

Miele

Kuchárka

pre prípravu v pare



Vážení milovníci dobrého jedla,

příjemné rozhovory a pekné momenty zažívame počas stretnutí pri dobrom jedle. Spoločný pôžitok spája - predovšetkým vtedy, keď je so všetkým, čo k tomu patrí presvedčivý. Vo všedný deň rovnako ako aj pri zvláštnych príležitostiach.

Vaša nová parná rúra Vám ponúka práve takýto potenciál: ako univerzálny talent s ňou pripravíte rýchlo a zdravo nie len bežné jedlá, ale aj kulinárske menu na najvyššej úrovni.

Táto kuchárka Vám bude pri tom tou pravou pomocníčkou. V našej skúšobnej kuchyni Miele sa denne stretávajú vedomosti a zvedavosť, rutina a neočakávané - na základe toho sme pre Vás vytvorili cenné tipy a spoľahlivé recepty. Ďalšie recepty, inšpirácie a napínavé témy objavíte mimochodom v našej aplikácii Miele@mobile.

Máte otázky a želania? Tešíme sa, že sa s Vami môžeme o informácie podeliť. Naše kontaktné údaje nájdete na konci príručky.

Prajeme Vám úžasné kulinárske zážitky.

Váš tím Miele

Obsah

Úvod.....	3
K tejto kuchárke	6
Skôr ako začnete.....	7
Dôležité informácie k receptom	8
Prevádzkové spôsoby	9
Špeciálne použitia	10
Príprava menu	11
Dôležité vedieť	12
Množstvo a merné jednotky	13
Príslušenstvo Miele	15
Prípravky na ošetrovanie Miele	16
Prílohy a zelenina.....	17
Zelenina ako predjedlo	18
Červená kapusta s jablkami	19
Knedličky Dim sum plnené čínskou kapustou	20
Fenykel s orechovou vinaigrette	21
Fenikel so zeleninou	22
Zeleninové suflé.....	23
Gnocchi	24
Hummus	25
Zapekané zemiaky so slaninou	26
Zemiakové knedle	27
Zemiaková kaša.....	28
Zemiakové suflé	29
Tekvicové rizoto	30
Šošovicový šalát	31
Mrkva s glazovanou šalotkou.....	32
Pilaf.....	33
Kysnuté hubové knedličky s tekvicovou omáčkou.....	34
Polenta na švajčiarsky spôsob	36
Ovčí syr v plášti z cukety.....	37
Dusené uhorky	38
Žemľové knedle	39
Paradajky na grécky spôsob	40
Plnené cuketové lodičky.....	41
Mäso	50
Mäsové guľky s čínskou kapustou	51
Kuracie prsia so sušenými paradajkami	52
Kuracie rezančeky s paprikou	53
Tefacie filé s bylinkami	54
Kapustová roláda	55
Dusená jahňacina so sušenými slivkami	57
Jahňacia panenka so zelenou fazuľkou	59

Plnené morčacie prsia.....	60
Hovädzia sviečková.....	62
Hovädzia sviečková poširovaná zeleninou.....	63
Hovädzie hašé.....	64
Hovädzí hrniec.....	65
Saucisson.....	67
Bravčové medailóniky so šampiňónmi a jablkami.....	68
Tafelspitz s jablkovo chrenovou omáčkou.....	69
Tafelspitz na viedenský spôsob.....	70
Tikka Masala s ryžou.....	71
Polievky a husté polievky.....	73
Fazuľový Eintopf s jahňacinou.....	74
Rybí Eintopf.....	75
Gulášová polievka.....	76
Slepačia polievka.....	77
Zemiaková polievka.....	78
Tekvicová polievka na austrálsky spôsob.....	79
Krémová mrkvová polievka.....	80
Mäso s ryžou.....	81
Polievka s jarnou zeleninou.....	82
Zaváranie a iné.....	104
Zaváranie v parnej rúre Miele.....	105
Odšťavovanie v parnej rúre Miele.....	108
Rozmrazovanie v parnej rúre Miele.....	110
Blanšírovanie v parnej rúre Miele.....	113
Ohrievanie v parnej rúre Miele.....	114
Príprava v parnej rúre Miele.....	116

K tejto kuchárke

Je dobré vedieť: Príprava v pare včera a dnes

V Číne má príprava v pare dlhú tradíciu. V pôvodnej domovine prípravy v pare sa už viac ako tisícročie používajú dvojstenné varné nádoby, v ktorých sa jedlá pripravujú oddelene od tekutiny. V Európe sa tento spôsob prípravy ujal v 70-tych rokoch: v gastronómii sa začali používať profesionálne parné rúry. O niečo neskôr prenikla táto technológia aj do súkromných domácností. Dnes, keď sa kladie dôraz na uvedomelejšie stravovanie, objavuje stále viac a viac ľudí pre seba výhody tohoto šetrného spôsobu prípravy.

Príprava v pare s Miele

Parná rúra Miele je skutočným všestranným talentom a ideálnym doplnkom k rúre na pečenie a varnej doske. Či chcete v jednom varnom procese pripraviť jednotlivé prílohy alebo kompletne menu – Vaším požiadavkám na tepelnú prípravu pokrmov nie sú kladené žiadne hranice. A ešte viac: S parnou rúrou Miele môžete aj rozmrazovať, zavárať, odšťavovať a dezinfikovať.

Princíp parnej rúry Miele je rovnako jednoduchý ako aj účinný: na rozdiel od varenia neleží jedlo vo vode - preto sa nevytlúhuje a strata minerálnych látok zostáva malá.

Množstvo vody potrebnej k príprave sa zahrieva mimo ohrevného priestoru. Do ohrevného priestoru prúdi len čistá para, ktorá jedlo šetrne obklopuje zo všetkých strán. Potraviny pritom nemôžu oxidovať, pretože para vytlačí kyslík z

ohrevného priestoru. Farby, aróma a vitamíny zostanú preto optimálne zachované.

Vďaka na stupeň presnej elektronickej regulácii teploty a jej individuálnemu nastaveniu sa každá potravina pripravuje vždy najvhodnejšou teplotou. Tak sa Vám podaria aj citlivé jedlá ako napríklad ryby, paštéty alebo suflé. Rýchly prenos tepla a automatický priebeh zabezpečujú na stupeň presnú prípravu - pripálenie alebo prevarenie je vylúčené.

Komfortné: Plne automatická príprava

Vaša parná rúra je vybavená inteligentnou elektronikou, vďaka nej zažijete najvyšší komfort obsluhy. Na prípravu nemusíte dozerať, pretože prebieha plne automaticky. Nastavená teplota sa presne udržuje, doregulovanie je zbytočné. Okrem iného, v parnej rúre sa nemôže nič pripáliť ani prevariť. Oprite sa relaxujte: po uplynutí doby prípravy sa prístroj automaticky vypne.

parnú rúru Miele používať rovnako samozrejme ako Vaše ostatné prístroje na varenie.

Doby prípravy a predhriatia

Doba prípravy, ktorú je potrebné nastaviť nezávisí od toho, aké množstvo jedla pripravujete, ani od toho, či sa jedná o čerstvé alebo zmrazené jedlo. *Ako to funguje? Doba prípravy začne plynúť až potom, čo sa dosiahne nastavená teplota.* To znamená, že čerstvé potraviny sa pripravujú práve tak dlho, ako ich zmrazené obdoby - mení sa len doba zahrievania. Túto si prístroj upraví sám, takže na to nemusíte myslieť.

Podarí sa aj v parnej rúre: Vlastné recepty

Aj vlastné kreácie, ktoré ste doteraz pripravovali napríklad na varnej doske, sa Vám v parnej rúre Miele podaria úplne ľahko. Riadte sa jednoducho tabuľkami prípravy na konci tejto príručky. Nachádzajú sa v nich údaje o teplote, dobe prípravy ako aj o potrebnom riade na varenie.

Pomocou týchto tabuliek môžete úplne ľahko realizovať svoje vlastné recepty. Len po niekoľkých pokusoch budete

Dôležité informácie k receptom

K dobám prípravy

- Ak je v recepte uvedený časový rozsah, tak sa tento vzťahuje buď k stupňu uvarenia alebo k vlastnostiam potravín. Kratšie doby volte pre menšie kusy, alebo tvrdší výsledok, dlhšie doby pre väčšie kusy alebo väčší výsledok.
- Pri automatických programoch (funkcia závisí od modelu) sa vždy udáva z výroby nastavená stredná doba trvania programu. Skutočná doba trvania pri mnohých programoch závisí však od požadovaného stupňa uvarenia. Pred spustením automatického programu zvolte jednoducho požadované nastavenie.

K prísadám

- Ak je za jednotlivou prísadou čiarka (,), nasledujúci text popisuje potravinu. Vo väčšine prípadov je možné ju v tomto stave kúpiť. napr. pšeničná hladká múka (typ 405); vajcia, veľkosť M; mlieko, 3,5 % tuku.
- Ak je za jednotlivou prísadou zvislá čiarka (|), popis sa vzťahuje k spracovaniu potraviny, ktoré spravidla prebieha pri samotnom varení. Tento krok spracovania sa v texte prípravy už viac nespomína. Napr. syr, koreniny | strúhaný; cibuľa | nakrájaná na kocky; mlieko, 3,5 % tuk | vlašné
- Pri mäse uvádzame vždy hmotnosť po spracovaní, pokiaľ to nie je uvedené inak.
- Pri ovocí a zelenine uvádzame zásadne hmotnosť neošúpanej potraviny.

- Aj keď nie je krok spracovania v texte prípravy uvedený, predpokladá sa, že ovocie a zeleninu pred nakrájaním očistíte alebo umyjete, prípadne ošúpete.

K receptom s automatickými programami

Ku každému automatickému programu existuje vhodný recept. Automatické programy, ktoré sú k dispozícii sa menia podľa modelu. Ak Vaša parná rúra nemá príslušný automatický program, môžete všetky recepty pripraviť aj na základe manuálnych nastavení. Kroky prípravy zohľadňujú oba spôsoby prípravy.

K varnému riadu

- V každom recepte je uvedený potrebný varný riad. Veľkosť naparovacích misiek závisí od použitého modelu pranej rúry.
- Pre parnú rúru: Keď pripravujete pokrm v naparovacích miskách s perforovaným dnom, zasuňte záchytnú misku vždy do najnižšej výškovej úrovne.
- Pre parnú rúru s mikrovlnkou: Sklenenú misku (záchytnú misku) zasuňte vždy do úrovne 1 (najnižšia výšková úroveň).

Zvláštnosti k jednotlivým modelom parných rúr

Túto kuchárku prikladáme k parným rúram s rôznou funkciou. Ak sa nastavované údaje od seba odlišujú, udávame nastavenia, ktoré je potrebné voliť v receptoch v tomto poradí:

- parné rúry a parné rúry s mikrovlnkou
- (tlakové parné rúry) v zátvorkách

Vaša parná rúra dokáže viac

Príprava v pare

Na šetrnú prípravu potravín.

Väčšina jedál sa pripravuje pri 100 °C. Tak môžete pripravovať napr. zeleninu a zemiaky, polievky a Eintopf, nákypy a strukovinové pokrmy bez toho, aby sa zhoršila farba, tvar, štruktúra a chuť. Zvláštne výhody poskytuje príprava ryže v pare, pretože ryža ostane nezlepená a zrnitá podľa želania. Aj pri príprave kojeneckej výživy Vám parná rúra dokáže poskytnúť zmysluplnú podporu.

Ryba sa výborne hodí na prípravu v pare. Kým pri príliš vysokých teplotách ryby rýchle strácajú svoju krehkú konzistenciu, pri príprave v pare zostane zachovaná chuť a konzistencia, pretože môžete precízne nastaviť teplotu medzi 40 a 100 °C. Aj morské plody a kôrovce sa Vám perfektne podaria - kúsok gurmánskej kuchyne na doma.

Hydinu, ryby a údeniny môžete tiež pripravovať v parnej rúre Miele. Pri teplotách medzi 90 a 100 °C získate mäso obzvlášť jemné s krehkou konzistenciou. Aj chudá hydina, ktorá sa inak rýchlo vysuší, zostane krásne šťavnatá.

Sous-vide

Uvedomte si prosím, že funkcia závisí od modelu. Pri tomto šetrnom postupe prípravy sa potraviny vo vákuovom obale pripravujú pomaly a pri nízkych, konštantných teplotách. Vďaka vákuovaniu sa počas prípravy neodparuje vlhkosť a zostanú zachované všetky výživné a aromatické látky. Tešte sa na výsledok: rovnomerne pripravené jedlo s intenzívnou chuťou.

Viac receptov na prípravu sous-vide a ďalšie zaujímavé témy nájdete v našej aplikácii Miele@mobile.

Príprava v tlakovej parnej rúre

Uvedomte si prosím, že funkcia závisí od modelu. Príprava za polovičný čas: túto úsporu času môžete získať pri príprave napríklad tepelne citlivej zeleniny, strukovín a mnohých druhov mäsa, pretože pri príprave v tlakovej parnej rúre sa dosahuje teplota 120 °C. Chuť a vitamíny zostanú pritom zachované rovnako ako pri príprave v pare bez tlaku. Ktoré jedlá sú vhodné pre prípravu v tlakovej parnej rúre sa dozviete v receptoch a tabuľkách prípravy na konci tejto príručky.

Špeciálne použitia

Rozmrazovanie

Rozmrazovanie v parnej rúre je značne rýchlejšie ako na vzduchu v miestnosti: pri 50–60 °C rozmrazíte všetky bežné mrazené potraviny ako zelenina, ovocie, ryby, mäso, hydina a hotové pokrmy. Aj zmrazené mliečne výrobky alebo pečivo pripravíte rýchlo na konzumáciu.

Ohrev

Čo sa týka vzhľadu a chuti, pripravené ako čerstvé: odborníci nie nadarmo hovoria o ohrievaní v parnej rúre ako o „regenerácii“. Ohrievanie účelne dopĺňa kvalitatívne neprekonateľnú prípravu jedál v parnej rúre Miele. Už pripravené jedlá - v prípade potreby i niekoľko pokrmov na tanieri naraz - ohrejete najlepšie pri teplote 100 °C. Asi za 8 minút je pokrm ohriaty súčasne s tanierom. Tak máte čas všetko si v klúde vychutnať.

Blanšírovanie

Chcete zmraziť ovocie alebo zeleninu? Blanšírovaním sa postaráte o optimálne zachovanie akosti počas skladovania v mrazničke alebo v mraziacom boxe. Blanšíruje sa 1 minútu pri 100 °C. Krátkym zahriatím sa zníži množstvo enzýmov nachádzajúcich sa v ovocí a zelenine, ktoré počas skladovania v zmrazenom stave odbúravajú arómy a vitamíny.

Odšťavovanie

Vaša parná rúra vie aj odšťavovať! Tak získate ovocné šťavy, napríklad na nápoje alebo želé. Obzvlášť sú na to vhodné všetky bobuloviny. Para zmäkčuje bunkové steny ovocia, ktoré nakoniec

prasknú, pričom unikne šťava. V tabuľkách prípravy na konci tejto príručky nájdete nastavenia, ktoré sú na to doporučené.

Zaváranie

Zaváranie bez nepohodlného prelievania horúcich tekutín: tento komfort Vám poskytne Vaša parná rúra Miele. Zavárať môžete ovocie, zeleninu, mäso a údeniny. Vaša parná rúra preberie aj sterilizáciu pohárov. Rešpektujte pritom prosím aj informácie v návode na obsluhu.

Nemôžete robiť všetko naraz?

Parná rúra Miele áno!

V parnej rúre Miele môžete pripravovať pokrmy až v troch úrovniach súčasne a pripraviť tak napríklad celé jedlo skladajúce sa z ryby, ryže a zeleniny. Bežne na to zvolíte teplotu 100 °C.

Hoci môžu byť jednotlivé jedlá veľmi rozličné - vďaka stálemu prívodu čerstvej pary je vylúčený prenos pachov alebo chuti. Tak môžete bez problémov spoločne pripravovať aj sladké a výživné jedlá. Para sa okrem toho postará o rovnomerný výsledok prípravy vo všetkých úrovniach a pri plne využitom ohrevnom priestore šetrí čas a energiu na rozdiel od prípravy na varnej doske alebo v rúre na pečenie.

Pri automatickej príprave menu musíte len na displeji Vašej parnej rúry zvoliť tri zložky menu a riadiť sa pokynmi. Parná rúra uvedie, v ktorom okamihu musíte dať do ohrevného priestoru ktorú zložku a informuje Vás akustickým signálom. Všetky zložky pripravené na servírovanie súčasne: s parnou rúrou Miele sa Vám to ľahko podarí.

Pripravovať menu môžete mimochodom aj bez špeciálneho použitia: začnete potravinou s najdlhšou dobou prípravy. Počas prípravy môžete bez problémov pridávať ďalšie jedlá. Ak máte na jedálnom lístku napríklad „ostriežika morského s ryžou a brokolicou“, ryža sa musí variť 20 minút, ostriežik 6 minút a brokolica 4 minúty. Najprv zasuniete ryžu a pripravujete ju 14 minút. Po uplynutí tejto doby zasuňte ostriežika morského a pripravujete ryžu a rybu spoloč-

ne 2 minúty. Potom doplňte brokolicu a pripravujete všetky tri prísady spoločne ďalšie 4 minúty.

Dôležité vedieť

Možnosti o ktorých netušíte

Budete prekvapení, čo všetko ešte parná rúra Miele dokáže: Čokoláda sa dá rozpúšťať pri 90 °C bez toho aby sa pripálila, alebo sa vytvárali hrudky. Zavrátacie poháre a kojenecké fľaše a dajú vydezinfikovať len za 15 minút pri 100 °C. Budú rovnako sterilné ako pri bežnom vyvarení. Dezerty ako nadýchané suflé sa ľahko podaria. Pri 40 °C môžete okrem toho pripraviť jogurt a nechať vykysnúť cesto.

Redukcia pary

Ak sa príprava vykonávala s teplotou asi od 80 °C, krátko pred skončením doby prípravy sa automaticky pootvoria dvierka parnej rúry, aby mohla unikať para z ohrevného priestoru.

Varenie nezávislé od množstva

Nezáleží na tom, či varíte pre jednu alebo pre štyri osoby - doby prípravy vo Vašej parnej rúre zostávajú rovnaké. Doba prípravy sa začne odpočítavať až potom, čo je ohrevný priestor dostatočne predhriaty a tým sa dosiahne požadovaná teplota.

Vaše obľúbené recepty v parnej rúre Miele

Pre prípravu v parnej rúre podľa vlastných receptov používajte prosím tabuľky prípravy v dodatku tejto príručky. Zo zásady platí:

Pri 100 °C majú jedlá v parnej rúre Miele rovnakú dobu prípravy ako na varnej doske. Tým jednoducho a pohodlne prenesiete svoje obľúbené recepty. Jednoducho sa do toho pustite a vychutnajte si to.

ČL = čajová lyžička

PL = polievková lyžica

g = gram

kg = kilogram

ml = mililiter

ŠN = na špičku noža

1 čajová lyžička zodpovedá približne:

- 3 g prášku do pečiva
- 5 g soli/cukru/vanilkového cukru
- 5 g múky
- 5 ml tekutiny

1 polievková lyžica zodpovedá približne:

- 10 g múky/potravinárskeho škrobu/strúhanky
- 10 g masla
- 15 g cukru
- 10 ml tekutiny
- 10 g horčice

Kuchynská abeceda

pojmem	vysvetlenie
vykostené	Ryba alebo mäso, v ktorom sa už nenachádzajú kosti.
obalenie	Obalenie mäsa, hydiny alebo ryby tenkými plátkami slaniny, aby sa zabránilo vysušeniu počas prípravy.
spracované	Potraviny, ktoré už boli čistené, ale ešte nie sú pripravené. Napríklad mäso, pri ktorom je odstránený tuk a šľachy, vypitvaná ryba zbavená šupín, alebo ovocie a zelenina, ktoré sú už očistené a olúpané.
poširovanie	Príprava potravín v horúcej, nie variacej tekutine.

Najlepšie výsledky dosiahnete pri príprave v pare so správnym príslušenstvom - Miele Vám k tomu ponúka rozsiahly výber. Každá časť je svojimi rozmermi a funkciou zladená špeciálne s Miele prístrojmi a dôkladne otestovaná podľa štandardu Miele. Všetky výrobky získate jednoducho v e-shope Miele, prostredníctvom zákaznickej linky Miele alebo v špecializovaných predajniach.

Neperforované naparovacie misky

Na prípravu jedál v omáčkach, šťavách a vo vode ako napríklad ryža, polievky alebo Eintopf sa obzvlášť hodia naše naparovacie misky s plným dnom.

Môžete pritom voliť medzi rozličnými hĺbkami a veľkosťami: ploché naparovacie misky slúžia na prípravu menších množstiev alebo jedál, ktoré nemusia byť celé zaliate tekutinou. Hlbšie naparovacie misky sa hodia na prípravu väčších množstiev alebo potravín, ktoré musia byť celé zaliate tekutinou, napríklad Eintopf, dusené mäso alebo polievky.

Naparovacie misky s perforovaným dnom

Na priamu prípravu v pare alebo blanširovanie potravín sa ideálne hodia naparovacie misky s perforovaným dnom. Perforáciou sa para môže dostať k potravinám zo všetkých strán. Preto by ste potraviny v naparovacích miskách mali umiestňovať na plochu a nemali by sa prekryvať.

Prípravky na ošetrovanie Miele

Pri pravidelnom čistení a ošetrovaní si budete môcť užiť optimálnu funkciu a dlhú životnosť Vašich prístrojov. Originálne Miele výrobky na ošetrovanie sú optimálne prispôsobené prístrojom. Všetky výrobky získate jednoducho v e-shope Miele, prostredníctvom zákazníckej linky Miele alebo v špecializovaných predajniach.

Odvápňovacie tablety

Na odvápnenie rozvodov vody a zásobníkov spoločnosť Miele vyvinula špeciálne odvápnovacie tablety. Pomocou nich odvápnite svoj prístroj nie len účinne, ale aj šetrne k materiálu.

Sada utierok MicroCloth

Touto sadou ľahko odstránite odtlačky prstov a mierne znečistenia - sada sa skladá z univerzálnej utierky, utierky na sklo a utierky pre dosiahnutie vysokého lesku. Maximálne odolné utierky z jemne tkaných mikrovlákien majú obzvlášť vysoký čistiaci výkon.

Zemiaky, ryža alebo cestoviny sú neodmysliteľnými prílohami ku všetkým jedlám. Len zriedka sú stredobodom chuti, ale napriek tomu je voľba často rozhodujúca pre celé jedlo. Rôznorodosť prípravy nemá prakticky hraníc. Všetky tri prílohy majú vysokú nutričnú hodnotu a sú dôležitou súčasťou plnohodnotnej výživy. A všetky tri spolu spájajú najrôznejšie kultúry, zvyky a tradície pri jednom stole.

Prílohy a zelenina

Zelenina ako predjedlo

Doba prípravy:

35–40 minút + minimálne 3 hodiny namáčať

Na 4 porcie

Na zeleninu

2 žlté papriky (à 200 g), | na pásiky

2 červené papriky (à 200 g), | na pásiky

1 baklažán (à 200 g) | na plátky

2 cukety (à 200 g) | na kolieska

500 g šampiňónov

Na marinádu

6 PL olivového oleja

4 PL vínového octu

4 PL suchého bieleho vína

1 strúčik cesnaku | posekaný najemno
soľ

čierne korenie

1 štipka cukru

2 PL proveslánskeho korenia | jemne
nasekaného

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným
dnom

Príprava

Papriku, baklažán, cuketu a šampiňóny dáme do naparovacej misky s perforovaným dnom a pripravíme.

Z olivového oleja, vínneho octu, bieleho vína, cesnaku, soli, papriky, cukru a bylínok vyrobíme marinádu.

Zeleninu poukladáme na tácku, prelejeme marinádou a necháme najmenej 3 hodiny namáčať.

Nastavenie

teplota: 100 °C

doba prípravy: 3-4 minúty

Červená kapusta s jablkami

Doba prípravy:

165 (95) minút

Na 4 porcie

Suroviny

125 g cibule | nakrájaná na kocky

50 g bravčovej masti

700 g červenej kapusty | na pásiky

150 ml jablkovej šťavy

50 ml vínového octu

1 bobkový list

3 klinčeky

25 g cukru

soľ

čierne korenie

1 jablko | nakrájané na kocky

30 g brusníc

50 ml červeného vína

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Cibuľu a masť dáme do naparovacej misky s plným dnom, prikryjeme a dusíme podľa 1. kroku prípravy.

K cibuli pridáme červenú kapustu s jablkami, vínným octom, bobkobým listom, klinčkami a cukrom. Osolíme a okoreníme a pripravujeme ďalej podľa 2. kroku prípravy.

Jablká, brusnice a červené víno pridáme ku zvyšným prísadám a prípravu dokončíme podľa 3. kroku prípravy.

Ochutíme soľou, korením a cukrom.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 4 (2) minúty

2. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 60 (30) minút

3. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 60 (30) minút

Tip

Miesto brusníc použijeme ríbezle.

Prílohy a zelenina

Knedličky Dim sum plnené čínskou kapustou

Doba prípravy:

75 minút

Na 4 porcie

Na cesto

200 g pšeničnej hladkej múky, typ 405

1 štipka soli

100 ml vody

Na plnku

800 g čínskej kapusty

1 zväzok jarnej cibulky (à 150 g) | na

jemné krúžky

2 strúčiky cesnaku | na tenké plátky

20 g zázvoru | nastrúhaného

50 g kešu jadier, solených | nasekaných

4 PL sójovej omáčky

3 ČL tmavého sezamového oleja

2 ČL lesného medu

2 ČL limetkovej šťavy

soľ

čierne korenie

Na vyvalkanie

1 PL pšeničnej hladkej múky, typ 405

Príslušenstvo

2 napařovacie misky s perforovaným

dnom

jemné strúhadlo

Príprava

Na knedličky vymiesime z pšeničnej múky, soli a vody hladké cesto, vytvárame z neho guľu a necháme prikryté dostáť 30 minút.

Medzitým očistíme čínsku kapustu a 4 veľké vonkajšie listy si odložíme. Zo zvyšnej kapusty odstránime biele rebrovité časti a listy nakrájame na veľmi tenké pásiky. Čínsku kapustu, jarnú

cibuľku a cesnak vložíme do napařovacej misky s perforovaným dnom a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Zázvor a kešu po príprave zmiešame so zeleninou a dobre ochutíme sójovou omáčkou, sezamovým olejom, medom, limetkovou šťavou, soľou a korením.

Cesto rozdelíme na 12 porcií, guľky cesta rozvalkáme na pšeničnej múke na veľmi tenké okrúhle plátky a tvarujeme (Ø asi 14 cm). Asi 2 čajové lyžičky plnky vložíme do stredu okrúhlych placiek, cesto zatvoríme a vytvoríme malé meštekty. 2 napařovacie misky s perforovaným dnom vyložíme zvyšnými listami čínskej kapusty, na každý list dáme 3-4 meštekty Dim sum a napařujeme podľa 2. kroku prípravy.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 5 (2) minúty

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 35-40 minút

Fenikel s orechovou vinaigrette

Doba prípravy:

40 (30) minút

Na 4 porcie

Na fenikel

4 fenikle (à 250 g) | len hľuzy
150 ml suchého bieleho vína
50 ml suchého vermutu
100 ml zeleninového vývaru
1 bobkový list
5 zrníček korenia

Na zálievku Vinaigrette

50 g vlašských orechov
1 vajce veľkosť M
1 štipka soli
3 PL olivového oleja
2 PL orechového oleja
1 PL balzamikového bieleho octu
1 ČL horčice
1 PL petržlenovej vňate | posekanej
1 PL lístkov feniklu | nasekaných

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Fenikel rozštvrtíme a stonku dôkladne vykrojíme. Vložíme do naparovacej mis-
ky s plným dnom.

Z bieleho vína, vermutu a zeleninového
vývaru pripravíme šťavu a pridáme k fe-
niklu. Okoreníme bobkovým listom a
zrnkami korenia a pripravujeme.

Vlašské orechy orestujeme na panvici a
nahrubo nasekáme. Vajíčka uvaríme na-
tvrdo a nakrájame.

Zo všetkých ostatných prísad pripraví-
me vinaigrette a pridáme na fenikel.
Vlašské orechy a vajíčko nasypeme na-
vrch a servírujeme teplé.

Nastavenie

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 12-15 (6-8) minút

Prílohy a zelenina

Fenikel so zeleninou

Doba prípravy:

50-55 (45) minút

Na 4 porcie

Suroviny

2 fenikle

2 mrkvy | na ½ cm hrubé plátky

1 stonka póru malého | na 1 cm hrubé krúžky

2 stonky zelerovej vňate | na kúsky o hrúbke ½ cm

1 ČL citrónovej šťavy

½ ČL soli

½ ČL cukru

2 cibule | nakrájané na kocky

2 PL masla

čierne korenie

150 g smotany na šľahanie

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Fenikel rozštvrtíme a stonku vykrojíme do klinu. Lístky fenikla nasekáme na jemno a odložíme na ozdobenie.

Mrkvu, pór a zelerovú vňať vložíme do naparovacej misky s perforovaným dnom, aby sme zachytili zeleninový vývar.

Citrónovú šťavu, soľ a cukor zmiešame a pridáme na fenikel. Naparovaciu misku zasunieme do ohrevného priestoru a položíme pod ňu naparovaciu misku s plným dnom, aby sme zachytili zeleninový vývar.

V hrnci podusíme na masle cibuľku a pridáme 150 ml zeleninového vývaru. Dochutíme soľou a korením. Vmiešame smotanu na šľahanie. Fenikel so zeleninou upravíme a podávame ozdobený lístkami feniklu.

Nastavenie

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 10-12 (5-6) minút

Zeleninové suflé

Doba prípravy:
85-90 (75-80) minút
Na 4 porcie

Na karfiolovú hmotu

500 g karfiolu | na ružičky
4 vajcia, veľkosť M
soľ
čierne korenie
muškátový oriešok

Na formičky na suflé

1 PL masla

Na omáčku

2 šalotky | nasekané na kocky
20 g masla
20 g pšeničnej hladkej múky, typ 405
20 ml suchého bieleho vína
100 ml zeleninového vývaru
100 g smotany
čierne korenie

Na ozdobenie

1 PL petržlenovej vňate | posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným
dnom
tyčový mixér
4 formičky na suflé
rošt

Príprava

Karfiol vložíme do naparovacej misky s perforovaným dnom a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Karfiol necháme vychladnúť a rozmixujeme tyčovým mixérom. Oddelíme žltok od bielka a bielok zachytíme na neskor-

šie použitie. Žltok vmiešame do karfiolovej hmoty a ochutíme soľou, korením a muškátovým orieškom.

Z bielku vyšľaháme metličkou tuhý sneh a vmiešame pod karfiolovú hmotu.

Formičky na suflé natrieme tukom, naplníme hmotou a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

V hrnci podusíme na masle šalotku. Prídáme pšeničnú múku a zalejeme bielym vínom.

Vymiešame dohľadka so zeleninovým vývarom, vmiešame smotanu a ochutíme soľou a korením.

Zeleninové suflé podávame na tanieri zaliate omáčkou a ozdobené petržlenovou vňaťou.

Nastavenie

1. krok prípravy
teplota: 100 (120) °C
doba prípravy: 14 (6) minút
2. krok prípravy
teplota: 90 °C
doba prípravy: 15-18 minút

- Miesto karfiolu použijeme brokolicu alebo mrkvu.
- Ako náhradu za suflé formičky použijeme šálky.

Prílohy a zelenina

Gnocchi

Doba prípravy:

70 (55) minút

Na 4 porcie

Na gnocchi

600 g zemiakov, typu C malé

50 g pšeničnej hladkej múky, typ 405

50 g tvrdej celozrnnnej pšeničnej múky

1 vajce, veľkosť M | len žltok

1 ČL soli

½ zväzok bazalky (à 15 g) | najemno nasekané lístky

½ zväzok petržlenu, hladký (à 30 g) | jemno posekaný

5 vetvičiek oregana | najemno nasekané lístky

50 g paradajok, sušených, nakladaných v oleji | rozmixovaných

1 ČL paradajkového pretlaku

30 g pšeničnej hladkej múky, typ 405

Na spracovanie

1 PL pšeničnej hladkej múky, typ 405

Do formy

1 PL masla

Na šalviové maslo

50 g masla

20 lístkov šalvie

soľ

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

lis na zemiaky

sitko

Príprava

Zemiaky umyjeme a v naparovacej miske s perforovaným dnom pripravíme v pare do mäkka podľa 1. kroku prípravy.

Zemiaky necháme krátko vychladnúť, ošúpeme a ešte horúce pretlačíme lisom na zemiaky. S pšeničnou múkou, tvrdou celozrnnou múkou, žltkom a soľou vymiesime cesto. Cesto rozdelíme na polovice, jednu polovicu premiesime s bylinkami, druhú so sušenými paradajkami a paradajkovým pretlakom. Do každej polovice cesta vmiesime pšeničnú múku.

Z polovic cesta na pšeničnej múke vytvarujeme valčeky (dĺžka asi 60 cm) a každý rozkrájame na 30 gnocchi. Mierne pomúčenou vidličkou na jednej strane rezu jemne stlačíme.

Naparováciu misku s perforovaným dnom vymastíme a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Na panvici roztopíme maslo. Lístky šalvie v ňom krátko orestujeme, mierne osolíme.

Šalviové maslo podávame ku gnocchi.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 28 (15) minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 10 minút

Hummus

Doba prípravy:

65 (30) minút + 12 hodín na namáčanie

Na 4 porcie

Suroviny

200 g sušeného cíceru

2 strúčiky cesnaku | lúpaného

½ ČL mletej rímskej rasce

3 PL citrónovej šťavy

4 PL sezamovej pasty (Tahini)

¼ ČL mletej papriky, jemne pálivej

1 ČL soli

čierne korenie

1 PL olivového oleja

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

sitko

tyčový mixér

Príprava

Cícer preberieme, nalejeme naň dostatok studenej vody a cez noc namáčame.

Cícer a vodu z namáčania dáme do naparovacej misky s plným dnom, tak aby hladina vody bola nad cícerom. Pridáme strúčiky cesnaku, okoreníme rímskou rascou a pripravujeme.

Cícer scedíme cez sitko, 125 ml tekutiny z varenia zachytíme a všetko necháme vychladnúť.

Cícer a tekutinu z varenia, šťavu z citróna a sezamovú pastu rozmixujeme tyčovým mixérom. Pridáme k tomu toľko vývaru, aby sme dosiahli požadovanú konzistenciu. Ochutíme mletou paprikou, soľou, korením a rímskou rascou.

Pokvapkáme olivovým olejom a podávame.

Nastavenie

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 50 (15) minút

Tip

Hummus bude ešte jemnejší, keď pred mixovaním stiahneme z neho vonkajšiu svetlú šupku.

Prílohy a zelenina

Zapekané zemiaky so slaninou

Doba prípravy:

50 minút

Na 4 porcie

Na anglickú slaninu s cibuľkou

100 g anglickej slaniny | na pásiky

1 cibuľa | na pásiky

2 strúčiky cesnaku | na plátky

Na zapekané zemiaky

500 g zemiakov typu A | na plátky hrúbky ½ cm

1 červená paprika | na tenké pásiky

1 zelená paprika | na tenké pásiky

1 vetvička rozmarínu | len obraté a na jemno posekané

6 vajec, veľkosť L

soľ

čierne korenie

Do formy

1 PL masla

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Anglickú slaninu opečieme do chrumkava s cibuľkou na panvici s povrchovou úpravou a nakoniec pridáme cesnak. Panvicu odložíme bokom.

Naparovaciu misku s plným dnom natrieme tukom. Vložíme do nej zemiaky a slaninu s cibuľkou spolu s tukom z výpeku na pečenie, rozložíme a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Rozšľaháme rozmarín s vajcami, soľou a korením a s paprikou pridáme k zemiakovej hmote. Naparovaciu misku prikryjeme a necháme stuhnúť podľa 2. kroku prípravy.

Nákyp podávame horúci alebo studený nakrájaný na kusy.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 5 minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 25 minút

Zemiakové knedle

Doba prípravy:

105-110 minút

Na 4 porcie

Na zemiakové knedle

1 kg zemiakov, typ C

2 vajcia, veľkosť M

soľ

muškátový oriešok

50 g pšeničnej hladkej múky, typ 405

50 g zemiakového škrobu

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 28-34 minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 15-18 minút

Do formy

1 PL masla

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným

dnom

lis na zemiaky

Príprava

Zemiaky umyjeme a v naparovacej miske s perforovaným dnom pripravíme podľa 1. kroku prípravy.

Zemiaky ešte horúce ošúpeme a pretlačíme lisom na zemiaky.

Vajcia pridáme k zemiakovému cestu a okoreníme soľou a muškátovým orieškom. Vmiešame pšeničnú múku a zemiakový škrob.

Z cesta vyformujeme valček, rozdelíme na 12 kusov a vytvarujeme na knedličky.

Naparovaciu misku s perforovaným dnom vymastíme, vložíme knedličky a pripravujeme podľa 2 kroku prípravy.

Prílohy a zelenina

Zemiaková kaša

Doba prípravy:

40-45 (30-35) minút

Na 4 porcie

Suroviny

1 kg zemiaky varný typ C | lúpané a štvrtené

250 g smotany

100 ml zeleninového vývaru

20 g masla

soľ

čierne korenie

Na ozdobenie

1 PL petržlenovej vňate | jemno posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

naparovacia miska s plným dnom

lis na zemiaky

Príprava

Zemiaky vložíme do naparovacej misky s perforovaným dnom. Smotanu a zeleninový vývar zasunieme v naparovacej miske s plným dnom pod zemiaky a pripravujeme.

Cez lis pridáme zemiaky a s tekutinou zo smotany a zeleninového vývaru vymiešame dohľadka. Vmiešame maslo a kašu ochutíme soľou a korením.

Posypeme petržlenovou vňaťou a servírujeme.

Nastavenie

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 15-17 (5-6) minút

Tip

Miesto tekutiny varíme s 25 g sušenými, namočenými hríbkami a tekutinou z namáčania. Nakoniec hríbky nakrájame najemno a zamiešame do kaše.

Zemiakové suflé

Doba prípravy:
80-85 (75-80) minút
Na 4 porcie

Suroviny

300 g zemiakov, typu C | rozštvrtených
3 vajcia, veľkosť M
30 g trebuľky | nahrubo nasekanej
150 g kyslej smotany
100 g mrazeného hrachu
soľ
čierne korenie
muškátový oriešok
50 g nastrúhaného parmezánu

Do formy

1 PL masla
1 PL škrobu

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným
dnom
lis na zemiaky
4 formičky na suflé

Príprava

Zemiaky v naparovacej miske s perforovaným dnom pripravíme podľa 1. kroku prípravy.

Zemiaky pretlačíme lisom na zemiaky.

Oddelíme žltok od bielka a bielok zachytíme na neskoršie použitie. Žltok, trebuľku, kyslú smotanu a hrach zmiešame a dochutíme soľou a muškátovým orieškom.

Z bielok vyšľaháme tuhý sneh a vmiešame.

Formičky na suflé vymažeme, vysypeme potravinárskym škrobom a naplníme hmotou. Posypeme parmezánom.

Formičky postavíme do naparovacej misky a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Nastavenie

1. krok prípravy
teplota: 100 (120) °C
doba prípravy: 9-10 (4-5) minút
2. krok prípravy
teplota: 90 °C
doba prípravy: 30-35 minút

Tip

Ako náhradu za suflé formičky použijeme šálky.

Prílohy a zelenina

Tekvicové rizoto

Doba prípravy:

30 minút

Na 6 porcií

Suroviny

300 g ryže na rizoto

60 g masla

2 strúčiky cesnaku | na jemné kocky

1 cibuľa, malá | nakrájaná na kocky

70 ml bieleho vína

625 ml kuracieho vývaru

500 g drene z tekvice | na 1 cm veľké kocky

85 g parmskej šunky (Prosciutto) | najemno nakrájanej

1 citrón | len kôra

20 g oregana, čerstvého | jemne nasekaného

75 g čerstvé špenátové listy

50 g nastrúhaného parmezánu

70 g mascarpone

soľ

čierne korenie

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Ryžu, maslo, cesnak, cibuľu, biele víno, slepačí vývar, tekvicu, parmskú šunku a citrónovú kôru vložíme do naparovacej misky s plným dnom. Spustíme automatický program, alebo pripravujeme podľa 1. kroku prípravy manuálneho nastavenia.

Do ryže vmiešame špenát, parmezán a mascarpone.

Automatický program:

Prípravujeme podľa automatického programu.

Manuálne:

Prípravujeme podľa 2.kroku prípravy.

Pred servírovaním ochutíme soľou a korením.

Nastavenie

Automatický program

Ryža| Guľatá ryža| Tekvicové rizoto

Doba trvania programu: 20 minút

Manuálne

1. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

Teplota: 100 °C

doba prípravy: 19 minút

2. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

Teplota: 100 °C

doba prípravy: 1 minútu

Šošovicový šalát

Doba prípravy:

25 minút

Na 6 porcií

Na šalát

1 cibuľa | nakrájaná

180 g mrkva | na úzke 5 cm dlhé pásiky

50 g sušených marhúľ | nakrájaných

200 g červenej šošovice

1 kapsula kardamónu

1 bobkový list

1 škoricové drierko

2–3 ŠN štipka mletého koriandra

soľ

čierne korenie

300 ml zeleninového vývaru

Na dresing

150 g bieleho jogurtu, 3,5 % tuku

2 PL olivového oleja

1 ČL limetkovej šťavy

čierne korenie

2 ČL medu

½ hlávka listového šalátu (à 350 g) | na jemné pásiky

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Cibuľku, mrkvu a marhule zmiešame v naparovacej miske s plným dnom. Prídáme korenie, osolíme a okoreníme, prelejeme zeleninovým vývarom a pripravujeme v pare.

Jogurt zmiešame s olivovým olejom a limetkovou šťavou a dochutíme soľou, korením a medom.

Šošovicový šalát necháme mierne vychladnúť, odstránime kapsulu kardamónu, bobkový list a škoricu.

Vmiešame listový šalát a podávame ešte teplý pokvapkaný dressingom.

Nastavenie

teplota: 100 °C

doba prípravy: 10-12 minút

Prílohy a zelenina

Mrkva s glazovanou šalotkou

Doba prípravy:

25 minút

Na 4 porcie

Suroviny

500 g mrkvy | na plátky

4 šalotky | olúpané, polené

2 PL masla

soľ

čierne korenie

1 PL petržlenovej vňate | posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Mrkvu vložíme do naparovacej misky s perforovaným dnom.

Šalotku s maslom vložíme do naparovacej misky s plným dnom a prikryjeme. Obe naparovacie misky pripravujeme súčasne.

K šalotkám pridáme mrkvu, osolíme a okoreníme.

Servírujeme posypané petržlenom.

Nastavenie

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 6 (3) minút

Pilaf

Doba prípravy:

35 (20) minút

Na 6 porcií

Suroviny

4 šalotky | na malé kocky

2 strúčiky cesnaku | posekané

200 g mrkvy | na tenké plátky

1 červená čili paprička | na krúžky

3 kapsule kardamónu

1 bobkový list

250 g bulguru

soľ

600 ml zeleninového vývaru

3 PL masla

2 PL petržlenovej vňate | posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Šalotku, cesnak, mrkvu a chilli papričku vložíme do naparovacej misky s plochým dnom.

Kardamónové kapsule ľahko vytlačíme, s bobkovým listom a bulgurom pridáme k ostatným prísadám do naparovacej misky, prelejeme zeleninovým vývarom a pripravujeme.

Z pilafu odstránime korenie, vidličkou rozvoľníme.

Vmiešame maslo a petržlenovú vňať a podávame horúce.

Nastavenie

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 20 (6) minút

Prílohy a zelenina

Kysnuté hubové knedličky s tekvicovou omáčkou

Doba prípravy:

60 minút

Na 4 porcie

Na knedličky

20 g droždia, čerstvého

150 ml mlieka, 3,5 % tuku | vlažného

300 g pšeničnej hladkej múky, typ 405

1 štipka cukru

1 ČL soli

1 vajce, veľkosť M | len žltok

30 g masla | mäkkého

Na hubovú hmotu

400 g šampiňónov | nakrájaných na malé kúsky

2 PL masla

1 malá cibuľa | nakrájaná

soľ

čierne korenie

muškátový oriešok

15 g petržlenovej vňate | posekanej

Na tekvicovú omáčku

1 tekvica Hokkaido (à 1 kg)

1 malá cibuľa | nakrájaná

150 ml jablkovej šťavy

150 ml zeleninového vývaru

250 ml tekutiny z varenia

Na spracovanie

2 PL pšeničnej hladkej múky, typ 405

Do formy

1 PL masla

Na zjemnenie

100 g crème fraîche

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

naparovacia miska s perforovaným dnom

jemné sitko

tyčový mixér

Príprava

Pšeničnú múku preosejeme do misky, pridáme maslo a soľ. Droždie rozpustíme v mlieku a pridáme. Pridáme cukor, žltok a maslo, miesime asi 7 minút na hladké cesto. Cesto vyformujeme do guli. V nezakrytej miske vložíme do ohrevného priestoru a necháme vykysnúť podľa 1. kroku prípravy.

Na hubovú hmotu dusíme šampiňóny po porciách na horúcom masle, pokým sa z nich nevyparí všetka tekutina. Pri poslednej porcii cibuľu podusíme, okoreníme a osolíme, vmiešame dve tretiny petržlenu a necháme vychladnúť.

Tekvicu ošúpeme, rozpolíme a odstránime jadrá a vláknité vnútro. Dužinu nakrájame na kocky a s cibuľou, jablkovou šťavou a zeleninovým vývarom, vložíme do preforovanej misky s plným dnom. Dochutíme soľou a korením. Naparovaciu misku zasunieme do hornej časti ohrevného priestoru.

Pracovnú plochu posypeme múkou. Kysnuté cesto rozdelíme na 8 porcií a vyformujeme gule. Gule sploštíme a vyválame na cestové placky s priemerom 13 cm. Na každú placku dáme 1 vrchom naplnenú PL hubovej hmoty a vytvoríme guľu. Prikryté necháme 15 minút kysnúť.

Naparovacíu misku s perforovaným dnom vymažeme a položíme do nej gule. Naparovacíu misku zasunieme pod naparovacíu misku s tekvicou do ohrevného priestoru a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Tekvicu necháme odkvapkať, tekutinu ale zachytíme. Tekvicu s tekutinou z varenia rozmixujeme v naparovacej miske tyčovým mixérom najemno a vylepšíme s Crème fraîche . Dochutíme podľa potreby a vmiešame viac tekutiny z varenia.

Tekvicovú omáčku podávame ku kysnutým hubovým knedliam, ozdobíme zvyšnými hubami a petržlenovou vňaťou.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 40 °C

doba prípravy: 20 minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 20 minút

Prílohy a zelenina

Polenta na švajčiarsky spôsob

Doba prípravy:

15-35 minút

Na 1 porcelánovú formu, objem 2 litre

Suroviny

500 ml šťavy z hydiny

500 ml mlieka, 3,5 % tuku

2 ČL soli

1 ŠN korenia

20 g masla

250 g polenta (jemná, stredná, hrubá)

Príslušenstvo

porcelánová forma, 2 litre

rošt

Príprava

Šťavou z pečenej hydiny, mliekom, soľou, korením a maslom naplníme porcelánovú formu. Porcelánovú formu položíme na rošt do ohrevného priesotoru. Spustíme automatický program, alebo pripravujeme podľa 1. kroku prípravy manuálneho nastavenia.

Automatický program:

Podľa priebehu programu vmiešame polentu do tekutiny a zamiešame podľa priebehu programu.

Manuálne:

Polentu za stáleho miešania pomaly prisypane do tekutiny a pripravujeme ďalej podľa 2. kroku prípravy.

V polovici doby prípravy premiešame a dovaríme.

Nakoniec polentu ešte raz dobre premiešame.

Nastavenie

Automatický program

Obilniny | Polenta na švajč. spôsob | Polenta jemná / Stredné / Nahrubo / Doba trvania programu podľa zvoleného druhu polenty:

7 / 23 / 29 minút (jemná / stredná / hrubá)

Manuálne

1. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

doba prípravy: 3 minúty

2. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

Doba prípravy:

Polenta jemná: 4 minúty

Polenta stredná: 20 minút

Polenta hrubá: 26 minút

Tip

Miesto šťavy z hydiny použijeme vodu.

Ovčí syr v plášti z cukety

Doba prípravy:

35-40 minút

Na 4 porcie

Suroviny

1 cuketa (à 200 g)

200 g ovčieho syra

soľ

čierne korenie

1 PL olivového oleja

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

Príprava

Cuketu nakrájame pozdĺž na tenké plátky, vložíme do naparovacej misky s perforovaným dnom a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Ovčí syr nakrájame na 2 cm široké pásky, osolíme a okoreníme.

Cuketu vyberieme z naparovacej misky. Ovčí syr ovinieme cuketou, osolíme a okoreníme. Pokvapkáme olivovým olejom, v naparovacej miske s perforovaným dnom vložíme do ohrevného priestoru a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 1 minútu

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 3 minúty

Prílohy a zelenina

Dusené uhorky

Doba prípravy:

55-60 (50-55) minút

Na 4 porcie

Suroviny

2 cibule | nakrájané na kocky
200 g málo prerastenej slaniny | nakrájanej na kocky

6 uhoriek (à 500 g)

400 g kyslej smotany

1 PL kôpru | nasekaného

1 štipka cukru

soľ

čierne korenie

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Cibuľu a slaninu vložíme do naparovačej misky s plným dnom, prikryjeme a dusíme podľa 1. kroku prípravy.

Uhorky ošúpeme, rozpolíme, lyžičkou vyberieme jadrá a uhorky nakrájame na tenké plátky. Uhorky a kyslú smotanu vložíme k slanine a cibuli.

Dochutíme kôprom, cukrom, soľou a korením a pripravujeme ďalej podľa 2. kroku prípravy.

Po príprave ešte raz pred servírovaním ochutíme soľou a korením.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 4 (2) minúty

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 15-20 minút

Tip

Miesto uhoriek použijeme šalátové uhorky.

Žemľové knedle

Doba prípravy:

110-115 minút

Na 4 porcie

Na žemľové knedle

8 žemlí | na kocky veľkosti ½ cm

500 ml mlieka, 3,5 % tuku

1 cibuľa, | nakrájaná na kocky

20 g masla

2 vajcia, veľkosť M

1 PL petržlenovej vňate | posekanej

2. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 4 (2) minúty

3. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 15-18 minút

Na vymastenie

maslo

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

naparovacia miska s perforovaným

dnom

Príprava

Mlieko zohrejeme v naparovacej miske s plným dnom podľa 1. kroku prípravy.

Mlieko prelejeme na žemle a necháme pol hodiny namáčať.

Cibuľu s maslom vložíme do naparovacej misky s plným dnom, prikryjeme alobalom a dusíme podľa 2. kroku prípravy.

Podusenú cibuľu, vajcia a petržlen pridáme k žemliam a zamiešame.

Z cesta vytvoríme navlhčenými rukami 12 žemľových knedlí, naparovaciu misku s perforovaným dnom namastíme, položíme na ňu knedle a pripravujeme podľa 3. kroku prípravy.

Nastavenie

1. krok prípravy

95 °C, 2-3 minút

Prílohy a zelenina

Paradajky na grécky spôsob

Doba prípravy:

25-30 minút

Na 4 porcie

Suroviny

4 paradajky | rozkrojené naprieč

2 strúčiky cesnaku | posekané najemno

soľ

čierne korenie

4 stonky bazalky | posekané najemno

100 g ovčieho syra | na malé kocky

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

Príprava

Paradajky položíme stranou rezu nahor do naparovacej misky s perforovaným dnom.

Stranu rezu potrieme cesnakom. Dochutíme soľou a korením.

Bazalku rozložíme na polovice paradajok.

Ovčí syr poukladáme na paradajky a pripravujeme.

Nastavenie

teplota: 100 °C

doba prípravy: 3-4 minúty

Plnené cuketové lodičky

Doba prípravy:

40 minút

Na 4 porcie

Na plnku

1 červená cibuľa | nakrájaná

1 strúčik cesnaku | posekaný najemno

½ špicatá červená paprika (à 80 g), | na malé kocky

40 g čiernych olív | nadrobno nakrájaných

75 g zelených olív bez kôstky | nasekaných

150 g fety | rozdrobenej

6 tymiánových vetvičiek | otrhané lístky

100 g kyslej smotany

čierne korenie

2 ČL citrónovej šťavy

Na cuketu

4 cukety (à 320 g)

soľ

Na ozdobenie

1 PL petržlenovej vňate | posekanej

2 tymiánové vetvičky | otrhané lístky

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

Príprava

Cibuľu, cesnak, špicatú papriku, olivy, fetu a tymian zmiešame s kyslou smotanou. Ochutíme korením a citrónovou šťavou.

Neošúpanú cuketu rozpolíme a vydlabeme malou lyžičkou. Cuketové lodičky vnútri osolíme, naplníme hmotou z fety, položíme do naparovacej misky s perforovaným dnom a pripravujeme.

Servírujeme ozdobené pteržlenom a tymianom.

Nastavenie

teplota: 100 °C

doba prípravy: 10-12 minút

Tip

Miesto cukiet použijeme špicatú papriku.

Jedlá z rýb sú balzomom na dušu a telo: Morské ryby prispievajú vďaka svojmu bohatému obsahu jódu, vitamínov, hodnotných bielkovín a tiež zdraviu prospešných omega 3 mastných kyselín k telesnej sviežosti a tiež zlepšujú schopnosť koncentrácie, pamäť a celkový psychický stav. Ryby ako nízkokalorický všestranný a rafinovaný pokrm sa teší z komplimentov prichádzajúcich zo všetkých strán. Dokonca sa odporúča jesť rybu dvakrát týždenne.

Pražma so zeleninou

Doba prípravy:

50 minút

Na 4 porcie

Suroviny

1 pomaranč, neošetrený

2 strúčiky cesnaku | roztláčené

1 zväzok bazalky (à 30 g) | najemno nasekanéj

3 PL olivového oleja

soľ

čierne korenie

250 g cukety | na 5 cm dlhé pásiky

250 g zelerovej vňate | na 5 cm dlhé

tenké pásiky

400 g mrkvy | na 5 cm dlhé pásiky

4 pražmy (à 450 g), spracovanej

Príslušenstvo

2 napařovacie misky s perforovaným dnom

Príprava

Pomaranč umyjeme horúcou vodou, osušíme, najemno nastrúhame kôru a vytlačíme šťavu. Cesnak zmiešame s bazalkou, kôrou pomaranča, s 3–4 PL pomarančovej šťavy, olivovým olejom, soľou a korením.

Cuketu, zelerovú vňať a mrkvu rozdělíme do 2 napařovacích misiek s perforovaným dnom, mierne osolíme a okoreníme.

Nakvapkáme po 1 PL bazalkovej omáčky do brucha pražmy a z vonkajšej strany osolíme. Pražmy položíme na zeleninu a pripravujeme.

Pražmy servírujeme so zvyšnou bazalkovou omáčkou.

Nastavenie

teplota: 90 °C

doba prípravy: 25-30 minút

Rybie kari s broskyňou

Doba prípravy:

50-55 minút

Na 4 porcie

Na rybu

400 g spracovaného sumca | na kocky

3 PL sójovej omáčky

1 PL limetkovej šťavy

soľ

čierne korenie

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 5 minút

Na kari

10 g zázvoru | jemne nastrúhaného

1 strúčik cesnaku | posekaný najemno

1 čili paprička | zbavená jadier a najemno nakrájaná

2 PL nastrúhaného kokosu

200 ml kokosového mlieka

2 PL kari

1 zväzok jarnej cibulky (à 150 g) | na jemné krúžky

2 zrelé broskyne | ošúpané | na kocky

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Sumca ochutíme sójovou omáčkou, limetkovou šťavou, soľou a korením.

Všetky prísady okrem jarných cibuliek a broskýň vložíme do naparovacej misky s plným dnom a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Jarnú cibuľku a broskyne vložíme k zvyšným prísadám a všetko dohromady pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 10 minút

Pstruh so šťavou z bieleho vína

Doba prípravy:

35-40 minút

Na 4 porcie

4 pstruhy celé (à 250 g) spracované

450 ml suchého bieleho vína

150 PL balzamikového bieleho octu

150 ml vody

1 chemicky neošetrený citón | kôra

120 g mrkvy | na plátky

soľ

čierne korenie

4 vetvičky petržlenovej vňate

4 vetvičky tymianu

1 ČL zrníček čierneho korenia

7 klinčekov

Na ozdobenie

75 g masla

1 chemicky neošetrený citrón | na plátky

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Pstruhy vložíme do naparovacej misky s plným dnom, pridáme na ne biele víno, balzamikový ocot, vodu, kôru z citróna, mrkvu, bylinky a korenie a pripravujeme.

Po príprave rozpálime maslo v 6 PL šťavy, polejeme pstruhy a ozdopíme kolieskami citrónu.

Nastavenie

teplota: 90 °C

doba prípravy: 12-15 minút

Losos s pórom a šťavou z bieleho vína

Doba prípravy:

45 (40) minút

Na 4 porcie

Na losos s pórom

2 póry (à 200 g) | na tenké krúžky

2 šalotky

1 PL masla

500 g filé z lososa na krúžky

soľ

čierne korenie

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 6 minút

Na šťavu z bieleho vína

125 ml suchého bieleho vína

4 PL rybieho vývaru

30 g masla | studeného

Na ozdobenie

1 PL kôpru | nasekaného

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Pór a šalotku s maslom vložíme do naparovacej misky s plným dnom a prikryjeme a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Filé z lososa nakrájame na 4 porcie a položíme na pór a šalotku. Osolíme a okoreníme a pripravujeme ďalej podľa 2. kroku prípravy.

Biele víno a rybí vývar zahrejeme v hrnci, vmiešame vložky masla, osolíme a okoreníme a pridáme k filé a póru.

Ozdobíme kôprom a servírujeme.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 4 (2) minúty

Mušle v omáčke

Doba prípravy:

40 minút

Na 4 porcie

Na omáčku

2 šalotky | na malé kocky

3 strúčiky cesnaku | na jemné kocky

1 veľká paradajka | na malé kocky

125 ml bieleho vína

350 ml paradajok, prepasírovaných

180 g anglickej slaniny | na pásiky

1 štipka šafránu

1 štipka tabasca

1 citrón | veľký mesiačik

3 stonky petržlenu

6 vetvičiek tymianu

Na mušle

700 g mušlí, spracovaných

soľ

zrnká čierneho korenia | čerstvo pomleté

Na ozdobenie

2 PL petržlenovej vňate | posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

kuchynská niť

Príprava

Šalotku, cesnak, paradajky, biele víno, prepasírované paradajky, anglickú slaninu, šafrán, tabasco a mesiačik citrónu vložíme do naparovacej misky s plným dnom.

Petržlen a tymian zviažeme a priložíme, naparovaciu misku prikryjeme. Spustíme automatický program, alebo pripravujeme podľa 1. kroku prípravy manuálneho nastavenia.

Automatický program:

Podľa priebehu programu dáme mušle k omáčke a pripravujeme ďalej neprikryté.

Manuálne:

Podľa 2.kroku prípravy dáme mušle k omáčke a pripravujeme ďalej neprikryté.

Vyberieme bylinky, vylisujeme citrón, dochuťíme soľou a korením.

Servírujeme ozdobené petržlenom.

Nastavenie

Automatický program

Mušle | Mušle v omáčke

Doba trvania programu: 30 minút

Manuálne

1. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

doba prípravy: 25 minút

2. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

doba prípravy: 5 minút

Čert morský s hríbovou omáčkou

Doba prípravy:

45 (40) minút + 12 hodín na namáčanie

Na 4 porcie

Suroviny

30 g sušených hríbov

100 g šalotky | nasekané na kocky

20 g masla

4 filé z morského čerta (à 150 g) | bez kože

1 citrón | len šťava

150 ml zeleninového vývaru

2 PL suchého bieleho vína

150 g kyslej smotany

50 g smotany

soľ

čierne korenie

Na varnej doske pripravíme z vývaru, šalotky, kyslej smotany a smotany omáčku. Ochutíme soľou a korením a prelejeme morského čerta.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 4 (2) minúty

2. krok prípravy

teplota: 90 °C

doba prípravy: 8-10 minút

Príslušenstvo

2 naparovacie misky s plným dnom

Príprava

Hríby cez noc namočíme, potom necháme odkvapkať a nakrájame na malé kúsky.

Pór a šalotku s maslom vložíme do naparovacej misky s plným dnom a prikryjeme a dusíme podľa 1. kroku prípravy.

Pridáme hríby a necháme 2 minúty namáčať.

Morského čerta ochutíme citrónovou šťavou. So zeleninovým vývarom a bielym vínom vložíme do ďalšej naparovacej misky s plným dnom a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy. Morského čerta odstavíme na teplom mieste.

Tuniak v paradajkovej ryži

Doba prípravy:

55 (105) minút + 4 hodiny marinovanie

Na 4 porcie

Na marinádu

1 zväzok citrónového tymianu (à 30 g)

2 strúčiky cesnaku

2 šalotky

80 ml olivového oleja

5 zrníčok čierneho korenia

Na tuniaka

4 steaky z tuniaka (à 125 g), spracované

Na paradajkovú ryžu

500 g paradajok

200 g dlhohrnej ryže

1 ČL horčicových semiačok

250 ml zeleninového vývaru

1 PL paradajkového pretlaku

soľ

čierne korenie

100 g mrazeného hrachu

Na ozdobenie

5 stoniek bazalky | posekané najemno

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Otrháme lístky z citrónového tymianu. Niekoľko lístkov odložíme na ozdobenie. Cesnak a šalotku ošúpeme, najemno nasekáme spolu s citrónovým tymianom a zmiešame s olivovým olejom a zrníčkami korenia.

Tuniaka vložíme do marinády a marinujeme prikryté 4 hodiny v chladničke.

Paradajky nakrojíme do kríža, vložíme do naparovacej misky s perforovaným dnom a dusíme podľa 1. kroku prípravy.

Paradajky necháme krátko vychladnúť, ošúpeme a nakrájame na kocky.

Dlhozrnnú ryžu, horčicové semiačka a zeleninový vývar s paradajkovým pretlakom vložíme do naparovacej misky s plným dnom, osolíme a okoreníme a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Paradajky a hrach vmiešame do dlhohrnej ryže, položíme na to tuniaka, mierne osolíme, všetko pokvapkáme marinádou a pripravujeme podľa 3. kroku prípravy.

Nasypeme na to citrónový tymian a bazalku a podávame.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 95 °C

dobu prípravy: 1 minútu

2. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

dobu prípravy: 12 (6) minút

3. krok prípravy

teplota: 100 °C

dobu prípravy: 10 minút

Mäso

Mäsové pokrmy z parnej rúry Miele sú obzvlášť jemné, šťavnaté a delikátne, navyše sa aj s istotou podaria. Výživné látky - vysoko hodnotná bielkovina, vitamíny a minerálne látky v hydine, vitamín B v bravčovom mäse a vysoký podiel železa v hovädzom mäse - zostanú vo veľkej miere zachované. Pri príprave v pare vzniká extrakt tvorený mäsom a tukom, ktorý sa výborne hodí ako základ na omáčky. Ak si prajete hnedú kôrku, musíte kusy mäsa opiecť na varnej doske a nakoniec pripraviť pomocou pary.

Mäsové guľky s čínskou kapustou

Doba prípravy:

40 minút

Na 4 porcie

Na mäsové guľky

15 g zázvorového koreňa | rozdrveného

2 strúčiky cesnaku | roztlačené

750 g mletého bravčového mäsa

1 ČL čínskeho prášku z 5 korení

½ ČL mletej škorice

2 PL sójovej omáčky

soľ

Na čínsku kapustu

100 g mrkvy | na tenké pásiky

1 čínska kapusta (à 750 g) | rozobratá na lístky

200 g čínske vaječné cestoviny (vaječné Mie rezance)

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

naparovacia miska s plným dnom

sitko

Príprava

Zázvor a cesnak premiešame s mletým mäsom, čínskym práškom z 5 korení, škoricou a sójovou omáčkou, osolíme a vytvarujeme z toho 32 guliek.

Mrkvu a čínsku kapustu rozložíme v naparovacej miske s perforovaným dnom, pridáme mäsové guľky a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Čínske vaječné cestoviny so soľou vložíme do naparovacej misky s plným dnom. Nalejeme toľko vody, aby boli čínske vaječné cestoviny ponorené. Dá-

me k mäsovému guľkám do ohrevného priestoru a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Čínske vaječné rezance necháme odkvapkať na sitku. Upravíme v miskách s čínskou kapustou, mrkvou a mäsovémi guľkami a podávame.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 6-7 minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 6-7 minút

Mäso

Kuracie prsia so sušenými paradajkami

Doba prípravy:

35-40 minút

Na 4 porcie

Na kuracie prsia

4 kuracie prsia (á 150 g), spracované
soľ

Nastavenie

teplota: 100 °C

doba prípravy: 8 minút

Na plnku z čerstvého syra

75 g čerstvého syra, tučného

30 g crème fraîche

15 g bazalky

15 g oregana

soľ

čierne korenie

koriander

50 g paradajok, sušených, nakladaných
v oleji

Príslušenstvo

sitko

naparovacia miska s perforovaným
dnom

4 drevené ražňe

Príprava

Na kuracích prsiach vykrojíme na boku
otvor a osolíme.

Čerstvý syr, crème fraîche, bazalku a
oregano zmiešame a ochutíme soľou,
korením a koriandrom.

Paradajky necháme dobre odkvapkať v
sitku, najemno nakrájame a vmiešame
do plnky z čerstvého syra.

Plnkou s čerstvého syra naplníme kura-
cie prsia a v prípade potreby uzatvorí-
me dreveným špízom.

Vložíme do naparovacej misky s perfo-
rovaným dnom a pripravujeme.

Kuracie rezančky s paprikou

Doba prípravy:

55–60 minút + 15 minút marinovanie

Na 4 porcie

Na kuracie rezančky

3 kuracie prsia (á 150 g), spracované

2 červené papriky | na pásiky

Na marinádu

3 PL oleja

2 ČL mletej papriky, jemne pálivej

3 ČL kari

Na omáčku

100 g smotany

100 g crème fraîche

soľ

čierne korenie

kari

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Kuracie prsia nakrájame na pásiky hrubé 1 cm. Papriku s mäsom vložíme do naparovacej misky s plným dnom.

Z oleja, mletej papriky a kari vyrobíme marinádu a mäso v nej necháme namáčať 15 minút.

Zmiešame smotanu a crème fraîche a ochutíme soľou a korením. Nalejeme na mäso a zeleninu a pripravujeme.

Po príprave opäť ochutíme soľou, korením a kari.

Nastavenie

teplota: 100 °C

doba prípravy: 12-14 minút

Mäso

Teľacie filé s bylinkami

Doba prípravy:

55 (35) minút

Na 4 porcie

Suroviny

600 g teľacieho filé, spracovaného soľ

citrónové korenie

½ zväzok petržľenu (à 30 g)

½ zväzok trebulky (à 15 g)

½ zväzok bazalky (à 15 g)

½ zväzok estragónu (à 15 g)

2 PL kapary

100 ml suchého bieleho vína

100 ml zeleninového vývaru

¼ citrón chemicky neopracovaný | len kôra | postrúhaná

100 g smotany

1 PL vody

1 PL škrobu

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

jemné strúhadlo

sitko

Príprava

Teľacie filé potrieme soľou a citrónovým korením a položíme do naparovacej misky s plným dnom.

Bylinky umyjeme, osušíme, otrháme lístky a odložíme. Stonky byliniek s kaparami pridáme k teľaciemu filé, nalejeme biele víno a zeleninový vývar a pripravujeme.

Medzitým lístky byliniek nasekáme najemno a zmiešame s kôrou citróna.

Po príprave teľacie filé vyberieme a odstavíme na teplom mieste. Vzniknutú šťavu prelejeme cez sitko do hrnca, pri-

dáme smotanu a prevaríme. Necháme asi 5 minút variť a potom ochutíme. Potravínársky škrob rozmiešame vo vode a omáčku podľa potreby zahustíme.

Teľacie filé obrátíme v bylinkách s citrónovou kôrou.

Teľacie filé nakrájame a podávame s omáčkou.

Nastavenie

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 25-30 (15) minút

Kapustová roláda

Doba prípravy:

85 minút

Na 4 porcie

Na bielu kapustu

1 biela kapusta (à 1,2 kg)

Na plnku

2 žemle

1 cibuľa | najemno nakrájaná

30 g pretopeného masla

450 g mletého mäsa, polovica hovädzia, polovica bravčová

1 vajce veľkosť M

2 strúčiky cesnaku | posekané najemno soľ

čierne korenie

majorán

2 ČL petržlenovej vňate | posekanej

Na zeleninu

4 šalotky | na malé kocky

2 strúčiky cesnaku | posekané najemno

2 žlté papriky (à 175 g) | na väčšie kocky

2 červené papriky (à 175 g) | na väčšie kocky

100 g kyslá smotana

1 citrón | len šťava

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom
tyčový mixér

Príprava

Z bielej kapusty odstránime tvrdú časť a blanšírujeme ju v naparovacej miske s plným dnom.

Odstránime vonkajšie listy a vyložíme nimi pracovnú plochu.

Na plnku namočíme žemľu vo vode, dobre vytlačíme a prepasírujeme.

Cibuľu opražíme na pretopenom masle.

Mleté mäso, hmotu zo žemle, vajce, korenie, petržlen a cibuľu dobre premiešame.

Listy z bielej kapusty vytlačíme na plocho a rozložíme na ne plnku. Listy z bielej kapusty na boku skrátime a zrolujeme.

Šalotku, cesnak a papriku dáme do naparovacej misky s plným dnom, zelené rolády položíme uzavretím smerom dole na zeleninové lôžko a spustíme automatický program, alebo pripravujeme podľa manuálneho nastavenia.

Kapustové rolády vyberieme z naparovacej misky a odstavíme na teplom mieste.

Kyslú smotanu a citrónovú šťavu pridáme k zelenine, rozmixujeme tyčovým mixérom a ochutíme soľou.

Automatický program a manuálne: Kapustové rolády položíme do paprikovej omáčky a prípravu dokončíme podľa kroku prípravy.

Nastavenie

Automatický program a manuálne

Blanšírovanie bielej kapusty
prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

Doba trvania: 10 -15 minút

Mäso

Nastavenie

Automatický program

príprava kapustových rolád

Mäso| Hovädzie| Kapustové závitky

Doba trvania programu: 30 minút

Manuálne

príprava kapustových rolád

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 30 minút

Automatický program a manuálne

dokončenie prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 5 minút

Dusená jahňacina so sušenými slivkami

Doba prípravy:

100 (70) minút

Na 4 porcie

Na jahňacinu

800 g jahňaciny (stehno), spracované | nakrájané na kocky

Na orestovanie

4 PL pretopeného masla

Na jahňací vývar

3 červené cibule | na hranolky

soľ

½ ČL mletej škorice

½ ČL mletej rímskej rasce

½ ČL mletého koriandra

½ ČL mletého kajenského korenia

150 ml jahňacieho vývaru

3 bobkové listy

Na sušené slivky

600 g mrkvy | na plátky

1 chemicky neošetrený citrón | na osminky

250 g sušených sliviek

Na kuskus

200 g kuskusu

Na sezamový jogurt

30 g sezamu

2 strúčiky cesnaku | roztláčené

300 g bieleho jogurtu, 3,5 % tuku

Na ozdobenie

2 vetvičky čerstvého koriandra

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Pretopené maslo zohrejeme na panvici a jahňacinu po porciách dookola prudko opečieme.

Jahňacinu s cibuľou vložíme do naparovacej misky s plným dnom, ochutíme soľou, škoricom, rímskou rascou, korianom a kajenským korením. Nalejeme jahňací vývar, pridáme bobkové listy a jahňacinu pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Na sezamový jogurt odložíme trochu šťavy z citrónu.

Po príprave dáme mrkvu so slivkami k jahňacine a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Po príprave pridáme kuskus a pripravujeme do mäka podľa 3. kroku prípravy.

Medzitým mierne orestujeme sezam na panvici bez tuku. Cesnak zmiešame s jogurtom a sezamom a ochutíme soľou a šťavou z citróna.

Po príprave odstránime bobkové listy, dochuťíme soľou a korením a ozdobíme vetvičkami koriandra, podávame so sezamovým jogurtom.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 35 (17) minút

2. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 20 (8) minút

Mäso

3. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 5 (2) minúty

Jahňacia panenka so zelenou fazuľkou

Doba prípravy:

50 minút

Na 4 porcie

Na fazuľku

750 g zelenej fazuľky

1 zväzok saturejky (à 30 g)

1 červená cibuľa | jemne nakrájaná
soľ

30 g masla

100 ml jahňacieho vývaru

250 g cherry paradajok

Na jahňaciu panenku

4 jahňacie panenky (à 150 g), spracované

2 strúčiky cesnaku | roztlačené
čierne korenie

Na orestovanie

3 PL olivového oleja

Na šťavu z výpeku

4 PL balzamikového octu

100 ml jahňacieho vývaru

Na zahustenie

1 PL vody

1 PL škrobu

Na ochutenie

1 štipka cukru

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Fazuľku so saturejkou a cibuľou dáme do naparovacej misky s plným dnom a osolíme. Rozložíme na to vločky masla nalejeme jahňací vývar a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Jahňaciu panenku potrieme cesnakom, soľou a korením. Olivový olej rozpálime na panvici a jahňacie panenky dookola orestujeme. Jahňacie panenky vyberieme z panvice. Výpek zalejeme balzamikovým octom a jahňacím vývarom.

Jahňaciu panenku a cherry paradajky pridáme k fazuľke, pokvapkáme šťavou z výpeku a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Šťavu z fazuľky nalejeme do hrnca a povaríme. Ochutíme balzamikovým octom, soľou, korením a cukrom, potravínarský škrob rozmiešame vo vode a zahustíme ním omáčku.

Podávame s jahňacou panenkou a fazuľkou so zeleninou.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 10 minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 8-10 minút

Mäso

Plnené morčacie prsia

Doba prípravy:

120 (90) minút

Na 6 porcií

Na marhuľovú hmotu

1 cibuľa | nakrájaná

120 g sušených marhúl | na kocky

1 PL masla

50 ml suchého sherry

soľ

kajenské korenie

Na morčacie prsia

1 morčacie prsia (à 1,5 kg), spracované

Na zeleninu

1 kg mrkvy | na hrubé kolieska

2 zväzok jarnej cibuľky (à 150 g) | na

jemné krúžky

čierne korenie

Na plnku

100 g čerstvého syra, tučného

1 ČL medu

100 g anglickej slaniny na plátky

Na orestovanie

3 PL slnečnicového oleja

Na šťavu z výpeku

100 ml suchého sherry

100 ml kuracieho vývaru

100 g smotany

30 ml suchého sherry

1 PL vody

1 PL škrobu

Príslušenstvo

2 napařovacie misky s plným dnom

potravínová fólia

kuchynská niť

tíčik na mäso

Príprava

Cibuľu a marhule zmiešame v napařovacej miske s plným dnom s maslom, sherry, soľou a kajenským korením a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Morčacie prsia narežeme tak, aby vznikol čo najväčší plátok mäsa. Tíčikom na mäso vyklepeme mäso vložené do potravínárskej fólie.

Mrkvu a jarnú cibuľku vložíme do napařovacej misky s plným dnom, osolíme a okoreníme.

Marhuľovú hmotu necháme trochu vychladnúť, zmiešame s čerstvým syrom a ochutíme soľou, kajenským korením a medom. Natrieme na mäso a obložíme plátkami slaniny. Mäso zrolujeme a dokola prudko orestujeme v horúcom slnečnicovom oleji.

Plnené morčacie prsia položíme na zeleninu v napařovacej miske. Šťavu z výpeku zalejeme sherry a slepačím vývarom, pridáme zeleninu a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Šťavu z výpeku rozmiešame s vodou a zahustíme ňou omáčku. Necháme 5 minút povariť, ochutíme soľou, korením a sherry. Potravínársky škrob rozmiešame vo vode a zahustíme ním omáčku.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 4 (2) minúty

2. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 80-90 (55-60) minút

Mäso

Hovädzia sviečková

Doba prípravy:

40-90 minút

Na 4 porcie

Suroviny

450–650 g hovädzia sviečková, spracovaná | v celku alebo medailóniky

3 PL oleja

250 g kyslej smotany

70 g majonézy

3 TL krémového chrenu

2 TL hrubozrnnej horčice

3–4 sušených paradajok | najemno nakrájaných

soľ

čierne korenie

1–2 bagetky | pozdĺž rozkrojené

Na ozdobenie

100 g rukoly

Príslušenstvo

kuchynská niť

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Hovädziu sviečkovú (v celku alebo medailóniky) zviažeme tak, aby vznikli rovnomerne hrubé kusy.

Olej rozpálime na panvici a hovädziu sviečkovú (v celku alebo medailóniky) orestujeme do zlatohneda, vložíme do naparovacej misky s plným dnom a pripravujeme podľa automatického programu, alebo manuálnych nastavení.

Hovädziu sviečkovú (v celku alebo medailóniky) necháme po príprave odstáť 5–10 minút. Medzitým zmiešame kyslú smotanu, majonézu, chrenový krém, horčicu, paradajky, soľ a korenie a natrieme tým polovice bagiet.

Hovädziu sviečkovú (medailóniky) nakrájame na veľmi tenké pásiky a položíme na bagetky. Ozdobíme rukolou.

Nastavenie

Automatický program

Mäso | Hovädzie | Hovädzia sviečkovica

|

Kus / Medailónky

Doba trvania programu na kus 60 minút

Doba trvania programu medailónikov:
20 minút

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
Teplota pre všetky veľkosti mäsa:

53 / 63 / 75 °C | rare / medium / done

Doba prípravy:

Na kus: 70 / 60 / 50 minút |

rare / medium / done

Na medailóniky s hrúbkou 1 cm:

10 minút

Na medailóniky s hrúbkou 2 cm:

30 / 20 / 20 minút |

rare / medium / done

Na medailóniky s hrúbkou 3 cm:

40 / 30 / 30 minút |

rare / medium / done

Tip

Stupeň prepečenia závisí od hrúbky mäsa. Pri tenších kusoch mäsa zvolte najskôr kratšiu dobu prípravy.

Hovädzia sviečková pošírovaná zeleninou

Doba prípravy:

50 (45) minút

Na 2 porcie

Na zeleninu

250 ml hovädzieho vývaru

200 g mrkvy | kúsky veľkosti sústa

200 g karfiolu | na ružičky

2 cuketa (à 200 g) | kúsky veľkosti sústa

8 jarných cibuliek | bez zeleného

100 g hrachových strukov

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 4 minúty

3. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 4 (2) minúty

Na hovädzie filé

500 g hovädzej sviečkovej, spracovanej

petržlenová vňať | posekaná

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Hovädzí vývar pripravujeme v naparovacej miske s plným dnom s mrkvou a karfiolom podľa 1. kroku prípravy.

Pridáme cuketu, jarnú cibuľku a hrachové struky a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Zeleninu vyberieme zo zeleninového vývaru a odstavíme na teplom mieste.

Hovädziu sviečkovú nakrájame na plátky o hrúbke 1 cm a pasírujeme vo vzniknutej šťave podľa 3. kroku prípravy.

Mäso poukladáme so zeleninou a podávame ozdobené petržlenom.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 8 (4) minút

Mäso

Hovädzie hašé

Doba prípravy: 250 minút

Na 8 porcií

Suroviny

30 g masla

3 PL oleja

1,2 kg hovädzieho mäsa, spracovaného
| pokrájaného na kocky

soľ

čierne korenie

500 g cibule | nakrájané na malé kocky

2 bobkové listy

4 klinčeky

1 PL cukru, hnedého

2 PL pšeničnej hladkej múky, typ 405

1,2 ml hovädzieho vývaru

70 ml octu

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Maslo zohrejeme na panvici. Akonáhle sa prestanú vytvárať bublinky, pridáme olej a zohrejeme.

Hovädzie mäso osolíme a okoreníme a zo všetkých strán orestujeme.

Pridáme cibuľu, bobkový list, klinčeky a hnedý cukor a smažíme ďalšie 3 minúty.

Hovädzie mäso poprášime múkou a smažíme ďalšie 2–3 minúty.

Za stáleho miešania pridávame hovädzí vývar a ocot až vznikne hladká omáčka.

Vložíme do naparovacej misky s plným dnom a pripravujeme.

Dochutíme soľou a korením a servírujeme.

Nastavenie

Automatický program

Mäso | Hovädzie | Hovädzie hašé

Doba trvania programu: 180 minút

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

doba prípravy: 180 minút

Hovädzí hrniec

Doba prípravy:

150 minút

Na 4 porcie

na hovädzie mäso

60 g pšeničnej hladkej múky, typ 405

koreníe | čerstvo mleté

1 kg hovädzie mäso (plece) | na malé kocky

3 PL oleja

1 veľká cibuľa | na jemné krúžky

1 stonka veľkého póru | na jemné krúžky

350 g mrkvy | nakrájané na kocky

3 stonky zeleru | nakrájaný na kocky

250 g šampiňónov | rozštvrtovaných

2-3 vetvičky tymianu

2 bobkové listy

200 ml hovädzieho vývaru

200 ml čierneho piva

2 PL kečupu

Na knedličky

100 g pšeničnej hladkej múky, typ 405

3 g prášku do pečiva

50 g pretopeného masla

1 ČL petržlenovej vňate | posekanej

½ ČL pažitky | posekanej

soľ

zrnká čierneho koreníe | čerstvo pomleté

4-5 PL vody | studenej

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Pšeničnú múku posypeme korením a obalíme v nej hovädzie mäso.

Polovicu oleja rozpálime na panvici a hovädzie mäso v malých porciách postupne orestujeme zo všetkých strán a odložíme.

Druhú polovicu oleja rozpálime na panvici a 3 minúty v tom restujeme cibuľu. Pridáme pór, mrkvu a zeler a restujeme ďalších 5 minút.

Pridáme šampiňóny, tymian a bobkový list.

Pridáme hovädzie mäso, hovädzí vývar, čierne pivo a kečup, krátko povaríme, dáme do naparovacej misky s plným dnom a prikryjeme. Spustíme automatický program, alebo pripravujeme podľa 1. kroku prípravy manuálneho nastavenia.

Medzitým dáme do misy pšeničnú múku a prášok do pečiva, pridáme pretopené maslo, petržlen a pažitku, osolíme, okoreníme, primiešame vodu a vytvoríme tenké cesto.

Cesto rozdelíme na 8 porcií a pomúčenými rukami vytvarujeme guľky.

Automatický program:

Podľa priebehu programu krátko premiešame hovädzí hrniec, pridáme knedličky, polejeme malým množstvom šťavy a pripravujeme ďalej.

Manuálne:

Hovädzí hrniec krátko premiešame, pridáme knedličky, polejeme malým

Mäso

množstvom šťavy a pripravujeme ďalej.
Prípravu dokončíme podľa 2. kroku prípravy.

Nastavenie

Automatický program

Polievky / eintopf | Hovädzí kotlík s knedličkami

Doba trvania programu: 120 minút

Manuálne

1. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 90 minút

2. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 30 minút

Saucisson

Doba prípravy:
25 minút

Suroviny

100-750 g Saucisson

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným
dnom

Príprava

Saucisson vložíme do naparovacej mis-
ky s perforovaným dnom a pripravu-
jeme.

Nastavenie

Automatický program

Údeniny | Údenina Saucisson

Nastavenie zvolíme podľa množstva:

100-200 g

200-300 g

300-400 g

400-750 g

Doba trvania programu: 10-20 minút

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 95 °C

doba prípravy: 10-20 minút

Mäso

Bravčové medailóniky so šampiňónmi a jablkami

Doba prípravy:

60 minút + 3 hodiny marinovanie

Na 4 porcie

Na marinádu

1 červená cibuľa | nakrájaná

4 PL kalvadosu

2 ČL mierne pikantnej horčice

150 ml jablkovej šťavy

150 ml mäsového vývaru

čierne korenie

Na bravčové medailóniky

8 bravčových medailónikov (à 75 g)

Na šampiňóny s jablkami

700 g malých, hnedých šampiňónov

4 kyslé jablká | na krížalky

Na orestovanie

1 PL pretopeného masla

Na zjemnenie a zahustenie marinády

150 g smotany

soľ

korenie | čerstvo mleté

1 PL vody

1 PL škrobu

1 ČL petržlenovej vňate | posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

sitko

Príprava

Na marinádu zmiešame cibuľu s kalvadosom, horčicou, jablkovou šťavou, mäsovým vývarom a korením. Bravčové medailóniky vložíme do marinády a necháme odstáť prikryté 3 hodiny v chladničke.

Šampiňóny a jablká rozložíme v naparovacej miske s plným dnom.

Bravčové medailóniky vyberieme z marinády, necháme dobre odkvapkať v sitku.

Pretopené maslo rozpálime na panvici a bravčové medailóniky v 2 porciách krátko a prudko orestujeme z oboch strán.

Medzitým zmiešame marinádu so smotanou, osolíme a nalejeme na šampiňóny s jablkami. Položíme na ne bravčové medailóniky, prelejeme šťavou z výpeku, okoreníme a pripravujeme.

Vzniknutú omáčku nalejeme do hrnca, bravčové medailóniky a šampiňóny s jablkami krátko odstavíme na teplom mieste. Omáčku prevaríme, potravinársky škrob rozmiešame vo vode a zahustíme ním omáčku a dochutíme.

Podávame s bravčovými medailónikmi, šampiňónmi s jablkami a petržlenom.

Nastavenie

teplota: 100 °C

doba prípravy: 10-12 minút

Tafelspitz s jablkovo chrenovou omáčkou

Doba prípravy:

155-165 (80-90) minút

Na 4 porcie

Na tafelspitz

200 g mrkvy | nakrájané na kocky

200 g zeleru | nakrájaného na kocky

50 g petržlen-koreň | nakrájaný na kocky

800 g tafelspitz - hovädzie mäso kvetovej špičky

2 ČL soli

5 zrníčok korenia

2 bobkové listy

Na zeleninu

250 g zemiakov varného typu A | na oválne kúsky

250 g mrkva vo zväzku | na oválne kúsky

250 g kaleráb | na oválne kúsky

Na omáčku

2 kyslé jablká | nahrubo nastrúhané

200 g kyslej smotany

1 zväzok pažitky (à 20 g) | nakrájaný na valčeky

1 PL postrúhaného chrenu

čierne korenie

Príslušenstvo

2 naparovacie misky s plným dnom

Príprava

Mrkvu, zeler a petržlen s mäsom, soľou, zrnkami korenia a bobkovými listami vložíme do naparovacej misky s plným dnom a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Po uplynutí doby prípravy odoberieme 6 PL vzniknutej šťavy, naparovacia miska s mäsom zostáva v ohrevnom priestore.

Šťavu pridáme k zemiakom, mrkve a kalerábu do naparovacej misky s plným dnom. Naparovaciu misku zasunieme k prvej naparovacej miske do ohrevného priestoru a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Jablká zmiešame s kyslou smotanou. Pridáme k tomu pažitku a chren. Dochutíme soľou a korením.

Mäso nakrájame proti vláknam na tenké plátky a upravíme so zeleninou a omáčkou.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 110-120 (45-50) minút

2. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 15 (8) minút

Mäso

Tafelspitz na viedenský spôsob

Doba prípravy:

160 minút

Na 10 porcií

Suroviny

2 kg tafelspitz v celku - hovädzie mäso

kvetovej špičky

2 cibule | polené

1 zväzok polievkovej zeleniny | nahrubo nakrájanej

15 g ligurčeku

7 zrníček korenia

2 bobkové listy

5 borievok

soľ

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Mäso položíme stranou s tukom smerom dolu do naparovacej misky s plným dnom.

Cibuľu prudko orestujeme stranou s rezom smerom dole na železnej panvici bez tuku.

Polievkovú zeleninu, bylinky, cibuľu a korenie pridáme k mäsu a pripravujeme.

Tafelspitz necháme pred krájaním odstáť.

Nastavenie

Automatický program

Mäso | Hovädzie | Viedenský tafelspitz

Doba trvania programu: 150 minút

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 150 minút

Tikka Masala s ryžou

Doba prípravy:

60 minút + 30 minút marinovanie

Na 4 porcie

Na kura

4 strúčiky cesnaku | na jemné kocky
2,5 cm zázvor | na malé kocky
1 veľká červená chilli paprička | na malé kocky
2 ČL mletej rímskej rasce
2 ČL mletého koriandra
1 ČL kurkumy
1 ČL mletej papriky
1 ČL Garam Masala
1 ČL soli
1½ PL oleja
100 g bieleho jogurtu
500 g kuracích prs, spracovaných | na kocky
2 cibulky | na pásiky
1 PL oleja
1 PL masla
1 konzerva paradajok (à 400 g), pokrájaných
1 PL paradajkového pretlaku
1 PL čatní s mangom
100 ml smotany

Na ryžu

300 g ryže basmati
450 ml vody

Na ozdobenie

½ zväzok koriandra | posekaného

Príslušenstvo

2 naparovacie misky s plným dnom
tyčový mixér

Príprava

Z cesnaku, zázvoru a chilli spolu s korením, soľou a olejom vypracujeme mixérom pastu. Zmiešame s jogurtom a kuracie prsia v tom marinujeme najmenej 30 minút.

Cibuľu dusíme 10–12 minút na oleji do sklovita. Pridáme kuracie prsia a marinádu a pripravujeme ďalšie 3–4 minúty na strednej teplote.

Pridáme paradajky, paradajkový pretlak, čatní s mangom a smotanu, krátko povaríme, preložíme do naparovacej misky s plným dnom a prikryjeme. Spustíme automatický program, alebo pripravujeme podľa 1. kroku prípravy manuálneho nastavenia.

Basmati ryžu vložíme do naparovacej misky s plným dnom, zalejeme vodou.

Automatický program:

Podľa priebehu programu pridáme k tomu basmati ryžu a pripravujeme ďalej.

Manuálne:

Basmati ryžu dokončíme podľa 2. kroku prípravy.

Ozdobíme koriandrom.

Nastavenie

Automatický program

Mäso | Hydina | Kura | Kura Tikka Masala s ryžou

Doba trvania programu: 30 minút

Mäso

Manuálne

1. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 15 minút

2. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 15 minút

Už názov hovorí, aká praktická je jeho príprava: stačí jeden hrniec pre všetky prísady a z mäsa, zeleniny zemiakov a pod. sa spoločne pripraví chutný, sýty hlavný pokrm. Jednoduchá príprava je užitočná aj pri varení pre viac osôb. Eintopf sú pritom nádherne mnohostranné a ako vegetariánsky variant chutia rovnako dobre ako s mäsom, údeninou, rybou alebo mušľami. V mnohých kultúrach sú neoddeliteľnou súčasťou jedálneho stola.

Polievky a husté polievky

Fazuľový Eintopf s jahňacinou

Doba prípravy:

55-60 (45-50) minút

Na 4 porcie

Suroviny

500 g jahňaciny spracovanej | nakrája-
nej na malé kocky
2 PL slnečnicového oleja
1 cibuľa | nakrájaná
200 ml zeleninového vývaru
400 g zemiakov, varný typ A | nakrájané
na kocky
200 g zelenej fazuľky | polenej
3 mrkvy (à 60 g) | nakrájaná na kocky
1 vetvička rozmarínu | len obraté a na
jemno posekané
300 ml zeleninového vývaru
soľ
čierne korenie

Na ozdobenie

2 zväzky jarnej cibulky | na jemné krúž-
ky

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Jahňacie mäso orestujeme na panvici
so slnečnicovým olejom. Po chvíli k ne-
mu pridáme cibuľu a orestujeme.
Zalejeme zeleninovým vývarom.

Jahňacie mäso s vývarom vložíme do
naparovacej misky s plným dnom. Pri-
dáme zemiaky, zelenú fazuľku, mrkvu a
rozmarín a pripravujeme podľa 1. kroku
prípravy.

Po príprave pridáme zvyšnú zeleninu
osolíme a okoreníme a pripravujeme
podľa 2 kroku prípravy.

Krátko pred podávaním nasypeme na
to cibuľku.

Nastavenie

1. krok prípravy
teplota: 100 (120) °C
doba prípravy: 15 (7-8) minút

1. krok prípravy
teplota: 95 °C
doba prípravy: 2 minúty

Tip

Miesto jahňaciny použijeme hovädzie
mäso, mäsové alebo údeninové kned-
ličky.

Rybí Eintopf

Doba prípravy:

35-40 minút

Na 4 porcie

Na rybu

500 g filé z ostriežika, spracované

2 PL citrónovej šťavy

soľ

200 g mrkvy | nakrájané na kocky

200 g hrachu

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 4 minúty

Na omáčku

100 g crème fraîche

100 g smotany

2 PL suchého bieleho vína

1 PL škrobu

čierne korenie

cukor

1 PL kôpru | jemne nasekaného

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Filé z ostriežika potrieme citrónovou šťavou a osolíme.

Vložíme do naparovacej misky s plným dnom. K rybe pridáme mrkvu a hrach a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Medzitým zmiešame na omáčku ďalšie prísady, po skončení prípravy ju nalejeme na rybu a pripravujeme ďalej podľa 2. kroku prípravy.

Pred servírovaním ochutíme soľou a korením.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 8 minút

Polievky a husté polievky

Gulášová polievka

Doba prípravy:

125 minút

Na 4 porcie

Suroviny

250 g zemiakov, varný typ A

25 g pretopeného masla

200 g cibule | nakrájané na malé kocky

250 g hovädzie mäso (plece) | in 1–1,5 cm veľké kocky

20 g pšeničnej múky, typu 405

20 g paradajkového pretlaku

soľ

čierne korenie

20 g mletej papriky, sladkej

3 strúčiky cesnaku | posekané

1 PL sušeného majoránu

1 ŠN mletej rasce

1 PL octu

1 ml zeleninového vývaru

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Zemiaky očistíme, nakrájame na kocky 1 x 1 cm a dáme do misy so studenou vodou, aby nezhnedli.

Na panvici rozpálime pretopené maslo a pomaly na ňom restujeme cibuľu, kým nezíska zlatožltú farbu.

Cibuľu dáme do naparovacej misy a s plným dnom, pridáme k nej hovädzie mäso, pšeničnú múku, paradajkový pretlak a ostatné korenie a ocot.

Nalajeme zeleninový vývar, dobre premiešame a spustíme automatický program, alebo pripravujeme podľa 1. kroku prípravy manuálneho nastavenia.

Automatický program:

Podľa priebehu programu pridáme k tomu zemiaky a dokončíme prípravu.

Manuálne:

Pridáme zemiaky a dokončíme podľa 2.kroku prípravy.

Ochutíme soľou.

Nastavenie

Automatický program

Mäso| Hovädzie| Gulášová polievka

Doba trvania programu: 105 minút

Manuálne

1. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

doba prípravy: 60 minút

2. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

doba prípravy: 45 minút

Slepačia polievka

Doba prípravy:

125 (90) minút

Na 6 porcií

Suroviny

1 sliepka na polievku (à 1,5 kg), spracovaná

200 ml vody

1 kg polievkovej zeleniny

120 g rezancov do polievky

800 ml vody

soľ

čierne korenie

1 PL petržlenovej vňate | posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

sitko

Príprava

Sliepku vložíme s vodou do naparovacej misky s plným dnom.

Zeleninu na polievku očistíme, ošúpeme, polovicu nakrájame na veľké kusy, vložíme k sliepke a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Zvyšnú zeleninu na polievku nakrájame najemno, pór nakrájame na kolieska, mrkvu a zeler na jemné pásiky a odložíme.

Po skončení doby prípravy vyberieme sliepku z vývaru, vývar prelejeme cez sitko a vrátime do naparovacej misky s plným dnom.

Mäso oberieme, nakrájame na kúsky o veľkosti sústa a vložíme spolu s polievkovou zeleninou, rezancami a zvyšnou vodou do naparovacej misky s plným

dnom a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy. Ak je polievka príliš hustá, pridáme vodu.

Dochutíme soľou a korením posypeme petržlenom a servírujeme.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 50 (25) minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 10 minút

Tip

Miesto sliepky na polievku použijeme morku.

Polievky a husté polievky

Zemiaková polievka

Doba prípravy:

50 (45) minút

Na 4 porcie

Suroviny

180 g póru | na kolieska

250 g zemiakov, varný typ C | na kocky

500 ml zeleninového vývaru

soľ

čierne korenie

100 g smotany

2 ČL bazalky, čerstvej | nasekanej

2 ČL petržlenovej vňate | posekanej

2 ČL pažítky | posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

tyčový mixér

Príprava

Pór a zemiaky vložíme so zeleninovým vývarom a bielym vínom naparovacej misky s plným dnom a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Polievku v naparovacej miske rozmixujeme tyčovým mixérom a ochutíme soľou a korením. Vmiešame smotanu a zahrejeme podľa 2 kroku prípravy.

Zmiešame bazalku, petržlenovú vňať a pažítku, pridáme do polievky a servírujeme.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 16 (8) minút

2. krok prípravy

teplota: 95 °C

doba prípravy: 2 minúty

Tekvicová polievka na austrálsky spôsob

Doba prípravy:

35 minút

Na 4 porcie

Suroviny

1 kg tekvicovej dužiny | na kocky

400 g sladké zemiaky | na kocky

2 cibule | nakrájané na kocky

250 ml kuracieho vývaru

soľ

čierne korenie

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 25 minút

Na ozdobenie

250 g trvanlivej salámy (Chorizo) | na malé kocky

250 ml kyslej smotany

10 g zeleného koriandra | nasekaného

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

Príprava

Dužinu z tekvice, sladké zemiaky a cibuľu vložíme do naparovacej misky s perforovaným dnom a pripravujeme.

Chorizo orestujeme.

Zeleninu rozmixujeme, pridáme slepačí vývar a asi 250 ml zachytenej tekutiny, zamiešame a ochutíme soľou a korením.

Polievku nalejeme do predhriatej polievkovej misy. Ozdobíme smotanou, salámou chorizo a zeleným koriandrom.

Nastavenie

Automatický program

Polievky / eintopf | Tekvicová polievka

Doba trvania programu: 25 minút

Polievky a husté polievky

Krémová mrkvová polievka

Doba prípravy:
45-50 (40) minút
Na 4 porcie

Suroviny

500 g mrkvy | nakrájanej na kocky
50 g cibule | nakrájanej na kocky
½ strúčik cesnaku | posekaný najemno
40 g masla
750 ml zeleninového vývaru
1 ČL mletej papriky, sladkej
125 g kyslej smotany
soľ
čierne korenie

2. krok prípravy
teplota: 95 °C
doba prípravy: 2 minúty

Na ozdobenie

1 PL petržlenovej vňate | posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom
tyčový mixér

Príprava

Mrkvu, cibuľu a cesnak s maslom, zeleninovým vývarom a mletou paprikou dáme do naparovacej misky a s plným dnom a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Prísady rozmixujeme tyčovým mixérom v naparovacej miske. Vmiešame kyslú smotanu a krémovú mrkvovú polievku zahrievame podľa 2. kroku prípravy.

Dochutíme soľou a korením posypeme petržlenom a servírujeme.

Nastavenie

1. krok prípravy
teplota: 100 (120) °C
doba prípravy: 12-15 (6-8) minút

Mäso s ryžou

Doba prípravy:

90 minút

Na 4 porcie

Suroviny

250 g cibule | nakrájanej na malé kocky

2 PL pretopeného masla

2 PL mletej papriky

1 PL paradajkového pretlaku

250 g hovädzieho mäsa (plece) | na

1 cm veľké kocky

250 ml paradajok, prepasírovaných

1 PL bieleho vínneho octu

1 strúčik cesnaku | posekaný najemno

1 ČL majoránu

rasca

soľ

čierne korenie

½ červená paprika (à 175 g)| na malé

kocky

½ žltá paprika (à 175 g)| na malé kocky

250 g dlhohrznnej ryže

500 ml zeleninového vývaru

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Cibuľu orestujeme na pretopenom masle na panvici.

Do cibule vmiešame mletú papriku a paradajkový pretlak.

Vložíme do naparovacej misky s plným dnom a pripravujeme. Pridáme cibuľu, prepasírované paradajky, ocot z bieleho vína, cesnak a korenie. Spustíme automatický program, alebo pripravujeme podľa 1. kroku prípravy manuálneho nastavenia.

Automatický program:

Podľa priebehu programu k tomu pridáme papriku s dlhohrznou ryžou a zeleninovým vývarom a prípravu dokončíme.

Manuálne:

Pridáme papriku s dlhohrznou ryžou a zeleninovým vývarom a prípravu dokončíme podľa 2. kroku prípravy.

Nastavenie

Automatický program

Polievky / Eintopf | Rizoto na balkán. spôsob

Doba trvania programu: 70 minút

Manuálne

1. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 45 minút

2. krok prípravy

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 25 minút

Polievky a husté polievky

Polievka s jarnou zeleninou

Doba prípravy:

55 (50) minút

Na 4 porcie

Suroviny

150 g zeleru | na pásiky
3 mrkvy (à 60 g) | na jemné pásiky
200 g jarnej cibulky | na kosoštvorce
100 g hrachových strukov
600 ml zeleninového vývaru
1 vajce veľkosť M
1 PL strúhanky
soľ
čierne korenie
muškátový oriešok
1 PL trebulky | čerstvo nasekanej
1 PL petržlenovej vňate | posekanej

Na ozdobenie

1 PL petržlenovej vňate | posekanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Zeler, mrkvu, jarnú cibulku a hrachové struky spolu s polovicou vývaru vložíme do naparovacej misky s plným dnom a pripravujeme podľa 1. kroku prípravy.

Po skončení doby prípravy pridáme zvyšnú zeleninu a pripravujeme ďalej podľa 2. kroku prípravy.

Vajce, strúhanku, soľ, korenie, muškátový oriešok a nasekané bylinky navzájom zmiešame, pridáme do jarnej polievky a prípravu dokončíme podľa 3. kroku prípravy.

Jarnú polievku dochutíme soľou a korením, posypeme petržlenom a servírujeme.

Nastavenie

1. krok prípravy
teplota: 100 (120) °C
doba prípravy: 10 (5) minút

2. krok prípravy
teplota: 95 °C
doba prípravy: 2 minúty

3. krok prípravy
teplota: 95 °C
doba prípravy: 2 minúty

Čím by bolo menu bez sladkej bodky na záver? Dezert je poďakovaním Vám aj celej Vašej rodine vrátane pozvaných hostí. Dezert poteší fantáziu, či už je zdravý s čerstvým ovocím, šťavnatý s kvapkou alkoholu, alebo sladký s cukrom a šľahačkou. Čím nápaditejši a lákavejší svojim vzhľadom bude, tým vzbudí väčšie nadšenie. Doprajte si čas na dobroty!

Ovocný puding

Doba prípravy:

105 minút

Na 6 porcií

Na cesto

225 g suchára

50 g masla

40 g tekutého medu

300 ml mlieka, 3,5 % tuku

Na ovocie

200 g jahôd | na štvrtinky

125 g malín

125 g černíc

1 malé, kyslé jablko | na malé kocky

1 vanilkový struk | len vanilková dreň

40 g cukru

Na zmrzinu

6 kopčekov vanilkovej zmrzliny

Do formy

1 PL masla

Príslušenstvo

pudingová forma s poklopom, objem

asi 1,25 l

rošt

Príprava

Suchár rozdrvíme alebo nahrubo pomeleme. Maslo s medom rozpustíme a s mliekom vmiešame do suchára.

Jahody a jablko zmiešame s bobuľovým ovocím, vanilkovou dreňou a cukrom.

Vymastíme pudingovú formu, vložíme do nej $\frac{3}{4}$ cesta a na okrajoch vytlačíme okraje do strán. Naplníme bobuľovým ovocím a mierne zatlačíme. Prikryjeme zvyšným cestom a okraj pevne za-

tlačíme. Pudingovú formu zatvoríme. Na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme.

Po príprave necháme najmenej 15 minút odstáť vo forme.

Vyklopíme na tanier, rozdelíme na porcie a podávame so zmrzlinou.

Nastavenie

teplota: 100 °C

doba prípravy: 60 minút

Tip

Miesto pudingovej formy použijeme vyššiu tepelne odolnú zapekaciu formu. Na uzatvorenie zapekacej formy zložíme dvakrát papier na pečenie, položíme na formu a priviažeme kuchynskou niťou.

Vianočný puding

Doba prípravy:

380 minút + 24 hodiny marinovanie

Na 4 porcie

Na vianočný puding

170 g pšeničnej múky, typu 405

¾ ČL škorice

¾ ČL Mixed Spices

115 g strúhanky

115 g pretopeného masla

115 g cukru, hnedého

30 g celých mandlí

115 g hrozienok

115 g korintiek hrozienok

115 g sultamínok

55 g kandizovaných čerešní

55 g kandizovaného ovocia

1 malé jablko | nastrúhané

1 citrón chemicky neošetrený | len kôra

1 pomaranč, chemicky neošetrený | len kôra

½ pomaranč | len štava

2 PL koňaku

2 vajcia, veľkosť M

1 PL tekutého jačmenného sladu

75 ml čierneho piva, napr. Guinness

Na keramickú misu

1 PL masla

Príslušenstvo

keramická misa objem 1,2 litra

papier na pečenie

alobal

rošt

Príprava

Pšeničnú múku a korenie preosejeme do veľkej misy. Pridáme strúhanku, pretopené maslo, cukor, mandle, ovocie, postrúhanú kôru z citrusu s pomarančovou štavou. V strede misy vytvoríme

jamku a pridáme koňak, roušľahané vajce a jačmenný slad. Postupne pridávame čierne pivo a miešame, pokým nevznikne husté cesto. Misu prikryjeme a necháme cez noc odstáť.

Keramickú misu vymažeme, vložíme do nej cesto a roztláčime na plochu. Misu prikryjeme papierom na pečenie a alobalom, na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme podľa nastavení.

Misu prikryjeme novým papierom na pečenie a novým alobalom a uložíme na chladné, tmavé miesto až do konzumácie.

Pred servírovaním ohrejeme.

Nastavenie

Automatický program

Variant príprava:

Dezerty | Vianočný puding | Príprava

Doba trvania programu: 360 minút

alebo variant ohrev:

Dezerty | Vianočný puding | Ohrev

Doba trvania programu: 105 minút

Manuálne

Variant príprava

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 360 minút

variant ohrev

prevádzkový spôsob: Príprava v pare

teplota: 100 °C

doba prípravy: 360 minút

Tip

Vo Veľkej Británii sa vianočný puding konzumuje tradične na vianočné sviatky, pripravuje sa 6-12 mesiacov vopred a príležitostne sa napúšťa koňakom.

Crema Catalana

Doba prípravy:

50–55 minút + 4 hodiny chladenie

Na 6 porcií

Suroviny

450 g smotany

1 ČL vanilkového cukru

4 vajcia, veľkosť M | len žltok

2 PL nasekaných mandlí

3 PL hnedého cukru

Príslušenstvo

6 formičiek na suflé

rošt

Príprava

Šľahačku v hrnci ohrejeme až krátko do varu.

Zložíme z varnej dosky a vmiešame vanilkový cukor, žltok a mandle.

Hmotou naplníme formičky na suflé, prikryjeme, na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme.

Necháme vychladnúť a chladíme asi po dobu 4 hodín. Posypeme hnedým cukrom.

Predhrejeme gril.

4 minúty karamelizujeme pod grilom.

Nastavenie

teplota: 90 °C

doba prípravy: 30-35 minút

Tip

Ako náhradu za suflé formičky použijeme šálky.

Parené knedličky s marhuľovým kompótom

Doba prípravy:

90 minút

Na 6 porcií

Na cesto

21 g droždia, čerstvého

125 ml mlieka, 3,5 % tuku | vlažného

250 g pšeničnej hladkej múky, typ 405

35 g cukru

1 štipka soli

1 vajce, veľkosť M | len žltok

40 g masla | mäkkého

Na marhuľový kompót

500 g marhúľ | vykôstkovaných | štvrtých

20 g cukru

½ vanilkový struk | len vanilková dreň

50 ml marhuľového kompótu

Na mliečnu zmes

100 ml mlieka, 3,5 % tuku

25 g cukru

20 g masla

Na spracovanie

1 PL pšeničnej hladkej múky, typ 405

Na posýpku

25 g masla

8 g vanilkového cukru

1 PL cukru

Príslušenstvo

jemné sitko

misa vhodná do rúry na pečenie

rošt

2 naparovacie misky s plným dnom

Príprava

Pšeničnú múku preosejeme do misky, pridáme cukor, soľ, žltok a maslo. Droždie rozpustíme v mlieku a pridáme.

Prísady asi 7 minút miesime na hladké cesto. Z cesta vytvarujeme guľu, v otvorenej miske ju na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a necháme kysnúť podľa 1. kroku prípravy.

Na marhuľový kompót v naparovacej miske s plným dnom poukladáme marhule s cukrom, vanilkovou dreňou a marhuľovým nektárom a zamiešame.

Na mliečnu zmes pridáme do ďalšej naparovacej misky s plným dnom mlieko, cukor a maslo. Kysnuté cesto vyberieme z ohrevného priestoru a rozdělíme na 6 porcií. Nasypeme pšeničnú múku, na nej vytvarujeme guľu a necháme prikryté 15 minút kysnúť na teplom mieste.

Mliečnu zmes zahrejeme v ohrevnom priestore podľa 2. kroku prípravy.

Gule z cesta vložíme tesne vedľa seba do horúceho mlieka a naparovaciu misku prikryjeme. Spolu s marhuľami zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme súčasne podľa 3. kroku prípravy.

Marhuľový kompót vyberieme, parené knedličky pripravujeme ale ďalej podľa 4. kroku prípravy.

Maslo rozpustíme s vanilkovým cukrom. Parené knedličky tým potrieme a posypeme cukrom.

Servírujeme s marhuľovým kompótom.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 40 °C

doba prípravy: 15 minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 5 minút

100 °C, 5 minút

3. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 20 minút

4. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 10 minút

Kysnuté knedličky

Doba prípravy:

65-70 minút

Na 8 porcií

Na cesto

42 g droždia, čerstvého

250 ml mlieka, 3,5 % tuku | vlažného

500 g pšeničnej hladkej múky, typ 405

1 ČL cukru

1 štipka soli

50 g margarínu | zmäknutého

Na omáčku

4 PL slivkového lekváru

250 g smotany

8 g vanilkového cukru

½ ČL mletej škorice

1 štipka soli

Do formy

1 PL masla

Príslušenstvo

jemné sitko

misa vhodná do rúry na pečenie

rošt

naparovacia miska s perforovaným dnom

Príprava

Pšeničnú múku preosejeme do misky, pridáme maslo a soľ. Droždie rozpustíme v mlieku a pridáme. Pridáme cukor, žltok a maslo, miesime asi 7 minút na hladké cesto. Cesto vyformujeme do guli. V nezakrytej miske vložíme do ohrevného priestoru na rošt a necháme vykysnúť podľa 1. kroku prípravy.

Cesto rozdelíme na 8 kusov, vytvarujeme na knedličky a necháme 15 minút prikryté kysnúť na teplom mieste. Na-

parovaciú misku s perforovaným dnom vymastíme, vložíme knedličky a pripravujeme podľa 2 kroku prípravy.

Slivkový lekvár, smotanu a vanilkový cukor, škoricu a soľ povaríme v hrnci za stále miešania na varnej doske a podávame ako omáčku.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 40 °C

doba prípravy: 15 minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 14 minút

Tip

Mrazené kysnuté knedličky necháme rozmrazovať 15 minút pri izbovej teplote a potom pripravíme podľa popisu v recepte.

Krupičné suflé

Doba prípravy:

70-75 minút

Na 8 porcií

Na mliečnu zmes

1 vanilkový struk

250 ml mlieka, 3,5 % tuku

50 g masla

Na krupičnú hmotu

50 g tvrdej celozrnnej pšeničnej múky

5 vajec, veľkosť M

60 g cukru

Do formy

1 PL masla

1 PL cukru

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

8 formičiek na suflé

rošt

Príprava

Vanilkový struk rozpolíme po dĺžke nožom a vyškrabeme dreň.

Mlieko, maslo, vanilkovú dreň a vanilkový struk dáme do naparovacej misky s plným dnom a zahrejeme podľa 1. kroku prípravy.

Mliečnu zmes vyberieme z ohrevného priestoru. Za stáleho miešania nasypeme tvrdú celozrnnú pšeničnú múku a 1-2 minúty necháme odpočívať.

Ešte raz zamiešame a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy. V polovici doby prípravy raz premiešame.

Krupičnú hmotu vyberieme z ohrevného priestoru, vložíme do misky, zamiešame a necháme prikryté vychladnúť. Nakoniec vyberieme vanilkový struk.

Oddelíme žltok od bielka a bielok zachytíme. Žltok zamiešame do krupičnej kaše. Z bielka s cukrom vyšlaháme tuhý sneh a vmiešame ho do krupičnej hmoty.

Formičky na suflé vymastíme a vysypeme cukrom. Naplníme ich krupičnou hmotou, na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme podľa 3. kroku prípravy.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 5 minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 1 minútu

3. krok prípravy

teplota: 90 °C

doba prípravy: 25-30 minút

Tip

Ako náhradu za suflé formičky použijeme šálky.

Karamelový krém

Doba prípravy:

25 minút

Na 8 porcelánových formičiek à 100 ml alebo 6 porcelánových formičiek à 150 ml

Na karamel

100 g cukru

50 ml vody

Na vanilkový krém

500 ml mlieka, 3,5 % tuku

1 vanilkový struk | pozdĺž narezaný

4 vajcia, veľkosť M

Na ozdobenie

200 ml smotany | vyšľahanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

rošť

Príprava

Cukor s vodou skaramelizujeme na panvici, tekutý karamel rozdelíme do porcelánových formičiek.

Automatický program:

Podľa priebehu programu dáme mlieko a vanilkový struk do naparovacej misky s plným dnom a zahrejeme.

Manuálne:

Mlieko, a vanilkový struk dáme do naparovacej misky s plným dnom a zahrejeme podľa 1.kroku prípravy.

Po príprave vyberieme vanilkový struk.

Z vajec s cukrom vyšľaháme penu a postupne vmiešame horúce vanilkové mlieko. Rozdelíme do porcelánových formičiek.

Na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme ďalej podľa automatického programu alebo podľa 2. a 3. kroku manuálnych nastavení.

Karamelový krém dáme na dve až tri hodiny do chladničky.

Servírujeme vyklopené na tanieri a ozdobíme šľahačkou.

Nastavenie

Automatický program

Dezerty | Karamelový krém

Doba trvania programu:

Na 8 porcelánových formičiek à 100 ml:
17 minút

Na 6 porcelánových formičiek à 150 ml:
18 minút

Manuálne

1. krok prípravy
prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C
doba prípravy: 3 minúty

2. krok prípravy
prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 85 °C
Doba prípravy:

Na 8 porcelánových formičiek à 100 ml:
9 minút

Na 6 porcelánových formičiek à 150 ml:
12 minút

3. krok prípravy
prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 40 °C
doba prípravy: 5 minút

Múčnik s karamelom a datľami

Doba prípravy:

60-100 minút, podľa formy

Na 12 porcií (naparovacia miska alebo formičky na muffiny)

Na cesto

275 g datlí, sušených, vykôstkovaných | najjemno posekaných

1 ČL sódy

250 ml vody | vriacej

25 g masla

160 g cukru, hnedého

2 vajcia, veľkosť M

½ ČL vanilkovej esencie

3 g prášku do pečiva

195 g pšeničnej múky, typu 405

Na karamelový krém

225 g cukru, hnedého

250 g smotany

40 g masla

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom (ako veľká forma)

papier na pečenie

alebo 12 formičiek na muffiny, Ø 5 cm rošt

Príprava

Ďatle so sódou vložíme do misky a prelejeme vriacou vodou. Na vychladnutie postavíme stranou,

Maslo a cukor vyšľaháme do peny vo veľkej miske, postupne vmiešame vajce a vanilkovú esenciu. Pridáme pšeničnú múku, datle a tekutinu zmiešame s práškom do pečiva.

Naparovaciu misku s plným dnom vyložíme papierom na pečenie alebo pripravíme 12 formičiek na muffinky a dáme

do nich cesto. Prikryjeme, na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme.

Na karamelový krém zahrejeme prísady v hrnci za stáleho miešania na strednom plameni. Varíme 3 minúty, pokiaľ sa nevytvorí hustá pena.

Ešte teplý múčnik s karamelom a datľami podávame s karamelovým krémom.

Nastavenie

Automatický program

Dezerty | Karamelový datľový dezert |

1 veľký / Viac malých

Doba trvania programu:

Pre veľkú formu (naparovacia miska s plným dnom): 70 minút

Pre formičky na muffiny: 30 minút

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

Doba prípravy:

Pre veľkú formu (naparovacia miska s plným dnom): 70 minút

Pre formičky na muffiny: 30 minút

Višňový kompót s Amarettom

Doba prípravy:

75 minút

Na 4 porcie

Suroviny

2 kg višní | odkôstkovaných

200 ml višňového nektáru

200 ml suché červené víno

300 g hnedého cukru

1 ČL mletej škorice

50 ml Amaretta

Príslušenstvo

4 zaváracie poháre s viečkom, tesnenie so svorkami

Príprava

Zaváracie poháre vypláchneme horúcou vodou a vložíme do nich vrstvy višní.

Višňový nektár s červeným vínom, hnedým cukrom a škoricom uvidieme do varu, ochutíme likérom Amaretto.

Horúcu tekutinu nalejeme na višne tak, aby boli ponorené. Ak je to potrebné, okraje zaváracích pohárov utrieme do sucha. Zaváracie poháre dobre uzatvoríme tesnením, viečkom so svorkami a pripravujeme.

Zaváracie poháre vyberieme, necháme vychladnúť, odstránime svorky a skontrolujeme tesnenie. Netesné zaváracie poháre rýchlo spotrebujeme. Zaváracie poháre skladujeme na tmavom a chladnom mieste.

Nastavenie

teplota: 85 °C

doba prípravy: 40 minút

Varené hrušky

Doba prípravy:

35 - 85 minút

Na 12 porcií

Na šťavu

2 celé škorice

3 klinčeky

½ citrón | len kôra

1 bobkový list

400 ml červeného vína

300 ml vody

400 ml ríbezľovej šťavy

100 g cukru

Na varené hrušky

1 kg varených hrušiek

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Na prípravu šťavy dáme prísady do hrnca a uvedieme do varu.

Hrušky ošúpeme, ale neodstraňujeme pritom stopky. Hrušky sa môžu pripravovať buď v celku, ako polovice alebo štvrtiny.

Hrušky vložíme do naparovacej misky s plným dnom, prelejeme ju šťavou tak, aby boli úplne ponorené. Hrušky vložíme do ohrevného priestoru a spustíme automatický program, alebo pripravujeme manuálneho nastavenia.

Automatický program:

Podľa veľkosti a spôsobu rozrezania hrušiek zvolíme dobu prípravy.

Manuálne:

Podľa veľkosti a spôsobu rozrezania hrušiek zvolíme dobu prípravy.

Varené hrušky vložíme na rošte do ohrevného priestoru a pečieme.

Nastavenie

Automatický program

Ovocie | Hrušky na varenie

Doba trvania programu: 21-75 minút

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

Doba prípravy:

celé hrušky: 50 / 70 / 75 minút | malé /
stredné / veľké

polovice hrušiek: 35 minút

štvrtiny hrušiek: 27 minút

Tip

Na dosiahnutie optimálneho výsledku necháme varené hrušky cez noc v šťave v chladničke.

Syrový koláč s limetkou

Doba prípravy:

75 minút + 120 minút chladenie

Na 12 kusov (rozkladacia forma) alebo 6 porcií (formičky na suflé)

Suroviny

200 g celozrnných keksov

100 g masla | rozpusteného

750 g čerstvého syra

225 g cukru

4 vajcia, veľkosť M

4 limetky | šťava a postrúhaná kôra

Na ozdobenie

1 mango | ošúpané, na plátky

3 mučenky jedlé | len dužina

Príslušenstvo

tyčový mixér

papier na pečenie

rozkladacia forma, Ø 26 cm

alebo 6 formičiek na suflé

rošt

Príprava

Keksy pomelieme tyčovým mixérom, pridáme maslo a dobre premiešame. Rozložíme na dno rozkladacej formy vyloženej papierom na pečenie alebo do formičiek na suflé, zatlačíme a uložíme na chladné miesto.

Čerstvý syr, cukor, vajce, kôru a šťavu z limetky zmiešame a rozložíme na keksový korpus.

Rozkladaciu formu alebo formičky na suflé prikryjeme, na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme.

Prikrytie odstánime a necháme asi na 2 hodiny na chladnom mieste.

Pred servírovaním ozdobíme plátkami manga a mučenkou jedlou.

Nastavenie

Automatický program

Dezerty | Cheesecake |

1 veľký / Viac malých

Doba trvania programu:

Pre rozkladaciu formu: 60 minút

Na formičky na suflé :20 minút

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

Doba prípravy:

Pre rozkladaciu formu: 60 minút

Na formičky na suflé :20 minút

Mokkaflan

Doba prípravy:

45 minút

Na 4 porcie

Na mokka mlieko

200 ml mlieka, 3,5 % tuku

100 g smotany

6 g instantného espressa v prášku

Na hmotu flan

1 vajce veľkosť M

3 vajcia, veľkosť M | len žltok

60 g hnedého cukru

Na servírovanie

4 PL kávového likéru

250 g malín

Príslušenstvo

naparovacia miska s plným dnom

sitko

4 formičky na suflé

rošt

Príprava

Mlieko a smotanu zmiešame s espressom v prášku, vložíme do naparovacej misky s plným dnom a zahrievame podľa 1. kroku prípravy.

Valjce, žltok a hnedý cukor rozmiešame metličkou a za stáleho miešania pomaly pridávame mokka mlieko. Hmotu na flan nalejeme cez sitko do formičiek na suflé, prikryjeme, na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme podľa 2. kroku prípravy.

Formičky vyberieme z ohrevného priestoru a necháme vychladnúť.

Pred servírovaním mokkaflany vyklopíme na tanieriky, pokvapkáme kávovým likérom a ozdobíme s malinami.

Nastavenie

1. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 5 minút

2. krok prípravy

teplota: 100 °C

doba prípravy: 20 minút

Tip

Ako náhradu za suflé formičky použijeme šálky.

Tvarohové knedličky

Doba prípravy:

50 minút + 60 minút chladenie

Na 10 porcií

Na tvarohové knedličky

200 g masla

1 PL práškového cukru

1 PL rumu

1 ČL ostrúhanej citrónovej kôry

750 g nízkoťučného tvarohu

2 vajcia, veľkosť M

180 g strúhanky

1 štipka soli

Na strúhanku

150 g masla

250 g strúhanky

Do formy

1 PL masla

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

Príprava

V miske vymiešame z masla s práškovým cukrom, rumom a kôrou z citróna penu.

Pridáme k tomu nízkoťučný tvaroh, vajce, strúhanku a soľ a dobre premiešame.

Tvarohovú hmotu odložíme najmenej na 1 hodinu na chladné miesto.

Spustíme automatický program alebo predhrejeme ohrevný priestor.

Z tvarohovej hmoty vytvarujeme 20 knedličiek. Naparovaciu misku s perforovaným dnom vymastíme, vložíme do nej tvarohové knedličky a pripravujeme.

Na strúhanku rozpálime maslo na panvici a pridáme strúhanku. Za stáleho miešania strúhanku orestujeme do zlatohneda.

Pri servírovaní posypeme knedličky strúhankou.

Nastavenie

Automatický program

Dezerty| Tvarohové knedličky

Doba trvania programu: 25 minút

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 95 °C

doba prípravy: 25 minút

Tvarohové suflé

Doba prípravy:

30-35 minút

Na 8 porcií

Suroviny

280 g tvarohu, 20 % tuku

4 vajcia, veľkosť M

1 ČL postrúhanej citrónovej kôry

80 g cukru

Do formy

1 PL masla

1 PL cukru

Príslušenstvo

8 formičiek na suflé

rošt

Príprava

Oddelíme žĺtok od bielka a bielok zachytíme na neskoršie použitie. Tvaroh zmiešame so žĺtkom a pridáme k tomu kôru z citrónu.

Z bielka s cukrom vyšľaháme tuhý sneh a vmiešame ho do tvarohovej hmoty.

Formičky na suflé vymastíme a vysypeme cukrom. Naplníme tvarohovou hmotou a rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme.

Nastavenie

teplota: 90 °C

doba prípravy: 20-25 minút

Tip

Ako náhradu za suflé formičky použijeme šálky.

Pena z duly

Doba prípravy:

35 (30) minút + 12 hodín chladenie

Na 5 porcií

Suroviny

600 g duly | na kocky

1 citrón | len šťava

4 plátky želatíny, bielej

8 g vanilkového cukru

50 g cukru

100 g kyslá smotana

250 g smotany

Na ozdobenie

5 ČL dulového želé

50 g bielej čokolády | nastrúhanej

Príslušenstvo

naparovacia miska s perforovaným dnom

sitko

tyčový mixér

Príprava

Dužinu z dúl premiešame s citrónovou šťavou. Vložíme do naparovacej misky s perforovaným dnom a pripravujeme do mäkka.

Želatínu namočíme v studenej vode.

Duly rozmixujeme tyčovým mixérom najemno, prípadne prepasírujeme cez sitko. Ochutíme vanilkovým cukrom a cukrom. Želatínu vytlačíme a rozpustíme v teplej hmote. Vmiešame kyslú smotanu. Krém necháme odstavený na chladnom mieste kým nezačne želírovať.

Zo smotany vyšľaháme tuhú šľahačku a vmiešame ju do krému.

Penu z duly necháme cez noc stuhnúť v chladničke.

Pri servírovaní oddelíme z dulovej peny knedličky.

Ozdobíme so želé z duly a posypeme čokoládou.

Nastavenie

teplota: 100 (120) °C

doba prípravy: 10 (5) minút

Hrušky pošírované v červenom víne

Doba prípravy:

45 minút + 12 hodín chladenie

Na 4 porcie

Na šťavu s červeným vínom

1 chemicky neošetrený pomaranč |
šťava a 2–3 tenké pásiky z pomarančovej kôry

500 ml suchého červeného vína

60 g hnedého cukru

¼ ČL mletej škorice

Na vanilkový krém

75g cukru

1 vanilkový struk | len vanilková dreň

50 g smotany

Na hrušky

4 pevné hrušky

Na servírovanie

250 g mascarpone

100 g nízkotučného tvarohu

Príslušenstvo

2 napařovacie misky s plným dnom

Príprava

Šťavu z pomaranča, červené víno, hnedý cukor, škoricu a kôru z pomaranča vložíme do napařovacej misky s plným dnom a zahrievame podľa 1. kroku prípravy.

Na vanilkový krém zmiešame cukor, vanilkovú dreň a smotanu v napařovacej miske s plným dnom.

Hrušky ošúpeme, ale neodstraňujeme pritom stopky. Celé hrušky vložíme do šťavy s červeným vínom.

Obe napařovacie misky s vanilkovým krémom a hruškami v šťave pripravujeme súčasne podľa 2. kroku prípravy.

Po príprave vyberieme vanilkový krém z ohrevného priestoru a necháme vychladnúť.

Hrušky na červenom víne v šťave raz obrátíme a pošírujeme ďalej podľa 3. kroku prípravy, pokiaľ nebudú mäkké.

Po pošírovaní odstránime kôru z pomaranča zo šťavy s červeným vínom. Hrušky v šťave s červeným vínom odstavíme cez noc v chladničke, rovnako ako vanilkový krém.

Pred servírovaním zmiešame mascarpone a nízkotučný tvaroh s vanilkovým krémom. Hrušky pokvapkáme trochu šťavy s červeným vínom a podávame s vanilkovým krémom.

Nastavenie

1. krok prípravy
teplota: 100 °C
doba prípravy: 5 minút

2. krok prípravy
teplota: 100 °C
doba prípravy: 8 minút

3. krok prípravy
teplota: 100 °C
doba prípravy: 8 minút

Treacle Sponge Pudding

Doba prípravy:

70-120 minút, podľa formy

Na 6 porcií (miska alebo formičky)

Do formy

1 PL masla

Na puding

3 PL svetlého cukrového sirupu

125 g pšeničnej múky, typu 405

5 g prášku do pečiva

125 g masla | mäkkého

3 vajcia, veľkosť M

125g cukru

1 PL sirupu z cukrovej repy

3 PL svetlého cukrového sirupu

Príslušenstvo

1 veľká keramická misa (1 liter)

6 formičiek à 150 ml

papier na pečenie

alobal

kuchynská niť

naparovacia miska s plným dnom

Príprava

Keramickú misu alebo formičky vymastíme. Nalejeme do nich cukrový sirup.

Pšeničnú múku a prášok do pečiva preosejeme do veľkej misy, pridáme maslo, vajcia, cukor a sirup z cukrovej repy, počas 2 minút vymiešame na hladké cesto a vložíme do keramickej misy alebo do formičiek. Spodnou stranou lyžice vyhladíme.

Z papiera na pečenie vystrihneme kruh, prípadne niekoľko kruhov väčších ako horný okraj keramickej misy alebo formičiek. Kruh ev. kruhy v strede dvakrát preložíme a umiestnime na keramickú

misu alebo formičky. Prikryjeme alobalom, na bokoch založíme a kuchynskou niťou upevníme na okraji misy.

Keramickú misu alebo formičky postavíme do naparovacej misky s plným dnom a pripravujeme.

Puding nožom oddelíme od okraja, vyklopíme na predhriate tanier a prelejeme cukrovým sirupom.

Ihneď podávame.

Nastavenie

Automatický program

Dezerty | Treacle Sponge Pudding |

1 veľký / Viac malých

Doba trvania programu:

Na keramickú misu: 90 minút

Na formičky: 40 minút

Manuálne

prevádzkový spôsob: Príprava v pare
teplota: 100 °C

Doba prípravy:

Na keramickú misu: 90 minút

Na formičky: 40 minút

Puding s vlašskými orechami a čokoládou

Doba prípravy:

65-70 minút

Na 8 porcií

Na puding

100 g čokolády, tmavej

5 vajec, veľkosť M

80 g masla

80 g cukru

8 g vanilkového cukru

80 g mletých vlašských orechov

80 g strúhanky

Nastavenie

teplota: 90 °C

doba prípravy: 30 minút

Tip

Ako náhradu za suflé formičky použijeme šálky.

Do formy

1 PL masla

1 PL práškového cukru

Príslušenstvo

8 formičiek na suflé

rošt

Príprava

Rozpustíme čokoládu a oddelíme vajíčka. Bielok zachytíme na neskoršie použitie. Maslo, cukor a vanilkový cukor vymiešame na penu, pridáme žltok a zamiešame.

Čokoládu necháme vychladnúť a s orechami a strúhankou ju opatrne vmiešame do hmoty.

Z bielka vyšľaháme metličkou tuhý sneh a vmiešame ho do masy.

Formičky na suflé vymastíme a vysypeme práškovým cukrom.

Hmotou naplníme formičky na suflé, prikryjeme a na rošte zasunieme do ohrevného priestoru a pripravujeme.

Zaváranie a iné

Parná rúra by nebola dôstojným výrobkom Miele, keby nemala niekoľko ďalších komfortných využití. Je cenným pomocníkom pri konzervovaní, či je to blanšírovanie pred zmrazením, alebo zaváranie. Po zmrazení sa zmrazené potraviny najlepšie opäť rozmrazia v parnej rúre. A pri ohrievaní už uvarených pokrmov ukáže prístroj opäť jeden svoj talent - krátke regeneračné prestávky.

Zaváranie slúži na konzervovanie rôznych potravín a vytváraní si zásob. Keďže sa ovocie, zelenina a mäso rovnako hodia na zaváranie, výhody zavárania ocenia nie len majitelia záhradiek po bohatej úrode, ale aj veľké rodiny a všetky pohostinné domácnosti. Zásoba ovocia a zeleniny sa v ideálnom prípade vytvára v sezóne, kedy je zachovaná väčšina vitamínov a minerálov a sú nižšie ceny. Vďaka udržiavaniu zásob sa neskôr vyhneme mnohým ďalším nákupom, čo svedčí aj o starostlivosti o rodinu a hostí. Tým, že sa brzdia alebo dokonca zastavujú biochemické a mikrobiologické procesy, ktoré časom vedú k pokazeniu potravín, uchováva zaváranie chuť a pri odbornom zaobchádzaní predlžuje trvanlivosť stravy.

Zaváranie

Používajte len bezchybné, čerstvé potraviny bez otlačených a nahnitých častí.

Poháre

Používajte len bezchybné, čisté, umyté poháre a príslušenstvo. Môžete používať poháre so skrutkovacím viečkom a aj so skleneným viečkom a gumeným tesnením. Dbajte na to, aby boli poháre rovnako veľké, aby sa všetko rovnomerne zavarilo. Po naplnení potravinami na zaváranie očistite okraje pohárov čistou utierkou a horúcou vodou a poháre uzatvorte.

Ovocie

Ovocie starostlivo preberte, krátko ale dôkladne opláchnite a nechajte odkvapkať. Bobulovité ovocie umývajte veľmi opatrne, je citlivé na pomliaždenie. Od-

stráňte prípadne šupky, stopky, jadrá alebo kôstky. Väčšie ovocie pokrájajte, napr. jablká na mesiáčiky. Ak sa má väčšie kôstkové ovocie s kôstkou (slivky, marhule) zavárať, niekoľkokrát ho prepichnete vidličkou alebo špajdlou, pretože inak praskne.

Zelenina

Zeleninu umyte, očistite a nakrájajte. Zeleninu pred zaváraním blanšírujte, aby si zachovala tvar. (viď kapitola „Blanšírovanie v parnej rúre Miele“).

Množstvo náplne

Poháre naplňte potravinami len voľne, až maximálne 3 cm pod okraj. Keby ste potraviny natlačili, zničili by sa bunkové steny. Pohár jemne klepnite na utierku, aby sa obsah lepšie rozložil. Poháre naplňte nálevom. Zavárané potraviny musia byť ponorené. Na ovocie používajte nálev z cukru, na zeleninu ľubovoľne slaný, alebo octový nálev.

Mäso a údeniny

Mäso pred zaváraním skoro úplne upečte alebo uvarte, aby bolo takmer hotové. Na plnenie používajte šťavu v výpeku, ktorú môžete zmiešať s vodou, alebo vývar, v ktorom sa mäso varilo. Dbajte na to, aby nebol zamastený okraj pohára. Poháre s údeninami sa smú naplniť len do polovice, pretože sa hmota počas zavárania zodvihne.

Zaváranie v parnej rúre Miele

Tipy

Využívajte dohrievanie tak, že poháre vyberiete z ohrevného priestoru až 30 minút po vypnutí. Nechajte poháre potom asi 24 hodín pomaly chladnúť prikryté utierkou.

Postup

- Zasuňte rošt do najspodnejšej výškovej úrovne.
- Rovnako veľké poháre postavte na rošt. Poháre sa nesmú dotýkať.

Zaváranie v parnej rúre Miele

zavárané potraviny	teplota: v °C	čas* v minútach
bobuľoviny		
ríbezle	80	50
egreše	80	55
brusnice	80	55
kôstkové ovocie		
čerešne	85	55
mirabelky	85	55
slivky	85	55
broskyne	85	55
ringloty	85	55
jadrové ovocie		
jablká	90	50
jablková výživa	90	65
duly	90	65
zelenina		
fazuľa	100	120
hrubé fazule	100	120
uhorky	90	55
mäso		
predvarené	90	90
pečené	90	90

* Tieto údaje sa vzťahujú na 1-l-poháre. Pri ½-l-pohároch sa skracaie celkový čas o 15 minút. Pri ¼-l-pohároch sa skracaie celkový čas o 20 minút.

Odšťavovanie v parnej rúre Miele

Vo Vašom prístroji môžete odšťavovať mäkké ovocie, napríklad bobuľoviny alebo čerešne. Na získanie šťavy je najvhodnejšie prezreté ovocie, čím viac je ovocie zrelšie, tým viac šťavy získate a bude aromatickejšia.

Príprava

Ovocie určené na odšťavovanie preberte a umyte. Stopky hrozna vína a višní odstráňte, pretože obsahujú horké látky. U bobuľovín nemusíte odstraňovať stonky.

Tipy

Na zintenzívnenie chuti pomiešajte sladké ovocie s trpkým. Ak k ovociu pridáte cukor a necháte ho niekoľko hodín nasávať, zlepší sa množstvo šťavy a aróma. Odporúčame na 1 kg sladkého ovocia 50–100 g cukru, na 1 kg trpkého ovocia 100–150 g cukru. Ak chcete získanú šťavu uchovávať, zlejte ju horúcu do čistých pohárov a poháre ihneď uzatvorte.

Postup

- Pripravené ovocie vložíte do naparovacej nádoby s perforovaným dnom.
- Zasuňte pod ňu nádobu s plným dnom alebo záchytnú misku, aby ste zachytili šťavu.

nastavenia

teplota: 100 °C

Doba trvania: 40-70 minút

Odšťavovanie v parnej rúre Miele

odšťavovanie	teplota* v °C	čas* v minútach
mäkké ovocie		
napr. bobuľoviny	100	40–70
stredne tvrdé ovocie		
napr. jablká, hrušky	120	30–45
tvrdé ovocie		
napr. dule	120	40–50

* Hodnoty platia pre parnú rúru a pre tlakovú parnú rúru.

Rozmrazovanie v parnej rúre Miele

Zmrazovanie potravín je najprirodzenejší a asi najpohodlnejší spôsob konzervácie. Pri zmrazovaní sa stráca len málo vitamínov, minerálne látky zostanú dokonca všetky zachované. Keďže nie sú mikroorganizmy pri zmrazovaní úplne usmrtené, mali by ste zmrazené potraviny po vybratí rýchlo pripraviť a skonzumovať. Podľa druhu a veľkosti potravín sa ďalšie spracovanie vykonáva v zmrazenom, čiastočne rozmrazenom alebo v rozmrazenom stave. Pri rozmrazovaní Vám parná rúra pomáha šetrným spôsobom. Zvoľte prevádzkový spôsob „rozmrazovanie“ (v závislosti od modelu). Nastavte teplotu a čas podľa tabuľky na rozmrazovanie. Dodržujte prosím aj vyrovnávacie doby, slúžia na rovnomerné rozloženie tepla.

- Rozmrazované potraviny môžete v polovici času obrátiť a od seba oddeliť. Toto platí obzvlášť pre hrubé rozmrazované kusy (napr. kusy pečeneého).
- Po uplynutí času nechajte potraviny ešte niekoľko minút stáť pri izbovej teplote. Táto vyrovnávacia doba (viď tabuľka „Rozmrazovaná potravina“) je potrebná, aby sa potraviny mohli rozmraziť vnútri.

Dbajte prosím na nasledujúce:

- Na zmrazenie používajte čo najplochejšie nádoby, tieto značne skrátia dobu rozmrazovania.
- Zamrazujte menšie porcie zodpovedajúce spotrebe. Viacero menších porcií sa dá rozmraziť šetrnejšie a rýchlejšie ako jedna veľká porcia.
- Zmrazené potraviny rovnakého druhu a veľkosti (napríklad niekoľko kuračích stehien) je možné rozmrazovať spoločne, bez toho aby sa zmenilo nastavenie teploty, alebo doba rozmrazovania oproti rozmrazovaniu len jednej potraviny, ak ich zmrazíte jednotlivo.
- Potraviny na rozmrazovanie vyberte z mraziaceho obalu (výnimka je chlieb a pečivo) a položte na plytký tanier alebo na plytkú naparovaciu misku.

Rozmrazovanie v parnej rúre Miele

zmrazená potravina	hmotnosť v gramoch	teplota* v °C	doba rozmrazovania* v minútach	vyrovnávací doba* v minútach
mlieko/mliečne výrobky				
plátkový syr	125	60	15	10
tvoroh	250	60	20–25	10–15
smotana	250	60	20–25	10–15
mäkký syr	100	60	15	10–15
Ovocie				
jablková výživa	250	60	20–25	10–15
kúsky jablák	250	60	20–25	10–15
marhule	500	60	25–28	15–20
jahody	300	60	8–10	10–12
maliny/ríbezle	300	60	8	10–12
čerešne	150	60	15	10–15
broskyne	500	60	25–28	15–20
slivky	250	60	20–25	10–15
egreše	250	60	20–22	10–15
zelenina				
napr. kapusta, červená kapusta, špenát; zmrazené v kocke	300	60	20–25	10–15
ryby				
rybie filé	400	60	15	10–15
pstruhy	500	60	15–18	10–15
raky	300	60	25–30	10–15
kraby	300	60	4–6	5
mäso				
pečené mäso	na plátky	60	8–10	15–20
mleté mäso	250	50	15–20	10–15
	500	50	20–30	10–15
guláš	500	60	30–40	10–15
	1000	60	50–60	10–15
pečienka	250	60	20–25	10–15

Rozmrazovanie v parnej rúre Miele

zmrazená potravina	hmotnosť v gramoch	teplota* v °C	doba rozmrazovania* v minútach	vyrovnávací čas* v minútach
zajačí chrbát	500	50	30–40	10–15
srnčí chrbát	1000	50	40–50	10–15
rezeň/kotleta/klobása	800	60	25–35	15–20
hydina				
kura	1000	60	40	15–20
kuracie stehná	150	60	20–25	10–15
kurací rezeň	500	60	25–30	10–15
morčacie stehná	500	60	40–45	10–15
hotové jedlá				
mäso, zelenina, príloha/husté polievky/polievky	480	60	20–25	10–15
eintopf, polievky	480	60	20–25	10–15
pečivo				
pečivo z lístkového cesta	–	60	10–12	10–15
pečivo z kysnutého cesta	–	60	10–12	10–15
múčnik z treného cesta	400	60	15	10–15
chlieb/žemle				
žemle	–	60	30	2
ražný chlieb, krájaný	500	60	75	20
	250	60	40	15
	125	60	20	10
celozrnný chlieb, krájaný	250	60	65	15
biely chlieb, krájaný	150	60	30	20

* Hodnoty platia pre parnú rúru a pre tlakovú parnú rúru.

Blanšírovanie slúži ako príprava na konzervovanie zeleniny. Krátke tepelné spracovanie pri blanšírovaní vyraduje z funkcie enzýmy nachádzajúce sa v potravinách rastlinného pôvodu a predchádza sa tým zmene farby a chuti a väčšej strate vitamínov. Aby sa potraviny nedovarili, mali by sa bezprostredne po blanšírovaní ochladiť v ľadovej vode.

Robí sa to takto:

Zeleninu alebo ovocie očistíme, umyjeme, veľké druhy rozdelíme (karfiol a brokolicu na ružičky, pór, mrkvu a kaleráb rozkrájame) a v napařovacej miske perforovaným dnom dáme do parnej rúry. Pri teplote 100 °C je doba blanšírovania pre všetky potraviny asi 1 minútu. Po blanšírovaní dajte zeleninu do ľadovej vody, aby sa rýchlo ochladila.

Blanšírovať by sa mali:

jablká, marhule, hrušky, broskyne, karfiol, fazuľa (zelená alebo žltá), brokolica, hrach, kapusta, kaleráb, mrkva, šaprgľa, špenát, pór

Blanšírovať by sa nemali:

bobuľoviny, bylinky

Ohrievanie v parnej rúre Miele

Ohrievať môžete v naparovacích miskách s perforovaným alebo plným dnom rovnako ako v servírovacom riade. Pri ohrievaní v servírovacích riadoch máte výhodu, že sa súčasne zahreje riad a udržuje sa teplota. Podľa druhu servírovacieho riadu sa môže meniť doba ohrievania.

Odporúča sa ohrievať omáčky osobitne. Výnimkou sú jedlá, ktoré sa pripravovali v omáčke (napr. guláš).

Ohrievanie v parnej rúre Miele

potraviny	pre parnú rúru čas v minútach* pri 100 °C	pre tlakovú parnú rúru čas v minútach* pri 95 °C
zelenina		
napr. mrkva, karfiol, kaleráb, fazuľa	6–7	3–4
prílohy		
napr. cestoviny ryža	3–4	4–5
zemiaky, pozdĺž polené	12–14	4–5
knedličky	15–17	4–5
mäso a hydina		
napr. pečené na plátky, 1½ cm hrubé	5–6	5–6
rolády nakrájané na plátky	5–6	5–6
guláš	5–6	5–6
jahňacie ragú	5–6	5–6
Kráľovecké mäsové knedličky	13–15	5–6
kurací rezeň	7–8	5–6
morčací rezeň	7–8	5–6
ryby		
ryba filé, 2 cm hrubé	6–7	3–4
ryba filé, 3 cm hrubé	7–8	3–4
jedlá na tanieri		
napr. špagety, paradajková omáčka	13–15	4–5
pečené bravčové, zemiaky, zelenina	12–14	5–6
plnená paprika (polená), ryža	13–15	5–6
kuracie kocky, ryža	7–8	5–6
zeleninová polievka	2–3	4–5
krémová polievka	3–4	4–5
vývar	2–3	4–5
hustá polievka	4–5	5–6

* Časy platia pre potraviny, ktoré sa ohrievajú na tanieri a sú prikryté tanierom. Aby na riade nekon-
denzovala para, jedlá prikryvajte hlbokým tanierom.

Príprava v parnej rúre Miele

Doba prípravy potraviny závisí okrem iného od čerstvosti, akosti a veľkosti kusov, pôvodu a od požadovaného stupňa prípravy. Pretože sa pri zelenine a ovocí môže značne líšiť veľkosť kusov a stupeň rozdelenia, vychádza sa pri tejto kategórii zo strednej veľkosti kusu a stredného stupňa prípravy „al dente“. Strukoviny sa podľa druhu môžu spracovávať ďalší veľmi rozličným spôsobom. Z tohto dôvodu sú doby prípravy pre hrach, fazuľu a šošovicu koncipované tak, aby bola potravina uvarená, ale zachovala si aj tvar.

Doby uvedené v tabuľkách sú orientačné hodnoty. Odporúčame zvoliť najskôr kratšiu dobu prípravy. V prípade potreby môžete dovariť. Doba prípravy začína až po dosiahnutí nastavenej teploty.

Príprava v parnej rúre Miele

pripravovaný pokrm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	naparovačacia miska s perforovaným dnom	naparovačacia miska s plným dnom
zelenina						
artičoky	100	32–38	120	12–14	•	
karfiol, celý	100	27–28	100	27–28	•	
karfiol, ružičky	100	8	120	2	•	
fazuľa, zelená	100	10–12	120	2	•	
brokolica, ružičky	100	3–4	100	3–4	•	
mrkva, nakrájaná	100	6	120	1	•	
mrkva, celá	100	7–8	120	3	•	
mrkva, polená	100	6–7	120	3	•	
mrkva, nakrájaná	100	4	120	1	•	
čakankové puky, polené	100	4–5	100	4–5	•	
čínska kapusta, nakrájaná	100	3	120	1	•	
hrach	100	3	100	3	•	
hrachové struky	100	5–7	100	5–7	•	
fenikel, polený	100	10–12	120	4–5	•	
fenikel, pásiky	100	4–5	120	2	•	
kapusta, krájaná	100	23–26	120	4–6	•	
zemiaky varný typ A, ošúpané, celé	100	27–29	100	27–29	•	
zemiaky varný typ A, ošúpané, polené	100	21–22	120	9	•	
zemiaky, varný typ A, ošúpané, štvrtené	100	16–18	120	6	•	

Príprava v parnej rúre Miele

pripravovaný pokrm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	naparovačacia miska s perforovaným dnom	naparovačacia miska s plným dnom
zemiaky prevažne varný typ A, ošúpané, celé	100	25–27	100	25–27	•	
zemiaky prevažne varný typ A, ošúpané, celé	100	19–21	120	7	•	
zemiaky, prevažne varný typ A, ošúpané, štvrtené	100	17–18	120	5	•	
zemiaky varný typ C, ošúpané, celé	100	26–28	100	26–28	•	
zemiaky varný typ C, ošúpané, polené	100	19–20	120	7	•	
zemiaky varný typ C, ošúpané, štvrtené	100	15–16	120	5	•	
zemiaky v šupke, varný typ A	100	30–32	100	30–32	•	
kaleráb, nakrájaný na hranolky	100	6–7	120	2	•	
tekvica, nakrájaná na kocky	100	2–4	100	2–4	•	
kukuričné šúľky	100	30–35	120	15	•	
mangold, krájaný	100	2–3	100	2–3	•	
paprika, nakrájaná na kocky alebo na pásiky	100	2	100	2	•	
hríby	100	2	100	2	•	
pór, nakrájaný, polený	100	4–5	120	1	•	
pór, polené stonky	100	6	100	6	•	

Príprava v parnej rúre Miele

pripravovaný pokrm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	naparovačacia miska s perforovaným dnom	naparovačacia miska s plným dnom
romanesco, celý	100	22–25	100	22–25	•	
romanesco, ružičky	100	5–7	120	2	•	
ružičkový kel	100	10–12	120	3–4	•	
červená cvikla, celá	100	53–57	120	24–26	•	
červená kapusta, krájaná	100	23–26	120	4	•	
čierny koreň, celý o hrúbke palca	100	9–10	120	3–4	•	
zeler, nakrájaný na hranolky	100	6–7	120	2	•	
špargla, zelená	100	7	100	7	•	
špargla biela, o hrúbke palca	100	9–10	100	9–10	•	
špenát	100	1–2	100	1–2		•
špicatý kel, nakrájaný	100	10–11	120	2–3	•	
zelerová vňať, nakrájaná	100	4–5	120	1–2	•	
kvaka, nakrájaná	100	6–7	120	2–3	•	
biela kapusta, nakrájaná	100	12	120	2	•	
kel hlávkový, nakrájaný	100	10–11	120	2	•	
cuketa, kolieska	100	2–3	100	2–3	•	
strukoviny						
fazuľa, nenamáčaná, v pomere s vodou 1:3						
kidney fazuľa	100	130–140	100	130–140		•

Príprava v parnej rúre Miele

pripravovaný pokrm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	naparovačia miska s perforovaným dnom	naparovačia miska s plným dnom
červená fazuľa (azuki)	100	95–105	100	95–105		•
čierna fazuľa	100	100–120	120	15–16		•
pinto fazuľa	100	115–135	100	115–135		•
biela fazuľa	100	80–90	100	80–90		•
fazuľa, namáčaná, ponorená vo vode						
kidney fazuľa	100	55–65	120	7		•
červená fazuľa (azuki)	100	20–25	120	3		•
čierna fazuľa	100	55–60	120	7		•
pinto fazuľa	100	55–65	120	7		•
biela fazuľa	100	34–36	120	7		•
hrach, nenamáčaná, v pomere s vodou 1:3						
žltý hrach	100	110–130	100	110–130		•
zelený hrach, lúpaný	100	60–70	100	60–70		•
hrach, namáčaný, ponorený vo vode						
žltý hrach	100	40–50	120	11		•
zelený hrach, lúpaný	100	27	120	9		•
šošovica, nenamáčaná, v pomere s vodou 1:2						
hnedá šošovica	100	13–14	100	13–14		•
červená šošovica	100	7	100	7		•
Ovocie						
jablká, na kúsky	100	1–3	100	1–3		•
hrušky, na kúsky	100	1–3	100	1–3		•
čerešne, sladké a kyslé	100	2–4	100	2–4		•

Príprava v parnej rúre Miele

pripravovaný po- krm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prí- pravy v minú- tach	teplota: v °C	doba prí- pravy v minú- tach	naparova- cia miska s perforo- vaným dnom	naparova- cia miska s plným dnom
mirabelky	100	1–2	100	1–2		•
nektarínky/brosky- ne, na kúsky	100	1–2	100	1–2		•
slivky	100	1–3	100	1–3		•
duly, na kocky	100	6–8	120	3–4		•
rebarbora, na kús- ky	100	1–2	100	1–2		•
egreše	100	2–3	100	2–3		•
Slepačie vajcia						
vajcia, veľkosť M, na mäkko	100	4	100	4	•	
vajcia, veľkosť M, stredne	100	6	100	6	•	
vajcia, veľkosť M, na tvrdo	100	10	100	10	•	
vajcia, veľkosť L, na mäkko	100	5	100	5	•	
vajcia, veľkosť L, stredne	100	6–7	100	6–7	•	
vajcia, veľkosť L, na tvrdo	100	12	100	12	•	
Ostatné						
rozpustenie čokolády	65	20	65	20		•
blanširovanie ze- leniny	100	1	100	1	•	
blanširovanie ovo- cia	100	1	100	1	•	
dusenie cibule	100	4	120	2		•
škvarenie masti	100	4	120	2		•

Príprava v parnej rúre Miele

pripravovaný pokrm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	naparovačacia miska s perforovaným dnom	naparovačacia miska s plným dnom
zohrievanie tekutín, šálka/pohár	100	2	100	2		•
výroba jogurtu, jogurtové poháre	40	300	40	300	•	
kysnutie cesta, nádoba/miska	40	min. 15	40	min. 15	•	
lúpanie paradajok	95	1	95	1	•	
lúpanie papriky	100	4	100	4	•	
nahrievanie vlhčených utierok	70	2	70	2	•	
rozpúšťanie medu	60	90	60	90	•	
konzervovanie jabĺk	50	5	50	5	•	
vaječná závarka	100	4	120	2		•
obylie (v pomere s vodou)						
amarant (1:1,5)	100	15–17	120	8		•
bulgur (1:1,5)	100	9	120	4		•
pražená špalda, celá (1:1)	100	18–20	120	9		•
pražená špalda, šrotovaná (1:1)	100	7	120	4		•
ovos, celý (1:1)	100	18	120	9		•
ovos, šrotovaný (1:1)	100	7	120	4		•
proso (1:1,5)	100	10	100	10		•
polenta (1:3)	100	10	100	10		•
quinoa (1:1,5)	100	15	120	7		•
žito, celé (1:1)	100	35	120	18		•

Príprava v parnej rúre Miele

pripravovaný pokrm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	naparovačia miska s perforovaným dnom	naparovačia miska s plným dnom
žito, šrotované (1:1)	100	10	120	5		•
pšenica, celá (1:1)	100	30	120	15		•
pšenica, šrotovaná (1:1)	100	8	120	4		•
knedlíčky						
knedle na pare	100	30	100	30	•	
kysnuté knedle	100	20	100	20	•	
zemiakové knedle vo varných vreckách, ponorené vo vode	100	20	100	20		•
žemľové knedle vo varných vreckách, ponorené vo vode	100	18–20	100	18–20		•
cestoviny						
tagliatelle, ponorené vo vode	100	14	120	8		•
rezance do polievky, ponorené vo vode	100	8	100	8		•
ryža (v pomere s vodou)						
ryža basmati (1:1,5)	100	15	120	7		•
ryža parboiled (1:1,5)	100	23–25	120	11		•
celozrnná ryža (1:1,5)	100	26–29	120	13		•
divoká ryža (1:1,5)	100	26–29	120	13		•
okružla ryža (v pomere s tekutinou)						

Príprava v parnej rúre Miele

prípravovaný pokrm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	naparovačia miska s perforovaným dnom	naparovačia miska s plným dnom
mliečna ryža (1:2,5)	100	30	100	30		•
ryža na rizoto (1:2,5)	100	18–19	120	11		•
zahusťovadlá						
želatína	90	1	90	1		•
múčne knedličky	100	3	100	3		•
ságo						
1 x zamiešať	100	20	–	–		•
bez zamiešania	–	–	120	6		•
ryby a morské plody						
úhor	100	5–7	100	5–7	•	
ostriež, filety	100	8–10	100	8–10	•	
krevety	90	3	90	3	•	
pražma, filety	85	3	85	3	•	
pstruh, 250 g	90	10–13	90	10–13	•	
garnáty	90	3	90	3	•	
halibut, filety	85	4–6	85	4–6	•	
svätokajubské mušle	90	5	90	5	•	
treska, filety	100	6	100	6	•	
kapor, 1,5 kg	100	18–25	100	18–25	•	
tigrie krevety	90	4	90	4	•	
filé z lososa	100	6–8	100	6–8	•	
losos, steak	100	8–10	100	8–10	•	
pstruh lososový	100	14–17	100	14–17	•	•
langusty	95	10–15	95	10–15	•	

Príprava v parnej rúre Miele

pripravovaný pokrm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	naparovačia miska s perforovaným dnom	naparovačia miska s plným dnom
slávky	90	12	90	12	•	•
pangasius, filety	85	3	85	3	•	
ostriež morský, filety	100	6–8	100	6–8	•	
treska, filety	100	4–6	100	4–6	•	
platýs, filety	85	4–5	85	4–5	•	
morský čert, filety	85	8–10	85	8–10	•	
morský jazyk, filety	85	3	85	3	•	
kambala, filety	85	5–8	85	5–8	•	
tuniak, filety	85	5–10	85	5–10	•	
Venušine mušle	90	4	90	4	•	•
candát, filety	85	4	85	4	•	
mäso a údeniny						
koleno, ponorené vo vode	100	110–120	120	45–50		•
klobásky	90	6–8	90	6–8	•	•
ovarové koleno	100	135–145	120	75–80		•
kuracie prsia	100	8–10	100	8–10	•	•
koleno	100	105–115	120	58–63		•
vysoké rebro, ponorené vo vode	100	110–120	120	38–43		•
teľacie ragú	100	3–4	100	3–4	•	
kotleta, plátky	100	6–8	120	3–4	•	•
jahňacie ragú	100	12–16	120	6–8		•
morčacia roláda	100	12–15	100	12–15	•	
morčací rezeň	100	4–6	100	4–6	•	•
morka	100	60–70	120	30		•

Príprava v parnej rúre Miele

pripravovaný pokrm	pre parné rúry		pre tlakové parné rúry		varný riad	
	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	teplota: v °C	doba prípravy v minútach	naparova- cia miska s perforo- vaným dnom	naparova- cia miska s plným dnom
priečne rebro, ponorené vo vode	100	130–140	120	50–55		•
hovädzí guláš	100	105–115	120	30–35		•
sliepka na polievku, ponorená vo vode	100	80–90	120	40		•
viedenský tafelpitz	100	110–120	120	45–50		•
biele klobásy	90	6–8	90	6–8	•	•

Miele s.r.o.
Plynárenská 1
821 09 Bratislava
Tel.: +421 2 58 103 111
Servis-tel.: +421 2 58 103 131
E-mail: info@miele.sk
Internet: www.miele.sk

**Servisná služba Miele
príjem servisných zákaziek
0800 MIELE1
(0800 643 531)**

Miele & Cie. KG
Carl-Miele-Straße 29
33332 Gütersloh
Nemecko

