

FRILLESBO STENABY

eu

ca

gl

Recipe Book

Contenido

Egosteko gomendioak	3	Descongelar (Desizoztea)	11
Laberatzea eta erretzea	3	Conservar (Kontserbatzea)	11
Grill (Grilla)	7	Desecar alimentos (Deshidratatzea) -	12
Grill Turbo (Grill turbo)	8	Aire caliente (Egosceta	
Cocción lenta (Egosceta motela)	9	haizagailuarekin)	
AirFry	10	Sonda térmica (Elikagaien sentsorea)	13

Salvo modificaciones.

Egosteko gomendioak

Tauletako tenperaturak eta egosceta-denborak orientagarriak besterik ez dira. Errezeten eta erabilitako osagarrien kalitate eta kopuruaren arabera izango dira.

Baliteke aurreko etxetresna elektrikoarekin konparatuta honek modu ezberdinean laberatu edo erretzea. Aholku hauek elikagai mota jakin batzuetarako tenperatura-ezarpen, egosceta-denbora eta parrilla-posizio gomendatuak adierazten dituzte.

Zenbatu parrilla-posizioak labearen zorutik hasita.

Errezeta jakin baterako ezarpenak aurkitu ezin badituzu, bilatu antzeko baterakoak.

Tauletan erabilitako ikurrak:

	Janari mota
	Berotze-funtzioa
°C	Tenperatura
	Osagarria
	Pisua (kg)
	Parrilla-posizioa
	Egosceta-denbora (min)

Laberatzea eta erretzea

BIZKOTXOAK
Aurreberotu labea hutsik dagoela.

	Cocción convencional (Ohiko egosceta)		Aire caliente (Egosceta haizagailuarekin)			
	°C		°C			
Irabiatutako osagaidun errezetak	170	2	160	3 (2 eta 4)	45 - 60	Bizkotxo-moldea

	Cocción convencional (Ohiko egosketa)		Aire caliente (Egosketa haizagailuarekin)			
	°C		°C			
Gurin-gailetak egindako ore	170	2	160	3 (2 eta 4)	20 - 30	Bizkotxo-moldea
Gazurezko gaztata-tarta	170	1	165	2	80 - 100	Bizkotxo-moldea, Ø 26 cm
Strudela	175	3	150	2	60 - 80	Egosteko erretilua
Marmelada-tarta	170	2	165	2	30 - 40	Bizkotxo-moldea, Ø 26 cm
Gabonetako bizkotxo, labea hutsik dagoela aurretik berotzea	160	2	150	2	90 - 120	Bizkotxo-moldea, Ø 20 cm
Aran-bizkotxo, labea hutsik dagoela aurretik berotzea	175	1	160	2	50 - 60	Ogi-moldea
Galletak	140	3	140 - 150	3	25 - 45	Egosteko erretilua
Merengeak	120	3	120	3	80 - 100	Egosteko erretilua
Merengeak, labea hutsik dagoela aurretik berotzea, bi posizio	-	-	120	2 eta 4	80 - 100	Egosteko erretilua
Opilak, labea hutsik dagoela aurretik berotzea	190	3	190	3	12 - 20	Egosteko erretilua
Eclairrak	190	3	170	3	25 - 35	Egosteko erretilua
Eclairrak, bi posizio	-	-	170	2 eta 4	35 - 45	Egosteko erretilua

	Cocción convencional (Ohiko egosketa)		Aire caliente (Egosketa haizagailuarekin)			
	°C		°C			
Plateran egin-dako tarta	180	2	170	2	45 - 70	Bizkotxo-moldea, Ø 20 cm
Fruta-bizkotxoa aberastua	160	1	150	2	110 - 120	Bizkotxo-moldea, Ø 24 cm
Victoria sandwich	170	1	160	2	30 - 50	Bizkotxo-moldea, Ø 20 cm

OGIA ETA PIZZA

Aurreberotu labea hutsik dagoela.

	Cocción convencional (Ohiko egosketa)		Aire caliente (Egosketa haizagailuarekin)			
	°C		°C			
Ogi zuria, 1-2 zati, bakoitza 0,5 kg-koa	190	1	190	1	60 - 70	-
Zekale-ogia, ez da aurreberotu behar	190	1	180	1	30 - 45	Ogi-moldea
Ogi-opilak, 6-8 opil	190	2	180	2 (2 eta 4)	25 - 40	Egosteko erretilua
Pizza	230 - 250	1	230 - 250	1	10 - 20	Egosteko erretilua / Zar-tagin sakona
Scone-ak	200	3	190	3	10 - 20	Egosteko erretilua

FLANAK

Aurreberotu labea hutsik dagoela.

Erabili bizkotxo-moldea.

	Cocción convencional (Ohiko egosketa)		Aire caliente (Egosketa haizagailuarekin)		
	°C		°C		
Pasta-flana, ez da aurre-berotu behar	200	2	180	2	40 - 50
Barazki-flana, ez da aurreberotu behar	200	2	175	2	45 - 60
Quicheak	180	1	180	1	50 - 60
Lasagna	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40
Kaneloiak	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40

HARAGIA
Erabili apalaren bigarren posizioa.
Erabili parrilla.

	Cocción convencio- nal (Ohiko egoske- ta)	Aire caliente (Egosketa haiza- gailuarekin)	
	°C	°C	
Behikia	200	190	50 - 70
Txerrikia	180	180	90 - 120
Txahalkia	190	175	90 - 120
Roastbeef ingelesa, gutxi egina	210	200	50 - 60
Roastbeef ingelesa, nahiko egina	210	200	60 - 70
Roastbeef ingelesa, ongi egina	210	200	70 - 75

HARAGIA

	Cocción convencional (Ohiko egosketa)		Aire caliente (Egosketa haizagailuarekin)		
	°C		°C		
Txerriaren besoa, azalare- kin	180	2	170	2	120 - 150
Txerri-bernazakia, 2 zati	180	2	160	2	100 - 120
Arkume-izterra	190	2	175	2	110 - 130

	Cocción convencional (Ohiko egosketa)		Aire caliente (Egosketa haizagailuarekin)		
	°C		°C		
Oilasko osoa	220	2	200	2	70 - 85
Indioilar osoa	180	2	160	2	210 - 240
Ahate osoa	175	2	220	2	120 - 150
Antzara osoa	175	2	160	1	150 - 200
Untxia, zatitan	190	2	175	2	60 - 80
Erbia, zatitan	190	2	175	2	150 - 200
Faisai osoa	190	2	175	2	90 - 120

ARRAINA

Erabili apalaren bigarren posizioa.

	Cocción convencional (Ohiko egosketa)	Aire caliente (Egos- keta haizagailuare- kin)	
	°C	°C	
Amuarraina / Bisigua, 3-4 arrain	190	175	40 - 55
Atuna / Izokina, 4-6 xerra	190	175	35 - 60

Grill (Grilla)

Aurreberotu labea hutsik dagoela.

Erabili apalaren laugarren posizioa.

Gratinatu gehieneko tenperaturan.

		 1. alboa	 2. alboa
Xerrak, 4 pieza	0.8	12 - 15	12 - 14
Behi-xerra, 4 pieza	0.6	10 - 12	6 - 8
Saltxitxak, 8	-	12 - 15	10 - 12
Txerri-zatiak, 4 pieza	0.6	12 - 16	12 - 14
Oilasko-erdia, 2	1	30 - 35	25 - 30

		 1. alboa	 2. alboa
Kebabak, 4	-	10 - 15	10 - 12
Oilasko-bularkia, 4 pieza	0.4	12 - 15	12 - 14
Hanburgesak, 6	0.6	20 - 30	-
Arrain-xerra, 4 pieza	0.4	12 - 14	10 - 12
Sandwich txigortuak, 4-6	-	5 - 7	-
Ogi txigortua, 4-6	-	2 - 4	2 - 3

Grill Turbo (Grill turbo)

Aurreberotu labea hutsik dagoela.
Erabili apalaren bigarren posizioa. Jarri zartagin bat apalaren lehen posizioan koipea biltzeko.

BEHIKIA

	°C	 1)
Roastbeefa edo xerra, gutxi egina	190 - 200	5 - 6
Roastbeefa edo xerra, nahiko egina	180 - 190	6 - 8
Roastbeefa edo xerra, ongi egina	170 - 180	8 - 10

1) Adierazitako denbora 1 cm-ko lodierako xerrei dagokie. Xerra lodiagoen kasuan, biderkatu denbora haragiaren lodierarekin.

TXERRIKIA

		°C	
Besoa / Lepoa / Urdaiazpikoa	1 - 1.5	160 - 180	90 - 120
Txuletak / Txerri-txuleta	1 - 1.5	170 - 180	60 - 90
Haragi-pastela	0.75 - 1	160 - 170	50 - 60
Txerri-ukondoa, aurregosia	0.75 - 1	150 - 170	90 - 120

TXAHALKIA

		°C	
Txahalki errea	1	160 - 180	90 - 120

		°C	
Txahal-ukondoa	1.5 - 2	160 - 180	120 - 150

ARKUMEA

		°C	
Arkume-izterra / Arkume errea	1 - 1.5	150 - 170	100 - 120
Arkumearen bizkarraldea	1 - 1.5	160 - 180	40 - 60

HEGAZTIKIA

		°C	
Hegaztikia, puskak	0,2-0,25 (bakoitza)	200 - 220	30 - 50
Oilasko-erdia	0,4-0,5 (bakoitza)	190 - 210	35 - 50
Oilaskoa, pularda	1 - 1.5	190 - 210	50 - 70
Ahatea	1.5 - 2	180 - 200	80 - 100
Antzara	3.5 - 5	160 - 180	120 - 180
Indioilarra	2.5 - 3.5	160 - 180	120 - 150
Indioilarra	4 - 6	140 - 160	150 - 240

ARRAINA (LURRUNETAN EGOSITA)

		°C	
Arrain osoa	1 - 1.5	210 - 220	40 - 60

Cocción lenta (Egosceta motela)

Funtzio honi esker, haragi eta arrain gihartsu eta bigunak prestatu ahal izango dituzu. Ez erabili argibide horiek hegaztiekien, txerriki erre koipetsuekin edo haragi errearekin.

1. Zigilatu haragia zartagin batean, tenperatura altuan, 1-2 minutuz alde bakoitzeko.

2. Apalaren hirugarren posizioa erabiltzea gomendatzen bada, jarri elikagaiak apal saretadunean. Jarri azpil bat apalaren lehen posizioan koipea biltzeko.

Apalaren lehen posizioa erabiltzea gomendatzen bada, jarri elikagaiak azpilean.

Funtzio hori erabiltzerakoan, ez erabili estalkirik.

Ezarri tenperatura 120 °C-an.

			
Xerrak	0.2 - 0.3	20 - 40	3
Behi-xerra	1 - 1.5	90 - 150	3
Roastbeefa	1 - 1.5	120 - 150	1
Txahalki errea	1 - 1.5	120 - 150	1

AirFry

Jarri elikagaiak azpilean. Bota koilarakada bat olio, elikagaiak itsats ez daitezen.

Erabili apalaren hirugarren posizioa. Kokatu egosteko erretilua parrillarako lehen posizioan.

Ezarri tenperatura 180-220 °C-an.

Erabili funtzio hau: AirFry.

Egin bitartean, ez dituzu elikagaiak irauli behar.

		
Croissant izoztua	0.35	15 - 30
Hostorea, izoztua	0.4	15 - 35
Pizza izoztua	0.34	15 - 35
Patata frijituak, izoztuak	0.65	20 - 35
Patata frijitu lodiak, izoztuak	0.6	20 - 35
Patata-ziriak, izoztuak	0.65	15 - 25
Kroketak, izoztuak	0.45	15 - 30
Kuiatxo-xerrak, freskoak	0.5	25 - 35
Eskalopeak, izoztuak	0.3	15 - 25
Ganbak gabardina erara, izoztuak	0.2	15 - 25
Txipiroi-eraztunak, izoztuak	0.25	15 - 25
Oilasko nuggetak, izoztuak	0.3	15 - 25
Arrain makilatxoak, izoztuak	0.5	15 - 25

Descongelar (Desizoztea)

		 Desizozte-ten- peratura	 Elikagaiak gehia- go desizozteko denbora	
Oilaskoa	1	100 - 140	20 - 30	Jarri oilaskoa plater handi batean eta estali buruz be- hera dagoen plater txo ba- tekin. Eman buelta erdian.
Haragia	1	100 - 140	20 - 30	Eman buelta erdian.
	0.5	90 - 120		
Krema	2 x 0,2	80 - 100	10 - 15	Esne-gaina harro daiteke eremu batzuk izoztuta ba- daude ere.
Amuarraina	0.15	25 - 35	10 - 15	-
Marrubiak	0.3	30 - 40	10 - 20	-
Gurina	0.25	30 - 40	10 - 15	-
Gateau	1.4	60	60	-

Conservar (Kontserbatzea)

- Erabili Calor inferior (Beheko beroa) funtzioa.
- Erabili merkatuan eskuragarri dauden tamaina bereko ontzi hermetikoak bakarrik.
- Ez erabili harizko edo baioneta motako estalkiak, ezta metalezko ontziak ere.
- Erabili apalaren lehen posizioa.
- Ez jarri litro bateko sei ontzi baino gehiago labeko azpilean.
- Bete ontziak neurri berean eta itxi brida batekin.
- Ontziek ezin dute elkar ukitu.
- Jarri litro erdi ur inguru labeko azpilean, labea nahikoa hezetasun egon dadin.
- Ontzietako likidoa su geldoan irakiten hasten denean (litro bateko ontziekin, 35-60 minuturen ondoren), itzali labea edo jaitsi tenperatura 100 °C-tara (ikus taula).
- Ezarri tenperatura 160-170 °C-an.

HEZURRIK GABEKO FRUTAK

	 Egin su geldotan irakin arte
Marrubiak / Ahabiak / Mugurdiak / Andere- mahats helduak	35 - 45

FRUTA HEZURDUNAK

	 Egin su geldotan irakin arte	 Jarraitu 100 °C-tan egiten
Mertxikak / Irasagarrak / Ara- nak	35 - 45	10 - 15

BARAZKIAK

	 Egin su geldotan irakin arte	 Jarraitu 100 °C-tan egiten
Azenarioak	50 - 60	5 - 10
Luzokerrak	50 - 60	-
Askotariko ozpinetakoak	50 - 60	5 - 10
Errefau-aza / Ilarrak / Zain- zuriak	50 - 60	15 - 20

Desecar alimentos (Deshidratatzea) - Aire caliente (Egosceta haizagailuarekin)

Estali azpilak labeko paperarekin edo paper sulfurizatuarekin.

Emaitza hobea lortzeko, gelditu labea lehortze-prozesuaren erdian, ireki atea eta utzi gau batez hozten, erabat lehor dadin.

Azpil bakarra erabiltzen baduzu, erabili apalaren hirugarren posizioa.

Bi azpil badituzu, erabili lehenengo eta laugarren posizioak.

BARAZKIAK

	°C	 (h)
Babarrunak	60 - 70	6 - 8
Piperrak	60 - 70	5 - 6
Zoparako barazkiak	60 - 70	5 - 6

	°C	⌚ (h)
Perretxikoak	50 - 60	6 - 8
Usain-belarrak	40 - 50	2 - 3

FRUTA
Ezarri tenperatura 60-70 °C-an.

	⌚ (h)
Aranak	8 - 10
Abrikotak	8 - 10
Sagar-xaflak	6 - 8
Udareak	6 - 9

Sonda térmica (Elikagaien sentsorea)

	°C ¹⁾
Txahalki errea	75 - 80
Txahal-ukondoa	85 - 90
Roastbeef ingelesa, gutxi egina	45 - 50
Roastbeef ingelesa, nahiko egina	60 - 65
Roastbeef ingelesa, ongi egina	70 - 75
Txerriaren besoa	80 - 82
Txerri-bernazakia	75 - 80
Arkumea	70 - 75
Oilaskoa	98
Erbia	70 - 75
Amuarraina / Bisigua	65 - 70
Atuna / Izokina	65 - 70

1) Emandako tenperatura elikagaien barruko tenperatura da.

Contingut

Recomanacions de cocció	14	Descongelar	22
Enfornat i rostit	14	Conservar (Mantenir calent)	22
Grill	18	Desecar alimentos (Deshidratar) - Aire caliente (Aire calent)	23
Grill Turbo (Graella turbo)	19	Sonda térmica (Sensor d'aliments)	24
Cocción lenta (Cocció lenta)	20		
AirFry	21		

Subjecte a canvis sense preavís.

Recomanacions de cocció

La temperatura i els temps de cocció de les taules són només orientatius. Depenen de les receptes i de la qualitat i la quantitat dels ingredients que es facin servir.

Aquest electrodomèstic podria coure o rostit el menjar de manera diferent al que teníeu abans. Els següents suggeriments indiquen la configuració recomanada de temperatura, temps de cocció i nivell del prestatge segons els tipus d'aliments.

Compteu les posicions dels nivells des de la part inferior del forn.

Si no podeu trobar la configuració per a una recepta específica, busqueu-ne una similar.

Símbols utilitzats a les taules:

	Tipus d'aliment
	Funció d'escalfament
°C	Temperatura
	Accessori
	Pes (kg)
	Nivell
	Temps de cocció (min)

Enfornat i rostit

PASTISSOS
Preescalfeu el forn buit.

	Cocción conven- cional (Cocció con- vencional)		Aire caliente (Aire calent)			
	°C		°C			
Receptes batu- des	170	2	160	3 (2 i 4)	45 - 60	Motlle de pastís

	Cocción convencional (Coccio convencional)		Aire caliente (Aire calent)			
	°C		°C			
Massa de short-bread	170	2	160	3 (2 i 4)	20 - 30	Motlle de pastís
Pastís de formatge amb xerigot	170	1	165	2	80 - 100	Motlle de pastís, Ø 26 cm
Strudel	175	3	150	2	60 - 80	Safata de pastisseria
Pastís de melmelada	170	2	165	2	30 - 40	Motlle de pastís, Ø 26 cm
Pastís de Nadal, precalentar el forn buit	160	2	150	2	90 - 120	Motlle de pastís, Ø 20 cm
Pastís de pruna, precalentar el forn buit	175	1	160	2	50 - 60	Motlle de pa
Galetes	140	3	140 - 150	3	25 - 45	Safata de pastisseria
Merenga	120	3	120	3	80 - 100	Safata de pastisseria
Merenga, precalentar el forn buit, dos nivells	-	-	120	2 i 4	80 - 100	Safata de pastisseria
Panets, precalentar el forn buit	190	3	190	3	12 - 20	Safata de pastisseria
Éclairs	190	3	170	3	25 - 35	Safata de pastisseria
Éclairs, dos nivells	-	-	170	2 i 4	35 - 45	Safata de pastisseria
Pastissos	180	2	170	2	45 - 70	Motlle de pastís, Ø 20 cm

	Cocción convencional (Cocció convencional)		Aire caliente (Aire calent)			
	°C		°C			
Pastís de fruites seques	160	1	150	2	110 - 120	Motlle de pastís, Ø 24 cm
Pastís Victòria	170	1	160	2	30 - 50	Motlle de pastís, Ø 20 cm

PA I PIZZA
Preescalfeu el forn buit.

	Cocción convencional (Cocció convencional)		Aire caliente (Aire calent)			
	°C		°C			
Pa blanc , 1 - 2 peces, 0,5 kg cadascuna	190	1	190	1	60 - 70	-
Pa de sègol, no cal precalentar	190	1	180	1	30 - 45	Motlle de pa
Panets, 6-8 panets	190	2	180	2 (2 i 4)	25 - 40	Safata de pastisseria
Pizza	230 - 250	1	230 - 250	1	10 - 20	Safata de pastisseria / Safata fonda
Scones	200	3	190	3	10 - 20	Safata de pastisseria

FLAMS
Preescalfeu el forn buit.
Feu servir el motlle de pastís.

	Cocción convencional (Cocció convencional)		Aire caliente (Aire calent)		
	°C		°C		
Pastís de pasta, no cal precalentar	200	2	180	2	40 - 50

	Cocción convencional (Cocció convencional)		Aire caliente (Aire calent)		
	°C		°C		
Pastís de verdures, no cal precalentar	200	2	175	2	45 - 60
Quiches	180	1	180	1	50 - 60
Lasanya	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40
Canelons	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40

CARN
Feu servir el segon nivell.
Feu servir la graella metàl·lica.

	Cocción convencio- nal (Cocció conven- cional)	Aire caliente (Aire calent)	
	°C	°C	
Carn de bou	200	190	50 - 70
Carn de porc	180	180	90 - 120
Vedella	190	175	90 - 120
Rosbif anglès, poc fet	210	200	50 - 60
Rosbif anglès, al punt	210	200	60 - 70
Rosbif anglès, molt fet	210	200	70 - 75

CARN

	Cocción convencional (Cocció convencional)		Aire caliente (Aire ca- lent)		
	°C		°C		
Espatlla de porc, amb pell	180	2	170	2	120 - 150
Jarret de porc, 2 peces	180	2	160	2	100 - 120
Cuixa de xai	190	2	175	2	110 - 130
Pollastre sencer	220	2	200	2	70 - 85
Gall dindi sencer	180	2	160	2	210 - 240

	Cocción convencional (Cocció convencional)		Aire caliente (Aire calent)		
	°C		°C		
Ànec sencer	175	2	220	2	120 - 150
Oca sencera	175	2	160	1	150 - 200
Conill, tallat a trossos	190	2	175	2	60 - 80
Llebre, tallada a trossos	190	2	175	2	150 - 200
Faisà sencer	190	2	175	2	90 - 120

PEIX

Feu servir el segon nivell.

	Cocción convencional (Cocció convencional)	Aire caliente (Aire calent)	
	°C	°C	
Truita/ Besuc, 3-4 peixos	190	175	40 - 55
Tonyina/Salmó, 4-6 filets	190	175	35 - 60

Grill

Preescalfeu el forn buit.

Feu servir el quart nivell.

Rostiu amb l'ajust de temperatura màxima.

		 Costat 1	 Costat 2
Filets de carn, 4 peces	0.8	12 - 15	12 - 14
Filet de carn de bou, 4 peces	0.6	10 - 12	6 - 8
Salsitxes, 8	-	12 - 15	10 - 12
Costelles de porc, 4 peces	0.6	12 - 16	12 - 14
Pollastre, la meitat, 2	1	30 - 35	25 - 30
Broquetes, 4	-	10 - 15	10 - 12
Pit de pollastre, 4 peces	0.4	12 - 15	12 - 14

		 Costat 1	 Costat 2
Hamburgueses, 6	0.6	20 - 30	-
Filet de peix, 4 peces	0.4	12 - 14	10 - 12
Entrepans torrats, 4 - 6	-	5 - 7	-
Torrades, 4 - 6	-	2 - 4	2 - 3

Grill Turbo (Graella turbo)

Preescalfeu el forn buit.

Feu servir el segon nivell. Col·loqueu una paella al primer nivell per recollir el greix.

BOU

	°C	 1)
Rosbif o filet, poc fet	190 - 200	5 - 6
Rosbif o filet, al punt	180 - 190	6 - 8
Rosbif o filet, ben fet	170 - 180	8 - 10

1) El temps indicat és per a un filet d'1 cm de gruix. Per a filets més gruixuts, multipliqueu el temps pel gruix de la carn.

PORC

		°C	
Espatlla / Coll / Peça de pernil	1 - 1.5	160 - 180	90 - 120
Costelles / Costella esternal	1 - 1.5	170 - 180	60 - 90
Pastís de carn	0.75 - 1	160 - 170	50 - 60
Garró de porc, precuinat	0.75 - 1	150 - 170	90 - 120

VEDELLA

		°C	
Vedella rostida	1	160 - 180	90 - 120
Garró de vedella	1.5 - 2	160 - 180	120 - 150

XAI

		°C	
Cuixa de xai / Xai rostí	1 - 1.5	150 - 170	100 - 120

		°C	
Sella de xai	1 - 1.5	160 - 180	40 - 60

AVIRAM

		°C	
Au, porcions	0,2 - 0,25 (cada un)	200 - 220	30 - 50
Pollastre, la meitat	0,4 - 0,5 (cada un)	190 - 210	35 - 50
Pollastre, pularda	1 - 1.5	190 - 210	50 - 70
Ànec	1.5 - 2	180 - 200	80 - 100
Oca	3.5 - 5	160 - 180	120 - 180
Gall dindi	2.5 - 3.5	160 - 180	120 - 150
Gall dindi	4 - 6	140 - 160	150 - 240

PEIX (AL VAPOR)

		°C	
Peix sencer	1 - 1.5	210 - 220	40 - 60

Cocción lenta (Cocció lenta)

Feu servir aquesta funció per preparar carn i peix magres i tendres. No s'aplica a: aviram, carn de porc greixosa ni estofats de carn.

- 1. Segelleu la carn durant 1-2 minuts a cada costat de la paella a escalfor alta.
- 2. Si es recomana el tercer nivell, poseu el menjar directament a la graella metàl·lica. Col·loqueu una safata/paella per a rostir al primer nivell per recollir el greix. Si es recomana el primer nivell, poseu el menjar directament a la safata. Cuineu sempre sense tapar el menjar quan feu servir aquesta funció.

Ajusteu la temperatura a 120 °C.

			
Bistecs	0.2 - 0.3	20 - 40	3
Filet de bou/vedella	1 - 1.5	90 - 150	3
Rosbif	1 - 1.5	120 - 150	1
Vedella rostida	1 - 1.5	120 - 150	1

AirFry

Col·loqueu els aliments directament a la safata. Poseu-hi una cullerada d'oli per evitar que s'enganxi el menjar.

Feu servir el tercer nivell. Col·loqueu la safata d'enfornar al primer nivell.

Ajusteu la temperatura a 180 - 220 °C.

Feu servir la funció: AirFry.

Els aliments no s'han de girar durant la cocció.

		
Croissant, congelat	0.35	15 - 30
Pasta fullada, congelada	0.4	15 - 35
Pizza, congelada	0.34	15 - 35
Patates fregides, congelades	0.65	20 - 35
Patates fregides gruixudes, congelades	0.6	20 - 35
Grills de patata, congelats	0.65	15 - 25
Croquetes, congelades	0.45	15 - 30
Talls de carbassó, fresc	0.5	25 - 35
Escalopes, congelades	0.3	15 - 25
Gambes arrebossades, congelades	0.2	15 - 25
Calamars a la romana, congelats	0.25	15 - 25
Nuggets de pollastre, congelats	0.3	15 - 25
Barretes de peix, congelades	0.5	15 - 25

Descongelar

		 Temps de des- congelació	 Més temps de descongelació	
Pollastre	1	100 - 140	20 - 30	Poseu el pollastre dins una cassola en un plat gran. Doneu-li la volta quan hagi transcorregut la meitat del temps.
Carn	1	100 - 140	20 - 30	Doneu-li la volta quan hagi transcorregut la meitat del temps.
	0.5	90 - 120		
Nata	2 x 0,2	80 - 100	10 - 15	La nata també es pot muntar encara que estigui lleugerament congelada.
Truita	0.15	25 - 35	10 - 15	-
Maduixes	0.3	30 - 40	10 - 20	-
Mantega	0.25	30 - 40	10 - 15	-
Gateau	1.4	60	60	-

Conservar (Mantenir calent)

- Feu servir la funció Calor inferior.
- Feu servir només pots de conservació de les mateixes mides disponibles al mercat.
- No feu servir pots amb tapes de rosca o de tipus baioneta, o llaunes de metall.
- Feu servir el primer nivell.
- No poseu més de sis pots d'un litre a la safata.
- Ompliu els pots i tanqueu-los amb l'abraçadora.
- Els pots no es poden tocar.
- Poseu més o menys mig litre d'aigua a la safata perquè hi hagi humitat suficient al forn.
- Quan el líquid dels pots comenci a bullir (després d'uns 35-60 minuts amb pots d'un litre), atureu el forn o baixeu la temperatura a 100 °C (vegeu la taula).
- Ajusteu la temperatura a 160 - 170 °C.

FRUITS VERMELLS

	
	Temps de cocció fins que comenci a bullir
Maduixes / Nabius / Gerds / Grosella espinosa madura	35 - 45

FRUITA DE PINYOL

		
	Temps de cocció fins que comenci a bullir	Continueu cuinant a 100 °C
Préssecs / Codony / Prunes	35 - 45	10 - 15

VERDURES

		
	Temps de cocció fins que comenci a bullir	Continueu cuinant a 100 °C
Pastanagues	50 - 60	5 - 10
Cogombres	50 - 60	-
Cogombrets	50 - 60	5 - 10
Colrave / Pèsols / Espàrrecs	50 - 60	15 - 20

Desecar alimentos (Deshidratar) - Aire caliente (Aire calent)

Cobriu les safates amb paper resistent al greix o paper de forn.

Per a obtenir un millor resultat, atureu el forn a la meitat del temps de deshidratació, obriu la porta i deixeu-lo refredar durant una nit per completar l'asseccament.

Per a 1 safata, feu servir el tercer nivell.

Per a 2 safates, feu servir el primer i quart nivell.

VERDURES

	°C	 (h)
Mongetes	60 - 70	6 - 8
Pebrots	60 - 70	5 - 6
Verdures per a sopa	60 - 70	5 - 6
Bolets	50 - 60	6 - 8

	°C	 (h)
Herbes	40 - 50	2 - 3

FRUITA
Ajusteu la temperatura a 60 - 70 °C.

	 (h)
Prunes	8 - 10
Albercocs	8 - 10
Rodanxes de poma	6 - 8
Peres	6 - 9

Sonda tèrmica (Sensor d'aliments)

	°C ¹⁾
Vedella rostida	75 - 80
Garró de vedella	85 - 90
Rosbif anglès, poc fet	45 - 50
Rosbif anglès, al punt	60 - 65
Rosbif anglès, molt fet	70 - 75
Espatlla de porc	80 - 82
Canella de porc	75 - 80
Carn de xai	70 - 75
Pollastre	98
Llebre	70 - 75
Truita / Besuc	65 - 70
Tonyina / Salmó	65 - 70

1) temperatura indicada és la temperatura recomanada dins de l'aliment.

Contenido

Recomendacións de cociña	25	Descongelar (Desconxelar)	33
Coccións e asados	25	Conservar	33
Grill (Grella)	29	Desecar alimentos (Deshidratar) -	34
Grill Turbo (Grella turbo)	30	Aire caliente (Cocción con ventilador)	35
Cocción lenta	31	Sonda térmica (Sensor de alimentos)	35
AirFry	32		

Salvo modificacións.

Recomendacións de cociña

A temperatura e os tempos de cocción nas táboas son só orientativos. Dependen das receitas, da calidade e da cantidade dos ingredientes empregados.

O seu electrodoméstico pode cocer ou asar de xeito distinto do aparello que tivese antes. Os seguintes apuntamentos amosan axustes recomendados para a temperatura, o tempo de cocción e a guía da bandexa para tipos específicos de comida.

Conte as guía da bandexa desde a parte inferior do chan do forno.

Se non atopa os axustes para unha receita en concreto, busque unha semellante.

Símbolos usados nas táboas:

	Tipo de comida
	Función de calor
°C	Temperatura
	Accesorio
	Peso (kg)
	Guía da bandexa
	Tempo de cocción (min)

Coccións e asados

BISCOITOS
Quente previamente o forno baleiro.

	Cocción convencional		Aire caliente (Cocción con ventilador)			
	°C		°C			
Receitas batidas	170	2	160	3 (2 e 4)	45 - 60	Molde de pasteis
Masa de manteigados	170	2	160	3 (2 e 4)	20 - 30	Molde de pasteis

	Cocción convencional		Aire caliente (Cocción con ventilador)			
	°C		°C			
Torta de queixo con soro de manteiga	170	1	165	2	80 - 100	Molde de pasteis, Ø 26 cm
Strudel	175	3	150	2	60 - 80	Bandexa de forno
Torta de marmelada	170	2	165	2	30 - 40	Molde de pasteis, Ø 26 cm
Pastel de Nadal, quente previamente o forno baleiro	160	2	150	2	90 - 120	Molde de pasteis, Ø 20 cm
Biscoito de ameixas, quente previamente o forno baleiro	175	1	160	2	50 - 60	Molde de biscoitos
Galletas	140	3	140 - 150	3	25 - 45	Bandexa de forno
Merengues	120	3	120	3	80 - 100	Bandexa de forno
Merengues, quente previamente o forno baleiro, dous niveis	-	-	120	2 e 4	80 - 100	Bandexa de forno
Bolos, quente previamente o forno baleiro	190	3	190	3	12 - 20	Bandexa de forno
Petisús	190	3	170	3	25 - 35	Bandexa de forno
Petisús, dous niveis	-	-	170	2 e 4	35 - 45	Bandexa de forno
Tortas en prato	180	2	170	2	45 - 70	Molde de pasteis, Ø 20 cm

	Cocción convencional		Aire caliente (Cocción con ventilador)			
	°C		°C			
Biscoito de frotas calorífico	160	1	150	2	110 - 120	Molde de pasteis, Ø 24 cm
Biscoito Victoria sandwich	170	1	160	2	30 - 50	Molde de pasteis, Ø 20 cm

PAN E PIZZA
Quente previamente o forno baleiro.

	Cocción convencional		Aire caliente (Cocción con ventilador)			
	°C		°C			
Pan branco , 1 - 2 pezas, 0,5 kg cada unha	190	1	190	1	60 - 70	-
Pan de centeo, non fai falta prequentamento	190	1	180	1	30 - 45	Molde de biscoitos
Rolos de pan, 6 - 8 rolos	190	2	180	2 (2 e 4)	25 - 40	Bandexa de forno
Pizza	230 - 250	1	230 - 250	1	10 - 20	Bandexa de forno / Tixola
Boliños	200	3	190	3	10 - 20	Bandexa de forno

FLANS
Quente previamente o forno baleiro.
Use o molde para biscoitos.

	Cocción convencional		Aire caliente (Cocción con ventilador)		
	°C		°C		
Flan de pasta, non fai falta prequentamento	200	2	180	2	40 - 50

	Cocción convencional		Aire caliente (Cocción con ventilador)		
	°C		°C		
Flan vexetal, non fai falta prequentamento	200	2	175	2	45 - 60
Quiches	180	1	180	1	50 - 60
Lasaña	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40
Canelóns	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40

CARNE
Use a segunda guía.
Use a grella.

	Cocción convencional	Aire caliente (Cocción con ventilador)	
	°C	°C	
Carne de vaca	200	190	50 - 70
Porco	180	180	90 - 120
Vitela	190	175	90 - 120
Rosbif inglés, pouco feito	210	200	50 - 60
Rosbif inglés, feito	210	200	60 - 70
Rosbif inglés, ben feito	210	200	70 - 75

CARNE

	Cocción convencional		Aire caliente (Cocción con ventilador)		
	°C		°C		
Ombro de porco, con cortizas	180	2	170	2	120 - 150
Perna de porco, 2 pezas	180	2	160	2	100 - 120
Coxa de año	190	2	175	2	110 - 130
Polo enteiro	220	2	200	2	70 - 85

	Cocción convencional		Aire caliente (Cocción con ventilador)		
	°C		°C		
Pavo enteiro	180	2	160	2	210 - 240
Parrulo enteiro	175	2	220	2	120 - 150
Ganso enteiro	175	2	160	1	150 - 200
Coello, cortado en anacos	190	2	175	2	60 - 80
Lebre, cortada en anacos	190	2	175	2	150 - 200
Faisán enteiro	190	2	175	2	90 - 120

PEIXE

Use a segunda guía.

	Cocción convencional	Aire caliente (Cocción con ventilador)	
	°C	°C	
Troita / Sargo, 3 - 4 peixes	190	175	40 - 55
Atún / Salmón, 4 - 6 filetes	190	175	35 - 60

Grill (Grella)

Quente previamente o forno baleiro.

Use a cuarta guía.

Utilice a función de “grill” coa temperatura máxima.

			
		1º lado	2º lado
Bistés de solombo, 4 pezas	0.8	12 - 15	12 - 14
Filete de carne de res, 4 pezas	0.6	10 - 12	6 - 8
Salchichas, 8	-	12 - 15	10 - 12
Costeletas de porco, 4 pezas	0.6	12 - 16	12 - 14
Polo, medio, 2	1	30 - 35	25 - 30
Kebabs, 4	-	10 - 15	10 - 12

		 1º lado	 2º lado
Peituga de polo, 4 pezas	0.4	12 - 15	12 - 14
Hamburguesas, 6	0.6	20 - 30	-
Filete de peixe, 4 pezas	0.4	12 - 14	10 - 12
Bocadillos tostados, 4 - 6	-	5 - 7	-
Tosta, 4 - 6	-	2 - 4	2 - 3

Grill Turbo (Grella turbo)

Quente previamente o forno baleiro.
Use a segunda guía. Poña unha fonte na primeira guía para recoller a graxa.

CARNE DE VACA

	°C	 1)
Carne asada ou filete, pouco feito	190 - 200	5 - 6
Carne asada ou filete, feito	180 - 190	6 - 8
Carne asada ou filete, ben feito	170 - 180	8 - 10

1) O tempo indicado é para un filete de 1 cm de groso. Para filetes máis grosos, multiplique o tempo polo espesor da súa carne.

PORCO

		°C	
Ombro / Pescozo / Peza de xamón	1 - 1.5	160 - 180	90 - 120
Costeletas / Costela	1 - 1.5	170 - 180	60 - 90
Pastel de carne	0.75 - 1	160 - 170	50 - 60
Cotobelo de porco, precociñado	0.75 - 1	150 - 170	90 - 120

VITELA

		°C	
Vitela asada	1	160 - 180	90 - 120
Cotobelo de vitela	1.5 - 2	160 - 180	120 - 150

AÑO

		°C	
Coxa de año / Año asado	1 - 1.5	150 - 170	100 - 120
Cadril de año	1 - 1.5	160 - 180	40 - 60

AVE DE CURRAL

		°C	
Ave de curral, porcións	0,2 - 0,25 (cada)	200 - 220	30 - 50
Polo, medio	0,4 - 0,5 (cada)	190 - 210	35 - 50
Polo, galiña nova	1 - 1.5	190 - 210	50 - 70
Parrulo	1.5 - 2	180 - 200	80 - 100
Ganso	3.5 - 5	160 - 180	120 - 180
Pavo	2.5 - 3.5	160 - 180	120 - 150
Pavo	4 - 6	140 - 160	150 - 240

PEIXE (AO VAPOR)

		°C	
Peixe enteiro	1 - 1.5	210 - 220	40 - 60

Cocción lenta

Esta función permítelle preparar carne e peixe magro e brando. Non corresponde a: aves de curral, asado de porco graxo, guisos.

- 1. Doure a carne durante 1 - 2 minutos por cada lado nunha tixola con moita calor.
- 2. Se se recomenda a terceira guía, poña a comida directamente na grella. Poña unha bandexa/fonte de asados na primeira guía para recoller a graxa.
Se se recomenda a primeira guía, poña a comida directamente na bandexa.
Cociñe sempre sen tapa cando utilice esta función.

Estableza a temperatura en 120°C.

			
Bistés	0.2 - 0.3	20 - 40	3
Filete de vaca	1 - 1.5	90 - 150	3
Carne asada	1 - 1.5	120 - 150	1

			
Vitela asada	1 - 1.5	120 - 150	1

AirFry

Poña a comida directamente na bandexa. Aplique 1 cullerada de aceite para que a comida non se apegue.

Use a terceira guía. Coloque a bandexa de forno na primeira guía.

Estableza a temperatura en 180 - 220°C.

Utilice a función: AirFry.

Non hai que darlle a volta á comida durante a cocción.

		
Croissant, conxelado	0.35	15 - 30
Doce de follado, conxelado	0.4	15 - 35
Pizza, conxelada	0.34	15 - 35
Patacas fritidas, conxeladas	0.65	20 - 35
Patacas fritidas grosas, conxeladas	0.6	20 - 35
Patacas Deluxe, conxeladas	0.65	15 - 25
Croquetas, conxeladas	0.45	15 - 30
Lamelas de cabaciña, frescas	0.5	25 - 35
Escalopes, conxelados	0.3	15 - 25
Gambas en tempura, conxeladas	0.2	15 - 25
Aros de calmar, conxelados	0.25	15 - 25
Nuggets de polo, conxelados	0.3	15 - 25
Varas de peixe, conxeladas	0.5	15 - 25

Descongelar (Desconxelar)

		 Tempo de desconxelación	 Tempo de desconxelación adicional	
Polo	1	100 - 140	20 - 30	Poña o polo nun prato cara arriba colocado enriba dunha fonte grande. Déalle a volta á metade da cocción.
Carne	1	100 - 140	20 - 30	Déalle a volta á metade da cocción.
	0.5	90 - 120		
Nata	2 x 0,2	80 - 100	10 - 15	Tamén se pode bater a nata cando aínda está un pouco conxelada nalgúns sitios.
Troita	0.15	25 - 35	10 - 15	-
Fresas	0.3	30 - 40	10 - 20	-
Manteiga	0.25	30 - 40	10 - 15	-
Torta	1.4	60	60	-

Conservar

- Utilice a función Calor inferior.
- Utilice só botes de conserva das mesmas dimensións dispoñibles no mercado.
- Non utilice botes con tapas de rosca e de encaixe nin botes de metal.
- Use a primeira guía.
- Non poña máis de seis botes de conserva dun litro na bandexa de forno.
- Encha os botes por igual e peche cunha abrazadeira.
- Os botes non poden tocar uns cos outros.
- Poña aproximadamente medio litro de auga na bandexa de forno para que haxa humidade dabondo no forno.
- Cando o líquido nos botes comece a ferver (ao cabo duns 35 - 60 minutos con botes dun litro), deteña o forno ou diminúa a temperatura a 100°C (véxase a táboa).

Estableza a temperatura en 160 - 170°C.

FROITA BRANDA

	
	Tempo de cocción ata ferver
Fresas / Arandos / Framboesas / Grosellas maduras	35 - 45

FROITA DE ÓSO

		
	Tempo de cocción ata ferver	Continuar cocción a 100°C
Pexegos / Marmelos / Ameixas	35 - 45	10 - 15

VERDURAS

		
	Tempo de cocción ata ferver	Continuar cocción a 100°C
Cenorias	50 - 60	5 - 10
Cogombros	50 - 60	-
Cogombros novos mesturados	50 - 60	5 - 10
Colinabo / Chicharos / Espárragos	50 - 60	15 - 20

Desecar alimentos (Deshidratar) - Aire caliente (Cocción con ventilador)

Cubra as bandexas con papel vexetal ou papel pergamiño.

Para un mellor resultado, deteña o forno mediado o tempo de secado, abra a porta e deixe arrefriar unha noite para completar o secado.

Para 1 bandexa use a terceira guía.

Para 2 bandexas utilice a primeira e a cuarta posición das guías.

VERDURAS

	°C	 (h)
Feixóns	60 - 70	6 - 8
Pementos	60 - 70	5 - 6
Verduras en sopa	60 - 70	5 - 6

	°C	⌚ (h)
Cogomelos	50 - 60	6 - 8
Herbas aromáticas	40 - 50	2 - 3

FROITA
Estableza a temperatura en 60 - 70°C.

	⌚ (h)
Ameixas	8 - 10
Albaricoques	8 - 10
Lamelas de mazá	6 - 8
Peras	6 - 9

Sonda térmica (Sensor de alimentos)

	°C ¹⁾
Vitela asada	75 - 80
Cotobelo de vitela	85 - 90
Rosbif inglés, pouco feito	45 - 50
Rosbif inglés, feito	60 - 65
Rosbif inglés, ben feito	70 - 75
Ombro de porco	80 - 82
Perna de porco	75 - 80
Año	70 - 75
Polo	98
Lebre	70 - 75
Troita / Sargo	65 - 70
Atún / Salmón	65 - 70

1) A temperatura indicada é a temperatura recomendada para a cerna da comida.



701131273-A-272025

