

SIGURO

Cookbook for the SGR-MP-P400B multifunctional pot
Kochbuch für den Multifunktionsopf SGR-MP-P400B
Kuchařka k multifunkčnímu hrnci SGR-MP-P400B
Kuchárska kniha k multifunkčnému hrncu SGR-MP-P400B
Szakácskönyv a SGR-MP-P400B multifunkciós készülékhez



SIGURO

ENGLISH	5
Slow Cook programme	5
Pulled turkey meat with cabbage	5
Venison ragout	6
Soup programme	7
Lentil curry soup	7
Creamy root vegetable soup	8
Bake programme	9
Baked chicken breast stuffed with goat cheese	9
Baked tortillas	10
Cake programme	11
Yoghurt cake with fruit	11
Blueberry muffins	12
Stir Fry programme	13
Pork liver with leek	13
Shrimp Stir Fry	14
Braise programme	15
Roast chicken on tarragon	15
Beef bourguignon	16
Steam programme	17
Salmon in papillote	17
Steamed strawberry dumplings	18
Yoghurt programme	19
Basic recipe for the preparation of yoghurt	19
DEUTSCH	20
Programm Slow Cook (langsames Kochen)	20
Gezupftes Putenfleisch mit Kraut	20
Rehragout	21
Programm Soup (Suppe)	22
Linsen-Currysuppe	22
Cremesuppe mit Wurzelgemüse	23
Programm Bake (Backen)	24
Gebackene Hähnchenbrust gefüllt mit Ziegenkäse	24
Gebackene Tortillas	25
Programm Cake (Zubereitung von Torten)	26
Joghurtkuchen mit Obst	26
Blaubeer-Muffins	27
Programm Stir Fry (Pfannenrühren)	28
Schweineleber mit Lauch	28
Garnelen Stir Fry	29

Programm Braise (Braten und Schmoren im eigenen Saft)	30
Brathähnchen auf Estragon	30
Rindfleisch nach Burgunder Art	31
Programm Steam (Zubereitung im Dampf)	32
Lachs in Papillote	32
Gedämpfte Erdbeerknödel	33
Programm Yoghurt	34
Grundrezept für die Zubereitung von Joghurt	34
ČESKY	35
Program Slow Cook (pomalá příprava)	35
Trhané krůtí maso se zelím	35
Srnčí ragú	36
Program Soup (polévka)	37
Čočková kari polévka	37
Krémová polévka z kořenové zeleniny	38
Program Bake (pečení)	39
Pečená kuřecí prsa plněná kozím sýrem	39
Zapečené tortilly	40
Program Cake (příprava koláčů)	41
Jogurtový koláč s ovocem	41
Borůvkové muffiny	42
Program Stir Fry (smažení zprudka)	43
Vepřová játra s pórkem	43
Krevetový Stir Fry	44
Program Braise (opečení a dušení ve vlastní šťávě)	45
Pečené kuře na estragonu	45
Hovězí po Burgundsku	46
Program Steam (příprava v páře)	47
Losos v papilotě	47
Jahodové knedlíky v páře	48
Program Yoghurt	49
Základní recept na přípravu jogurtu	49
SLOVENSKY	50
Program Slow Cook (pomalá príprava)	50
Trhané morčacie mäso s kapustou	50
Srnčie ragú	51
Program Soup (polievka)	52
Šošovicová karí polievka	52
Krémová polievka z koreňovej zeleniny	53
Program Bake (pečenie)	54
Pečené kuracie prsia plnené kozím syrom	54
Zapečené tortilly	55
Program Cake (příprava koláčov)	56
Jogurtový koláč s ovocím	56
Čučoriedkové muffiny	57

Program Stir Fry (smaženie sprudka)	58
Bravčová pečeň s pórom	58
Krevety Stir Fry	59
Program Braise (opečenie a dusenie vo vlastnej šťave)	60
Pečené kurča na estragóne	60
Hovädzie po Burgundsky	61
Program Steam (príprava v pare)	62
Losos v papilote	62
Jahodové knedličky v pare	63
Program Yoghurt	64
Základný recept na prípravu jogurtu	64
MAGYAR	65
Slow Cook (lassú főzés) program	65
Tépett pulykahús káposztával	65
Ózragú	66
Soup (leves) program	67
Karis lencseleves	67
Krémleves gyökérzöldségekből	68
Bake (sütés) program	69
Kecskesajttal töltött sült csirkemell	69
Sült tortilla	70
Cake program (kalács sütés)	71
Joghurtos és gyümölcsös sütemény	71
Áfonya muffin	72
Stir Fry (hirtelen sütés) program	73
Sertésmáj újhagymával	73
Stir Fry rák	74
Braise program (sütés és párolás saját lében)	75
Sültcsirke tárkonnyal	75
Burgundi marhahús	76
Steam program (gőzben főzés)	77
Párolt lazac	77
Gőzön főzött epergombóc	78
Yoghurt program (joghurt)	79
A joghurt alapreceptje	79

SLOW COOK PROGRAMME

This programme is suitable for preparing stews, one-pot meals, sauces, stews, etc. The principle of slow cooking is to lower the temperature and increase the cooking time. The lower temperature will not destroy as many nutrients, develop richer flavours and blend the aromas of different ingredients and spices. The result is tender, tender and juicy meat, even from mature cuts.

Pulled turkey meat with cabbage

- » 600-800 g turkey upper thighs
- » 600-700 g of red sauerkraut, rinsed and sliced if necessary
- » 1 red apple, cleaned and cut into smaller pieces
- » 2 red onions, cleaned and cut into smaller pieces
- » 2-3 garlic cloves, cleaned and sliced
- » Salt
- » 2 teaspoons crushed cumin
- » 1-2 bay leaves
- » 1 tablespoon of lard



For seasoning:

- » 1 teaspoon of caster sugar
- » Vinegar as required

Procedure:

1. Put the cabbage, chopped apple, onion, sliced garlic and bay leaf into the pot. Mix thoroughly.
2. Salt and pepper the turkey thighs on all sides and place them on the cabbage. Add the lard.
3. Choose a preparation programme **Slow Cook** and set the time to 3 hours at 98 °C.
4. The meat is done when it falls off the bone. Carefully remove the meat from the pot and remove the skin and bones. Using a fork, shred the meat.
5. Season the cabbage with salt, sugar or vinegar to taste.
6. Serve the pulled turkey with cabbage in a bun as a burger, in a corn patty as a tortilla or in a potato wedge as a wrap.

Venison ragout

- » 600 g boneless deer shoulder
- » 200 g root vegetables (carrots, celery, parsley), cleaned and cut into thick slices
- » 1 red onion, cleaned and thinly sliced
- » 1 garlic clove, cleaned and crushed
- » 50 g diced bacon
- » 3-4 tablespoons of lard
- » 1 tablespoon of granulated sugar
- » 1 tablespoon tomato puree
- » 1 tablespoon white wine vinegar
- » 300 ml of beef broth
- » 250 ml dry red wine
- » 50 g plain flour
- » Salt
- » Allspice
- » Whole peppercorns
- » Juniper
- » 2 bay leaves



Procedure:

1. Cut the meat into cubes about 2.5 cm in size. Put the flour and the chopped meat in a larger bag. Close the bag and shake to coat the meat with flour.
2. Select the **Stir Fry** programme and heat half the lard in the pot. Sear the meat on all sides so that it becomes browned, then remove it.
3. Add the remaining lard and bacon. Let the bacon fry off, add the root vegetables and fry for about 3 to 4 minutes.
4. Add the onion, garlic and allspice, whole peppercorns, juniper and bay leaf and continue to fry until golden.
5. Sprinkle with sugar and mix well. When the sugar starts to caramelize, toast for about 2 minutes more.
6. Return the meat to the pot and add the tomato puree, vinegar, stock and wine.
7. Select the **Slow Cook** programme. Set the cooking time to 4 hours and the temperature to 98 °C. Stir occasionally during cooking.
8. When the meat is done, season the sauce as desired.
9. Serve with homemade potato gnocchi or pasta (e.g. tagliatelle).

SOUP PROGRAMME

This programme is suitable for the preparation of soups. Put all the ingredients for the soup in a pot and pour the finished broth. Cover the lid and let the pot finish the program.

Lentil curry soup

- » 300 g red lentils
- » 700 ml of vegetable broth
- » 2-3 larger tomatoes, cleaned, peeled and cut into larger pieces
- » 1 white onion, cleaned and cut into smaller pieces
- » 1 carrot, cleaned and sliced
- » 1 tablespoon of curry spice
- » A pinch of Roman cumin
- » Salt
- » Pepper



For decoration:

- » 1 handful of chopped coriander or parsley
-

Procedure:

1. Put all the ingredients for the soup into the pot and mix well.
2. Choose the **Soup** programme and set the cooking time to 45 minutes. Stir occasionally during preparation.
3. When finished, season the soup as desired and garnish with chopped coriander or parsley.

Creamy root vegetable soup

- » 1 yellow onion, cleaned and roughly chopped
- » 1-2 garlic cloves, cleaned and finely chopped
- » 1 l of vegetable broth
- » 2 tablespoons of sunflower oil
- » 200 g celery, cleaned, peeled and diced
- » 200 g potatoes, cleaned, peeled and diced
- » 1 small parsnip, peeled and diced
- » 2 carrots, cleaned and sliced
- » 100 g kohlrabi, cleaned, peeled and diced
- » Salt
- » Freshly ground pepper
- » A pinch of Roman cumin



For serving:

- » Freshly ground pepper, sour cream, sprig of parsley
-

Procedure:

1. Put all the ingredients for the soup into the pot and mix well.
2. Choose the **Soup** programme and set the cooking time to 50 minutes. Stir occasionally during preparation.
3. When finished, blend the soup with an immersion blender and season as desired. Garnish with pepper, sour cream and a sprig of parsley.

BAKE PROGRAMME

This programme is suitable for roasting meat or baking food. When roasting meat, it is important to baste the meat regularly to prevent the juices from boiling off. When browning food, lightly grease the bottom of the enamel pot with clarified butter, lard or edible oil.

Baked chicken breast stuffed with goat cheese

- » 4 pcs chicken breasts
- » 120 g soft goat cheese
- » 12 slices of bacon
- » Handful of chopped parsley
- » Salt
- » Pepper



Procedure:

1. Carefully slice the chicken breast from the side so that a pocket is formed in the middle. Mix the goat cheese and parsley and stuff the breasts. Season lightly with salt and pepper.
2. Wrap each breast in three slices of bacon and place in the pot.
3. Select the **Bake** programme and bake at 150 °C for about 1 hour. During the cooking process, check regularly the state of doneness.
4. Serve with a light potato or vegetable salad.

Baked tortillas

- » 4 tortillas
- » Meat mixture to taste
- » Sliced tomatoes
- » Yellow pepper cut into thin strips
- » 200 g grated cheddar cheese
- » 200 ml sour cream
- » Salt and pepper
- » 1 tablespoon of vegetable oil



For decoration:

- » Cornsalad
-

Procedure:

1. Unfold the tortillas and cut each one from the centre towards the edge. Put the meat mixture on one quarter, some grated cheese on the other and spread the tomatoes and peppers on the other.
2. Then fold in quarters one at a time until you have a pocket $\frac{1}{4}$ the size of the original round tortilla.
3. Repeat the process with all tortillas.
4. Mix the rest of the grated cheese with the sour cream, salt and pepper to taste.
5. Spread the tortillas on the bottom of a pot greased with oil. Top the tortillas with sour cream and cheese.
6. Select the **Bake** programme and bake at 120 °C for about 20 to 25 minutes until the tortillas are golden and the sauce is bubbling.

CAKE PROGRAMME

This programme is suitable for the preparation of cakes. We recommend greasing the bottom of the enamel pot with clarified butter or edible oil. The cooking time and temperature are set automatically and cannot be changed.

Yoghurt cake with fruit

- » 250 g white yoghurt
- » 200 g all-purpose flour
- » 125 g caster sugar
- » 1 egg
- » 10 g baking powder
- » Lard or oil to grease the pot
- » Coarse flour or baby semolina for dusting
- » Fruit (apricots, plums, currants, raspberries or blackberries)



Procedure:

1. In a bowl, gradually mix together the yogurt, flour, sugar, eggs and baking powder. Mix well to form a smooth dough.
2. Grease the bottom and sides of the pot with lard or oil and dust with flour or semolina.
3. Pour the batter into the pot and decorate with fruit.
4. Select the **Cake** programme and bake for the preset time.

Blueberry muffins

- » 2 egg
- » 120 g caster sugar
- » 90 g melted and partially cooled butter
- » 210 g all-purpose flour
- » 2 teaspoons baking powder
- » A pinch of salt
- » 225 ml buttermilk
- » Blueberries



Procedure:

1. Beat the eggs with the sugar and butter until foamy.
2. Mix the flour with the baking powder and a pinch of salt and gradually whisk into the egg foam along with the buttermilk.
3. Finally, carefully add the blueberries.
4. Fill muffin cups $\frac{3}{4}$ full.
5. Place a mat in the pot and place the filled cupcakes on it.
6. Choose the **Cake** programme and bake for about 20 to 25 minutes. It is necessary to check the muffins so that they do not burn.

STIR FRY PROGRAMME

This programme is suitable for quick browning of ingredients. The Stir-Fry method of preparation consists of frying meat and vegetables in hot oil. It is advisable to use oil with a high smoke point (e.g. rapeseed or sunflower oil). The roasting time is usually 2 to 3 minutes. We recommend cutting food into smaller pieces, especially poultry, to ensure that it is cooked through.

Pork liver with leek

- » 500 g pork liver
- » 3 tablespoons soy sauce
- » 2 tablespoons cane sugar
- » 1 tablespoon rice wine
- » 3-4 cloves of garlic, peeled and chopped
- » Pinch of ground pepper
- » 1 teaspoon cornstarch
- » 2 tablespoon of vegetable oil
- » 100 ml chicken broth



Procedure:

1. Wash, dry and cut the liver into 2,5 cm pieces.
2. Mix soy sauce, sugar, rice wine, pepper and cornstarch. Place the liver in the marinade and stir to coat all the pieces properly. Cover and let marinate at room temperature for about 20 minutes.
3. Remove the liver from the marinade and drain. Keep the marinade.
4. Select the **Stir Fry** programme and heat 1 tablespoon of oil.
5. Roast the leeks and garlic until they begin to soften. Remove and set aside.
6. Pour in the remaining oil and allow to heat. Add the liver and roast.
7. Once the liver is browned on all sides, add the marinade, stock and leeks. Leave uncovered to allow the excess water to boil off and the sauce to thicken slightly.
8. Serve with jasmine or basmati rice.

Shrimp Stir Fry

- » 600 g raw tiger prawns
 - » 1 larger onion, cleaned and cut into strips
 - » 2-3 garlic cloves, cleaned and finely chopped
 - » About 4 cm of fresh ginger, cleaned and grated
 - » 1 tablespoon rapeseed oil
 - » 1 teaspoon ground rainbow peppercorn
 - » 3 tablespoons soy sauce
 - » 2 tablespoons oyster sauce
 - » 1 tablespoon fish sauce
 - » 2 teaspoons cane sugar
-



Procedure:

1. Select the **Stir Fry** programme and let the oil heat up.
2. Add the onions and sauté until the onions soften and turn golden. Add the garlic, ginger and pepper and sauté for about 1 more minute.
3. Add the sauces and sugar. Mix well.
4. Add the prawns and stir fry until the prawns turn pink.
5. Serve immediately with rice.

BRAISE PROGRAMME

This programme is suitable for the preparation of ragouts, stews and casseroles. First, the meat and other ingredients are browned on all sides in a small amount of fat. Then the roasted pieces are seasoned and covered with broth, wine or water. Cover the lid carefully and baste the meat continuously. You can add other ingredients (e.g. vegetables) and spices during the cooking process. The pot will simmer the meat at a moderate temperature and the juices will bubble slightly.

Roast chicken on tarragon

- » 4 pieces of chicken
- » 2 carrots, cleaned and cut into larger pieces
- » 2 parsley, cleaned and cut into larger pieces
- » 2 red onions, cleaned and sliced
- » ¼ celery, cleaned, peeled and cut into larger pieces
- » 4 garlic cloves, cleaned and halved
- » 1 tablespoon of vegetable oil
- » 400 ml chicken broth
- » 2 tablespoons plain flour
- » Salt
- » Freshly ground pepper
- » Tarragon sprouts to taste



Procedure:

1. Season the chicken with salt and pepper.
2. Select the **Braise** programme and set the desired cooking time.
3. Add the oil. Let it heat for a while and then put the chicken. Fry the chicken on each side until golden brown.
4. When the chicken is browned, remove it and set it aside. Add the vegetables and garlic and sauté until the vegetables are thoroughly browned and starting to turn golden.
5. Add the plain flour and fry for about 1 more minute until the vegetables are coated with flour.
6. Pour in the broth and mix well. It is important to remove the burnt bits from the bottom of the pot with a cooking knife.
7. Add the roasted chicken and cover with a lid.
8. Check the browning status during preparation and stir as needed.
9. Serve with fresh potatoes or pasta.

Beef bourguignon

- » 600 g beef back meat
- » 100 g bacon, cut into thin strips
- » 1 larger carrot, cleaned and cut into pieces
- » 1 celery stalk, cleaned and sliced
- » ¼ celery, cleaned, peeled and cut into pieces
- » 1 yellow onion, cleaned and diced
- » 1-2 garlic cloves, cleaned and sliced
- » 1 tablespoon tomato puree
- » 1 bottle of quality red wine
- » 400 ml of beef broth
- » 3 tablespoon of vegetable oil
- » Salt
- » Pepper
- » 1 sprig of thyme
- » 1 sprig of rosemary
- » 2 bay leaves



Procedure:

1. Cut the meat into cubes, season with salt and pepper.
2. Select the **Braise** programme and set the desired cooking time.
3. Add the oil. Let it heat for a while and then add the meat. Sear on all sides. Then remove and set aside.
4. Add the bacon to the pot and fry it. Add the carrots, both types of celery, onion and garlic, sauté everything and stir in the tomato paste and sauté for a while.
5. Pour in about half the wine and add the stock. Simmer for a while and stir well. It is important to remove the burnt bits from the bottom of the pot with a cooking knife.
6. Put the meat back in and add the herbs and bay leaf. Top up the wine as needed.
7. Check the state of browning during preparation and stir and add the remaining wine as needed.
8. Serve with mashed potatoes or homemade gnocchi.

STEAM PROGRAMME

This programme is suitable for steaming food. Pour enough water into the enamel pot and use a steamer or a round grate that you place in the water.

Salmon in papillote

- » 2 portions of skinless salmon
- » 1 small zucchini, cleaned and cut into wedges
- » 2 sprigs of cherry tomatoes
- » 150 g green beans
- » 1 spring onion, cleaned and cut into wedges
- » 1 organic lemon, sliced
- » Sea salt
- » Freshly ground pepper
- » Bouquet garni (2 sprigs dill, 2 sprigs tarragon, 2 sprigs thyme and 2 sprigs parsley)
- » Olive oil



Procedure:

1. Divide the herbs for the bouquet garni in half and tie.
2. Salt and pepper the salmon portions.
3. Divide the vegetables between two large pieces of baking paper, season with salt and place the salmon in the middle. Insert the bouquet garni and add the lemon slices. Bury with olive oil.
4. Fold the baking paper and fold the edges to form a closed pocket.
5. Put the steamer in the pot and pour water into it.
6. Place the salmon portions on the steamer.
7. Select the **Steam** programme and set the cooking time to 25-30 minutes.

Steamed strawberry dumplings

- » 400 g fresh strawberries
- » 10 g of fresh yeast
- » 250 ml of tepid milk
- » 1 tablespoon of sugar
- » 70 g softened butter
- » 2 egg
- » 125 g soft cottage cheese
- » 500 g all-purpose flour
- » A pinch of salt



Procedure:

1. Mix the yeast, half the lukewarm milk, half the sugar and a teaspoon of flour in a bowl. Let the sourdough rise.
2. Beat the softened butter with the remaining sugar until foamy and incorporate the eggs and cottage cheese. Add the flour, the remaining milk, a pinch of salt and the sourdough starter. Make a not too stiff dough and let it rise for 30 minutes.
3. Roll out the dough into a 5 mm thick sheet and cut into 8-10 cm squares.
4. Wrap strawberry(s) in each square to form round dumplings. Spread them out on a floured surface and let them rise for another 20-30 minutes.
5. Put the steamer in the pot and pour water into it.
6. Spread the dumplings on the steamer so that they do not touch.
7. Select the **Steam** programme and set the cooking time to 10 minutes. Check that the dumplings are cooked.
8. Serve with soft cottage cheese, sprinkled with sugar and drizzled with melted butter.



Tip:

Strawberries can be replaced with raspberries, blackberries or blueberries depending on the season.

YOGHURT PROGRAMME

This programme is suitable for making homemade yoghurt. Always use good quality whole milk and yoghurt with live cultures. Mix both ingredients properly, pour them into the pot and cover with a lid. The pot will slowly heat the mixture to a temperature that will not destroy the yoghurt culture. The mixture is then slowly cooled to promote the formation of yoghurt and its ripening.

The yoghurt prepared in this way should be kept in the fridge for a maximum of one week.

Basic recipe for the preparation of yoghurt

- » 1 l fresh whole milk
- » 3 tablespoons white yoghurt with live cultures



Procedure:

1. In a saucepan, mix the milk and yoghurt. Mix well.
2. Select the **Yoghurt** programme and start the preparation.

PROGRAMM SLOW COOK (LANGSAMES KOCHEN)

Dieses Programm eignet sich für die Zubereitung von gedünstetem Fleisch, Eintopfgerichten, Saucen, Gulasch usw. Das Prinzip des langsamen Kochens besteht darin, die Temperatur zu senken und die Kochzeit zu verlängern. Durch die niedrigere Temperatur werden nicht so viele Nährstoffe zerstört, der Geschmack wird intensiver und die Aromen der verschiedenen Zutaten und Gewürze vermischen sich. Das Ergebnis ist weiches, zartes und saftiges Fleisch, selbst von reifen Teilstücken.

Gezupftes Putenfleisch mit Kraut

- » 600–800 g Putenoberkeulen
- » 600–700 g rotes Sauerkraut, ausgespült und ggf. in Hobeln geschnitten
- » 1 roter Apfel, gereinigt und in kleinere Stücke geschnitten
- » 2 rote Zwiebeln, gereinigt und in kleinere Stücke geschnitten
- » 2–3 Knoblauchzehen, gereinigt und in Scheiben geschnitten
- » Salz
- » 2 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel
- » 1–2 Lorbeerblätter
- » 1 Esslöffel Schmalz



Zum Würzen:

- » 1 Teelöffel Kristallzucker
- » Essig nach Bedarf

Zubereitung:

1. Das Kraut, den gehackten Apfel, die Zwiebel, den in Scheiben geschnittenen Knoblauch und das Lorbeerblatt in den Topf geben. Gründlich mischen.
2. Die Putenkeulen von allen Seiten salzen, mit Kümmel bestreuen und auf das Kraut legen. Das Schmalz hinzufügen.
3. Wählen Sie das Zubereitungsprogramm **Slow Cook** und stellen Sie die Zeit auf 3 Stunden bei 98 °C ein.
4. Das Fleisch ist fertiggekocht, wenn es sich vom Knochen löst. Das Fleisch vorsichtig aus dem Topf nehmen und die Haut und Knochen entfernen. Das Fleisch mit einer Gabel in Stücke zupfen.

5. Das Kraut mit Salz, Zucker oder Essig abschmecken.
6. Servieren Sie das gezupfte Putenfleisch mit Kraut in einem Brötchen als Burger, in einem Maisfladen als Tortilla oder in einem Kartoffelfladen als Wrap.

Rehragout

- » 600 g Rehschulter ohne Knochen
- » 200 g Wurzelgemüse (Karotten, Sellerie, Petersilie), gereinigt und in dicke Scheiben geschnitten
- » 1 rote Zwiebel, gereinigt und in dünne Scheiben geschnitten
- » 1 Knoblauchzehe, gereinigt und gepresst
- » 50 g Speck, in Würfel geschnitten
- » 3–4 Esslöffel Schmalz
- » 1 Esslöffel Kristallzucker
- » 1 Esslöffel Tomatenpüree
- » 1 Esslöffel Weißweinessig
- » 300 ml Rinderbrühe
- » 250 ml trockener Rotwein
- » 50 g glattes Mehl
- » Salz
- » Piment
- » Ganzer Pfeffer
- » Wacholder
- » 2 Lorbeerblätter



Zubereitung:

1. Das Fleisch in etwa 2,5 cm große Würfel schneiden. Das Mehl und das geschnittene Fleisch in einen größeren Beutel geben. Den Beutel schließen und schütteln, damit sich das Fleisch in Mehl wälzt.
2. Wählen Sie das Programm **Stir Fry** und erhitzen Sie die Hälfte des Schmalzes im Topf. Das Fleisch von allen Seiten anbraten, damit es einzieht, dann herausnehmen.
3. Das restliche Schmalz und den Speck hinzufügen. Den Speck teilweise anbraten, das Wurzelgemüse hinzufügen und etwa 3 bis 4 Minuten braten.
4. Zwiebel, Knoblauch, Piment, ganzen Pfeffer, Wacholder und Lorbeerblatt hinzugeben und weiterbraten, bis sie goldgelb ist.
5. Mit Zucker bestreuen und gut vermischen. Wenn der Zucker zu

karamellisieren beginnt, noch etwa 2 Minuten rösten.

6. Das Fleisch wieder in den Topf geben und das Tomatenpüree, den Essig, die Brühe und den Wein hinzufügen.
7. Wählen Sie das Programm **Slow Cook**. Die Zubereitungszeit auf 4 Stunden und die Temperatur auf 98 °C einstellen. Während des Kochens gelegentlich umrühren.
8. Wenn das Fleisch fertiggekocht ist, die Sauce nach Belieben würzen.
9. Mit hausgemachten Kartoffelnocken oder Pasta (z. B. Tagliatelle) servieren.

PROGRAMM SOUP (SUPPE)

Dieses Programm ist für die Zubereitung von Suppen geeignet. Alle Zutaten für die Suppe in einen Topf geben und mit der fertigen Brühe aufgießen. Deckel schließen und den Topf das Programm beenden lassen.

Linsen-Currysuppe

- » 300 g rote Linsen
- » 700 ml Gemüsebrühe
- » 2–3 größere Tomaten, gereinigt, geschält und in größere Stücke geschnitten
- » 1 weiße Zwiebel, gereinigt und in kleinere Stücke geschnitten
- » 1 Karotte, gereinigt und in Scheiben geschnitten
- » 1 Esslöffel Currygewürz
- » Eine Prise römischer Kreuzkümmel
- » Salz
- » Pfeffer



Zur Dekoration:

- » 1 Handvoll gehackter Koriander oder Petersilie

Zubereitung:

1. Alle Zutaten für die Suppe in den Topf geben und gut vermischen.
2. Wählen Sie das Programm **Soup** und stellen Sie die Zubereitungszeit auf 45 Minuten ein. Während der Zubereitung gelegentlich umrühren.
3. Zum Schluss die Suppe nach Belieben abschmecken und mit gehacktem Koriander oder Petersilie dekorieren.

Crèmesuppe mit Wurzelgemüse

- » 1 gelbe Zwiebel, gereinigt und grob gehackt
- » 1–2 Knoblauchzehen, gereinigt und fein gehackt
- » 1 l Gemüsebrühe
- » 2 Esslöffel Sonnenblumenöl
- » 200 g Sellerie, gereinigt, geschält und in Würfel geschnitten
- » 200 g Kartoffeln, gereinigt, geschält und in Würfel geschnitten
- » 1 kleine Pastinake, geschält und in Würfel geschnitten
- » 2 Möhren, gereinigt und in Scheiben geschnitten
- » 100 g Kohlrabi, gereinigt, geschält und in Würfel geschnitten
- » Salz
- » Frisch gemahlener Pfeffer
- » Eine Prise römischer Kreuzkümmel



Zum Servieren:

- » Frisch gemahlener Pfeffer, saure Sahne, ein Zweig Petersilie

Zubereitung:

1. Alle Zutaten für die Suppe in den Topf geben und gut vermischen.
2. Wählen Sie das Programm **Soup** und stellen Sie die Zubereitungszeit auf 50 Minuten ein. Während der Zubereitung gelegentlich umrühren.
3. Anschließend die Suppe mit einem Stabmixer pürieren und nach Belieben würzen. Mit Pfeffer, saurer Sahne und einem Zweig Petersilie dekorieren.

PROGRAMM BAKE (BACKEN)

Dieses Programm eignet sich zum Braten von Fleisch oder zum Backen von Speisen. Beim Braten von Fleisch ist es wichtig, das Fleisch regelmäßig zu begießen, damit der Bratensaft nicht auskocht. Fetten Sie beim Anbraten von Speisen den Boden des Emaille-Topfes leicht mit Butterschmalz, Schmalz oder Speiseöl ein.

Gebackene Hähnchenbrust gefüllt mit Ziegenkäse

- » 4 Stück Hähnchenbrüste
- » 120 g weicher Ziegenkäse
- » 12 Scheiben englischer Speck
- » Eine Handvoll gehackte Petersilie
- » Salz
- » Pfeffer



Zubereitung:

1. Die Hähnchenbrust vorsichtig von der Seite her aufschneiden, so dass in der Mitte eine Tasche entsteht. Ziegenkäse und Petersilie mischen und die Hähnchenbrüste damit füllen. Leicht mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Jede Hähnchenbrust mit drei Scheiben Speck umwickeln und in den Topf legen.
3. Das Programm **Bake** wählen und bei 150 °C etwa 1 Stunde lang backen. Während der Zubereitung regelmäßig den Garzustand kontrollieren.
4. Mit einem leichten Kartoffel- oder Gemüsesalatservieren.

Gebackene Tortillas

- » 4 Tortillas
- » Fleischmischung nach Geschmack
- » In Scheiben geschnittene Tomaten
- » Gelbe Paprika in dünne Streifen geschnitten
- » 200 g geriebener Cheddar-Käse
- » 200 ml saure Sahne
- » Salz und Pfeffer
- » 1 Esslöffel Pflanzenöl



Zur Dekoration:

- » Feldsalat
-

Zubereitung:

1. Die Tortillas ausbreiten und jede von der Mitte aus zum Rand hin einschneiden. Die Fleischmischung auf ein Viertel geben, etwas geriebenen Käse auf das andere und die Tomaten und Paprika auf das andere Viertel verteilen.
2. Tortilla nacheinander zusammenlegen, bis eine Tasche von $\frac{1}{4}$ der Größe der ursprünglichen runden Tortilla entsteht.
3. Wiederholen Sie den Vorgang mit allen Tortillas.
4. Den Rest des geriebenen Käses mit der sauren Sahne vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Die Tortillas auf dem Boden eines mit Öl gefetteten Topfes verteilen. Die Tortillas mit saurer Sahne und Käse bestreichen.
6. Das Programm **Bake** wählen und die Tortillas bei 120 °C etwa 20 bis 25 Minuten backen, bis sie goldbraun sind und die Sauce blubbert.

PROGRAMM CAKE (ZUBEREITUNG VON TORTEN)

Dieses Programm ist für die Zubereitung von Torten geeignet. Wir empfehlen, den Boden des Emaille-Topfes mit Butterschmalz oder Speiseöl zu fetten. Die Kochzeit und die Temperatur werden automatisch eingestellt und können nicht geändert werden.

Joghurtkuchen mit Obst

- » 250 g weißer Joghurt
- » 200 g halbgriffiges Mehl
- » 125 g Kristallzucker
- » 1 Ei
- » 10 g Backpulver
- » Schmalz oder Öl zum Einfetten des Topfes
- » Grobes Mehl oder Kindergrieß zum Ausstreuen
- » Obst (Aprikosen, Pflaumen, Johannisbeeren, Himbeeren oder Brombeeren)



Zubereitung:

1. In einer Schüssel den Joghurt, das Mehl, den Zucker, die Eier und das Backpulver nach und nach miteinander vermischen. Gut mischen, bis ein glatter Teig entsteht.
2. Den Boden und die Seiten des Topfes mit Schmalz oder Öl einfetten und mit Mehl oder Grieß ausstreuen.
3. Den Teig in den Topf geben und mit Früchten dekorieren.
4. Das Programm **Cake** wählen und für die voreingestellte Zeit backen.

Blaubeer-Muffins

- » 2 Ei
- » 120 g Kristallzucker
- » 90 g geschmolzene und teilweise abgekühlte Butter
- » 210 g halbgriffiges Mehl
- » 2 Teelöffel Backpulver
- » Eine Prise Salz
- » 225 ml Buttermilch
- » Blaubeeren



Zubereitung:

1. Die Eier mit dem Zucker und der Butter schaumig schlagen.
2. Das Mehl mit dem Backpulver und einer Prise Salz mischen und zusammen mit der Buttermilch nach und nach unter den Eierschaum rühren.
3. Zum Schluss die Heidelbeeren vorsichtig hinzugeben.
4. Die Muffinförmchen zu $\frac{3}{4}$ füllen.
5. Eine Matte in den Topf legen und die gefüllten Cupcakes darauf platzieren.
6. Das Programm **Cake** wählen und etwa 20 bis 25 Minuten backen. Es ist wichtig, die Muffins zu kontrollieren, damit sie nicht anbrennen.

PROGRAMM STIR FRY (PFANNENRÜHREN)

Dieses Programm ist für das schnelle Anbraten von Zutaten geeignet. Bei der Zubereitungsart Stir-Fry werden Fleisch und Gemüse in heißem Öl gebraten. Es ist ratsam, Öl mit einem hohen Rauchpunkt zu verwenden (z. B. Raps- oder Sonnenblumenöl). Die Röstzeit beträgt in der Regel 2 bis 3 Minuten. Wir empfehlen, Lebensmittel in kleinere Stücke zu schneiden, insbesondere Geflügel, um sicherzustellen, dass es gut durchgebraten wird.

Schweineleber mit Lauch

- » 500 g Schweineleber
- » 3 Esslöffel Sojasauce
- » 2 Esslöffel Rohrzucker
- » 1 Esslöffel Reiswein
- » 3–4 Knoblauchzehen, geschält und in Stücke gehackt
- » Eine Prise gemahlener Pfeffer
- » 1 Teelöffel Speisestärke
- » 2 Esslöffel Pflanzenöl
- » 100 ml Hühnerbrühe



Zubereitung:

1. Die Leber waschen, trocknen und in 2,5 cm große Stücke schneiden.
2. Sojasauce, Zucker, Reiswein, Pfeffer und Speisestärke mischen. Die Leber in die Marinade geben und umrühren, damit alle Stücke gut bedeckt sind. Zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 20 Minuten marinieren lassen.
3. Die Leber aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen. Die Marinade stehen lassen.
4. Das Programm **Stir Fry** wählen und 1 Esslöffel Öl erhitzen.
5. Den Lauch und den Knoblauch rösten, bis sie anfangen, weich zu werden. Herausnehmen und beiseitelegen.
6. Das restliche Öl hineingießen und erhitzen lassen. Die Leber hinzufügen und braten.
7. Sobald die Leber von allen Seiten gebräunt ist, die Marinade, die Brühe und den Lauch hinzufügen. Zugedeckt stehen lassen, damit das überschüssige Wasser verkocht und die Soße leicht eindickt.
8. Mit Jasmin- oder Basmati-Reis servieren.

Garnelen Stir Fry

- » 600 g rohe Tigergarnelen
- » 1 größere Zwiebel, gereinigt und in Scheiben gehackt
- » 2–3 Knoblauchzehen, gereinigt und fein gehackt
- » Etwa 4 cm frischer Ingwer, gereinigt und gerieben
- » 1 Esslöffel Rapsöl
- » 1 Teelöffel gemahlener farbiger Pfeffer
- » 3 Esslöffel Sojasauce
- » 2 Esslöffel Austernsauce
- » 1 Esslöffel Fischeauce
- » 2 Teelöffel Rohrzucker



Zubereitung:

1. Das Programm **Stir Fry** wählen und Öl heiß werden lassen.
2. Die Zwiebeln hinzugeben und anbraten, bis sie weich und goldgelb werden. Knoblauch, Ingwer und Pfeffer hinzufügen und noch etwa 1 Minute anbraten.
3. Die Saucen und den Zucker hinzufügen. Alles gut vermischen.
4. Die Garnelen hinzugeben und unter Rühren braten, bis die Garnelen rosa werden.
5. Sofort mit Reis servieren.

PROGRAMM BRAISE (BRATEN UND SCHMOREN IM EIGENEN SAFT)

Dieses Programm eignet sich für die Zubereitung von Ragouts, Gulasch und gedünstetem Fleisch. Zunächst werden das Fleisch und die anderen Zutaten in einer kleinen Menge Fett von allen Seiten schnell angebraten. Dann werden die gebratenen Stücke gewürzt und mit Brühe, Wein oder Wasser aufgegossen. Topf sorgfältig abdecken und das Fleisch durchgehend aufgießen. Sie können während des Kochvorgangs weitere Zutaten (z. B. Gemüse) und Gewürze hinzufügen. Das Fleisch wird im Topf bei mäßiger Temperatur gedünstet und der Bratensaft wird leicht kochen.

Brathähnchen auf Estragon

- » 4 Stücke Hähnchen
- » 2 Möhren, gereinigt und in größere Stücke geschnitten
- » 2 Petersilie, gereinigt und in größere Stücke geschnitten
- » 2 rote Zwiebeln, gereinigt und in Scheiben geschnitten
- » ¼ Sellerie, gereinigt, geschält und in größere Stücke geschnitten
- » 4 Knoblauchzehen, gereinigt und halbiert
- » 1 Esslöffel Pflanzenöl
- » 400 ml Hühnerbrühe
- » 2 Esslöffel glattes Mehl
- » Salz
- » Frisch gemahlener Pfeffer
- » Estragonzweig nach Geschmack



Zubereitung:

1. Das Hähnchen mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Das Programm **Braise** wählen und die gewünschte Zubereitungszeit einstellen.
3. Das Öl hinzufügen. Eine Weile erhitzen und dann das Hähnchen hinzufügen. Das Hähnchen auf jeder Seite goldbraun braten.
4. Wenn das Hähnchen gebräunt ist, nehmen Sie es heraus und legen es beiseite. Das Gemüse und den Knoblauch hinzufügen und anbraten, bis das Gemüse gut gebräunt ist und eine goldene Farbe annimmt.
5. Das Mehl dazugeben und noch etwa 1 Minute braten, bis das Gemüse mit

Mehl bedeckt ist.

6. Mit der Brühe aufgießen und gut durchmischen. Es ist wichtig, dass Sie die verbrannten Stücke vom Topfboden mit einem Kochmesser entfernen.
7. Das gebratene Hähnchen hinzugeben und mit einem Deckel abdecken.
8. Während der Zubereitung den Bräunungsgrad kontrollieren und bei Bedarf umrühren.
9. Mit frischen Kartoffeln oder Pasta servieren.

Rindfleisch nach Burgunder Art

- » 600 g Rinderrückenfleisch
- » 100 g Speck, in dünne Streifen geschnitten
- » 1 größere Möhre, gereinigt und in Stücke geschnitten
- » 1 Staudensellerie, gereinigt und in Scheiben geschnitten
- » ¼ Sellerie, gereinigt, geschält und in Stücke geschnitten
- » 1 gelbe Zwiebel, gereinigt und in Stücke geschnitten
- » 1–2 Knoblauchzehen, gereinigt und in Scheiben geschnitten
- » 1 Esslöffel Tomatenpüree
- » 1 Flasche guter Rotwein
- » 400 ml Rinderbrühe
- » 3 Esslöffel Pflanzenöl
- » Salz
- » Pfeffer
- » 1 Zweig Thymian
- » 1 Zweig Rosmarin
- » 2 Lorbeerblätter



Zubereitung:

1. Das Fleisch in Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Das Programm **Braise** wählen und die gewünschte Zubereitungszeit einstellen.
3. Das Öl hinzufügen. Eine Weile erhitzen und dann das Fleisch hinzufügen. Von allen Seiten anbraten. Dann herausnehmen und beiseitelegen.
4. Den Speck in den Topf geben und anbraten. Die Möhre, beide Selleriesorten, die Zwiebel und den Knoblauch dazugeben, alles anbraten, das Tomatenpüree einrühren und eine Weile braten.

5. Mit etwa der Hälfte des Weins aufgießen und die Brühe hinzufügen. Eine Weile kochen lassen und gut umrühren. Es ist wichtig, dass Sie die verbrannten Stücke vom Topfboden mit einem Kochmesser entfernen.
6. Das Fleisch wieder hineinlegen und die Kräuter und das Lorbeerblatt hinzufügen. Wein nach Bedarf hinzufügen.
7. Während der Zubereitung den Bräunungsgrad kontrollieren und bei Bedarf umrühren und den restlichen Wein hinzufügen.
8. Mit Stampfkartoffeln oder hausgemachtem Nocken servieren.

PROGRAMM STEAM (ZUBEREITUNG IM DAMPF)

Dieses Programm ist für das Dämpfen von Speisen geeignet. Genügend Wasser in den Emaille-Topf geben und einen Dampfgarer oder ein rundes Gitter verwenden und in das Wasser legen.

Lachs in Papillote

- » 2 Portionen Lachs ohne Haut
- » 1 kleine Zucchini, gereinigt und in Streifen geschnitten
- » 2 Zweige Cherry-Tomaten
- » 150 g grüne Bohnen
- » 1 Frühlingszwiebel, gereinigt und in Streifen geschnitten
- » 1 Bio-Zitrone, in Scheiben geschnitten
- » Meersalz
- » Frisch gemahlener Pfeffer
- » Bouquet garni (2 Zweige Dill, 2 Zweige Estragon, 2 Zweige Thymian und 2 Zweige Petersilie)
- » Olivenöl



Zubereitung:

1. Die Kräuter für das Bouquet garni halbieren und binden.
2. Einzelne Lachsportionen salzen und pfeffern.
3. Das Gemüse auf zwei große Stücke Backpapier verteilen, mit Salz würzen und den Lachs in die Mitte legen. Das Bouquet garni einlegen und die Zitronenscheiben hinzufügen. Ein paar Tropfen Olivenöl hinzufügen.
4. Falten Sie das Backpapier und biegen Sie die Ränder so, dass eine geschlossene Tasche entsteht.
5. Den Dampfgarer in den Topf legen und Wasser hineingießen.
6. Die Lachsportionen auf den Dampfgarer legen.

7. Das Programm **Steam** wählen und die Zubereitungszeit auf 25–30 Minuten einstellen.

Gedämpfte Erdbeerknödel

- » 400 g frische Erdbeeren
- » 10 g frische Hefe
- » 250 ml lauwarme Milch
- » 1 Esslöffel Puderzucker
- » 70 g weiche Butter
- » 2 Ei
- » 125 g weicher Quark
- » 500 g halbgriffiges Mehl
- » Eine Prise Salz



Zubereitung:

1. Die Hefe, die Hälfte der lauwarmen Milch, die Hälfte des Zuckers und einen Teelöffel Mehl in einer Schüssel verrühren. Den Sauerteig aufgehen lassen.
2. Die weiche Butter mit dem restlichen Zucker schaumig schlagen und die Eier und den Quark einrühren. Das Mehl, die restliche Milch, eine Prise Salz und den Sauerteigstarter hinzufügen. Einen nicht zu steifen Teig herstellen und ihn 30 Minuten gehen lassen.
3. Den Teig 5 mm dick ausrollen und in 8–10 cm große Quadrate schneiden.
4. Die Erdbeeren in jedes Quadrat einwickeln, so dass runde Knödel entstehen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausbreiten und weitere 20–30 Minuten gehen lassen.
5. Den Dampfgarer in den Topf legen und Wasser hinzufügen.
6. Die Knödel so auf dem Dampfer verteilen, dass sie sich nicht berühren.
7. Das Programm **Steam** wählen und die Zubereitungszeit auf 10 Minuten einstellen. Prüfen Sie, ob die Knödel fertiggekocht sind.
8. Mit weichem Quark servieren, mit Zucker bestreuen und mit geschmolzener Butter übergießen.



Tipp:

Erdbeeren können je nach Saison durch Himbeeren, Brombeeren oder Heidelbeeren ersetzt werden.

PROGRAMM YOGHURT

Dieses Programm ist für die Herstellung von hausgemachtem Joghurt geeignet. Verwenden Sie immer Vollmilch und Joghurt von guter Qualität mit lebenden Kulturen. Vermischen Sie gut beide Zutaten, geben Sie sie in den Topf und decken Sie sie mit dem Deckel ab. Der Topf erhitzt die Mischung langsam auf eine Temperatur, die die Joghurtkulturen nicht zerstört. Die Mischung wird dann langsam abgekühlt, um die Bildung von Joghurt und dessen Reifung zu fördern.

Der so zubereitete Joghurt sollte im Kühlschrank maximal eine Woche aufbewahrt werden.

Grundrezept für die Zubereitung von Joghurt

- » 1 l frische Vollmilch
- » 3 Esslöffel weißer Joghurt mit lebenden Kulturen



Zubereitung:

1. In einem Topf die Milch und den Joghurt vermischen. Gut vermischen.
2. Das Programm **Yoghurt** wählen und die Zubereitung starten.

PROGRAM SLOW COOK (POMALÁ PŘÍPRAVA)

Tento program je vhodný pro přípravu dušeného masa, pokrmů z jednoho hrnce, omáček, gulášů apod. Princip pomalé přípravy tkví v tom, že se sníží teplota a prodlouží se doba přípravy. Nižší teplotou nedojde ke zničení tolika živin, dojde k rozvinutí bohatší chuti a promíchání aroma různých surovin a koření. Výsledkem je měkké, křehké a šťavnaté maso, a to i z vyžralých kousků.

Trhané krůtí maso se zelím

- » 600–800 g krůtích horních stehen
- » 600–700 g červeného kysaného zelí, propláchnuté a podle potřeby překrájené
- » 1 červené jablko, očištěné a nakrájené na menší kousky
- » 2 červené cibule, očištěné a nakrájené na menší kousky
- » 2–3 stroužky česneku, očištěné a nakrájené na plátky
- » Sůl
- » 2 lžičky drceného kmínu
- » 1–2 ks bobkového listu
- » 1 lžíce sádla



Na dochucení:

- » 1 lžička krupicového cukru
- » Ocet podle potřeby

Postup:

1. Do hrnce vložte zelí, nakrájené jablko, cibuli, plátky česneku a bobkový list. Důkladně promíchejte.
2. Krůtí stehna posolte a okmínujte ze všech stran a položte je na zelí. Přidejte sádlo.
3. Zvolte program přípravy **Slow Cook** a nastavte dobu na 3 hodiny při teplotě 98 °C.
4. Maso je hotové, když odpadá od kostí. Opatrně vyjměte maso z hrnce a odstraňte kůži a kosti. Pomocí vidličky maso natrhejte.
5. Zelí dochuťte solí, cukrem nebo octem podle chuti.
6. Trhané krůtí maso se zelím podávejte v bulce jako burger, v kukuřičné placce jako tortillu nebo v bramborovém lokši jako wrap.

Srnčí ragú

- » 600 g srnčí pleci bez kosti
- » 200 g kořenové zeleniny (mrkev, celer, petržel), očištěné a nakrájené na silnější plátky
- » 1 červená cibule, očištěná a nakrájená na tenké plátky
- » 1 stroužek česneku, očištěný a rozdrcený
- » 50 g slaniny nakrájené na kostky
- » 3–4 lžíce sádla
- » 1 lžíce krupicového cukru
- » 1 lžíce rajčatového pyrė
- » 1 lžíce bílého vinného octa
- » 300 ml hovězího vývaru
- » 250 ml červeného suchého vína
- » 50 g hladké mouky
- » Sůl
- » Nové koření
- » Celý pepř
- » Jalovec
- » 2 ks bobkového listu



Postup:

1. Maso nakrájejte na kostky o velikosti asi 2,5 cm. Do většího pytlíku vložte mouku a nakrájené maso. Pytlík zavřete a protřepejte, aby se maso obalilo moukou.
2. Zvolte program **Stir Fry** a v hrnci rozpalte polovinu sádla. Zprudka opečte maso ze všech stran, aby se zatáhlo, a pak ho vyndejte.
3. Přidejte zbývající sádlo a slaninu. Nechte slaninu z části vypéct, přidejte kořenovou zeleninu a opékejte asi 3 až 4 minuty.
4. Přidejte cibuli, česnek a nové koření, celý pepř, jalovec a bobkový list a dále opékejte do zlatova.
5. Posypte cukrem a dobře promíchejte. Až cukr začne karamelizovat, opékejte ještě asi 2 minuty.
6. Vraťte maso do hrnce a přidejte rajčatové pyrė, ocet, vývar a víno.
7. Zvolte program **Slow Cook**. Nastavte dobu přípravy 4 hodiny a teplotu 98 °C. Během přípravy občas promíchejte.
8. Když je maso hotové, dochutte omáčku podle potřeby.
9. Podávejte s domácími bramborovými nočky nebo s těstovinami (např. tagliatelle).

PROGRAM SOUP (POLÉVKA)

Tento program je vhodný pro přípravu polévek. Vložte všechny suroviny na polévku do hrnce a zalijte hotovým vývarem. Přiklopte pokličku a nechte hrnec dokončit program.

Čočková kari polévka

- » 300 g červené čočky
- » 700 ml zeleninového vývaru
- » 2–3 větší rajčata, očištěná, oloupaná a nakrájená na větší kousky
- » 1 bílá cibule, očištěná a nakrájená na menší kousky
- » 1 mrkev, očištěná a nakrájená na plátky
- » 1 lžičce kari koření
- » Špetka římského kmínu
- » Sůl
- » Pepř



Na ozdobu:

- » 1 hrst nasekaného koriandru, příp. petrželky
-

Postup:

1. Do hrnce vložte všechny suroviny na přípravu polévky a dobře promíchejte.
2. Zvolte program **Soup** a nastavte dobu přípravy na 45 minut. Během přípravy občas promíchejte.
3. Po dokončení polévku dochuťte podle potřeby a ozdobte nasekaným koriandrem nebo petrželkou.

Krémová polévka z kořenové zeleniny

- » 1 žlutá cibule, očištěná a nakrájená nahrubo
- » 1–2 stroužky česneku, očištěné a nakrájené nadrobno
- » 1 l zeleninového vývaru
- » 2 lžíce slunečnicového oleje
- » 200 g celeru, očištěného, oloupaného a nakrájeného na kostičky
- » 200 g brambor, očištěných, oloupaných a nakrájených na kostičky
- » 1 menší pastinák, oloupaný a nakrájený na kostičky
- » 2 mrkve, očištěné a nakrájené na plátky
- » 100 g kedlubny, očištěné, oloupané a nakrájené na kostičky
- » Sůl
- » Čerstvě mletý pepř
- » Špetka římského kmínu



Na podávání:

- » Čerstvě mletý pepř, zakysaná smetana, snítka petrželky
-

Postup:

1. Do hrnce vložte všechny suroviny na přípravu polévky a dobře promíchejte.
2. Zvolte program **Soup** a nastavte dobu přípravy na 50 minut. Během přípravy občas promíchejte.
3. Po dokončení polévku rozmixujte ponorným mixérem a dochutte podle potřeby. Ozdobte pepřem, zakysanou smetanou a snítkou petrželky.

PROGRAM BAKE (PEČENÍ)

Tento program je vhodný pro pečení masa nebo zapékání potravin. Při pečení masa je důležité maso pravidelně podlévat, aby nedošlo k vyvaření šťávy. Při zapékání potravin mírně vymažte dno smaltovaného hrnce přepuštěným máslem, sádlem nebo jedlým olejem.

Pečená kuřecí prsa plněná kozím sýrem

- » 4 ks kuřecích prsou
- » 120 g měkkého kozího sýra
- » 12 plátků anglické slaniny
- » Hrst nasekané petrželky
- » Sůl
- » Pepř



Postup:

1. Kuřecí prsa z boku opatrně nařízněte tak, aby uprostřed vznikla kapsa. Smíchejte kozí sýr a petrželku a naplňte prsa. Zlehka osolte a opepřete.
2. Každé prso zabalte do tří plátků slaniny a položte do hrnce.
3. Zvolte program **Bake** a pečte na 150 °C asi 1 hodinu. Během přípravy pravidelně kontrolujte stav propečení.
4. Podávejte s lehkým bramborovým nebo zeleninovým salátem.

Zapečené tortilly

- » 4 tortilly
- » Masová směs podle chuti
- » Rajčata nakrájená na plátky
- » Žlutá paprika nakrájená na tenké proužky
- » 200 g nastrouhaného sýru čedar
- » 200 ml zakysané smetany
- » Sůl a pepř
- » 1 lžíce rostlinného oleje



Na ozdobu:

- » Salát polníček
-

Postup:

1. Tortilly rozložte a každou nakrojte od středu směrem k okraji. Na jednu čtvrtinu položte masovou směs, na druhou trochu nastrouhaného sýra a na další rozložte rajčata a papriku.
2. Poté postupně po čtvrtinách složte, až vznikne kapsa o velikosti $\frac{1}{4}$ původní kruhové tortilly.
3. Celý proces opakujte se všemi tortillami.
4. Zbytek nastrouhaného sýra smíchejte se zakysanou smetanou, osolte a opepřete podle chuti.
5. Tortilly rozložte na dno hrnce vymazaného olejem. Tortilly zalijte zakysanou smetanou se sýrem.
6. Zvolte program **Bake** a pečte na 120 °C asi 20 až 25 minut, až jsou tortilly zlatavé a omáčka probublává.

PROGRAM CAKE (PŘÍPRAVA KOLÁČŮ)

Tento program je vhodný pro přípravu koláčů. Doporučujeme dno smaltovaného hrnce vymazat přepuštěným máslem nebo jedlým olejem. Doba přípravy a teplota jsou nastaveny automaticky a nelze je změnit.

Jogurtový koláč s ovocem

- » 250 g bílého jogurtu
- » 200 g polohrubé mouky
- » 125 g cukru krupice
- » 1 vejce
- » 10 g prášku do pečiva
- » Sádlo nebo olej na vymazání hrnce
- » Hrubá mouka nebo dětská krupice na vysypání
- » Ovoce (meruňky, švestky, rybíz, maliny nebo ostružiny)



Postup:

1. V míse smíchejte postupně jogurt, mouku, cukr, vejce a prášek do pečiva. Řádně promíchejte, až vznikne hladké těsto.
2. Dno a stěny hrnce vymažte sádlem nebo olejem a vysypte moukou nebo krupicí.
3. Těsto nalijte do hrnce a ozdobte ovocem.
4. Zvolte program **Cake** a pečte na přednastavený čas.

Borůvkové muffiny

- » 2 vejce
- » 120 g cukru krupice
- » 90 g rozpuštěného a částečně zchladlého másla
- » 210 g polohrubé mouky
- » 2 lžičky prášku do pečiva
- » Špetka soli
- » 225 ml podmáslí
- » Borůvky



Postup:

1. Vejce vyšlehejte s cukrem a máslem do pěny.
2. Mouku smíchejte s práškem do pečiva a špetkou solí a postupně zamíchejte do vaječné pěny společně s podmáslím.
3. Nakonec opatrně přidejte borůvky.
4. Naplňte košíčky na muffiny z $\frac{3}{4}$.
5. Do hrnce vložte podložku, na kterou postavte naplněné košíčky.
6. Zvolte program **Cake** a pečte asi 20 až 25 minut. Je třeba muffiny kontrolovat, aby se nespálily.

PROGRAM STIR FRY (SMAŽENÍ ZPRUDKA)

Tento program je vhodný pro rychlé opečení surovin. Metoda přípravy Stir-Fry spočívá v prudkém osmažení zpravidla masa a zeleniny na rozpáleném oleji. Je vhodné používat olej s vysokým bodem zakouření (např. řepkový nebo slunečnicový olej). Doba opékání je zpravidla 2 až 3 minuty. Doporučujeme nakrájet potraviny na menší kousky, zvláště drůbeží maso, abyste zajistili, že bude dostatečně propečené.

Vepřová játra s pórkem

- » 500 g vepřových jater
- » 3 lžíce sójové omáčky
- » 2 lžíce třtinového cukru
- » 1 lžíce rýžového vína
- » 3–4 stroužky česneku, oloupaného a nasekaného na kousky
- » Špetka mletého pepře
- » 1 lžička kukuřičného škrobu
- » 2 lžíce rostlinného oleje
- » 100 ml kuřecího vývaru



Postup:

1. Játra omyjte, osušte a nakrájejte na kousky o velikosti 2,5 cm.
2. Smíchejte sójovou omáčku, cukr, rýžové víno, pepř a kukuřičný škrob. Játra vložte do marinády a promíchejte, aby se všechny kusy řádně obalily. Zakryjte a nechte asi 20 minut marinovat při pokojové teplotě.
3. Játra vyjměte z marinády a nechte okapat. Marinádu ponechte.
4. Zvolte program **Stir Fry** a nechte rozpálit 1 lžící oleje.
5. Opékejte pórek a česnek, dokud nezačnou měknout. Vyjměte a uložte stranou.
6. Přilijte zbývající olej a nechte zahřát. Přidejte játra a opékejte.
7. Jakmile jsou játra opečená ze všech stran, přidejte marinádu, vývar a pórek. Nechte nezakryté, aby se přebytečná voda vyvařila a omáčka mírně zhoustla.
8. Podávejte s jasmínovou nebo basmati rýží.

Krevety Stir Fry

- » 600 g syrových tygřích krevet
- » 1 větší cibule, očištěná a nakrájená na proužky
- » 2–3 stroužky česneku, očištěné a nakrájené najemno
- » Asi 4 cm čerstvého zázvoru, očištěného a nastrouhaného
- » 1 lžíce řepkového oleje
- » 1 lžička mletého barevného pepře
- » 3 lžíce sójové omáčky
- » 2 lžíce ústřicové omáčky
- » 1 lžíce rybí omáčky
- » 2 lžičky třtinového cukru



Postup:

1. Zvolte program **Stir Fry** a nechte rozpálit olej.
2. Vložte cibuli a opékejte, až cibule změkne a začne zlátnout. Přidejte česnek, zázvor a pepř a opékejte ještě asi 1 minutu.
3. Přidejte omáčky a cukr. Dobře promíchejte.
4. Přidejte krevety a za stálého míchání opékejte, až krevety zružoví.
5. Ihned podávejte s rýží.

PROGRAM BRAISE (OPEČENÍ A DUŠENÍ VE VLASTNÍ ŠTÁVĚ)

Tento program je vhodný pro přípravu ragú, gulášů a dušených mas. Nejdříve jsou maso a ostatní suroviny zprudka opečeny ze všech stran na malém množství tuku. Poté se opečené kousky okoření a zalijí vývarem, vínem nebo vodou. Pečlivě přiklopte poklici a průběžně maso podlévejte. V průběhu vaření můžete přidávat další suroviny (např. zeleninu) a koření. Hrncem bude dusit maso při mírné teplotě a šťáva bude mírně probublávat.

Pečené kuře na estragonu

- » 4 ks kuřete
- » 2 mrkve, očištěné a nakrájené na větší kousky
- » 2 petržele, očištěné a nakrájené na větší kousky
- » 2 červené cibule, očištěné a nakrájené na plátky
- » ¼ celeru, očištěného, oloupaného a nakrájeného na větší kousky
- » 4 stroužky česneku, očištěné a rozpůlené
- » 1 lžíce rostlinného oleje
- » 400 ml kuřecího vývaru
- » 2 lžíce hladké mouky
- » Sůl
- » Čerstvě mletý pepř
- » Snítky estragonu podle chuti



Postup:

1. Kuře osolte a opepřete.
2. Zvolte program **Braise** a nastavte požadovanou dobu přípravy.
3. Přidejte olej. Nechte chvíli zahřát a poté vložte kuře. Kuře opékejte z každé strany dozlatova.
4. Když je kuře opečené, vyjměte jej a uložte stranou. Přidejte zeleninu a česnek a opékejte, dokud nebude zelenina důkladně opečená a nezačne zlátnout.
5. Přidejte hladkou mouku a ještě asi 1 minutu opékejte, až se zelenina obalí moukou.
6. Zalijte vývarem a dobře promíchejte. Je důležité vařečkou odstranit připečené kousky ze dna hrnce.
7. Přidejte opečené kuře a zakryjte pokličkou.
8. Během přípravy kontrolujte stav opečení a podle potřeby promíchejte.
9. Podávejte s čerstvými bramborami nebo těstovinami.

Hovězí po Burgundsku

- » 600 g hovězího zadního masa
- » 100 g slaniny, nakrájené na tenké proužky
- » 1 větší mrkev, očištěná a nakrájená na kousky
- » 1 řapíkatý celer, očištěný a nakrájený na plátky
- » ¼ celeru, očištěný, oloupaný a nakrájený na kousky
- » 1 žlutá cibule, očištěná a nakrájená na kostky
- » 1–2 stroužky česneku, očištěné a nakrájené na plátky
- » 1 lžíce rajčatového protlaku
- » 1 lahev kvalitního červeného vína
- » 400 ml hovězího vývaru
- » 3 lžíce rostlinného oleje
- » Sůl
- » Pepř
- » 1 snítka tymiánu
- » 1 snítka rozmarýnu
- » 2 ks bobkového listu



Postup:

1. Maso nakrájejte na kostky, osolte a opepřete.
2. Zvolte program **Braise** a nastavte požadovanou dobu přípravy.
3. Přidejte olej. Nechte chvíli zahřát a poté vložte maso. Zprudka opékejte ze všech stran. Poté vyjměte a dejte stranou.
4. Do hrnce vsypte slaninu a orestujte ji. Přidejte mrkev, oba druhy celeru, cibuli a česnek, vše orestujte a vmíchejte rajčatový protlak a ještě chvíli opékejte.
5. Přilijte asi polovinu vína a přidejte vývar. Chvilí povařte a dobře promíchejte. Je důležité vařečkou odstranit připečené kousky ze dna hrnce.
6. Vložte zpět maso a přidejte bylinky a bobkový list. Podle potřeby dolijte víno.
7. Během přípravy kontrolujte stav opečení a podle potřeby promíchejte a přilévejte zbývající víno.
8. Podávejte se štouchanými bramborami nebo domácimi nočky.

PROGRAM STEAM (PŘÍPRAVA V PÁŘE)

Tento program je vhodný pro přípravu pokrmů v páře. Do smaltovaného hrnce nalijte dostatečné množství vody a používejte napařovač nebo kulatý rošt, který vložíte do vody.

Losos v papilotě

- » 2 porce lososa bez kůže
- » 1 menší cuketa, očištěná a nakrájená na špalíčky
- » 2 větvičky cherry rajčátek
- » 150 g zelených fazolek
- » 1 ks jarní cibulky, očištěné a nakrájené na špalíčky
- » 1 bio citrón, nakrájený na plátky
- » Mořská sůl
- » Čerstvě mletý pepř
- » Bouquet garni (2 snítky kopru, 2 snítky estragonu, 2 snítky tymiánu a 2 snítky petrželky)
- » Olivový olej



Postup:

1. Bylinky na bouquet garni rozdělte napůl a svažte.
2. Porce lososa osolte a opepřete.
3. Na dva velké kusy pečicího papíru rozdělte zeleninu, osolte a doprostřed vložte lososa. Vložte bouquet garni a přidejte plátky citrónu. Zakopejte olivovým olejem.
4. Pečicí papír přeložte a okraje ohýbejte, abyste utvořili uzavřenou kapsu.
5. Do hrnce vložte napařovač a nalijte do něj vodu.
6. Vložte porce lososa na napařovač.
7. Zvolte program **Steam** a nastavte dobu přípravy na 25–30 minut.

Jahodové knedlíky v páře

- » 400 g čerstvých jahod
- » 10 g čerstvého droždí
- » 250 ml vlažného mléka
- » 1 lžíce moučkového cukru
- » 70 g změkklého másla
- » 2 vejce
- » 125 g měkkého tvarohu
- » 500 g polohrubé mouky
- » Špetka soli



Postup:

1. V misce promíchejte droždí, polovinu vlažného mléka, polovinu cukru a lžičku mouky. Nechte vzejít kvásek.
2. Změkklé máslo utřete se zbylým cukrem do pěny a zapracujte vejce i tvaroh. Přidejte mouku, zbylé mléko, špetku soli a kvásek. Vypracujte ne příliš tuhé těsto a nechte ho 30 minut kynout.
3. Těsto rozválejte na plát o síle 5 mm a rozkrájejte na čtverce 8–10 cm.
4. Do každého čtverce zabalte jahodu(y) a utvořte kulaté knedlíky. Rozložte je na pomoučňný vál a nechte ještě 20–30 minut kynout.
5. Do hrnce vložte napařovač a nalijte do něj vodu.
6. Knedlíky rozložte na napařovač tak, aby se nedotýkaly.
7. Zvolte program **Steam** a nastavte dobu přípravy na 10 minut. Zkontrolujte, že jsou knedlíky uvařené.
8. Podávejte s měkkým tvarohem, posypané cukrem a polité rozpuštěným máslem.



Tip:

Jahody můžete nahradit malinami, ostružinami nebo borůvkami podle sezóny.

PROGRAM YOGHURT

Tento program je vhodný pro přípravu domácího jogurtu. Používejte vždy kvalitní plnotučné mléko a jogurt s živými kulturami. Řádně smíchejte obě suroviny, nalijte je do hrnce a přiklopte pokličkou. Hrnec bude pomalu směs zahřívat na takovou teplotu, aby nedošlo ke zničení jogurtové kultury. Poté dojde k pomalému chlazení směsi, aby došlo k podpoře tvorby jogurtu a jeho zrání.

Takto připravený jogurt je vhodné uchovávat v lednici po dobu maximálně jednoho týdne.

Základní recept na přípravu jogurtu

- » 1 l čerstvého plnotučného mléka
- » 3 lžičice bílého jogurtu s živými kulturami



Postup:

1. V hrnci smíchejte mléko a jogurt. Dobře promíchejte.
2. Zvolte program **Yoghurt** a spusťte přípravu.

PROGRAM SLOW COOK (POMALÁ PRÍPRAVA)

Tento program je vhodný na prípravu duseného mäsa, pokrmov z jedného hrnca, omáčok, gulášov a pod. Princíp pomalej prípravy tkvie v tom, že sa zníži teplota a predĺži sa čas prípravy. Nižšou teplotou nedôjde k zničeniu toľkých živín, dôjde k rozvinutiu bohatsšej chuti a premiešaniu arómy rôznych surovín a korenia. Výsledkom je mäkké, krehké a šťavnaté mäso, a to aj z vyzretých kúskov.

Trhané morčacie mäso s kapustou

- » 600 – 800 g morčacích horných stehien
- » 600 – 700 g červenej kyslej kapusty, prepláchnutej a podľa potreby prekrájanej
- » 1 červené jablko, očistené a nakrájané na menšie kúsky
- » 2 červené cibule, očistené a nakrájané na menšie kúsky
- » 2 – 3 strúčiky cesnaku, očistené a nakrájané na plátky
- » Soľ
- » 2 lyžičky drvenej rasce
- » 1 – 2 ks bobkového listu
- » 1 lyžica masť



Na dochutenie:

- » 1 lyžička krupicového cukru
- » Ocot podľa potreby

Postup:

1. Do hrnca vložte kapustu, nakrájané jablko, cibuľu, plátky cesnaku a bobkový list. Dôkladne premiešajte.
2. Morčacie stehná posolte a pridajte rascu zo všetkých strán a položte ich na kapustu. Pridajte masť.
3. Zvoľte program prípravy **Slow Cook** a nastavte čas na 3 hodiny pri teplote 98 °C.
4. Mäso je hotové, keď odpadáva od kostí. Opatrne vyberte mäso z hrnca a odstráňte kožu a kosti. Pomocou vidličky mäso natrhajte.
5. Kapustu dochuťte soľou, cukrom alebo octom podľa chuti.
6. Trhané morčacie mäso s kapustou podávajte v zemi ako burger, v kukuričnej placke ako tortillu alebo v zemiakovkej lokši ako wrap.

Srnčie ragú

- » 600 g srnčieho pleca bez kosti
- » 200 g koreňovej zeleniny (mrkva, zeler, petržlen), očistená a nakrájanej na hrubšie plátky
- » 1 červená cibuľa, očistená a nakrájaná na tenké plátky
- » 1 strúčik cesnaku, očistený a rozdrvený
- » 50 g slaniny nakrájanej na kocky
- » 3 – 4 lyžice masti
- » 1 lyžica krupicového cukru
- » 1 lyžica paradajkového pyré
- » 1 lyžica bieleho vínneho octu
- » 300 ml hovädzieho vývaru
- » 250 ml červeného suchého vína
- » 50 g hladkej múky
- » Soľ
- » Nové korenie
- » Celé čierne korenie
- » Borievka
- » 2 ks bobkového listu



Postup:

1. Mäso nakrájajte na kocky s veľkosťou asi 2,5 cm. Do väčšieho vrecúška vložte múku a nakrájané mäso. Vrecúško zavrite a pretrepte, aby sa mäso obalilo múkou.
2. Zvoľte program **Stir Fry** a v hrnci rozpáľte polovicu masti. Sprudka opečte mäso zo všetkých strán, aby sa zatiahlo, a potom ho vyberte.
3. Pridajte zostávajúcu masť a slaninu. Nechajte slaninu sčasti vypieť, pridajte koreňovú zeleninu a opekajte asi 3 až 4 minúty.
4. Pridajte cibuľu, cesnak a nové korenie, celé čierne korenie, borievku a bobkový list a ďalej opekajte do zlatista.
5. Posypte cukrom a dobre premiešajte. Až cukor začne karamelizovať, opekajte ešte asi 2 minúty.
6. Vráťte mäso do hrnca a pridajte paradajkové pyré, ocot, vývar a víno.
7. Zvoľte program **Slow Cook**. Nastavte čas prípravy 4 hodiny a teplotu 98 °C. Počas prípravy občas premiešajte.
8. Keď je mäso hotové, dochuťte omáčku podľa potreby.
9. Podávajte s domácimi zemiakovými haluškami alebo s cestovinami (napr. tagliatelle).

PROGRAM SOUP (POLIEVKA)

Tento program je vhodný na prípravu polievok. Vložte všetky suroviny na polievku do hrnca a zalejte hotovým vývarom. Priklopte pokrievku a nechajte hrniec dokončiť program.

Šošovicová karí polievka

- » 300 g červenej šošovice
- » 700 ml zeleninového vývaru
- » 2 – 3 väčšie paradajky, očistené, olúpané a nakrájané na väčšie kúsky
- » 1 biela cibuľa, očistená a nakrájaná na menšie kúsky
- » 1 mrkva, očistená a nakrájaná na plátky
- » 1 lyžica karí korenia
- » Štipka rímskej rasce
- » Sol'
- » Čierne korenie



Na ozdobu:

- » 1 hrst' nasekaného koriandra, príp. petržlenovej vňate

Postup:

1. Do hrnca vložte všetky suroviny na prípravu polievky a dobre premiešajte.
2. Zvoľte program **Soup** a nastavte čas prípravy na 45 minút. Počas prípravy občas premiešajte.
3. Po dokončení polievku dochuťte podľa potreby a ozdobte nasekaným koriandrom alebo petržlenovou vňaťou.

Krémová polievka z koreňovej zeleniny

- » 1 žltá cibuľa, očistená a nakrájaná nahrubo
- » 1 – 2 strúčiky cesnaku, očistené a nakrájané nadrobno
- » 1 l zeleninového vývaru
- » 2 lyžice slnečnicového oleja
- » 200 g zeleru, očisteného, olúpaného a nakrájaného na kocky
- » 200 g zemiakov, očistených, olúpaných a nakrájaných na kocky
- » 1 menší paštrnák, olúpaný a nakrájaný na kocky
- » 2 mrkvy, očistené a nakrájané na plátky
- » 100 g kaleráby, očistené, olúpané a nakrájané na kocky
- » Soľ
- » Čerstvo mleté čierne korenie
- » Štipka rímskej rasce



Na podávanie:

- » Čerstvo mleté čierne korenie, kyslá smotana, bylka petržlenovej vňate
-

Postup:

1. Do hrnca vložte všetky suroviny na prípravu polievky a dobre premiešajte.
2. Zvoľte program **Soup** a nastavte čas prípravy na 50 minút. Počas prípravy občas premiešajte.
3. Po dokončení polievku rozmixujte ponorným mixérom a dochuťte podľa potreby. Ozdobte čiernym korením, kyslou smotanou a bylkou petržlenovej vňate.

PROGRAM BAKE (PEČENIE)

Tento program je vhodný na pečenie mäsa alebo zapekanie potravín. Pri pečení mäsa je dôležité mäso pravidelne podlievať, aby nedošlo k vyvareniu šťavy. Pri zapekaní potravín mierne vymažte dno smaltovaného hrnca prepusteným maslom, sadlom alebo jedlým olejom.

Pečené kuracie prsia plnené kozím syrom

- » 4 ks kuracích prs
- » 120 g mäkkého kozieho syra
- » 12 plátkov anglickej slaniny
- » Hršť nasekanej petržlenovej vňate
- » Soľ
- » Čierne korenie



Postup:

1. Kuracie prsia z boku opatrne narežte tak, aby uprostred vznikla kapsa. Zmiešajte kozí syr a petržlenovú vňať a naplňte prsia. Zľahka osolte a okoreňte.
2. Všetky prsia zabaľte do troch plátkov slaniny a položte do hrnca.
3. Zvoľte program **Bake** a pečte na 150 °C asi 1 hodinu. Počas prípravy pravidelne kontrolujte stav prepečenia.
4. Podávajte s ľahkým zemiakovým alebo zeleninovým šalátom.

Zapečené tortilly

- » 4 tortilly
- » Mäsová zmes podľa chuti
- » Paradajky nakrájané na plátky
- » Žltá paprika nakrájaná na tenké prúžky
- » 200 g nastrúhaného syra čedar
- » 200 ml kyslej smotany
- » Soľ a čierne korenie
- » 1 lyžica rastlinného oleja



Na ozdobu:

- » Valeriánka (polníček)
-

Postup:

1. Tortilly rozložte a každú nakrojte od stredu smerom k okraju. Na jednu štvrtinu položte mäsovú zmes, na druhú trochu nastrúhaného syra a na ďalšiu rozložte paradajky a papriku.
2. Potom postupne po štvrtinách zložte, až vznikne kapsa s veľkosťou $\frac{1}{4}$ pôvodnej kruhovej tortilly.
3. Celý proces opakujte so všetkými tortillami.
4. Zvyšok nastrúhaného syra zmiešajte s kyslou smotanou, osolte a okoreňte podľa chuti.
5. Tortilly rozložte na dno hrnca vymazaného olejom. Tortilly zalejte kyslou smotanou so syrom.
6. Zvoľte program **Bake** a pečte na 120 °C asi 20 až 25 minút, až sú tortilly zlatisté a omáčka prebubláva.

PROGRAM CAKE (PRÍPRAVA KOLÁČOV)

Tento program je vhodný na prípravu koláčov. Odporúčame dno smaltovaného hrnca vymazať prepusteným maslom alebo jedlým olejom. Čas prípravy a teplota sú nastavené automaticky a nie je možné ich zmeniť.

Jogurtový koláč s ovocím

- » 250 g bieleho jogurtu
- » 200 g polohrubej múky
- » 125 g krupicového cukru
- » 1 vajce
- » 10 g prášku do pečiva
- » Masť alebo olej na vymazanie hrnca
- » Hrubá múka alebo detská krupica na vysypanie
- » Ovocie (marhule, slivky, ríbezle, maliny alebo černice)



Postup:

1. V mise zmiešajte postupne jogurt, múku, cukor, vajcia a prášok do pečiva. Riadne premiešajte, až vznikne hladké cesto.
2. Dno a steny hrnca vymažte masťou alebo olejom a vysypte múkou alebo krupicou.
3. Cesto nalejte do hrnca a ozdobte ovocím.
4. Zvoľte program **Cake** a pečte na prednastavený čas.

Čučoriedkové muffiny

- » 2 vajcia
- » 120 g krupicového cukru
- » 90 g rozpusteného a čiastočne vychladnutého masla
- » 210 g polohrubej múky
- » 2 lyžičky prášku do pečiva
- » Štipka soli
- » 225 ml cmaru
- » Čučoriedky



Postup:

1. Vajcia vyšľahajte s cukrom a maslom do peny.
2. Múku zmiešajte s práškom do pečiva a štipkou soli a postupne zamiešajte do vaječnej peny spolu s cmarom.
3. Nakoniec opatrne pridajte čučoriedky.
4. Naplňte košíčky na muffiny z $\frac{3}{4}$.
5. Do hrnca vložte podložku, na ktorú postavte naplnené košíčky.
6. Zvoľte program **Cake** a pečte asi 20 až 25 minút. Je potrebné muffiny kontrolovať, aby sa nespálili.

PROGRAM STIR FRY (SMAŽENIE SPRUDKA)

Tento program je vhodný na rýchle opečenie surovín. Metóda prípravy Stir Fry spočíva v prudkom osmažení spravidla mäsa a zeleniny na rozpálenom oleji. Je vhodné používať olej s vysokým bodom zadymenia (napr. repkový alebo slnečnicový olej). Čas opekania je spravidla 2 až 3 minúty. Odporúčame nakrájať potraviny na menšie kúsky, obzvlášť hydinové mäso, aby ste zaistili, že bude dostatočne prepečené.

Bravčová pečeň s pórom

- » 500 g bravčovej pečene
- » 3 lyžice sójovej omáčky
- » 2 lyžice trstinového cukru
- » 1 lyžica ryžového vína
- » 3 – 4 strúčiky cesnaku, olúpaného a nasekaného na kúsky
- » Štipka mletého čierneho korenia
- » 1 lyžička kukuričného škrobu
- » 2 lyžice rastlinného oleja
- » 100 ml kuracieho vývaru



Postup:

1. Pečeň umyte, osušte a nakrájajte na kúsky s veľkosťou 2,5 cm.
2. Zmiešajte sójovú omáčku, cukor, ryžové víno, čierne korenie a kukuričný škrob. Pečeň vložte do marinády a premiešajte, aby sa všetky kusy riadne obalili. Zakryte a nechajte asi 20 minút marinovať pri izbovej teplote.
3. Pečeň vyberte z marinády a nechajte odkvapkať. Marinádu ponechajte.
4. Zvoľte program **Stir Fry** a nechajte rozpáliť 1 lyžicu oleja.
5. Opekajte pór a cesnak, kým nezačnú mäknúť. Vyberte a uložte nabok.
6. Prilejte zostávajúci olej a nechajte zahriať. Pridajte pečeň a opekajte.
7. Hneď ako je pečeň opečená zo všetkých strán, pridajte marinádu, vývar a pór. Nechajte nezakryté, aby sa prebytočná voda vyvarila a omáčka mierne zhustla.
8. Podávajte s jazmínovou alebo basmati ryžou.

Krevety Stir Fry

- » 600 g surových tigrích kreviet
- » 1 väčšia cibuľa, očistená a nakrájaná na prúžky
- » 2 – 3 strúčiky cesnaku, očistené a nakrájané najemno
- » Asi 4 cm čerstvého zázvoru, očisteného a nastrúhaného
- » 1 lyžica repkového oleja
- » 1 lyžička mletého farebného čierneho korenia
- » 3 lyžice sójovej omáčky
- » 2 lyžice ustricovej omáčky
- » 1 lyžica rybacej omáčky
- » 2 lyžičky trstinového cukru



Postup:

1. Zvoľte program **Stir Fry** a nechajte rozpáliť olej.
2. Vložte cibuľu a opekajte, až cibuľa zmäkne a začne zlatnúť. Pridajte cesnak, zázvor a čierne korenie a opekajte ešte asi 1 minútu.
3. Pridajte omáčky a cukor. Dobre premiešajte.
4. Pridajte krevety a za stáleho miešania opekajte, až krevety zružovejú.
5. Ihneď podávajte s ryžou.

PROGRAM BRAISE (OPEČENIE A DUSENIE VO VLASTNEJ ŠŤAVE)

Tento program je vhodný na prípravu ragú, gulášov a dusených mias. Najskôr sú mäso a ostatné suroviny sprudka opečené zo všetkých strán na malom množstve tuku. Potom sa opečené kúsky okorenia a zalejú vývarom, vínom alebo vodou. Starostlivo priklopte pokrievku a priebežne mäso podlievajte. V priebehu varenia môžete pridávať ďalšie suroviny (napr. zeleninu) a korenie. Hrnec bude dusiť mäso pri miernej teplote a šťava bude mierne prebublávať.

Pečené kurča na estragóne

- » 4 ks kuraťa
- » 2 mrkvy, očistené a nakrájané na väčšie kúsky
- » 2 petržleny, očistené a nakrájané na väčšie kúsky
- » 2 červené cibule, očistené a nakrájané na plátky
- » ¼ zeleru, očisteného, olúpaného a nakrájaného na väčšie kúsky
- » 4 strúčiky cesnaku, očistene a rozpolené
- » 1 lyžica rastlinného oleja
- » 400 ml kuracieho vývaru
- » 2 lyžice hladkej múky
- » Sol'
- » Čerstvo mleté čierne korenie
- » Byľky estragónu podľa chuti



Postup:

1. Kura osol'te a okoreňte.
2. Zvoľte program **Braise** a nastavte požadovaný čas prípravy.
3. Pridajte olej. Nechajte chvíľu zahriať a potom vložte kura. Kura opekajte z každej strany do zlatista.
4. Keď je kura opečená, vyberte ho a uložte nabok. Pridajte zeleninu a cesnak a opekajte, kým nebude zelenina dôkladne opečená a nezačne zlatnúť.
5. Pridajte hladkú múku a ešte asi 1 minútu opekajte, až sa zelenina obalí múkou.
6. Zalejte vývarom a dobre premiešajte. Je dôležité vareškou odstrániť pripečené kúsky zo dna hrnca.
7. Pridajte opečené kura a zakryte pokrievkou.
8. Počas prípravy kontrolujte stav opečenia a podľa potreby premiešajte.
9. Podávajte s čerstvými zemiakmi alebo cestovinami.

Hovädzie po Burgundsky

- » 600 g hovädzieho zadného mäsa
- » 100 g slaniny, nakrájanej na tenké prúžky
- » 1 väčšia mrkva, očistená a nakrájaná na kúsky
- » 1 stopkový zeler, očistený a nakrájaný na plátky
- » ¼ zeleru, očisteného, olúpaného a nakrájaného na kúsky
- » 1 žltá cibuľa, očistená a nakrájaná na kocky
- » 1 – 2 strúčiky cesnaku, očistené a nakrájané na plátky
- » 1 lyžica paradajkového pretlaku
- » 1 fľaša kvalitného červeného vína
- » 400 ml hovädzieho vývaru
- » 3 lyžice rastlinného oleja
- » Sol'
- » Čierne korenie
- » 1 bylka tymianu
- » 1 bylka rozmarínu
- » 2 ks bobkového listu



Postup:

1. Mäso nakrájajte na kocky, osolte a okoreňte.
2. Zvoľte program **Braise** a nastavte požadovaný čas prípravy.
3. Pridajte olej. Nechajte chvíľu zahriať a potom vložte mäso. Sprudka opekajte zo všetkých strán. Potom vyberte a dajte nabok.
4. Do hrnca vsypte slaninu a orestujte ju. Pridajte mrkvu, oba druhy zeleru, cibuľu a cesnak, všetko orestujte a vmiešajte paradajkový pretlak a ešte chvíľu opekajte.
5. Prilejte asi polovicu vína a pridajte vývar. Chvíľu povarte a dobre premiešajte. Je dôležité vareškou odstrániť pripečené kúsky zo dna hrnca.
6. Vložte späť mäso a pridajte bylinky a bobkový list. Podľa potreby dolejte víno.
7. Počas prípravy kontrolujte stav opečenia a podľa potreby premiešajte a prilievajte zostávajúce víno.
8. Podávajte s pučenými zemiakmi alebo domácimi haluškami.

PROGRAM STEAM (PRÍPRAVA V PARE)

Tento program je vhodný na prípravu pokrmov v pare. Do smaltovaného hrnca nalejte dostatočné množstvo vody a používajte naparovacie sitko alebo okrúhly rošt, ktorý vložíte do vody.

Losos v papilote

- » 2 porcie lososa bez kože
- » 1 menšia cuketa, očistená a nakrájaná na obdĺžničky
- » 2 vetvičky cherry paradajok
- » 150 g zelených fazuliek
- » 1 ks jarnej cibulky, očistenej a nakrájanej na obdĺžničky
- » 1 bio citrón, nakrájaný na plátky
- » Morská soľ
- » Čerstvo mleté čierne korenie
- » Bouquet garni (2 bylinky kôpru, 2 bylinky estragónu, 2 bylinky tymianu a 2 bylinky petržlenovej vňate)
- » Olivový olej



Postup:

1. Bylinky na bouquet garni rozdelte napoly a zviažte.
2. Porcie lososa osolte a okoreňte.
3. Na dva veľké kusy papiera na pečenie rozdelte zeleninu, osolte a doprostred vložte lososa. Vložte bouquet garni a pridajte plátky citróna. Pokvapkajte olivovým olejom.
4. Papier na pečenie preložte a okraje ohnite, aby ste utvorili uzatvorenú kapsu.
5. Do hrnca vložte sitko a nalejte doň vodu.
6. Vložte porcie lososa na sitko.
7. Zvoľte program **Steam** a nastavte čas prípravy na 25 – 30 minút.

Jahodové knedličky v pare

- » 400 g čerstvých jahôd
- » 10 g čerstvého droždia
- » 250 ml vlažného mlieka
- » 1 lyžica práškového cukru
- » 70 g zmäknutého masla
- » 2 vajcia
- » 125 g mäkkého tvarohu
- » 500 g polohrubej múky
- » Štipka soli



Postup:

1. V miske premiešajte droždie, polovicu vlažného mlieka, polovicu cukru a lyžičku múky. Nechajte vzísť kvások.
2. Zmäknuté maslo utrite so zvyšným cukrom do peny a zapracujte vajcia aj tvaroh. Pridajte múku, zvyšné mlieko, štipku soli a kvások. Vypracujte nie príliš tuhé cesto a nechajte ho 30 minút kysnúť.
3. Cesto rozvaľkajte na plát s hrúbkou 5 mm a rozkrájajte na štvorce 8 – 10 cm.
4. Do každého štvorca zabalte jahodu(y) a utvorte guľaté knedličky. Rozložte ich na pomúčenú dosku a nechajte ešte 20 – 30 minút kysnúť.
5. Do hrnca vložte sitko a nalejte doň vodu.
6. Knedličky rozložte na sitko tak, aby sa nedotýkali.
7. Zvoľte program **Steam** a nastavte čas prípravy na 10 minút. Skontrolujte, či sú knedličky uvarené.
8. Podávajte s mäkkým tvarohom, posypané cukrom a poliate rozpusteným maslom.



Tip:

Jahody môžete nahradit malinami, černicami alebo čučoriedkami podľa sezóny.

PROGRAM YOGHURT

Tento program je vhodný na prípravu domáceho jogurtu. Používajte vždy kvalitné plnotučné mlieko a jogurt so živými kultúrami. Riadne zmiešajte obe suroviny, nalejte ich do hrnca a priklopte pokrievkou. Hrnec bude pomaly zmes zahrievať na takú teplotu, aby nedošlo k zničeniu jogurtovej kultúry. Potom dôjde k pomalému chladeniu zmesi, aby došlo k podpore tvorby jogurtu a jeho zreniu.

Takto pripravený jogurt je vhodné uchovávať v chladničke počas maximálne jedného týždňa.

Základný recept na prípravu jogurtu

- » 1 l čerstvého plnotučného mlieka
- » 3 lyžice bieleho jogurtu so živými kultúrami



Postup:

1. V hrnci zmiešajte mlieko a jogurt. Dobre premiešajte.
2. Zvoľte program **Yoghurt** a spustíte prípravu.

SLOW COOK (LASSÚ FŐZÉS) PROGRAM

Ez a program alkalmas pörköltek, egyfazékos ételek, mártások, főzelékek stb. főzéséhez. A lassú főzés elvének a lényege a főzési hőmérséklet csökkentése és a főzési idő növelése. Az alacsonyabb hőmérséklet nem károsítja a tápanyagokat, gazdagabb ízeket eredményez, valamint jobban kiemeli a különböző összetevők és fűszerek aromáit. A hús sokkal puhább és ízletesebb lesz, és akár öregebb állatok húsát is jól át lehet főzni.

Tépett pulykahús káposztával

- » 600–800 g felső pulykacomb
- » 600–700 g vörös savanyúkáposzta, öblítve és szükség szerint darabolva
- » 1 piros alma, megtisztítva és kisebb szeletekre vágva
- » 2 vöröshagyma, megtisztítva és kisebb szeletekre vágva
- » 2–3 gerezd fokhagyma, megtisztítva és laposra szeletelve
- » Só
- » 2 teáskanál őrölt kömény
- » 1–2 babérlevél
- » 1 evőkanál sertészsír



Az ízesítéshez:

- » 1 evőkanál kristálycukor
- » Ecet szükség szerint

Eljárás:

1. Az edénybe tegye bele a káposztát, a szeletelt almát, a hagymát, a fokhagyma szeleteket és a babérlevelet. Alaposan keverje össze.
2. A pulykacombot minden oldalán sózza meg és szórja rá a köményt, majd helyezze rá a káposztára. Tegye rá a sertészsírt is.
3. Válassza a **Slow Cook** programot és állítson be 3 órás főzést 98 °C-os hőmérsékleten.
4. A hús akkor kész, amikor könnyedén leválik a csonttól. A pulykacombot óvatosan vegye ki, majd távolítsa el a bőrt és a csontot. A húst villával tépje szét.
5. A káposztát sóval, cukorral vagy ecettel ízesítse.
6. A tépett pulyahúst hamburger zsemlelében, kukorica lepényben, tortillában vagy burgonya tócsnival és káposzta körettel szolgálja fel.

Őzragú

- » 600 g őzlapocka csont nélkül
- » 200 g gyökérzöldség (sárgarépa, zeller, petrezselyem), megtisztítva és vastagabb darabokra vágva
- » 1 vöröshagyma, megtisztítva és vékony szeletekre vágva
- » 1 gerezd fokhagyma, meghámozva, összetörve
- » 50 g szalonna, kockákra vágva
- » 3–4 evőkanál sertészsír
- » 1 evőkanál kristálycukor
- » 1 evőkanál paradicsompüré
- » 1 kanál fehér borecet
- » 300 ml húslé (marhahúsból)
- » 250 ml száraz vörösbor
- » 50 g finomliszt
- » Só
- » Szegfűbors
- » Egész bors
- » Borókabogyó
- » 2 babérlevél



Eljárás:

1. A húst szeletelje 2,5 cm-es kockákra. Egy nagyobb zacskóba tegye bele a húst és adagoljon rá lisztet. Zárja össze a zacskót és alaposan rázza össze, hogy a húst belepje a liszt.
2. Válassza a **Stir Fry** programot, és az edényben olvassa meg a zsír felét. A hús minden oldalát hirtelen pirítsa meg, majd a húst szedje ki.
3. Tegye az edénybe a maradék zsírt és a szalonnát. A szalonnát pirítsa meg, öntse rá a gyökérzöldség keveréket és pirítsa tovább 3-4 percig.
4. Szórja rá a hagymát, a fokhagymát és a fűszereket (szegfűbors, egész bors, borókabogyó, babérlevél), majd pirítsa aranyszínűre.
5. Szórja meg a cukorral és alaposan keverje össze. Amikor a cukor karamellizálódni kezd, pirítsa még további 2 percig.
6. A húst tegye az edénybe, adagolja hozzá a paradicsompürét, az ecetet, a húslévet és a bort.
7. Válassza a **Slow Cook** programot. Állítson be 4 óra főzést 98 °C-on. A főzés közben a ragut néha keverje meg.
8. Amikor a hús már puha, ízlés szerint ízesítse a ragut.
9. Házi burgonya knédliivel vagy tésztával (pl. tagliatelle) szolgálja fel.

SOUP (LEVES) PROGRAM

A programmal leveseket lehet készíteni. Az alapanyagokat tegye a belső edénybe és öntsön rá le kész hús- vagy zöldséglevet. Tegye fel a fedőt és futtassa végig a programot.

Karis lencseleves

- » 300 g piros lencse
- » 700 ml zöldségleves lé
- » 2–3 nagyobb paradicsom, megtisztítva, meghámozva és nagyobb darabokra szeletelve
- » 1 fehér hagyma, megtisztítva és kisebb szeletekre vágva
- » 1 sárgarépa, megtisztítva és karikákra vágva
- » 1 evőkanál kari fűszerkeverék
- » Csipet római kömény
- » Só
- » Bors



A díszítéshez:

- » 1 csomó apróra vágott koriander, vagy petrezselyemzöldje

Eljárás:

1. Az edénybe tegye bele az összes alapanyagot, és jól keverje össze.
2. Válassza a **Soup** programot és állítson be 45 perc főzési időt. A főzés közben a levest néhányszor keverje meg.
3. A kész levest ízlés szerint ízesítse, apróra vágott korianderrel vagy petrezselyemmel díszítse.

Krémleves gyökérzöldségekből

- » 1 hagyma, meghámozva és durván felszeletelve
- » 1–2 gerezd fokhagyma, megtisztítva és apróra szeletelve
- » 1 l zöldségleves lé
- » 2 evőkanál napraforgó étolaj
- » 200 g zeller, megtisztítva, meghámozva és kockákra vágva
- » 200 g burgonya, megtisztítva, meghámozva és kockákra vágva
- » 1 kisebb paszternák, megtisztítva, meghámozva és kockákra vágva
- » 2 sárgarépa, megtisztítva és karikákra szeletelve
- » 100 g karalábé, megtisztítva, meghámozva és kockákra vágva
- » Só
- » Frissen darált bors
- » Csipet római kömény



A felszolgáláshoz:

- » Frissen darált bors, tejföl, pár szál petrezselyemzöldje
-

Eljárás:

1. Az edénybe tegye bele az összes alapanyagot, és jól keverje össze.
2. Válassza a **Soup** programot és állítson be 50 perc főzési időt. A főzés közben a levest néhányszor keverje meg.
3. A főzés befejezése után a levest botmixerrel mixelje össze, majd ízlés szerint ízesítse. Őrölt borssal, tejföllel és apróra vágott petrezselyemzöldjével szolgálja fel.

BAKE (SÜTÉS) PROGRAM

A programmal húsokat vagy más alapanyagokat lehet sütni. Hús sütése esetén ne felejtse el rendszeresen megöntözni a húst, hogy ne száradjon ki. Ha más alapanyagokat süt (pl. burgonyát), akkor a zománcozott edény belső felét kenje meg vékonyan vajjal, zsírral vagy étolajjal.

Kecskesajttal töltött sült csirkemell

- » 4 darab csirkemell
- » 120 g puha kecskesajt
- » 12 szelet angolzalonna
- » Maroknyi apróra vágott petrezselyem levél
- » Só
- » Bors



Eljárás:

1. A csirkemellet oldalról óvatosan vágja be úgy, hogy egy zseb jöjjön létre. A kecskesajtot keverje össze a petrezselyemzöldjével és töltsse a csirkemellbe. A húst sózza és borsozza meg.
2. A csirkemelleket három szelet szalonnával tekerje körbe és tegye az edénybe.
3. Válassza a **Bake** programot és süssse körülbelül 1 órán keresztül, 150 °C-os hőmérsékleten. Sütés közben rendszeresen ellenőrizze le az étel állapotát.
4. Burgonyával vagy zöldségsalátával tálalja fel.

Sült tortilla

- » 4 tortilla
- » Darált hús, ízlés szerint
- » Karikákra vágott paradicsom
- » Húsos sárga paprika, karikákra vágva
- » 200 g reszelt cheddar sajt
- » 200 ml tejföl
- » Só és bors
- » 1 evőkanál étolaj



A díszítéshez:

- » Madársaláta
-

Eljárás:

1. A tortillákat hajtsa szét és középről kifelé vágja be. Az egyik negyedre adagoljon darált húst, a másodikra reszelt sajtot, a harmadikra paprika és paradicsom karikákat.
2. A tortillát hajtogassa össze úgy, hogy az eredeti kör tortillának az $\frac{1}{4}$ -e legyen.
3. A fenti lépéseket a többi tortillával is hajtsa végre.
4. A maradék reszelt sajtot keverje össze a tejföllel, majd ízlés szerint sózza és borsozza meg.
5. Az edény alját kenje meg étolajjal és a tortillákat tegye az edény aljára. A tortillákat a sajtos tejföllel locsolja meg.
6. Válassza a **Bake** programot és 20-25 percig süssse 120 °C-os hőmérsékleten. A tortillákat süssse aranyárgára, a sajtos tejföl süljön a tortillákra.

CAKE PROGRAM (KALÁCS SÜTÉS)

A programmal süteményeket lehet készíteni. A zománcozott edény belső felét vajjal vagy étolajjal kenje be. A sütési idő és hőmérséklet előre be van állítva, azt megváltoztatni nem lehet.

Joghurtos és gyümölcsös sütemény

- » 250 g joghurt
- » 200 g rétesliszt
- » 125 g kristálycukor
- » 1 tojás
- » 10 g sütőpor
- » Zsír vagy étolaj az edény megkenéséhez
- » Rétesliszt vagy dara az edény meghintéséhez.
- » Gyümölcs (sárgabarack, szilva, ribizli, málna vagy erdei málna)



Eljárás:

1. Egy edényben keverje össze a joghurtot, a lisztet, a cukrot, a tojást és a sütőport. Alaposan keverje össze, a keverék legyen szép sima és csomómentes.
2. Az edény alját és falát kenje meg zsírral vagy étolajjal, és hintsen rá lisztet vagy darát.
3. A tésztát öntse az edénybe és szórja rá a gyümölcsöt.
4. Válassza a **Cake** programot és süsse a beállított idő végéig.

Áfonya muffin

- » 2 tojás
- » 120 g kristálycukor
- » 90 g feleolvasztott és részben dermedt vaj
- » 210 g rétesliszt
- » 2 teáskanál sütőpor
- » Csipet só
- » 225 ml író
- » Áfonya



Eljárás:

1. A tojást a cukorral és a vajjal keverje habosra.
2. A lisztet leverje össze a sütőporral és egy csipet sóval, majd fokozatosan keverje a tojáshabbal és az íróval.
3. Végül óvatosan keverje bele az áfonyát is.
4. A muffin kosarakat $\frac{3}{4}$ részig töltsse meg a tésztával.
5. Az edénybe tegye bele a betétet és tegye rá a muffin kosarakat.
6. Válassza a **Cake** programot és kb. 20- 25 percig süsse. Ügyeljen arra, hogy a muffin ne égjen meg.

STIR FRY (HIRTELEN SÜTÉS) PROGRAM

A programmal hirtelen lehet az alapanyagokat megsütni. Stir-Fry programot általában húsok (vagy zöldségfélék) pirításához, gyors sütéséhez lehet használni. Használjon magas hőmérsékletű sütéshez alkalmas olajat (repce- vagy napraforgóolaj). A sütés időtartama körülbelül 2-3 perc. Az alapanyagokat kisebb darabokra szeletelje fel, hogy minden darab jól átsüljön.

Sertésmáj újhagymával

- » 500 g sertésmáj
- » 3 evőkanál szójaszós
- » 2 evőkanál barna nádcukor
- » 1 kanál rizsbor
- » 3–4 gerezd fokhagyma, megtisztítva és laposra szeletelve
- » Csipet őrölt bors
- » 1 kiskanál kukorica keményítő
- » 2 evőkanál étolaj
- » 100 ml csirke húslé



Eljárás:

1. A májat mossa meg, szárítsa meg és darabolja 2,5 cm-es darabokra
2. Keverje össze a szójaszószt, a cukrot, a rizsbort, a borsot és a kukorica keményítőt. A májat tegye a pácba és alaposan keverje össze, hogy minden darabot befedjen a pác. Takarja le és tegye félre 20 percre (szobahőmérsékleten).
3. A májat vegye ki a pácléből és hagyja lecsöpögni. A páclét tegye félre.
4. Válassza a **Stir Fry** programot és 1 kanál étolajat forrósítson fel.
5. Az újhagymát és a fokhagymát pirítsa puhára. Az újhagymát és a fokhagymát szedje ki és tegye félre.
6. Adagolja az edénybe a maradék étolajat és forrósítsa fel. Öntse az edénybe a májat és pirítsa meg.
7. Amikor a máj már minden oldalán megpirult, akkor öntse rá a páclét, a hagymát és a húslévet. Az edényt ne fedje le, hogy a felesleges víz el tudjon párologni és a szósz kissé besűrűsödjön.
8. Jázmin vagy basmati rizzsel tálalja fel.

Stir Fry rák

- » 600 g nyers tigris garnélarák
- » 1 nagyobb hagyma, meghámozva és felszeletelve
- » 2–3 gerezd fokhagyma, megtisztítva és apróra szeletelve
- » Kb. 4 cm friss gyömbér, megtisztítva és lereszelve.
- » 1 evőkanál repceolaj
- » 1 kiskanál színes bors
- » 3 evőkanál szójaszósz
- » 2 teáskanál rákszósz
- » 1 teáskanál halszósz
- » 2 evőkanál barna nádcukor



Eljárás:

1. Válassza a **Stir Fry** programot, és az olajat forrósítsa fel.
2. A forró olajra szórja rá a hagymát, majd pirítsa aranysárgára. Adja hozzá a fokhagymát és a borsot, majd pirítsa még 1 percig.
3. A szószokat öntse az edénybe, és szórja bele a cukrot is. Alaposan keverje össze.
4. A rákokat adagolja az edénybe és állandó keverés mellett süssse rózsaszínűre.
5. Azonnal szolgálja fel, rizs körettel.

BRAISE PROGRAM (SÜTÉS ÉS PÁROLÁS SAJÁT LÉBEN)

Ezzel a programmal párolt ételeket, ragukat, pörkölteket stb. lehet készíteni. Az alapanyagokat előbb hirtelen süsse át, kisebb mennyiségű zsiradékon. A pörkölt alapanyagot fűszerezze be és öntsön rá húslevet, bort vagy vizet. A fedőt tegye fel, szükség esetén később is adagoljon húslevet. A főzés közben további alanyagokat (például zöldségeket, burgonyát, fűszereket stb.) adagolhat. Az edényben lassan föl az étel, a lé kissé bugyog.

Sültcsirke tárkonyal

- » 4 darab csirkecomb
- » 2 sárgarépa, megtisztítva és nagyobb darabokra szeletelve
- » 2 db petrezselyem, megtisztítva és nagyobb darabokra szeletelve
- » 2 vöröshagyma, megtisztítva és szeletekre vágva
- » ¼ zeller, megtisztítva, meghámozva és nagyobb darabokra szeletelve
- » 4 gerezd fokhagyma, megtisztítva és két darabra vágva
- » 1 evőkanál étolaj
- » 400 ml csirke húslé
- » 2 evőkanál finomliszt
- » Só
- » Frissen darált bors
- » Maréknyi tárkony, ízlés szerint



Eljárás:

1. A csirkecombokat sózza és borsozza meg.
2. Válassza a **Braise** programot és állítsa be a sütési időt.
3. Az edénybe adagoljon étolajat. Forrósítsa fel, majd tegye be a csirkecombokat. Mindkét oldalát pirítsa aranyságára.
4. A csirkecombokat szedje ki és tegye félre. Az edénybe szórja bele a zöldségeket, párolja puhára és aranyságára.
5. Szórja rá a finomlisztet és még 1 percig pirítsa, közben forgassa át a zöldségeket.
6. Öntse rá a húslevet és keverje össze. Az edény aljára égett alapanyagokat fakanállal lazítsa fel.
7. Tegye az edénybe a csirkecombokat és tegye fel a fedőt.

8. Sütés közben ellenőrizze le az ételt, szükség esetén keverje össze.
9. Frissen főtt burgonyával vagy főtt tésztával szolgálja fel.

Burgundi marhahús

- » 600 g marha hátszín
- » 100 g szalonna, vékony szeletekre vágva
- » 1 nagyobb sárgarépa, meghámozva és felszeletelve
- » 1 fodros zeller, meghámozva és felszeletelve
- » ¼ zeller, megtisztítva, meghámozva és felszeletelve
- » 1 vöröshagyma, meghámozva és kockákra szeletelve
- » 1–2 gerezd fokhagyma, megtisztítva és laposra szeletelve
- » 1 evőkanál paradicsompüré
- » 1 üveg minőségi vörösbor
- » 400 ml húslé (marhahúsból)
- » 3 evőkanál étolaj
- » Só
- » Bors
- » 1 szál kakukkfű
- » 1 szál rozmaring
- » 2 babérlevél



Eljárás:

1. A húst szeletelje kockákra, sózza és borsozza meg.
2. Válassza a **Braise** programot és állítsa be a sütési időt.
3. Az edénybe adagoljon étolajat. Forrósítsa fel, majd tegye be a húst. Hirtelen pirítsa meg minden oldalát. A húst szedje ki és tegye félre.
4. Az edénybe szórja bele a szalonna szeleteket és pirítsa meg. Az edénybe szórja be a sárgarépát, a kétfajta zellert, a hagymát és a fokhagymát, majd pirítsa meg, később öntse rá a paradicsompürét is, majd még egy kis ideig pirítsa tovább.
5. Öntsön az edénybe fél üveg vörös bort, és öntse bele a húslevet is. Állandó keverés mellett kis ideig főzze össze. Az edény aljára égett alapanyagokat fakanállal lazítsa fel.
6. Az edénybe tegye bele a húst és a fűszereket, valamint a babérlevelet. Szükség szerint töltsön az edénybe még bort.
7. Sütés közben ellenőrizze le az ételt, keverje össze, végül öntse bele a maradék bort.
8. Tört burgonyával vagy házi nokedlival szolgálja fel.

STEAM PROGRAM (GŐZBEN FŐZÉS)

A programmal gőzben főzött ételeket lehet készíteni. A zománczott edénybe töltsön kisebb mennyiségű vizet és tegyen bele egy gőzölő rostélyt.

Párolt lazac

- » 2 adag lazac, bőr nélkül
- » 1 kisebb cukkini, megtisztítva és hosszúkás szeletekre feldarabolva
- » 2 fürt cherry paradicsom
- » 150 g zöld babhüvely
- » 1 db újhagyma, megtisztítva és karikákra vágva
- » 1 bio citrom, felszeletelve
- » Tengeri só
- » Frissen darált bors
- » Bouquet garni (2 szál kapor, 2 szál tárkony, 2 szál kakukkfű és 2 szál petrezselyemzöldje)
- » Olívaolaj



Eljárás:

1. A fűszereket és a bouquet garnit felezze meg és konyhai cérnával kösse csomóba.
2. A lazacot sózza és borsozza meg.
3. Két nagyobb darab sütőpapírra ossza el a zöldségeket és tegyen középre egy-egy lazacot. Tegye rá a bouquet garnit és citromszeleteket. Csepegtessen rá olívaolajat.
4. A sütőpapírt hajtsa be és a széléit hajtogassa be úgy, hogy zárt zsebet hozzon létre.
5. Az edénybe tegye bele a gőzölő betétet és öntsön vizet az edénybe.
6. A lazac porciókat tegye a gőzölő betétre.
7. Válassza a **Steam** programot és állítson be 25–30 perc főzési időt.

Gőzön főzött epergombóc

- » 400 g friss eper
- » 10 g friss élesztő
- » 250 ml langyos tej
- » 1 evőkanál porcukor
- » 70 g puha vaj
- » 2 tojás
- » 125 g puha túró
- » 500 g rétesliszt
- » Csipet só



Eljárás:

1. Egy edényben készítsen kovászt: az élesztőt keverje el a tej felével, cukorral és egy kiskanál liszttel. A kovászt hagyja megkelni.
2. A puha vaját a maradék cukorral keverje habosra, majd adagolja hozzá a tojást és a túró. Adja hozzá a lisztet, a maradék tejet, egy csipet sót és a megkelt kovászt. Gyúrjon nem túl kemény tésztát, majd hagyja kelni kb. 30 percig.
3. A tésztát sodorja 5 mm vastagságúra és darabolja 8–10 cm négyzetekre.
4. Mindegyik négyzetbe tegyen epret, majd a tésztát hajtogassa rá és sodorjon kézzel golyókat. A golyókat meglisztezett deszkán hagyja még 20–30 percig kelni.
5. Az edénybe tegye bele a gőzölő betétet és öntsön vizet az edénybe.
6. A golyókat úgy tegye a gőzölő betétre, hogy ne érjenek egymáshoz, számoljon azzal is, hogy a gombócok még nőni fognak.
7. Válassza a **Steam** programot és állítson be 10 perc főzési időt. A főzés végén fogpiszkálóval ellenőrizze le, hogy a gombócok belső része is megfőtt-e.
8. Olvasztott vajjal öntözze meg a gombócokat, szórjon rá rögös túró és porcukorral hintse meg.



Tipp:

Az eper helyett málnát, erdei málnát, áfonyát is használhat (szezon szerint).

YOGHURT PROGRAM (JOGHURT)

A programmal házi joghurtot lehet készíteni. Csak jó minőségű zsíros tejet és élő kultúrát tartalmazó joghurtot használjon. Az alapanyagokat alaposan keverje össze, öntse a belső edénybe, majd tegye fel a fedőt. Az edény tartalmát csak lassan, valamint olyan hőmérsékletre melegítse fel, hogy az élő kultúra ne pusztuljon el. Ezt követően az edény tartalmát lassan kell lehűteni, miközben a joghurt érlelődik.

Az így elkészített joghurtot hűtőben tárolva egy héten belül el kell fogyasztani.

A joghurt alapreceptje

- » 1 l friss és zsíros tej
- » 3 evőkanál élő kultúrát tartalmazó fehér joghurt



Eljárás:

1. Az edénybe öntse bele a tejet és adagolja rá a joghurtot. Alaposan keverje össze.
2. Válassza a **Yoghurt** programot és készítse el a joghurtot.

SIGURO

Alza.cz a. s., Jankovcova 1522/53, 170 00 Prague 7, Czech Republic
© 2023 Alza.cz a. s. All Rights Reserved.

www.siguro.net