Glasur:**

200 g Puderzucker, gesiebt  
35 g Kakaopulver  
40 g Butter  
30 ml Wasser  
50 g Zucker  
einige Tropfen Vanilleessenz  
100 g einfache Schokolade,  
gerieben

**Gefäß: 2 Kuchenformen (18 cm Ø, eingefettet und mit Backpapier ausgelegt)**

**Zubehör: Metallrost + Emailblech**

## Milchreis

Reis, Milch und Zucker in die Schüssel geben. Zimtstange und aufgeschnittene Vanilleschote zugeben. Nicht abdecken. Aufkochen, indem Sie die Mischung bei MIKROWELLE 1000 W 7-8 Min. auf dem Boden des Geräts erhitzen. Passen Sie dabei gut auf, dass die Milch nicht überkocht. Anschließend mit KOMBINATION: DAMPF 1 + Mikrowelle 300 W für 30 min. Füllen Sie den Wassertank und kochen für weitere 30 Minuten. Zimtstange und Vanilleschote herausnehmen. Abgedeckt mindestens 1 Stunde abkühlen lassen.

## Zutaten

### **Für 4 Personen**

100 g Milchreis  
1000 ml Vollmilch  
80 g Zucker  
Kleines Stück einer Zimtstange  
1 Vanilleschote

**Gefäß: 1 Pyrex® Schüssel (2,5 Liter)**

**Zubehör: keines Wassertank füllen**



## Zutaten

**Ergibt 1 Portion  
Mürbeteig**

225 g einfaches Mehl  
1 Prise Salz  
100 g Margarine  
45 ml kaltes Wasser

**Gefäß: 1 Rührschüssel**

**Zubehör: keines**

## Mürbeteig

Mehl und Salz in eine Rührschüssel geben. Die Margarine mit der Hand mit dem Mehl verreiben, bis die Mischung feinen Krümeln gleicht. Wasser darübertröpfeln und mit einem abgerundeten Messer mischen. Leicht einige Sekunden lang kneten, bis sich ein fester, glatter Teig ergibt. Wenn möglich vor dem Ausrollen 15 Min. stehen lassen.

## Zutaten

**Ergibt 1 Portion  
Brandteig**

50 g Butter  
150 ml Wasser  
65 g einfaches Mehl, gesiebt  
2 Eier, leicht verrührt

**Gefäß: 1 große Schüssel**

**Zubehör: keines**

## Brandteig

Butter und Wasser in eine große Schüssel geben und auf dem Boden des Ofen bei MIKROWELLE 1000 W etwa 2-3 Min. oder bis zum Aufkochen erhitzen. Sofort das gesamte Mehl hinzufügen und gut verrühren, bis die Mischung glatt ist. Leicht abkühlen lassen. Eier einzeln hinzufügen und stark verrühren, bis die Mischung glatt und glänzend ist.

## Zutaten

**Ergibt 20  
1 Portion Brandteig**

**Füllung:**  
50 g Butter  
225 g Frischkäse  
2 Knoblauchzehen, geschält und zerdrückt  
Jeweils 10 ml fein gehackte frische Petersilie, Schnittlauch und Kerbel

**Gefäß: 1 Backblech +  
1 kleine Pyrex® Schüssel**

**Zubehör: Emailblech**

## Pikantes Brandteiggebäck

Brandteigbälle von Walnussgröße auf ein leicht eingefettetes, leicht angefeuchtetes Backblech spritzen. Auf dem Emailblech in der unteren Einschubposition bei HEISSLUFT 220 °C, set Kochzeit für 15 Minuten. Nach 10 Minuten Kochen, eingestellt DAMPFSTOß für 3 Minuten. 10-15 Min. backen oder bis das Gebäck knusprig und golden ist. Jedes Bällchen anstechen und auskühlen lassen. Butter bei 600 W 2-3 Min. schmelzen lassen, bis sie gerade so warm ist. Alle anderen Zutaten in einer Schüssel verrühren und anschließend die Butter langsam über die Mischung gießen und sorgfältig unterheben. Abkühlen lassen. Jedes abgekühlte Bällchen mit der Käsemischung füllen.



## Pithiviers Torte

Zucker, Mandeln, Butter, Ei und Rum verrühren. Den Teil teilen und jede Hälfte zu einem Kreis mit 23 cm Durchmesser ausrollen. 1 Kreis auf das Backblech legen und die Füllung in die Mitte geben. 2 cm am Rand freilassen. 8 halbmondförmige Schlitze im zweiten Kreis machen. Den Rand des ersten Teigkreises mit Wasser befeuchten. Den zweiten Kreis darauflegen und die Ränder schließen. Ränder mit dem Messer und von Hand formen. Torte auf die Glasablage in der unteren Einschubposition stellen und bei KOMBINATION: 220 °C + MIKROWELLE 100 W 12-17 Min. backen. Anschließend mit Puderzucker bestreuen.

## Zutaten

### Für 6

100 g Zucker  
100 g gemahlene Mandeln  
50 g Butter  
1 Ei  
30 ml brauner Rum oder Brandy  
350 g Blätterteig  
15 ml Puderzucker

**Gefäß: 1 Backblech**

**Zubehör: Glasablage**

## Éclairs

Butter und Wasser auf dem Boden des Ofen bei MIKROWELLE 1000 W 2-3 Min. zerlassen oder bis sich Blasen bilden. Sofort das gesamte Mehl hinzufügen und gut verrühren, bis die Mischung glatt ist. Etwas abkühlen lassen. Eier einzeln hinzufügen und stark verrühren, bis die Mischung glatt und glänzend ist. Den Brandteig in einen Spritzbeutel mit einem einfachen 1 cm Endstück füllen. 9 cm lange Finger auf ein leicht eingefettetes, leicht angefeuchtetes Emailblech spritzen. Das Gerät auf HEISSLUFT 200 °C vorheizen. Emailblech in die untere Position schieben. Bei HEISSLUFT 200 °C ca. 15-20 Min. backen. Jedes Eclair einstechen und weitere 5-10 Min. backen, damit sie knusprig werden. Auf einem Rost abkühlen lassen. Sahne steif schlagen und Eclairs damit füllen. Kakao in heißem Wasser auflösen und mit Puderzucker verrühren. Gut durchrühren, bis die Glasur glatt ist, und bei Bedarf Wasser hinzufügen. Die gefüllten Eclairs damit bestreichen und fest werden lassen.

## Zutaten

### Ergibt 1 Portion

#### Brandteig

50 g Butter  
150 ml Wasser  
65 g einfaches Mehl, gesiebt  
2 Eier, leicht verrührt

**Gefäß: 1 große Schüssel**

**Zubehör: keines**



## Zutaten

### **Ergibt 1 Brot oder 8 Brötchen**

450 g Brotmehl  
1 Tütchen Trockenhefe  
5 ml Salz  
15 g Butter oder Margarine  
275 ml heißes Wasser

### **Für Vollkornbrot**

Jeweils 225 g Vollkorn- und weißes Brotmehl.

### **Für Körnerbrot**

450 g Körnermehl anstelle von weißem Brotmehl nehmen.

### **Gefäß: 1 Pyrex® Schüssel**

**Zubehör: Emailblech  
Wassertank füllen**

## Zutaten

### **Für 2-4 Personen**

2 fein geschnittene  
Frühlingszwiebeln  
3 Knoblauchzehen, zerdrückt  
1 EL Olivenöl  
Backfertiger Pizzateig, 1 Rolle  
150 g Tomatensauce  
1 EL Oregano  
100 g geriebener Mozzarella  
Salz und Pfeffer

### **Gefäß: 1 Pyrex® Schüssel**

**Zubehör: Emailblech  
Wassertank füllen**

## Normales Brot / Brötchen

Mehl, Hefe und Speisesalz in einer großen Schüssel vermengen. Butter oder Margarine hineinkneten. Das warme Wasser hinzugeben und die Zutaten zu einem Teig vermischen. Auf eine mit Mehl bestäubte Fläche geben und 10 Min. kneten. Für 1 Brotlaib: die gewünschte Form auf dem gefetteten Emailblech formen. Für Brötchen: den Teig in 8 Teile trennen und zu Brötchen formen. Auf das gefettete Emailblech legen. Mit Klarsichtfolie abdecken und an einem warmen Ort oder im Mikrowellenherd bei UMLUFT 40 °C für 40 Min. gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat. Bei UMLUFT 200 °C Vorwärmen. Das Brot mit dem geschlagenen Ei glacieren und mit Samen bestreuen, falls gewünscht. Das Emailblech in der unteren Einschubposition in den Mikrowellenherd einsetzen und die Zutaten bei UMLUFT 200 °C für 25-30 Min. backen. Für Brot: Nach  $\frac{2}{3}$  der Backzeit einen DAMPFSTOß für 3 Min. ausführen. Für Brötchen: 15-20 Min. – mit einem DAMPFSTOß für 3 Min. nach  $\frac{2}{3}$  der Backzeit – bzw. bis die Brötchen goldbraun sind, backen.

## Pizza

Die feingeschnittenen Zwiebeln und den Knoblauch zusammen mit dem Olivenöl in einer Schüssel für 3-4 Minuten bei 1000 W MIKROWELLE garen. Abkühlen lassen. Den Teig mit den Händen im Emailblech ausstreichen, ohne einen Rand hochzuziehen. Sauce, Zwiebeln und Oregano auf dem Teig verteilen. Würzen. Den gesamten Teig gut abdecken. Bei UMLUFT 220 °C vorwärmen. Bei UMLUFT 220 °C für 15 Min. garen. Anschließend andere Zutaten je nach Geschmack hinzugeben (z.B. Käse, Sardellen, Oliven, Schinkenstücke etc.) und bei UMLUFT 220 °C für 8-10 Minuten weiter garen. Zu Beginn dieser Garstufe einen DAMPFSTOß für 3 Min. ausführen.



## Focaccia

Mehl, Hefe und Speisesalz in einer großen Schüssel vermengen. Das Olivenöl und 3-5 EL warmes Wasser allmählich hinzugeben, bis ein weicher Teig entsteht. Auf eine mit Mehl bestäubte Fläche geben und 10 Min. kneten. In eine gefettete Schüssel geben, abdecken und an einem warmen Ort oder im Mikrowellenherd bei UMLUFT 40 °C gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat. Den Teig zurück drücken und noch einmal einige Minuten durchkneten. Den Teig in eine gefettete, runde Backform (25 cm Ø) drücken, abdecken und an einem warmen Ort oder bei Umluft 40 °C für etwa 30 Min. gehen lassen. Bei UMLUFT 190 °C, mit dem Emailblech in der unteren Einschubposition, vorwärmen. Grübchen in den Teig drücken. Ein wenig zusätzliches Olivenöl darauf träufeln und mit grobkörnigem Meersalz bestreuen. Bei UMLUFT 190 °C für 20-25 Min. backen. Nach  $\frac{2}{3}$  der Backzeit einen DAMPFSTOß für 3 Min. ausführen. Vorsichtig aus der Backform herausnehmen und auf einem Metallrost abkühlen lassen.

## Zutaten

**Ergibt 1 Brot**

400 g backstarkes Brotmehl  
1 Tütchen Trockenhefe  
10 ml Salz  
75 g Olivenöl  
10 ml grobes Meersalz

**Gefäß: 1 runde Form  
(25 cm Ø)**

**Zubehör: Emailblech**

## Brötchen mit sonnengetrockneten Tomaten

Mehl, Hefe und Speisesalz in einer großen Schüssel vermengen. Die Tomaten unterrühren. Olivenöl, passierte Tomaten und 3-5 EL warmes Wasser allmählich hinzugeben, bis ein weicher Teig entsteht. Auf eine mit Mehl bestäubte Fläche geben und 10 Min. kneten. Den Teig in 6 Teile trennen und auf ein Emailblech legen. Den Teig an einem warmen Ort oder bei UMLUFT 40 °C gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat. Bei UMLUFT 220 °C vorwärmen. Noch etwas Olivenöl darauf träufeln und mit grobkörnigem Meersalz würzen. Bei UMLUFT 220 °C für 15-20 Min. oder bis die Brötchen goldbraun sind, backen.

## Zutaten

**Ergibt 6 Brötchen**

250 g Brotmehl  
7 ml Tütchen Trockenhefe  
5 ml Salz  
25 g sonnengetrocknete  
Tomaten,  
grob zerteilt  
45 ml Olivenöl  
75 ml Tomaten-Passata  
75 ml heißes Wasser  
5 ml Olivenöl

**Gefäß: keines**

**Zubehör: Emailblecha**



## Zutaten

### 500 ml

35 g Butter  
35 g Mehl  
500 ml Milch  
Salz und Pfeffer  
Muskat, gerieben

**Gefäß:** 1 Pyrex® Schüssel  
(1,5 Liter)

**Zubehör:** keines

## Weißer Sauce

Die Butter 1 Min. lang abgedeckt auf dem Boden des Ofens bei MIKROWELLE 600 W zerlassen. Mehl dazugeben, verrühren und 1 weitere Minute bei MIKROWELLE 600 W kochen. Zur Seite stellen. Milch in einem Krug bei MIKROWELLE 1000 W erwärmen, und zwar für 2½ oder 3 Min. Die Milch über die Butter- und Mehlmischung gießen und dabei konstant rühren. Noch einmal 2-3 Minuten kochen, dabei mehrmals kräftig durchrühren und darauf achten, dass die Sauce nicht überkocht. Abschmecken und etwas geriebene Muskatnuss hinzufügen. Durch Hinzugeben von 2 Eigelb und 80 g geriebenem Käse erhalten Sie eine Sauce Mornay.

## Zutaten

### Für 4 Personen

50 g Roquefort Käse  
200 ml Sahne  
2 TL Speisestärke  
Salz und Pfeffer

**Gefäß:** 1 Pyrex® Schüssel  
(500 ml)

**Zubehör:** keines

## Roquefortsauce

Roquefort in Stücke schneiden und schmelzen, indem sie ihn 1 Min. 30 Sek. lang bei 600 W erwärmen. Sahne und mit 1 EL Wasser gemischte Speisestärke hinzufügen. 2 Min. 30 Sek. bis 3 Min. bei MIKROWELLE 1000 W aufkochen, dabei nach der Hälfte der Kochzeit mit einem Schneebesen kräftig durchschlagen. Vor dem Servieren abschmecken. Diese Sauce schmeckt besonders gut zu rotem Fleisch.

## Zutaten

### Für 5-6 Personen

1 gehackte Zwiebel  
40 g Butter  
30 g Mehl  
400 ml heiße Brühe mit 2  
Brühwürfeln  
Estragonessig  
2 TL weißer Pfeffer  
Cognac  
200 ml Crème fraîche

**Gefäß:** 1 große Pyrex®  
Schüssel

**Zubehör:** keines

## Pfeffersauce

Zwiebeln und Butter in eine Schüssel geben und 2-3 Min. bei MIKROWELLE 1000 W auf dem Boden des Ofens garen. Mehl dazugeben, vermischen und erneut 1 Min lang bei MIKROWELLE 1000 W garen. Brühe, 1 EL Essig und 2 TL weißen Pfeffer hinzufügen und unbedeckt bei MIKROWELLE 1000 W 3 Min. lang kochen. Aus dem Gerät nehmen und einen Schuss Cognac, einen Stich Butter und Crème fraîche zugeben. Gut verrühren und großzügig salzen.



## Richtlinien

Konfitüren, Marmeladen und Chutneys in der Mikrowelle zu machen ist vieler schneller und einfacher als mit einem großen Topf auf dem Herd. Einer der größten Vorteile ist, dass kleine Mengen hergestellt werden können. Frische oder gefrorene Früchte können also genau gann verarbeitet werden, wenn es Ihnen passt.

## Gefäßgröße

Verwenden Sie stets ein große Glasschüssel. Sie sollten NICHT versuchen, Marmeladentöpfe in Ihrer Mikrowelle zu benutzen.

## Abdecken

Konfitüren während des Kochens nicht abdecken.

## Gläser sterilisieren

Marmeladengläser können in der Mikrowelle sterilisiert werden. Halb mit Wasser füllen und bei 1000 W erhitzen, bis das Wasser kocht (ca. 3 Min. für 2 Gläser). Leeren und

umgedreht auf Küchenpapier stellen. Die Gläser sollten warm sein, wenn sie mit Konfitüre gefüllt werden.

**BENUTZEN SIE IHRE MIKROWELLE NICHT, UM BABYFLASCHEN ZU STERILISIEREN.**

**EINKOCHGLÄSER NICHT IN IHRER MIKROWELLE VERSCHLIESSEN.**

## Umrühren

Halten Sie einen Holzlöffel bereit, um die Konfitüren umzurühren, aber lassen Sie den Löffel während des Kochens nicht im Ofen.

## Festwerden

Lassen Sie einige Tropfen Marmelade auf eine kalte Untertasse fallen (stellen Sie eine in den Kühlschrank, während Sie Marmelade machen). Abkühlen lassen. Die Marmelade sollte an der Oberfläche Falten schlagen, wenn Sie mit Ihrem Finger über die Oberfläche fahren.

## Beerenkonfitüre

Alle Zutaten in eine große Schüssel geben. Auf den Boden des Ofens stellen und bei MIKROWELLE 1000 W 5 Min. lang garen. (Bei gefrorenem Obst 10-15 Min.) Gelegentlich umrühren. Weiterkochen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Zuckerkristalle von der Schüssel abwaschen. Mischung bei MIKROWELLE 1000 W zum Kochen bringen. Weiterkochen, bis die Mischung fest wird. Dies dauert ca. 15-20 Min. Etwas abkühlen lassen, umrühren, dann abfüllen, versiegeln und beschildern.

## Pflaumenmus

Die Pflaumen einstechen und mit dem Wasser in eine große Schüssel geben. Auf den Boden des Ofens stellen und bei MIKROWELLE 600 W 10 Minuten lang garen oder bis das Obst weich ist. Die restlichen Zutaten hinzufügen und bei MIKROWELLE 1000 W 5 Min. lang kochen und dabei häufig umrühren. Zuckerkristalle von der Schüssel abwaschen und bei MIKROWELLE 1000 W zum kochen bringen. Bei MIKROWELLE 1000 W weiterkochen, bis die Mischung fest wird - nach ca. 25-30 Min. Etwas abkühlen lassen, Steine entfernen, dann abfüllen, versiegeln und beschildern.

## Zitronencreme

Alle Zutaten in einer Schüssel vermengen. Auf den Boden des Ofens stellen und bei MIKROWELLE 1000 W ca. 5-6 Min. kochen. Zu Beginn jede Minute umrühren und dann alle 30 Sek. wenn die Mischung beginnt, fest zu werden. Wenn die Masse am Löffel hängen bleibt, aus dem Gerät nehmen, bevor die Eier gerinnen. Die Mischung stockt beim Abkühlen noch nach. Gläser mit der heißen Creme füllen, verschließen und umdrehen. Zitronencreme im Kühlschrank aufbewahren.

## Zutaten

### *Ergibt 2 Gläser*

450 g gewaschene Beeren  
450 g Zucker  
3 ml Zitronensaft  
5 ml Butter

**Gefäß: 1 große Pyrex®  
Rührschüssel**

**Zubehör: keines**

## Zutaten

### *Ergibt 2 Gläser*

675 g Pflaumen oder Zwetschgen  
200 ml Wasser  
675 g Einmachzucker  
30 ml Zitronensaft  
5 ml Butter

**Gefäß: 1 Pyrex® Schüssel (2 Liter)**

**Zubehör: keines**

## Zutaten

### *Ergibt 2 Gläser*

4 unbehandelte Zitronen,  
Saft und geriebene Schale  
400 g kristallisierter Zucker  
4 geschlagene Eier,  
100 g Butter.

**Gefäß: 1 Pyrex® Schüssel (2 Liter)**

**Zubehör: keines**

Panasonic Corporation  
<http://www.panasonic.net>

© Panasonic Corporation 2014

F0003BH70WP  
P0414-0  
Printed in P.R.C