


Thinking of you táblázatok, tippek és receptek
 **Electrolux**

Beépíthető elektromos
sütő

We were thinking of you
when we made this product

<http://www.markabolt.hu>

Tartalomjegyzék

A főzési segéd receptjei	4
Használat, táblázatok és tanácsok	41

A felhasználói kézikönyvben az alábbi szimbólumokat használjuk:



Fontos információk, amelyek személyes biztonságát szolgálják, illetve információk arra vonatkozóan, hogyan előzheti meg a készülék károsodását.



Általános információk és tanácsok



Környezetvédelmi információk

A főzési segéd receptjei



A használt polc, megadott időtartam vagy befejezési idő kijelzésre kerülnek az automata receptek esetén.

A főzési segédben a különböző ételek kategóriákba kerülnek:

- Sertés/borjú
- Marha/vad/bárány
- Szárnyasok
- Hal
- Sütemény
- Pizza/sütemény/kenyér
- Zöldség/hús felfűjtak

A kategóriákon belül található a megfelelő automatikák. Ezekkel az automatikákkal minden étel pontosan elkészül. Teljesen mindegy, hogy a nagymama receptje, vagy szakácskönyvből való.

A kívánt ételek kiválasztása

1. Kapcsolja be a készüléket a Be/Ki gombbal. A főmenüben van.
2. A ∇ , illetve \wedge gombokkal válassza ki a Előre programozott sütés menüpontot, a kívánt kategóriát és a receptet.
3. Mindig az OK gombbal hagyja jóvá.

Súlyautomatika

A sütési idő a súly megadásával automatikusan meghatározásra kerül. A beállítás 0,2 kg-os lépésekben történik.

Ételek a következővel: Súlyautomatika

Sertés roston

Borjú roston

Marhasült

Vad roston

Bárány roston

Csirke egészben

Pulyka egészben

Kacsa egészben

Liba egészben

Programozott receptek

Ezekkel a receptautomatikákkal minden ajánlott étel pontosan elkészül.

A használt polc, megadott időtartam vagy befejezési idő kijelzésre kerül az adott automata recepthez. A szükséges hozzávalók és elkészítési adatok ebben a fűzetben vannak.

Húshőmérős automatika

A sütő kikapcsol ha elérte az előre magadott belső hőmérsékletet.

Az időkijelzőn kiszámításra kerül a program időtartama. Néhány perc múlva kiszámításra és kijelzésre kerül az idő. Az időkijelzőn folyamatosan újra kiszámításra és aktualizálásra kerül a program időtartama.



Figyelem! A hússzonda forró! A dugó és a nyárshegy kihúzásakor égésveszély áll fenn!

Ételek a következővel: Húshőmérős automatika

Sertés karaj

Marha hátszín

Skandináv marhahús

Bárányborda

Báránycomb közepesen

Csontozott szárnyas

Hal egészben

Sertés/borjú

Sertés roston

Beállítások:

Súlyautomatika. A súlytartomány beállítása 1000 és 3000 g között.

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a húst és helyezze hőálló serpenyőbe. Adjon hozzá vizet vagy más folyadékot. Alatta kb. 20-40 mm víz álljon.

Sertés karaj

Beállítások:

Hússzonda automatika, belső hőmérséklet 75 °C.

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a húst, dugja bele a szondát és helyezze hőálló serpenyőbe.

Sertés csülök

Hozzávalók:

- 1 sertéscsülök 0,8-1,2 kg
- 2 evőkanál olaj
- 1 teáskanál só
- Teáskanál édespaprika
- 1/2 teáskanál bazsalikom
- 1 kis doboz szeletelt csiperkegomba konzerv
- Leveszöld
- Víz

Elkészítés:

Körbe vágja be a csülök bőrét. Keverje össze az olajat, sót, paprikát és bazsalikomot és kenje csülökre. Tegye a csülköt egy serpenyőbe és terítse szét rajta a gombát. Adjá hozzá a leveszöldet és a vizet. Alatta kb. 10-15 mm víz álljon.

- Sütési idő: 160 perc
- Polcmagasság: 1

Sertés lapocka

Hozzávalók:

- 1,5 kg fiatal bőrös serlapocka
- Só
- Bors
- 2 evőkanál olívaolaj
- 150 g apróra vágott zeller
- 1 felszeletelt póréhagyma
- 1 doboz aprított paradicsom
- 250 ml tejszín
- 2 hámozott és szétnyomott fokhagymagerezd
- Friss rozmarying és kakukkfű

Elkészítés:

A bőrt egy késsel vagdossa be rombuszalakúan. Sóval, borssal fűszerezze és olívaolajon egy serpenyőben minden oldalról hirtelen pirítsa meg, majd vegye ki. A zellert és a póréhagymát pirítsa meg egy serpenyőben, majd adja hozzá a paradicsomot, tejszínt, fokhagymagerezdeket, mazsolát és kakukkfűvet. Keverje össze és helyezze a lapocka köré. Tegye be a sütőbe.

- Sütési idő: 130 perc
- Polcmagasság: 1

Borjú roston

Beállítások:

Súlyautomatika. A súlytartomány beállítása 1000 és 3000 g között.

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a húst és helyezze hőálló serpenyőbe. Adjon hozzá vizet vagy más folyadékot. Alatta kb. 10-20 mm víz álljon. Fedje le fedővel.

Borjú csülök

Hozzávalók:

- 1 hátsó borjúcsülök 1,5-2 kg
- 4 szelet főtt sonka
- 2 evőkanál olaj
- 1 teáskanál só
- 1 teáskanál édes paprika
- 1/2 teáskanál bazsalikom
- 1 kis doboz szeletelt csiperkegomba konzerv
- Leveszöld
- Víz

Elkészítés:

A borjúcsülköt körbe 8 helyen hosszában vágja be. Vágjon félbe négy szelet főtt sonkát és tegye a bevágásokba. Keverjen össze olajat, sót, paprikát és bazsalikomot és kenje a borjúcsülökre. Tegye a borjúcsülköt egy serpenyőbe és terítse szét rajta a gombát. Adja a borjúcsülökhöz a leveszöldet és a vizet. Alatta kb. 10-15 mm víz álljon.

- Sütési idő: 160 perc
- Polcmagasság: 1

Ossobuco

Hozzávalók/előkészítés:

- 4 evőkanál vaj a pirításhoz
- 4 borjúláb szelet, kb. 3-4 cm vastag (a csonthoz képest keresztbe szeletelve)
- 4 közepes méretű sárgarépa apróra felkockázva
- 4 évelő zellerszár apróra felkockázva
- Hámozzon meg 1 kg érett paradicsomot, vágja félbe és távolítsa el a magjait, majd vágja kockákra
- 1 csomó petrezselymet mosson meg és durván szeleteljen fel
- 4 evőkanál vaj
- 2 evőkanál liszt a forgatáshoz
- 6 evőkanál olívaolaj
- 250 ml fehérbor
- 250 ml húsleves
- Hámozzon meg és vágjon apróra 3 közepes méretű hagymát
- Hámozzon meg 3 fokhagymagerezdet és vágja vékony szeletekre
- Szórjon rá szeletenként ~ teáskanál aprított kakukkfűvet és oregánót
- 2 babérlevél
- 2 szegfűszeg
- Frissen őrölt só, feketebors

Elkészítés:

Olvasszon fel 4 evőkanál vaját egy serpenyőben és dinsztelje meg benne a zöldségeket. Vegye ki a zöldséget a serpenyőből.

Mossa meg a borjúláb szeleteket, törölje szárazra, fűszerezze és forgassa lisztbe. A fölösleges lisztet rázza le. Hevítsse fel az olívaolajat és közepes hőmérsékleten süsse aranybarnára a szeleteket. Vegye ki a húst és öntse ki a maradék olívaolajat a serpenyőből.

A maradék zsiradékra öntsön 250 ml fehérbort, töltsse egy lábosba és főzze kicsit. Öntse fel 250 ml húslevessel, adja hozzá a kakukkfűvet, oregánót és paradicsomkockákat. Fűszerezze sóval és borssal. Ezután ismét forralja fel.

A zöldséget tegye serpenyőbe, helyezze rá a húst és öntse rá a szószt. Fedővel tegye be a sütőbe a serpenyőt.

- Sütési idő: 120 perc
- Polcmagasság: 1

Töltött borjú

Hozzávalók:

- 1 zsömlé
- 1 tojás
- 200 g aprított
- só, bors
- 1 fej hagyma aprítva
- Apróra vágott petrezselyem
- 1 kg borjúszegy (bevágott zsebbel)
- Leveszöld
- 50 g szalonna
- 250 ml víz

Elkészítés:

Mártsa vízbe a zsömléket, majd nyomogassa ki azokat. Ezután keverje össze a tojással, a darált hússal, sóval, borssal, aprított hagymával és petrezselyemmel.

A borjúszegyet (bevágott zsebbel) fűszerezze meg és töltsse bele a húsos keveréket. Varrja be a nyílást.

A borjúszegyet tegye serpenyőbe, adja hozzá a leveszöldet, szalonnát és vizet.

- Sütési idő: 100 perc
- Polcmagasság: 1

Fasírt

Hozzávalók:

- 2 száraz zsömlé
- 1 hagyma
- 3 evőkanál aprított petrezselyem
- 750 g vegyes darált hús
- 2 tojás
- Só, bors és paprika
- Szalonnacsíkok

Elkészítés:

Mártsa vízbe a száraz zsömléket, majd nyomogassa ki azokat. Pucolja meg és vágja apróra, kicsit dinsztelje meg a hagymát és adja hozzá az aprított petrezselyemet.

A darálthúst, tojásokat, a kinyomogatott zsemleket és hagymákat keverje össze. Fűszerezze sóval, borssal, paprikával, majd tegye tepsibe és rakjon rá szalonnacsíkokat. Adjon hozzá kis vizet és tegye be a sütőbe.

- Sütési idő: 70 perc
- Polcmagasság: 1

Marha/vad/bárány

Marha hátszín

Beállítások:

Hússzonda automatika, belső hőmérséklet:

Angolosan 50 °C

Közepesen 65 °C

Átsütve 70 °C

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a húst, dugja bele a szondát és helyezze hőálló serpenyőbe.

Skandináv marhahús

(kicsit pirítva)

Beállítások:

Hússzonda automatika, belső hőmérséklet:

Angolosan 50 °C

Közepesen 65 °C

Átsütve 70 °C

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a húst, dugja bele a szondát és helyezze hőálló serpenyőbe.

Marhasült

Beállítások:

Súlyautomatika. A súlytartomány beállítása 1000 és 3000 g között.

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a húst és helyezze hőálló serpenyőbe. Adjon hozzá vizet vagy más folyadékot. Alatta kb. 10-20 mm víz álljon. Fedje le fedővel.

Marinált marhahús

Pácoláshoz:

- 1 l víz
- 500 ml borecet
- 2 teáskanál só
- 15 szem bors
- 15 borókabogyó
- 5 babérlevél
- 2 csomó leveszöld
Főzze fel a hozzávalókat és hagyja lehűlni.
- 1,5 kg sütnivaló marhahúst öntsön le a páclével úgy hogy elfedje és pácolja 5 napig.

Hozzávalók a sültéhez:

- Só
- Bors
- A páclé leveszöldje

Elkészítés:

Vegye ki a húst a pácléből és törölgesse szárazra. Sóval, borssal fűszerezze, majd egy serpenyőben minden oldalról hirtelen pirítsa meg. Adjon hozzá egy kis leveszöldet a pácléből.

Adja hozzá a páclevet a sültéhez. Alatta kb. 10-15 mm víz álljon. Fedővel tegye be a sütőbe a serpenyőt.

- Sütési idő: 150 perc
- Polcmagasság: 1

Bárányborda

Beállítások:

Hússzonda automatika, belső hőmérséklet 70 °C.

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a húst, dugja bele a szondát és helyezze hőálló serpenyőbe.

Vad roston

Beállítások:

Súlyautomatika. A súlytartomány beállítása 1000 és 3000 g között.

Elkészítés:

Helyezze a húst tűzálló sütőformára és fűszerezze tetszés szerint. Adjon hozzá vizet vagy más folyadékot. Alatta kb. 10-20 mm víz álljon. Fedje le fedővel.

Nyúlhús

Hozzávalók:

- 2 spékelt nyúlgerinc
- 6 borókabogyó (tört)
- Só és bors
- 30 g puha vaj
- 125 ml tejföl
- Leveszöld

Elkészítés:

Dörzsölje be a nyúlgerinceket a tört borókabogyóval, sózza, borsozza és kenje be az olvasztott vajjal.

Tegye a nyúlgerinceket egy serpenyőbe, öntse le tejföllel és adjon hozzá leveszöldet.

- Sütési idő: 35 perc
- Polcmagasság: 1

Mustáros nyúl

Hozzávalók:

- 2 egyenként 800g-os nyúl
- Só és bors
- 2 evőkanál olívaolaj
- 2 durvára vágott hagyma
- 50 g felkockázott szalonna
- 2 evőkanál liszt
- 375 ml csirkehúsleves
- 125 ml fehérbor
- 1 teáskanál friss kakukkfű
- 125 ml tejszín
- 2 evőkanál dijoni mustár

Elkészítés:

Vágja a nyulakat 8 egyforma darabra, sóval borssal fűszerezze és hirtelen pirítsa meg egy serpenyőben.

Vegye ki a nyúldarabokat és pirítsa meg a szalonnát és a hagymát. Szórja meg liszttel és keverje el. Keverje hozzá a csirkehúsleveset, fehér bort és kakukkfűvet majd főzze fel.

Adja hozzá a tejszínt a dijoni mustárt és fedővel tegye a sütőbe.

- Sütési idő: 90 perc
- Polcmagasság: 1

Vaddisznó

Pácoláshoz:

- 1,5 l vörösbor
 - 150 g zellergumó
 - 150g sárgarépa
 - 2 hagyma
 - 5 babérlevél
 - 5 szegfűszeg
 - 2 csomó levestzöld
- Főzze fel a hozzávalókat és hagyja lehűlni.
- 1,5 kg vaddisznósült (lapocka)
- öntson le a páclével úgy hogy elfedje és pácolja 3 napig.

Hozzávalók a sültthöz:

- Só
- Bors
- A páclé levestzöldje
- 1 kis doboz rókaagomba

Elkészítés:

Vegye ki a vaddisznóhúst a pácléből és törölgesse szárazra. Sóval, borssal fűszerezze meg és egy serpenyőben minden oldalról pirítsa meg minden oldalát. Adja hozzá a rókaagombát és egy kevés levestzöldet a pácléből.

Adja hozzá a páclevet a sültthöz. Alatta kb. 10-15 mm víz álljon. Fedővel tegye be a sütőbe a serpenyőt.

- Sütési idő: 140 perc
- Polcmagasság: 1

Bárány roston

Beállítások:

Súlyautomatika. A súlytartomány beállítása 1000 és 3000 g között.

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a húst és helyezze hőálló serpenyőbe. Adjon hozzá vizet vagy más folyadékot. Alatta kb. 10-30 mm víz álljon.

Báránycomb közepesen

Beállítások:

Hússzonda automatika, belső hőmérséklet 70 °C.

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a húst, dugja bele a szondát és helyezze hőálló serpenyőbe.

Báránycsülök

Hozzávalók:

- 2,7 kg báránycomb
- 30 ml olívaolaj
- Só
- Bors
- 3 gerezd fokhagyma
- Egy csokor friss rozmaring (esetleg egy teáskanál őrölt rozmaring)
- Víz

Elkészítés:

Mossa meg, törölje szárazra, majd olívaolajjal dörzsölje be és vágja be a báránycombot. Fűszerezze sóval és borssal. Hámozza meg a fokhagymagerezdeket és vágja vékony szeletekre, majd a rozmaringágakkal együtt tűzdelje a comb bevágásaiba. A báránycombot tegye serpenyőbe és töltsön alá vizet. Alatta kb. 10-15 mm víz álljon.

- Sütési idő: 165 perc
- Polcmagasság: 1

Szárnyasok

Csirke egészben

Beállítások:

Súlyautomatika. A súlytartomány beállítása 900 és 2100 g között.

Elkészítés:

A jércét tegye tűzálló sütőformára és fűszerezze tetszés szerint.

30 perc után fordítsa meg az ételt. Egy utalás jelenik meg.

Pulyka egészben

Beállítások:

Súlyautomatika. A súlytartomány beállítása 1700 és 4700 g között.

Elkészítés:

A pulykát tegye tűzálló sütőformára és fűszerezze tetszés szerint. 30 perc után fordítsa meg az ételt. Egy utalás jelenik meg.

Kacsa egészben

Beállítások:

Súlyautomatika. A súlytartomány beállítása 1500 és 3300 g között.

Elkészítés:

A kacsát tegye tűzálló sütőformára és fűszerezze tetszés szerint. 30 perc után fordítsa meg az ételt. Egy utalás jelenik meg.

Liba egészben

Beállítások:

Súlyautomatika. A súlytartomány beállítása 2300 és 4700 g között.

Elkészítés:

A libát tegye tűzálló sütőformára és fűszerezze tetszés szerint. 30 perc után fordítsa meg az ételt. Egy utalás jelenik meg.

Csontozott szárnyas

Beállítások:

Hússzonda automatika, belső hőmérséklet 75 °C.

Elkészítés:

A pulykamellet (főzés nélkül) tetszés szerint fűszerezze be, dugja bele a szondát és helyezze hőálló serpenyőbe.

Csirke comb

Hozzávalók:

- 4 db. 250 g-os csirkecomb
- 250 g Creme fraiche
- 125 ml tejszín
- 1 teáskanál só
- 1 teáskanál paprika
- 1 teáskanál curry
- 1/2 teáskanál bors
- 250 g darabolt konzerv csiperke gomba
- 20 g liszt

Elkészítés:

A csirkecombokat tisztítsa meg és tegye tepsibe. A maradék hozzávalót keverje össze és tegye a csirkecombokra.

- Sütési idő: 55 perc
- Polcmagasság: 1

Coq au Vin

Hozzávalók/előkészítés:

- 1 jércé
- Só
- Bors
- 1 evőkanál liszt
- 50 g olvasztott vaj
- 500 ml fehérbor
- 500 ml tyúklevés
- 4 evőkanál szójaszósz
- 1/2 csomó petrezselyem
- 1 ág kakukkfű
- 150 g szalonna felkockázva
- Pucoljon meg 250 g vargányát és vágja negyedeekre.
- Hámozzon meg 12 mogyoróhagymát
- Hámozzon meg és nyomjon szét két fokhagymagerezdet

Elkészítés:

Tisztítsa meg a jércét és fűszerezze sóval és borssal, majd szórja be liszttel.

A főzőlapon nagy serpenyőben hevítse fel az olvasztott vajat, és jól süsse meg minden oldalán a jércét. Öntse hozzá és főzze föl a fehérbort, tyúklevest és a szójaszószt.

Adja hozzá a petrezselymet, kakukkfű ágat, mogyoróhagymát, vargányát, a szalonna kockákat és a fokhagymát.

Még egyszer főzze föl és fedővel tegye be a sütőbe.

- Sütési idő: 55 perc
- Polcmagasság: 1

Narancsos sült kacsa

Hozzávalók/előkészítés:

- 1 kacsa (1,6 - 2,0 kg)
- Só
- Bors
- Hámozzon meg és vágjon kockákra 3 narancsot.
- 1/2 teáskanál só
- 2 narancs préseléshez
- 150 ml sherry

Elkészítés:

Tisztítsa meg a kacsát, fűszerezze sóval borssal és kenje be narancshéjjal.

Töltse meg a kacsát a sózott narancskockákkal, majd varrja be. A kacsát háttal felfelé fordítva tegye a tepsibe.

Nyomja ki a narancsokból a levüket, keverje össze a sherryvel és öntse a kacsára.

Tegye be a kacsát a sütőbe, 30 perc elteltével fordítsa meg. Hangjelzés hallható.

- Sütési idő: 90 perc
- Polcmagasság: 1

Töltött csirke

Hozzávalók/előkészítés:

- 1 jérce 1,2 kg (zsigerekkel)
- 1 evőkanál olaj
- 1 teáskanál só
- 1/4 teáskanál paprika
- 50 g zsemleliszt
- 3-4 evőkanál tej
- 1 fej hagyma aprítva
- 1 csomó aprított petrezselyem
- 20 g vaj
- 1 tojás
- Só és bors

Elkészítés:

Mossa meg és szárítsa meg a jércét. Keverje össze az olajat, sót és paprikát és dörzsölje be vele a jércét.

Töltelék: Keverje össze a zsemlelisztet és a tejet. A felaprított hagymát, petrezselymet és vajat párolja meg egy kicsit egy lábosban. A szívet, májat és gyomrot aprítsa fel és adjon hozzá egy tojást. Ezután keverjen össze mindent és fűszerezze sóval és borssal.

A jércét háttal felfelé helyezze tepsibe és tegye a sütőbe. 30 perc elteltével fordítsa meg. Hangjelzés hallható.

- Sütési idő: 90 perc
- Polcmagasság: 1

Hal

Hal egészben

Beállítások:

Hússzonda automatika, belső hőmérséklet 70 °C.

Elkészítés:

Tetszés szerint fűszerezze be a halat, dugja bele a szondát és helyezze hőálló serpenyőbe.

Halfilé

Hozzávalók:

- 600-700 g fogas-, lazac- vagy tavi pisztrángfilé
- 150 g reszelt sajt
- 250 ml tejszín
- 50 g zsemlemorzsa
- 1 teáskanál tárkony
- Apróra vágott petrezselyem
- só, bors
- citrom
- Vaj

Elkészítés:

A halfilékre csöpögtessen citromlevet, pihentesse kicsit, majd a felesleges szaftot törölje le konyhai törlőpapírral. A halfilék mindkét oldalát fűszerezze be sóval és borssal.

Ezután tegye a halfiléket egy vajjal kikent, tűzálló formába.

Keverje össze a tárkonyt, a tejszínt, a reszelt sajtot, a zsemlemorzását és az apróra vágott petrezselymet. A keveréket azonnal terítse szét a halfiléken és tegyen rá kis vajdarabkákat.

- Sütési idő: 35 perc
- Polcmagasság: 3

Tőkehal

Hozzávalók:

- 800 g tőkehal
- 2 evőkanál olívaolaj
- 2 nagy hagyma
- 6 hámozott fokhagymagerezd
- 2 szál póréhagyma
- 6 piros paprika
- 1/2 doboz aprított paradicsom
- 200 ml fehérbor
- 200 ml hal lé
- Bors, só, kakukkfű, oregánó

Elkészítés:

Áztassa éjszaka a tőkehalat. A következő napon csöpögtesse le a tőkehalat és tegye egy friss vízzel teli lábosba. Főzze meg. Vegye le a tűzről és hagyja kihűlni. Hevítsen fel olívaolajat egy serpenyőben. Hámozza meg a hagymákat és vágja vékony szeletekre. A meghámozott fokhagymagerezdeket nyomja szét, a póréhagymát vágja szeletekre és mossa meg. Együtt rakja be a forró zsírba és pirítsa rövid ideig. Magozza ki és vágja csíkokra a paprikát. Ezután tegye be a serpenyőbe a feldarabolt paradicsommal együtt.

Főzze kicsit a fehér bort és a hallevet. Borssal, sóval, szerecsendióval és oregánóval fűszerezze meg és főzze 15 percig a serpenyőben.

A kihűlt tőkehalat vegye ki az edényből és konyhai papírtörlővel törölje szárazra. Távolítsa el a bőrét, a szálkákat és az összes uszonyt. Darabolja fel a halat és a zöldséggel összekeverve fektesse tűzálló táliba.

- Sütési idő: 30 perc
- Polcmagasság: 1

Sóban sült hal

Hozzávalók:

- Egy egész hal, kb. 1,5-2 kg
- 2 kezeletlen citrom
- 1 édeskömény gumó
- 4 friss kakukkfű ág
- 3 kg kósó

Elkészítés:

Tisztítsa meg a halat és dörzsölje be két kezeletlen citrom levével.

Az édesköményt vágja karikákra és a kakukkfű ágakkal együtt töltsse a halba. A kósó felét tegye egy sütőformába és fektesse rá a halat.

A maradék kósót tegye a halra és jól nyomja le.

- Sütési idő: 55 perc
- Polcmagasság: 1

Töltött tintahal

Hozzávalók:

- 1 kg közepes méterű tisztított tintahal
- 1 nagy hagyma
- 2 evőkanál olívaolaj
- 90 g hosszú szemű rizs
- 4 evőkanál fenyőmag
- 4 evőkanál fekete szemű mazsola (mazsola)
- 2 evőkanál aprított petrezselyem
- só, bors
- 1 citrom leve
- 4 evőkanál olívaolaj
- 150 ml bor
- 500 ml paradicsomlé

Elkészítés:

A tintahalat erősen dörzsölje be sóval, majd mossa le folyó víz alatt.

Pucolja meg, vágja apróra és két evőkanál olívaolajon dinsztelje üvegesre a hagymát. A hosszúszemű rizst, a fenyőmagot, a fekete szemű mazsolát és az aprított petrezselymet adja a hagymához és fűszerezze sóval, borssal és egy citrom levével.

Töltsse meg lazán a tintahalat a töltelékkel és varja be a nyílást.

Tegyen négy evőkanál olívaolajat egy serpenyőbe és pirítsa meg erős tűzön.

Adja hozzá a bort és a paradicsomlevet. Fedővel tegye be a sütőbe a serpenyőt.

- Sütési idő: 60 perc
- Polcmagasság: 1

Párolt hal

Hozzávalók:

- 400 g burgonya
- 2 csomó újhagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 1 kis doboz aprított paradicsom
- 4 szelet lazacfilé
- 1 citrom leve
- Só és bors
- 75 ml zöldségleves
- 50 ml fehérbor
- 1 friss rozmaring ág
- 1/2 csomó friss kakukkfű

Elkészítés:

Mossa meg, hámozza meg a burgonyát, vágja negyedekre és 25 percig főzze sós vízben, majd vágja szeletekre.

Mossa meg az újhagymát és vágja vékony szeletekre. Hámozza meg darabolja fel a fokhagymát. A hagymát és fokhagymát keverje össze a feldarabolt paradicsommal.

Csőpögtesse a lazacszeletekre a citrom levét és hagyja egy kicsit állni.

Törölgesse le és fűszerezze sóval, borssal.

Keverje össze a zöldséget és a burgonyát, helyezze egy kizsirozott tűzálló tálba, fűszerezze, és adja hozzá a lazacot.

Locsolja le a zöldséglevessel és fehér borral. Szórja rá a rozmaringot és a kakukkfűvet.

- Sütési idő: 30 perc
- Polcmagasság: 3

Hagymás burgonya

Hozzávalók:

- 8-10 szem burgonya
- 2 hagyma
- 125 g ringli filé
- 300 ml tejszín
- 2 evőkanál panírozó liszt
- Bors
- Friss aprított kakukkfű
- 2 evőkanál vaj

Elkészítés:

Mossa meg, hámozza meg a burgonyát és vágja vékony csíkokra. Hámozza meg és vágja csíkokra a hagymákat.

Kenjen ki vajjal egy tűzálló felfűjthoz való sütőformát. A burgonya és hagyma harmadát tegye a sütőformába. Erre tegye a ringli filé felét és fedje be a második harmad hagymával és burgonyával. Tegye rá a ringli filé maradékát. Erre tegye a hagyma és burgonya maradékát. Legfölül a krumppli legyen.

Szórjon rá borsot és aprított kakukkfűvet. A ringli sós levét öntse a felfűjtra és adja hozzá a tejszínt. Szórja rá a lisztet és tegyen rá néhány kisebb vajdarabkát.

- Sütési idő: 60 perc
- Polcmagasság: 3

Sütemény

Citromtorta

A tésztához:

- 250 g vaj
- 200 g cukor
- 1 csomag vaníliacukor
- 1 csipet só
- 4 tojás
- 150 g liszt
- 150 g keményítő
- 1 csapott teáskanál sütőpor
- 2 citrom lereszelt héja

Az öntethez:

- 125 ml citromlé
- 100 g porcukor

Egyéb:

- Fekete 30 cm hosszú sütőforma
- Margarin a kizsírózáshoz
- Zsemlemorzsa a megszóráshoz

Elkészítés:

Keverje habosra a vaját, cukrot, citromhéjat és sót egy keverőedényben.

Adja hozzá egyenként a tojásokat és még egyszer keverje habosra.

A liszttel és keményítővel elkevert sütőport adja a habos masszához és keverje össze.

Tegye a tésztát a kizsírozott és megszórt sütőformába, simítsa el és rakja be a sütőbe.

Sütés után keverjen össze citromlevet porcukrot. A megsült tortát borítsa egy alufóliára.

Az alufóliát a torta széleinél hajtsa fel úgy, hogy ne folyhasson ki öntet. A tortát szűrje át egy fapálcikával és ecsettel kenje rá az öntetet.

Ezután pihentesse kicsit a tortát.

- Sütési idő: 75 perc
- Polcmagasság: 1

Svéd torta

Hozzávalók:

- 5 tojás
- 340 g cukor
- 100 g olvasztott vaj
- 360 g liszt
- 1 csomag sütőpor
- 1 csomag vaníliacukor
- 1 csipet só
- 200 ml hideg víz

Egyéb:

Kerek, 28 cm-es rugós sütőforma, Sütőforma sütőpapírral kibéelve

Elkészítés:

A cukrot, tojásokat, vaníliacukrot és sót tegye keverőtálba és 5 perc alatt keverje habosra. Ezután adja hozzá és keverje bele az olvasztott vaját.

A liszttel elkevert sütőport adja a habos masszához és keverje össze.

Végül adja hozzá a hideg vizet és jól keverje el. Tegye a tésztát a sütőformába, simítsa el és rakja be a sütőbe.

- Sütési idő: 55 perc
- Polcmagasság: 1

Teasütemény

Hozzávalók:

- 4 tojás
- 2 evőkanál forró víz
- 50 g cukor
- 1 csomag vaníliacukor
- 1 csipet só
- 100 g cukor
- 100 g liszt
- 100 g keményítő
- 2 csapott teáskanál sütőpor

Egyéb:

- Kerek, 28 cm-es rugós sütőforma,
- A forma aljába sütőpapír

Elkészítés:

Válassza szét a tojást. A tojássárgáját a forró vízzel, 50 g cukorral, a vaníliacukorral és sóval Keverje habosra. A tojásfehérjét 100 g cukorral verje keményre.

Szitálja át a lisztet a keményítőt és a sütőport.

A tojássárgáját óvatosan keverje össze a fehérjével. Óvatosan keverje hozzá a lisztkeveréket. Tegye a tésztát a sütőformába, simítsa el és rakja be a sütőbe.

- Sütési idő: 30 perc
- Polcmagasság: 3

Túrótorta

A tésztához:

- 150 g liszt
- 70 g cukor
- 1 csomag vaníliacukor
- 1 tojás
- 70 g puha vaj

A sajtkrémhez:

- 3 tojásfehérje
- 50 g mazsola
- 2 evőkanál rum
- 750 g sovány túró
- 3 tojássárgája
- 200 g cukor
- 1 citrom leve
- 200 g Crème Fraîche
- 1 csomag vanília ízű pudingpor

Egyéb:

- 26 cm átmérőjű fekete rugós sütőforma, kizsírozva

Elkészítés:

A lisztet szitálja egy edénybe. A maradék hozzávalókat keverje bele és kézi mixerrel készítsen tésztát. Ezután tegye be a tésztát 2 órára a hűtőszekrénybe. A tészta kb. kétharmadával borítsa be rugós sütőforma alját és több helyen szűrje meg villával.

A maradék tésztából formázzon egy 3 cm magas szegélyt.

A tojásfehérjéket kézimixerrel verje kemény habbá. Mossa meg és csöpögtesse meg a mazsolát, csöpögtesse rá a rumot, és hagyja, hogy magába szívja.

A sovány túró, tojássárgáját, cukrot, citromlevet, Crème Fraîche-t és a pudingport tegye keverőtálba és jól keverje össze.

Végül a tojásfehérjét és mazsolát óvatosan keverje a túros masszához.

- Sütési idő: 85 perc
- Polcmagasság: 1

Gyümölcskenyér

Hozzávalók:

- 200 g vaj
- 200 g cukor
- 1 csomag vaníliacukor
- 1 csipet só
- 3 tojás
- 300 g liszt
- 1/2 csomag sütőpor
- 125 g fekete szemű mazsola
- 125 g mazsola
- 60 g aprított mandula
- 60 g cukrozott citrom- vagy narancshéj
- 60 g aprított kandírozott cseresznye
- 70 g egész hámozott mandula

Egyéb:

- 24 cm átmérőjű fekete rugós sütőforma
- Margarin a kizsírozáshoz
- Zsemlemorzsa a megszóráshoz

Elkészítés:

Keverje habosra a vajat, cukrot, vaníliacukrot és sót egy keverőedényben. Adja hozzá egyenként a tojásokat és még egyszer keverje habosra. A liszttel elkevert sütőport adja a habos masszához és keverje össze.

A gyümölcsöket is keverje a masszába. Tegye a tésztát az előkészített formába úgy, hogy a széleken a tésztát kicsit följebb húzza mint középen. A szegélyt és a torta közepét díszítse a hámozott mandulákkal. Tegye be a tortát a sütőbe.

- Sütési idő: 100 perc
- Polcmagasság: 1

Streusel torta

A tésztához:

- 375 g liszt
- 20 g élesztő
- 150 ml langyos tej
- 60 g cukor
- 1 csipet só
- 2 tojássárgája
- 75 g puha vaj

A prézlihez:

- 200 g cukor
- 200 g vaj
- 1 teáskanál fahéj
- 350 g liszt
- 50 g reszelt mogyoró
- 30 g folyékony vaj

Elkészítés:

A lisztet szitálja bele egy keverőtálba és a közepébe csináljon egy mélyedést. Törje össze az élesztőt, tegye a mélyedésbe és a tejjel és a liszt egy részével keverje össze, szórja meg liszttel és helyezze meleg helyre. Hagyja kelni addig, míg a kovászra szórt liszt kicsit szakadóssá válik.

Adja a cukrot, a tojássárgáját, vajat és sót a liszt széléhez.

A hozzávalókból gyúrjon nyújtható kelt tésztát.

Egy meleg helyen addig kelessze a tésztát, amíg kétszeresére nem kel. Nyújtsa ki a tésztát, helyezze rá a kikent sütőlapra és hagyja még egyszer megkelni.

Keverje össze a cukrot, vajat és fahéjat egy keverőedényben.

Adja hozzá a lisztet és a mogyorókat és gyúrja addig, míg morzsás lesz. Kenje a vajat a megkelt tésztára és a morzsát ossza el rajta egyenletesen.

- Sütési idő: 35 perc
- Polcmagasság: 3

Vajas sütemények

Hozzávalók:

- 750 g liszt
- 30 g élesztő
- 400 ml langyos tej
- 10 g cukor
- 15 g só
- 1 tojás
- 100 g puha vaj

Elkészítése a következőkkel:

- 1 tojássárgája
- kevés tej

Elkészítés:

A lisztet szitálja bele egy keverőtálba és a közepébe csináljon egy mélyedést. Törje össze az élesztőt, tegye a mélyedésbe és a tejjel és a cukor és liszt egy részével keverje össze, szórja meg liszttel és helyezze meleg helyre. Hagyja kelni addig, míg a kovászra szórt liszt kicsit szakadóssá válik.

A maradék cukrot, sót és vajat adja a liszt széléhez. A hozzávalókból gyúrjon nyújtható kelt tésztát.

Egy meleg helyen addig kelessze a tésztát, amíg kétszeresére nem kel. Ezután válassza szét három egyenlő súlyú darabra és nyújtsa "kötéllé". A három "kötélből" fonjon copfot.

Kelessze meg még egyszer egy fél óráig lefedve. A copf felületét egy tojássárgájából és tejből kevert masszával kenje be és tegye a sütőbe.

- Sütési idő: 50 perc
- Polcmagasság: 3

Keltészta

A tésztához:

- 650 g liszt
- 20 g élesztő
- 200 ml langyos tej
- 40 g cukor
- Só
- 5 tojássárgája
- 200 g puha vaj

A töltelékhez:

- 250 g aprított dió
- 20 g zsemlemorzsa
- 1 teáskanál őrölt gyömbér
- 50 ml tej
- 60 g méz
- 30 g folyékony vaj
- 20 ml rum

Elkészítése a következőkkel:

- 1 tojássárgája
- kevés tej
- 50 g gyalult mandula

Elkészítés:

A lisztet szitálja bele egy keverőtálba és a közepébe csináljon egy mélyedést. Törje össze az élesztőt, tegye a mélyedésbe és a tejjel és a cukor és liszt egy részével keverje össze, szórja meg liszttel és helyezze meleg helyre. Hagyja kelni addig, míg a kovászra szórt liszt kicsit szakadóssá válik.

A maradék cukrot adja a liszt széléhez. A hozzávalókból gyúrjon nyújtható kelt tésztát. Egy meleg helyen addig kelessze a tésztát, amíg kétszeresére nem kel. A töltelékhez keverje össze az összes hozzávalót. A tésztát válassza szét három egyforma részre és azokat nyújtsa ki hosszúkás négyzetekké. Minden négyzetekre helyezzen egyharmadnyi töltelékét és sodorja össze a tésztalapokat.

A három tésztadarabból fonjon copfot. A copf felületét egy tojássárgájából és tejből kevert masszával kenje be és szórja meg gyalult mandulával.

- Sütési idő: 55 perc
- Polcmagasság: 3

Forma torta

Hozzávalók:

- 500 g liszt
- 1 csomag élesztőpor
- 80 g porcukor
- 150 g vaj
- 3 tojás
- 2 csapott teáskanál só
- 150 ml langyos tej
- 70 g mazsola (1 órára 20 ml cseresznyepálinkába áztatva)

Elkészítése a következőkkel:

- 50 g egész hámozott mandula

Elkészítés:

Tegyen lisztet, élesztőport, vajat, tojásokat, sót és tejet egy keverőtálba és gyúrja nyújtható tésztává. Tegye be a tésztát lefedve 1 órára a tálba és kelessze.

A beáztatott mazsolákat kézzel gyúrja bele a tésztába.

A mandulákat egyenként tegye a kizsírozott és belisztezett kuglóf sütőforma mélyedéseibe. Ezután formázza a tésztát "hurkává" és lefedve hagyja még egyszer 45 percig kelni.

- Sütési idő: 60 perc
- Polcmagasság: 1

Bríos

A tésztához:

- 350 g liszt
- 1 csomag élesztőpor
- 75 g cukor
- 100 g vaj
- 5 tojássárgája
- 1/2 teáskanál só
- 1 csomag vaníliacukor
- 125 ml meleg tej

Sütés után:

- 375 ml víz
- 200 g cukor
- 100 ml szilvapálinka vagy 100 ml narancslikőr

Elkészítés:

Tegyen lisztet, élesztőport, cukrot, vajat, tojássárgáját, sót, vaníliacukrot és tejet egy keverőtálba és gyúrja nyújtható tésztává. Tegye be a tésztát lefedve 1 órára a tálba és kelessze. Ezután a tésztát tegye kizsírozott kuglófformába és hagyja lefedve még egyszer 45 percig kelni.

- Sütési idő: 35 perc
- Polcmagasság: 1

Sütés után:

Főzze fel a vizet és a cukrot és hagyja lehűlni.

Adja a cukros vízhez a szilvapálinkát vagy narancslikőrt és jól keverje el.

A kihűlt sütit szurkálja meg papálcikával és a keverékkel egyenletesen jól itassa át.

Csokoládés sütemények

Hozzávalók:

- 250 g enyhén keserű csokoládé
- 250 g vaj
- 375 g cukor
- 2 csomag vaníliacukor
- 1 csipet só
- 5 evőkanál víz
- 5 tojás
- 375 g dióbél
- 250 g liszt
- 1 teáskanál sütőpor

Elkészítés:

Szeletelje durvára és forró vizes fürdőben olvassza fel a csokoládét.

Keverje habosra a vaját, a cukrot, a vaníliacukrot, a sót és a vizet, majd adja hozzá a tojást és felolvasztott csokoládét. A dióbelet durvára aprítsa fel, keverje el a liszttel és a sütőporral és adja a csokis masszához.

Egy mély sütőtepsit béleljen ki sütőpapírral, öntse bele és simítsa el a tésztát.

- Sütési idő: 50 perc
- Polcmagasság: 3

Sütés után:

Hagyja kihűlni a tortalapot, távolítsa el a sütőpapírt és vágja négyzetekre.

Muffin

Hozzávalók:

- 150 g vaj
- 150 g cukor
- 1 csomag vaníliacukor
- 1 csipet só
- 1 kezeletlen citrom héja
- 2 tojás
- 50 ml tej
- 25 g étkezési keményítő
- 225 g liszt
- 10 g sütőpor
- 1 üveg édesmeggy (375g)
- 25 g csokoládélapocska

Egyéb:

- Kb. 7 cm átmérőjű papírformák

Elkészítés:

Keverje habosra a vaját, cukrot, sót, a kezeletlen citromhéjat egy keverőedényben. Adja hozzá a tojásokat és ismét keverje habosra.

Az étkezési keményítőt, lisztet és sütőport keverje össze és a tejjel keverje a masszához.

Az édesmeggyet csöpögtesse le és a csokoládélapokkal együtt keverje a tésztába.

Töltse a tésztát a papírformákba, a formákat állítsa egy sütőlapra és tegye be a sütőbe.

- Sütési idő: 35 perc
- Polcmagasság: 3

Édes tészta

Hozzávalók:

- 2 adag eredeti svájci leveles tészta (négyzetgletesre kinyújtva)
- 50 g őrölt mogyoró
- 1,2 kg alma
- 3 tojás
- 300 ml tejszín
- 70 g cukor

Elkészítés:

Tegye a tésztát egy jól kizsírított sütőformába és kenje be szorosan villával.

Ossza el egyenletesen a mogyorót a tésztán. Hámozza meg az almákat, távolítsa el a magházukat és vágja őket 12 gerezdre. Ossza el a gerezdeket egyenletesen a tésztán.

Keverje össze az öntethez a tojásokat, a tejszínt, a cukrot és a vaníliacukrot majd öntse az almákra.

- Sütési idő: 45 perc
- Polcmagasság: 1

Répatorta

A tésztához:

- 150 ml napraforgóolaj
- 100 g barnacukor
- 2 tojás
- 75 g szirup
- 175 g liszt
- 1 teáskanál fahéj
- 1/2 teáskanál őrölt gyömbér
- 1 teáskanál sütőpor
- 200 g finomra reszelt répa
- 75 g damaszkuszi mazsola
- 25 g reszelt kókuszból

A bevonathoz:

- 50g vaj
- 150 g friss sajt
- 40 g tarka porcukor
- őrölt mogyoró

Egyéb:

- 22 cm átmérőjű kerek sütőforma, kizsírözva

Elkészítés:

Keverje habosra a napraforgóolajat, barnacukrot, tojásokat és a szirupot. A tészta maradék hozzávalóit óvatosan keverje a masszába.

Tegye a kikent sütőformába a tésztát.

- Sütési idő: 55 perc
- Polcmagasság: 3

Sütés után:

A vajat, friss sajtot és színes porcukrot (szükség szerint egy kis tejjel keverje kenhetőre).

Kenje a kihűlt tortára és a tetejét szórja meg őrölt mogyoróval.

Mandulás sütemény

A tésztához:

- 5 tojás
- 200 g cukor
- 100 g marcipán
- 200 ml olívaolaj
- 450 g liszt
- 1 evőkanál fahéj
- 1 csomag sütőpor
- 50 g aprított pisztácia
- 125 g őrölt fehér mandula
- 300 ml tej

A bevonathoz:

- 200 g sárgabaracklekvár
- 5 evőkanál porcukor
- 1 teáskanál fahéj
- 2 evőkanál meleg víz
- Gyalult mandula

Egyéb:

- 28 cm-es rugós sütőforma

Elkészítés:

5 Perc alatt keverje habosra a tojásokat a cukrot és marcipánt, majd lassan adja a masszához az olívaolajat.

A lisztet, fahéjat és sütőport szitálja át, majd keverje a liszthez az aprított pisztáciát és az őrölt mandulát. Ezután a tejjel együtt óvatosan keverje a tojásos masszához.

Helyezze a rugós formába, melynek aljára előzőleg zsemlemorzsát szórt.

- Sütési idő: 70 perc
- Polcmagasság: 3

Sütés után:

Főzzön fel sárgabaracklekvárt, és egy ecsettel kenje a tortára, majd hagyja kihűlni.

A porcukrot, fahéjat és meleg vizet keverje össze és vonja be vele a tortát. A gyalult mandulákat azonnal szórja a mázzal bevont tortára.

Gyümölcstorta

A tésztához:

- 200 g liszt
- 1 csipet só
- 125 g vaj
- 1 tojás
- 50 g cukor
- 50 ml hideg víz

A töltelékhez:

- Idénygyümölcsök évszak szerint (alma, őszibarack, meggy stb.)
- 90 g őrölt mandula
- 2 tojás
- 100 g cukor
- 90 g puha vaj

Egyéb:

- 28 cm átmérőjű lepényforma, kizsírozva

Elkészítés:

A lisztet szitálja bele egy keverőtálba, a sót és a felaprított vajat keverje hozzá. Ezután adja hozzá a tojást, a cukrot és a hideg és gyúrjon belőle tésztát.

Tegye be a tésztát 2 órára a hűtőszekrénybe.

A lehűlt tésztát nyújtsa ki, tegye a kikent lepényformába és szűrje meg villával.

Tisztítsa meg a gyümölcsöket és apró darabokban vagy szeletekben helyezze a tésztára. Az őrölt mandulát, tojásokat, cukrot és olvasztott vajat keverje habosra egy tálban. Ezután adja a gyümölcshöz és simítsa el.

- Sütési idő: 50 perc
- Polcmagasság: 1

Pizza/sütemény/kenyér

Pizza

A tésztához:

- 14 g élesztő
- 200 ml langyos víz
- 300 g liszt
- 3 g só
- 1 evőkanál olaj

A bevonathoz:

- ~ kis doboz aprított paradicsomkonzerv
- 200 g reszelt ementáli sajt
- 100 g szalámi
- 100 g főtt sonka
- 150 g konzerv csiperkegomba
- 150 g feta sajt
- Oregánó

Egyéb:

- Lapos sütőforma, kizsírozva

Elkészítés:

Tördelje tálba az élesztőt, és oldja fel langyos vízben. Öntse rá a lisztet a hozzákevert sóval és olajjal. Addig gyúrja a hozzávalókat, míg nyújtható kelt tészta nem lesz belőle, amelyik leválik az edény széléről. Ezután egy meleg helyen addig kelessze a tésztát, amíg kétszeresére nem kel. Nyújtsa ki a tésztát, helyezze rá a kikent sütőlapra és szurkálja meg villával. A hozzávalókat a megadott sorrendben tegye a tésztára.

- Sütési idő: 25 perc
- Polcmagasság: 1

Hagymakarikás tészta

A tésztához:

- 300 g liszt
- 20 g élesztő
- 125 ml langyos tej
- 1 tojás
- 50 g vaj

A bevonathoz:

- 750 g hagyma
- 250 g szalonna
- 3 tojás
- 250 g Creme fraiche
- 125 ml tej
- 1 teáskanál só
- 1/2 teáskanál őrölt bors

Elkészítés:

A lisztet szitálja bele egy keverőtálba és a közepébe csináljon egy mélyedést. Az élesztőt morzsolja szét, tegye a mélyedésbe és langyos tejjel és egy kis liszttel a peremtől befelé keverje el. Szórja meg liszttel és egy meleg helyen addig kelessze a tésztát, míg a kovászra szórt liszt kicsit szakadóssá válik. A tojást és vajat adja a liszt széléhez. A hozzávalókból gyúrjon nyújtható kelt tésztát.

Egy meleg helyen addig kelessze a tésztát, amíg kétszeresére nem kel. Közben hámozza meg és vágja negyedekre, majd vékony szeletekre a hagymát. Kockázza fel a szalonnát, a hagymával együtt dinsztelje üvegesre és hagyja kihűlni.

Nyújtsa ki a tésztát, helyezze rá a kikent sütőlapra, szűrje meg az alját és a széleit pedig nyomja a teps falára. Hagyja még egyszer kelni.

Keverje össze a tojásokat a Creme fraiche-t, tejet, sót és borsot. Adja hozzá a kihűlt hagymát és szalonnát. Keverjen össze mindent, terítse a tésztára és simítsa el.

- Sütési idő: 45 perc
- Polcmagasság: 1

Quiche Lorraine

A tésztához:

- 200 g liszt
- 2 tojás
- 100 g vaj
- 1/2 teáskanál só
- egy kis bors
- 1 csipet só szerecsendió

A bevonathoz:

- 150 g reszelt sajt
- 200 g főtt sonka vagy sovány szalonna
- 2 tojás
- 250 g tejföl
- Só, bors és szerecsendió

Egyéb:

- 28 cm átmérőjű feketelemezzel sütőforma, kizsírva

Elkészítés:

Tegyen lisztet, vajat, tojásokat és fűszereket egy keverőtálba és gyúrja nyújtható tésztává. Tegye be a tésztát egy órára a hűvösre.

Ezután nyújtsa ki, és tegye a kikent formába a tésztát. Villával szurkálja meg. Ossa el a szalonnát a tésztán.

Keverje össze az öntetbe a tojásokat, a tejfölt és a fűszereket. Utána keverje bele a sajtot.

Öntse az öntetet a szalonnára.

- Sütési idő: 45 perc
- Polcmagasság: 1

Juhsajtos aprósütemény

A tésztához:

- 125 g liszt
- 60 ml olívaolaj
- 1 csipet só
- 3-4 evőkanál hideg víz

A bevonathoz:

- 1 evőkanál olívaolaj
- 2 hagyma
- Só és bors
- 1 teáskanál aprított kakukkfű
- 125 g ricotta
- 100 g kecskesajt
- 2 evőkanál olíva
- 1 tojás
- 60 ml tejszín

Egyéb:

- 28 cm átmérőjű feketelemezzel sütőforma, kizsírva

Elkészítés:

A lisztet, olívaolajat és sőt tegye keverőedénybe és keverje míg morzsás lesz. Adjon hozzá vizet és gyúrja tésztává. Tegye be a tésztát egy órára a hűvösre.

Ezután nyújtsa ki, és tegye a kikent formába a tésztát. Villával szurkálja meg.

1 evőkanál olívaolajat töltsön egy edénybe. Hámozza meg a hagymákat, vágja vékony szeletekre és dinsztelje olajban lefedve kb. 30 percig. Fűszerezze sóval és borssal és egy 1/2 teáskanál kakukkfűvel.

Kicsit hagyja kihűlni a hagymát majd ossza el a tésztán.

Terítse el ricottát és a kecskesajtot és adja hozzá az olívaolajot. Szórjon rá 1 teáskanál aprított kakukkfűvel.

Az öntetbe a tojásokat és a tejszínt keverje össze. Öntse az öntetet a tésztára.

- Sütési idő: 45 perc
- Polcmagasság: 1

Sajtos linzer

Hozzávalók:

- 1,5 adag eredeti svájci leveles tészta (négyzetletesre kinyújtva)
- 500 g reszelt ementáli sajt
- 200 ml tejszín
- 100 ml tej
- 4 tojás
- Só, bors és szerecsendió

Elkészítés:

Tegye a tésztát egy jól kizsírított sütőformába. A tésztát egy villával sűrűn szurkálja meg.

Ossza el az ementáli sajtot egyenletesen a tésztán.

A tejszínt, tejet és tojásokat keverje el és ízesítse sóval, borssal és szerecsendióval. Még egyszer jól keverje össze és öntse a sajtra.

- Sütési idő: 40 perc
- Polcmagasság: 1

Sajtos rakott tészta

Hozzávalók:

- 400 g feta sajt
- 2 tojás
- 3 evőkanál aprított sima petrezselyem
- fekete bors
- 80 ml olívaolaj
- 375 g Filot-tészta

Elkészítés:

A fetát, tojásokat, petrezselymet és borsot keverje össze egymással.

A tésztát fedje be nedves kendővel, hogy ne száradjon ki. Mindig 4 levelet rakjon egymásra és közben mindegyiket kicsit kenje be olajjal.

Vágja négy egyenként kb. 7 cm-es csíkra. Mindegyik csík sarkára tegyen 2 evőkanálnyi fetakeveréket és átlósan hajtsa össze háromszögformára.

Megfordítva helyezze sütőformára és kenje be olajjal.

- Sütési idő: 25 perc
- Polcmagasság: 3

Fehér kenyér

A tésztához:

- 1000 g liszt
- 1 kocka friss élesztő vagy 2 csomag szárazélesztő
- 650 ml tej
- 15 g só

Egyéb:

- Bezsírozott vagy sütőpapírral bevont tepsi.

Elkészítés:

Tegyen lisztet és sót egy nagy tálba. Oldja fel az élesztőt langyos tejben, és öntse bele a lisztbe. A hozzávalókból gyúrjon nyújtható tésztát.

A liszt minőségétől függően lehet, hogy valamivel több tejjre lesz szükség ahhoz, hogy nyújtható tésztát kapjon.

Kelessze kétszeresre a tésztát.

Felezze el a tésztát, formázza hosszúkás kenyérré és tegye a bekent, vagy zsírpapírral bevont sütőlapra.

Kelessze meg még egyszer, másfélszeresre a kenyereket.

Sütés előtt szórjon RÁ egy kis lisztet és egy éles késsel ejtsen raja 3-4 átlós, legalább 1 cm mély vágást.

- Víz hozzáadása a víztartályon át: 300 ml
- Sütési idő: 55 perc
- Polcmagasság: 1

Parasztkenyér

Hozzávalók:

- 500 g búzaliszt
- 250 g rozsliszt
- 15 g só
- 1 csomag élesztőpor
- 250 ml víz
- 250 ml tej
- 15 g só

Egyéb:

- Bezsírozott vagy sütőpapírral bevont tepsi.

Elkészítés:

A búzalisztet, rozslisztet, sót és élesztőport tegye egy nagy tálba. Keverje össze a vizet, tejet, a sót és adja a liszthez. A hozzávalókból gyúrjon nyújtható tésztát.

Kelessze kétszeresre a tésztát.

A tésztát formázza hosszúkás kenyérré és tegye a bekent, vagy zsírpapírral bevont sütőlapra.

Kelessze meg még egyszer, másfélszeresre a kenyeret.

Sütés előtt kicsit szórja be liszttel.

- Víz hozzáadása a víztartályon át: 300 ml
- Sütési idő: 60 perc
- Polcmagasság: 1

Oroszkrém torta

A tésztához:

- 250 g tönkölybúza liszt
- 250 g vaj
- 250 g sovány túró
- Só

A töltelékhez:

- 1 fej káposzta
- 50 g szalonna
- 2 evőkanál olvasztott vaj
- Só, bors és szerecsendió
- 3 evőkanál tejföl
- 2 tojás

Egyéb:

- Sütőpapírral bevont tepsi

Elkészítés:

A tönkölybúza lisztet, vaját, sovány túró és kevés sót gyúrja tésztává és tegye hűvös helyre.

Vágja csikokra a káposztát. Kockázza fel a szalonnát és süsse ki olvasztott vajon. Adja hozzá és enyhén dinsztelje meg a káposztát. Fűszerezze sóval és borssal és kakukkfűvel, majd adja hozzá a tejszínt.

Dinsztelje tovább, míg elpárolog az összes folyadék.

Főzze meg a tojásokat, majd kockázza fel, keverje a káposztához és hagyja kihűlni.

Nyújtsa ki a tésztát és vágjon ki belőle 8 cm átmérőjű köröket.

Tegyen mindegyik kör közepébe egy kis töltelékét és hajtsa össze. Villával nyomogassa le a széleiket.

A pirógokat tegye sütőpapírral bevont tepsibe és kenje be tojássárgájával.

- Sütési idő: 20 perc
- Polcmagasság: 3

Zöldség/hús felfújtak

Lasagne

A húsmártáshoz:

- 100 g átmosott húsos szalonna
- 1 hagyma
- 1 répa
- 100 g zeller
- 2 evőkanál olívaolaj
- 400 g vegyes darált hús
- 100 ml húsleves
- 1 kis doboz aprított paradicsomkonzerv (400 g)
- Oregánó, kakukkfű, só és bors

A besamel mártáshoz:

- 75 g vaj
- 50 g liszt
- 500 ml tej
- Só, bors és szerecsendió

Elkészítése a következőkkel:

- 3 evőkanál vaj
- 250 g zöld lasagnelevél
- 50 g reszelt parmezán sajt
- 50 g reszelt ementáli sajt

Elkészítés:

Éles késsel válassza le a szalonnáról a bőrt és a porcot, és vágja apró kockára. Pucolja meg a hagymát, a répát és a zellert, és vágja az összes zöldséget apró kockára.

Serpenyőben hevítse fel az olajat, és süssse meg a szalonnát és kevergetve a zöldséget.

Adja hozzá a darálthúst, folyamatos kevergetés közben süssse kérgesre, és öntse rá a húslevest. Paradicsomvelővel, fűszernövényekkel, sóval és borssal fűszerezze a húragut, majd fedje le és alacsony hőmérsékleten párolja mintegy 30 percig.

Közben készítse el a besamel mártást: a fazékban olvassza fel a vajat, szórja rá a lisztet, és folyamatosan kevergetve főzze aranybarnára. Folyamatosan kevergetve több adagban öntse hozzá a tejet.

Sóval, borssal és szerecsendióval fűszerezze meg a mártást, és kb. 10 percig lefedés nélkül főzze lassú tűzön.

1 evőkanál vajjal kenjen ki egy nagy, téglalap alakú sütőformát. Rakjon egymásra egy-egy réteg tésztaalapot, húragut, besamel mártást és vegyes sajtot. A tetején a reszelt sajttal megszórta besamel mártás legyen. A maradék vajat feldarabolva tegye rá az ételre.

- Víz hozzáadása a víztartályon át: 350 ml
- Sütési idő: 55 perc
- Polcmagasság: 1

Cannelloni

A töltelékhez:

- 50 g kockára vágott hagyma
- 30 g vaj
- 350 g összevagdalt spenótlevél
- 100 g Creme fraiche
- 200 g friss lazac, felkockázza
- 200 g Viktóriásügér, felkockázza
- 150 g garnélarák
- 150 g kagylóhús
- só, bors
- 50 g reszelt parmezán sajt
- 150 g reszelt ementáli sajt

A besamelmártáshoz:

- 75 g vaj
- 50 g liszt
- 500 ml tej
- 100 g füstölt lazac
- Só, bors és szerecsendió

Elkészítése a következőkkel:

- 1 csomag Cannelloni
- 50 g reszelt parmezán sajt
- 150 g reszelt ementáli sajt

Elkészítés:

A felaprított hagymát a vajon párolja üvegesre egy lábosban. Adja hozzá a felaprított spenótot és ezt is párolja rövid ideig. Tegye bele Creme fraiche-t, keverje össze és hagyja kihűlni.

Közben készítse el a besamelmártást: a fazékban olvassa fel a vajat, szórja rá a lisztet és folyamatosan kevergetve főzze aranybarnára. Folyamatosan kevergetve több adagban öntse hozzá a tejet.

Sóval, borsal és szerecsendióval fűszerezze meg a mártást, és kb. 10percig lefedés nélkül főzze lassú tűzön.

A lazacot, a sügért, a garnélarákot, a kagylóhúst, a sót és a borsot adja a lehűlt spenóthoz és keverje össze.

1 evőkanál vajjal kenjen ki egy nagy, téglalap alakú sütőformát. Töltse meg a Cannelloni-t a spenótos masszával és helyezze a sütőformába. Minden sor Cannelloni közé öntsön besamelmártást. A tetején a reszelt sajttal megszórt besamelmártás legyen. A maradék vajat feldarabolva tegye rá az ételre.

- Víz hozzáadása a víztartályon át:
400 ml
- Sütési idő: 55 perc
- Polcmagasság: 1

Burgonyafelfújt

Hozzávalók:

- 1000 g burgonya
- Egyenként egy teáskanál só, bors és szerecsendió
- 2 gerezd fokhagyma
- 200 g reszelt sajt
- 3 tojás
- 100 ml tej
- 250 ml tejszín
- 4 evőkanál vaj

Elkészítés:

Hámozza meg a burgonyát, majd vágja vékony szeletekre, szárítsa meg és sózza ill. borsozza meg.

Egy gerezd fokhagymával dörzsöljön be és egy kis vajjal kenjen ki egy tűzálló sütőformát.

Ossza el a fűszerezett burgonyaszeletek felét a tálba, és szórjon rá egy keveset a reszelt sajtból. A többi burgonyaszeletet tegye rá rétegesen, és szórja rá a maradék reszelt sajtot.

Törje át a második gerezd fokhagymát, majd keverje el a tojással, a tejjel és a tejszínnel. A keveréket öntse a burgonyára és tegye rá szétosztva a feldarabolt maradék vajat.

- Sütési idő: 65 perc
- Polcmagasság: 1

Muszaka**Hozzávalók:**

- 1 aprított hagyma
- Olívaolaj
- 1,5 kg darálthús
- 1 doboz aprított paradicsom
- 50 g reszelt ementáli sajt
- 4 teáskanál panírozó liszt
- Só és bors
- Fahéj
- 1 kg burgonya
- 1,5 kg padlizsán
- Vaj a piritáshoz

A besamelmártáshoz:

- 100 g vaj
- 75 g liszt
- 750 ml tej
- Só, bors és szerecsendió

Elkészítése a következőkkel:

- 150 g reszelt ementáli sajt
- 4 evőkanál panírozó liszt
- 50 g vaj

Elkészítés:

Pucolja meg és vágja apróra és kevés olívaolajon kicsit dinsztelje meg a hagymát, majd adja hozzá a darálthúst és kevergetve pirítsa.

Adja hozzá, keverje el jól és főzze fel a feldarabolt paradicsomot reszelt ementáli sajtot és lisztet. Fűszerreze sóval, borssal, fahéjjal és vegye le a tűzről.

Hámozza meg a burgonyát és vágja 1 cm széles szeletekre. Mossa meg a padlizsánokat és vágja 1 cm széles szeletekre.

Az összes szeletet törölje szárazra. Egy serpenyőben sok vajon pirítsa meg barnára.

Közben készítse el a besamelmártást: a fazékban olvassza fel a vajat, szórja rá a lisztet, és folyamatosan kevergetve főzze aranybarnára. Folyamatosan kevergetve több adagban öntse hozzá a tejet. Sóval, borssal és szerecsendióval fűszerezze meg a mártást, és kb. 10percig lefedés nélkül főzze lassú tűzön.

A burgonyaszeleteket helyezze egy kizsírozott serpenyőbe és szórja meg egy kis reszelt sajttal. Erre rakjon egy réteg padlizsánt. Erre rakjon egy réteg darálthúsos masszát. Öntsön rá egy kis besamelmártást.

Majd ismételje meg a burgonya, padlizsán, darálthús rétegeket.

A tetejére a besamelszószerűt.

Tegye rá a maradék sajtot és lisztet.

Hévítsen fel vajat és öntse a muszaka tetejére.

- Sütési idő: 60 perc
- Polcmagasság: 1

Tészta felfújt

Hozzávalók:

- 1 Liter víz
- Só
- 250 g szélesmetélt
- 250 g főtt sonka
- 20 g vaj
- 1 csomó petrezselyem
- 1 hagyma
- 100 g vaj
- 1 tojás
- 250 ml tej
- Só, bors és szerecsendió
- 50 g reszelt parmezán sajt

Elkészítés:

Tegye fel a vizet egy kevés sóval forni. A szélesmetéltet tegye a forrásban lévő vízbe és főzze 12 percig. Utána csepegtesse le.

Kockázza fel a sonkát.

Hevítsen fel vajat egy serpenyőben.

Hámozza meg a hagymát és aprítsa fel.

A petrezselymet is aprítsa fel. Mindkettőt dinsztelje meg serpenyőben.

Kenjen ki vajjal egy felfújthoz való sütőformát. Keverje össze a tésztát, sonkát és a dinsztelt petrezselymet és hagymát, majd öntse a formába.

A tojást és tejet keverje össze és ízesítse sóval, borssal és szerecsendióval, majd öntse a tésztakeverékre. Ezután szórja meg a felfújtat parmezán sajttal.

- Sütési idő: 45 perc
- Polcmagasság: 1

Cikóriás felfújt

Hozzávalók:

- 8 közepes cikória
- 8 szelet főtt sonka
- 30 g vaj
- 1,5 evőkanál liszt
- 250 ml zöldségleves (cikóriából)
- 5 evőkanál tej
- 100 g reszelt ementáli sajt

Elkészítés:

Vágja ketté a cikóriát és vegye ki a keserű közepét. Mossa meg óvatosan és forró vízben főzze 15 percig.

Vegye ki a cikóriákat a vízből, öntse le hideg vízzel és illessze össze a feleket. Ezután mindegyik cikóriát egy szelet sonkába csavarva tegye kizsírozott, felfújthoz való sütőformába.

Hevítsen fel vajat egy edényben keverje hozzá a lisztet. Kicsit pirítsa meg, majd öntse fel a zöldséglevessel és tejjel és főzze fel.

Keverjen 50 g ementáli sajtot a mártásba és öntse a cikóriákra. Majd a maradék sajtot szórja a felfújtra.

- Sütési idő: 35 perc
- Polcmagasság: 3

Hús felfújtak

Hozzávalók:

- 600 g marhahús
- Só és bors
- A beporozáshoz liszt
- 10 g vaj
- 1 hagyma
- 330 ml barnasör
- 2 teáskanál barnacukor
- 2 teáskanál paradicsomvelő
- 400 ml marhahúslé

Elkészítés:

Sóval, borssal fűszerezze meg a felkockázott marhahúst és szórja be kis liszttel.

Egy serpenyőben hevítsen fel vajat és pirítsa meg barnára a húsdarabokat. Ezután tegye felfújthoz való sütőformába. Pucolja meg és vágja apróra és kevés vajon kicsit dinsztelje meg a hagymát, majd tegye a húsrá.

A barnasört, barnacukrot, paradicsomvelőt és marhahúslét öntse lábosba és főzze fel. Ezután adja a húshoz (a húst takarja el).

Fedővel tegye be a sütőbe.

- Sütési idő: 120 perc
- Polcmagasság: 3

Káposztás felfújt

Hozzávalók:

- 1 kis fej káposzta
- Majoranna
- 1 hagyma
- Olaj a dinszteléshez
- 400 g darálthús
- 250 g hosszú szemű rizs
- Só, bors és paprika
- 1 Liter húslé
- 200 ml Creme fraiche
- 100 g reszelt ementáli sajt

Elkészítés:

Vágja négyfelé a káposztát és távolítsa el a torzsáját. Blansírozza majorannával fűszerezett sós vízben.

Pucolja meg és vágja apróra és kevés olajon kicsit dinsztelje meg a hagymát. Adja hozzá darálthúst és a hosszú szemű rizst, ezt is dinsztelje meg és fűszerezze sóval, borssal és paprikával. Öntse hozzá a húslét és 20 perc alatt lassú tűzön fedő alatt főzze készre.

A káposztát és a Rizs-darálthús keveréket rétegesen fektesse egy formába Tegye a felfújtra a Creme fraiche-t és a sajtot.

- Sütési idő: 60 perc
- Polcmagasság: 3

Convenience



Előzetes beállítások a legtöbb készételhez.

Vegye figyelembe a gyártó elkészítésre vonatkozó utasításait is. Ebben az esetben válassza a Hőlégbefűvés, nagy hőfok (☼) sütési funkciót.

Készételek táblázat

Készétel	polcok	Idő percben megadva
Fagyasztott pizza	3	15
Amerikai mirelit pizza	1	25
Hideg pizza	3	20
Mirelit pizza szelet	1	25
Sült burgonya	3	20
Zöldségek/kroketek	3	20
Pírtott vagdaltak	3	23
Kenyér/zsemle	3	20
Fagyasztott kenyér/zsemle/kicsit pírítva	3	30
Fagyasztott almáspite	3	60
Fagyasztott halfilé	3	45
Csirke szárny	3	30
Lasagne/cannelloni fagy.	3	50

Speciális beállítások

Felolvasztás

- A kicsomagolt ételt tegye egy tányérban a rostélyra.
- Ne tányérral vagy tállal fedje le az ételt, mert így nagy mértékben megnő a kiolvasztás ideje.
- Kiolvasztáshoz az **1. polcra** tolja be a rostélyt.

Kiolvasztási táblázat

étel	Kiolvasztási idő (perc)	Utóolvasztás (perc)	megjegyzés
Kis kakas (1000 g)	100-140	20-30	Tegye a kis kakast egy lefordított csészéaljra egy nagy tányérba. Féligidőben fordítsa meg
Hús, 1000 g	100-140	20-30	Féligidőben fordítsa meg
Hús, 500 g	90-120	20-30	Féligidőben fordítsa meg
Pisztráng, 150 g	25-35	10-15	—
Földieper, 300 g	30-40	10-20	—
Vaj, 250 g	30-40	10-15	—
Tejszín, 2 × 200 g	80-100	10-15	A tejszín akkor is jól felverhető, ha néhány helyen még fagyos
Torta, 1400 g	60	60	—

Aszalás

- Tegyen zsírpapírt vagy sütőpapírt a rostélyra.
- Jobb lesz az eredmény, ha az aszalási idő felénél kikapcsolja a sütőt, kinyitja az ajtaját és egész éjszaka húlni hagyja
- Ezután aszalja készre az aszalnivaló zöldséget, gyümölcsöt.

Aszalandó étel	Hőmérséklet (°C)	polcok		Idő (perc) (irányadó érték)
		1 polc	2 polc	
Zöldség				
bab	60-70	3	1 / 4	6-8
Paprika (csíkokra vágva)	60-70	3	1 / 4	5-6
Leveszöldség	60-70	3	1 / 4	5-6
Gomba	50-60	3	1 / 4	6-8
Fűszernövény	50	3	1 / 4	2-3
gyümölcs				
Szilva	60-70	3	1 / 4	8-10
Sárgabarack	60-70	3	1 / 4	8-10
Almaszeletek	60-70	3	1 / 4	6-8
Körte	60-70	3	1 / 4	6-9

Melegen tartás

Ételek melegen tartására.

A hőmérséklet automatikusan 80 °C fokra áll be.

– Polcmagasság: 3

Tartósítás

- Befőzéshez csak kereskedelmi forgalomban kapható, azonos méretű üvegeket használjon.
- **A twist off vagy bajonettzáras üvegek és fémdobozok nem használhatók.**
- Befőzéshez az **1-es polcot** használja.
- Befőzéshez használja a lemezt. Erre hat darab egy literes üveg fér.
- Az üvegekbe azonos mennyiséget kell tölteni, és le kell zárni őket.
- Úgy tegye az üvegeket a lemezre, hogy ne érjenek egymáshoz.
- Öntsön kb. 1/2 liter vizet a lemezre, hogy elegendő nedvesség legyen a sütő belsejében.
- Amint a folyadék gyöngyözni kezd (1-literes üvegek esetén kb. 35-60 perc múlva), kapcsolja ki a sütőt, vagy vegye vissza 100 °C-ra a hőmérsékletet (lásd táblázat).

Befőzési táblázat

A megadott befőzési idő és hőmérséklet irányadó érték.

Befőztnivaló	Hőmérséklet (°C)	Befőzés gyöngyöző forrás kezdetéig (perc)	Továbbfőzés 100 °C-on (perc)
bogyós gyümölcs			
földieper, áfonya, málna, érett egres	160-170	35-45	—
éretlen egres	160-170	35-45	10-15
csonthéjas gyümölcs			
körte, birsalma, szilva	160-170	35-45	10-15
zöldség			
Karotta ¹⁾	160-170	50-60	5-10
Gomba ¹⁾	160-170	40-60	10-15
uborka	160-170	50-60	—
Vegyes zöldség	160-170	50-60	15
Karalábé, borsó, spárga	160-170	50-60	15-20
bab	160-170	50-60	—

1) Hagyja állni a kikapcsolt sütőben

Edény melegítés

A tányérok és edények felmelegítéséhez. Egyenletesen ossza el tányérokra és edényeket a rostélyon.

A rakást félidőnél rendezze át (cserélje fel az alját a tetejével).

A hőmérséklet automatikusan 70 °C fokra áll be.

– Polcmagasság: 1

Használat, táblázatok és tanácsok

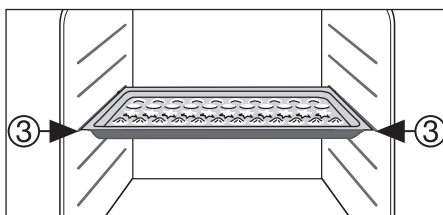
Sütés

Sütési funkció Hőlégbefúvás, nagy hőfok (☹) vagy Alsó-/felső sütés ☐

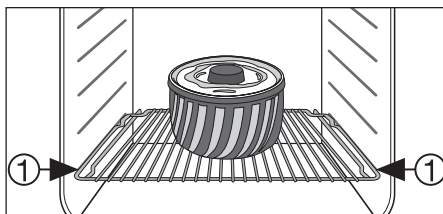
Sütőformák

- Az Alsó-/felső sütés ☐ a sötét, fémből készült, zománcozott formák a legalkalmasabbak.
- A Hőlégbefúvás, nagy hőfok (☹) funkcióhoz világos fémformákat is használhat.

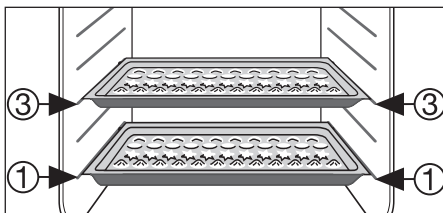
1 sütőlap:
pl. 3-as polc



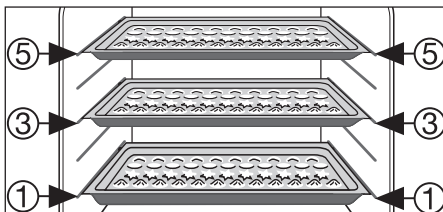
1 sütőforma:
pl. 1-as polc



2 sütőlap:
pl. 1-es és 3-as polc





3 sütőlap:
1-es, 3-as és 5-ös polc



Polcok

- A Alsó-/felső sütés ☐ funkcióval egy polcon süthet.
- A Hőlégbefúvás, nagy hőfok (☹) funkcióban egyszerre akár 3 polcon is süthet:

Általános tudnivalók

- A sütőlapot úgy tegye be a sütőbe, hogy a ferde részével kifelé nézzen.
- A Alsó-/felső sütés  vagy Hőlégbefúvás, nagy hőfok  funkcióval egyszerre két formával is süthet egymás mellett a rostélyon. A sütési idő jelentéktelen mértékben nő meg csupán.



A mélyhűtött ételek használatánál a sütési folyamat közben a behelyezett sütőlap elvetemedhet. Ez a jelenség a sütő és a mélyhűtött étel között lévő nagy hőfokkülönbséggel magyarázható. A lap lehűlése után a sütőlap újra visszanyeri eredeti formáját.

A sütési táblázatokkal kapcsolatos tudnivalók

Ezekben a táblázatokban néhány étel elkészítéséhez szükséges hőmérsékletet, sütési időt és polcmagasságot adjuk meg.

- A megadott hőmérséklet és sütési idő mindig irányadó érték, amely a tészta összetételétől és mennyiségétől, valamint a sütőformától függ.
- Azt ajánljuk, hogy első alkalommal az alacsonyabb hőmérsékletet állítsa be, és csak akkor válasszon magasabb hőmérsékletet, ha arra szükség van (ha például jobban meg akarja barnítani a süteményt, vagy ha túl sokáig tart a sütés).
- Amennyiben egy konkrét recepthez nem talál megfelelő adatokat, tájékozódjon egy hasonló ételnél szereplő adatok alapján.
- A sütési 10-15 perccel is tovább tarthat, ha nem sütőlapon, hanem formában vagy több polcon süt.

- A nem száraz süteményeket (pl. pizza, gyümölcsös sütemény) egy polcon kell sütni.
- Ha a sütnivaló magassága nem egyenletes, a sütés elején egyenetlenül barnul. Ilyenkor **ne állítsa el a hőmérsékletet.** A barnulásbeli különbségek a sütés ideje alatt kiegyenlítődnek.
- Az új sütője másképp süthet, mint az eddigi készüléke. Ezért a megszokott beállításokat (hőmérséklet, sütési idők) és a használt polcokat hozza összhangba az alábbi táblázattal.



Ha hosszabb ideig tart a sütés, a sütési idő vége előtt kb. 10 perccel ki is kapcsolhatja és így gazdaságosabban használhatja a sütőt.

A táblázatban szereplő adatok – eltérő adatok hiányában – nem előmelegített sütőre vonatkoznak.

Sütési táblázat

Sütés egy polcon

Sütemény fajtája		Sütőfunkció	Polcma gasság	hőmérséklet °C	idő óra: (perc)
Formában süített sütemény					
Kuglóf vagy tekerecs	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	1	150-160	0:50-1:10
Homoktorta/királykalács	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	1	140-160	1:10-1:30
Keksz torta	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	1	140	0:25-0:40
Keksz torta	(=)	Alsó-/felső sütés	1	160	0:25-0:40
Tortalap (omlós tészta)	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	170-180 ¹⁾	0:10-0:25
Tortalap (kevert tészta)	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	150-170	0:20-0:25
Almás pite	(=)	Alsó-/felső sütés	1	170-190	0:50-1:00
Almás pite (2 forma, átmérő 20 cm, átlósan)	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	1	160	1:10-1:30
Almás pite (2 forma, átmérő 20 cm, átlósan)	(=)	Alsó-/felső sütés	1	180	1:10-1:30
Pikáns torta (pl. quiche lorraine)	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	1	160-180	0:30-1:10
Sajttorta	(=)	Alsó-/felső sütés	1	170-190	1:00-1:30
Sütőlapon süített sütemény					
Fonott kalács	(=)	Alsó-/felső sütés	3	170-190	0:30-0:40
Karácsonyi kalács	(=)	Alsó-/felső sütés	3	160-180 ¹⁾	0:40-1:00
Kenyér (rozskenyér) először azután	(=)	Alsó-/felső sütés	1	230 ¹⁾ 160-180	0:25 0:30-1:00
Habkosár/Ekler	(=)	Alsó-/felső sütés	3	160-170 ¹⁾	0:15-0:30
Keksztekerecs	(=)	Alsó-/felső sütés	3	180-200 ¹⁾	0:10-0:20
Prézli kalács (szárazon)	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	150-160	0:20-0:40
Vajas/cukros kalács	(=)	Alsó-/felső sütés	3	190-210 ¹⁾	0:15-0:30
gyümölcsös kalács (kelt/kevert tésztával) ²⁾	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	150	0:35-0:50

Sütemény fajtája		Sütőfunkció	Polcmagasság	hőmérséklet °C	idő óra: (perc)
gyümölcsös kalács (kelt/kevert tésztával) ²⁾	≡	Alsó-/felső sütés	3	170	0:35-0:50
Gyümölcsös kalács omlós tésztával	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	160-170	0:40-1:20
Lapos sütemény érzékeny feltéttel (pl. túró, tejszín stb.)	≡	Alsó-/felső sütés	3	160-180 ¹⁾	0:40-1:20
Pizza (gazdagon megrakva) ²⁾	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	1	180-200 ¹⁾	0:30-1:00
Pizza (vékony)	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	1	200-220 ¹⁾	0:10-0:25
Lepény	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	1	200-220	0:08-0:15
Lepény	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	1	180-200	0:35-0:50



aprósütemény

Aprósütemény omlós tésztából	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	150-160	0:06-0:20
Fánk	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	140	0:20-0:30
Fánk	≡	Alsó-/felső sütés	3	160 ¹⁾	0:20-0:30
Aprósütemény kevert tésztából	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	150-160	0:15-0:20
Habcsók	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	80-100	2:00-2:30
Habcsók	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	100-120	0:30-0:60
Aprósütemény kelt tésztából	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	150-160	0:20-0:40
Aprósütemény leveles tésztából	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	170-180 ¹⁾	0:20-0:30
zsemle	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	160 ¹⁾	0:20-0:35
zsemle	≡	Alsó-/felső sütés	3	180 ¹⁾	0:20-0:35
aprósütemény (20 db/lap)	(☺)	Hőlégbefúvás, nagy hőfok	3	140 ¹⁾	0:20-0:30
aprósütemény (20 db/lap)	≡	Alsó-/felső sütés	3	170 ¹⁾	0:20-0:30

1) a sütő előmelegítése

2) Használja a felfogólapot illetve a zsírserpenyőt.

Sütés több polcon

Sütemény fajtája	Hőlégbefúvás, nagy hőfok 	Hőlégbefúvás, nagy hőfok 	Hőmér- séklet (°C)	idő óra: (perc)
	polcmagasság (alulról)			
	2 polc	3 polc		
Sütőlapon süített sütemény				
Habkosár/Ekler	1 / 4	—	160-180 ¹⁾	0:35-0:60
Prézlikalács (szárazon)	1 / 3	—	140-160	0:30-0:60
aprósütemény				
Aprósütemény omlós tésztából	1 / 3	1 / 3 / 5	150-160	0:15-0:35
Fánk	1 / 3	1 / 3 / 5	140	0:20-0:60
Aprósütemény kevert tésztából	1 / 3	—	160-170	0:25-0:40
Habcsók	1 / 3	—	80-100	2:10-2:50
Habcsók	1 / 3	—	100-120	0:40-1:20
Aprósütemény kelt tésztából	1 / 3	—	160-170	0:30-0:60
Aprósütemény leveles tésztából	1 / 3	—	170-180 ¹⁾	0:30-0:50
zsemle	1 / 4	—	160	0:30-0:45
aprósütemény (20 db/lap)	1 / 4	—	140 ¹⁾	0:25-0:40

1) a sütő előmelegítése

Sütési tippek




A sütés eredménye	Lehetséges ok	Megoldás
Alul túl világos a sütemény.	Rossz polcmagasság.	Tegye alacsonyabb polcra a süteményt
Összeesik a sütemény (nyúlós, ragacsos, csíkokban vizes)	Túl magas a sütési hőmérséklet	Állítsa alacsonyabbra a hőmérsékletet.
	Túl rövid a sütési idő.	Növelje meg a sütési időt. Magasabb hőmérséklet beállításával nem rövidíthető le a sütés ideje.
	Túl sok folyadék van a tésztában	Használjon kevesebb folyadékot. Tartsa be a keverési időt, főleg ha konyhai gépeket használ.
Túl száraz a sütemény.	Túl alacsony a sütési hőmérséklet.	Állítsa magasabbra a sütési hőmérsékletet
	Túl hosszú a sütési idő.	Csökkentse le a sütési időt.
Egyetlenül barna a sütemény.	Túl magas a hőmérséklet és túl rövid a sütési idő.	Állítsa alacsonyabbra a hőmérsékletet és növelje a sütési időt.
	Egyetlenül oszlik el a tészta.	Egyenletesen ossza el a tésztát a sütőlapon.
	Be van téve a zsírszűrő.	A zsírszűrő kivétele
A sütemény nem készül el a megadott sütési időn belül.	Túl alacsony a hőmérséklet.	Állítsa valamivel magasabbra a sütési hőmérsékletet.
	Be van téve a zsírszűrő.	A zsírszűrő kivétele

Pizzasütés  táblázat

Sütemény típusa	Polcmagasság	Hőmérséklet °C	Idő óra: (perc)
Pizza (vékony)	1	180 - 200 ¹⁾	20 - 30
Pizza (gazdagon megrakva)	1	180 - 200	20 - 30
Lepény	1	180 - 200	45 - 60
Spenóttorta	1	160 - 180	45 - 60
Quiche lorraine	1	170 - 190	40 - 50
Túrótorta, kerek	1	140 - 160	60 - 90
Túrótorta, sütőlapon	1	140 - 160	50 - 60
Almás pite	1	150 - 170	50 - 70
Zöldséges pite	1	160 - 180	50 - 60
Lepény	1	230 ¹⁾	15 - 25
Leveles tésztából készült torta	1	160 - 180 ¹⁾	40 - 50
Lángos	1	230 ¹⁾	15 - 25
Pirog	1	180 - 200 ¹⁾	15 - 25


1) A sütő előmelegítése

Felfújtak és átsütött ételek – táblázat

Étel	Sütési funkció		Polcmagasság	hőmérséklet °C	idő óra: (perc)
Tésztafelfújt		Alsó-/felső sütés	1	180-200	0:45-1:00
Lasagne		Alsó-/felső sütés	1	180-200	0:25-0:40
Átsütött zöldség ¹⁾		Infrasütés	1	160-170	0:15-0:30
Átsütött bagett ¹⁾		Infrasütés	1	160-170	0:15-0:30
Édes felfújtak		Alsó-/felső sütés	1	180-200	0:40-0:60
Halfelfújt		Alsó-/felső sütés	1	180-200	0:30-1:00
Töltött zöldség		Infrasütés	1	160-170	0:30-1:00

1) a sütő előmelegítése

Mélyhűtött és készételek – táblázat

Étel	Sütési funkció		Polcmagasság	hőmérséklet °C	idő
Mélyhűtött pizza		Alsó-/felső sütés	3	a gyártó által közölt adatok szerint	a gyártó által közölt adatok szerint
Hasábburgonya ¹⁾ (300-600 g)		Infrasütés	3	200-220	a gyártó által közölt adatok szerint
Bagett		Alsó-/felső sütés	3	a gyártó által közölt adatok szerint	a gyártó által közölt adatok szerint
gyümölcsös kalács		Alsó-/felső sütés	3	a gyártó által közölt adatok szerint	a gyártó által közölt adatok szerint

1) Megjegyzés: a hasábburgonyát sütés közben 23-szor meg kell fordítani.

Sütés

Sütési funkció Alsó-/felső sütés vagy Infrásütés

Sütéskor tegye be a zsírszűrőt!

Sütőedény

- Minden hőálló edény felhasználható (kövesse a gyártó utasításait!).
- Nagy sülteteket közvetlenül a felfogólemezen vagy a **rostélyon is sütheti, és aláteheti a felfogólemezt.**
- Azt ajánljuk, hogy a sovány húsokat **fedős sütőedényben** süssse. A hús így szaftosabb marad.
- Ha úgy akarja megsütni a húst, hogy vékony kéreg keletkezzék rajta, **fedő nélküli sütőedényben** süssse.











Tudnivalók a sütési táblázatról

A következő táblázatban szereplő adatok irányadó értékek.

- Azt ajánljuk, hogy húst és halat **csak 1 kg fölött süssön** sütőben.
- A kifolyó húslé vagy zsír odaégésének elkerülése érdekében azt ajánljuk, hogy öntsön egy kis vizet a sütőedénybe.
- Szükség esetén (a sütési idő felénél vagy kétharmadánál) fordítsa meg a sültet.
- A nagy sülteteket és szárnyasokat sütés közben többször locsolja meg saját levükkel. Ettől jobban sül az étel.
- A sütési idő vége előtt kb. 10 perccel ki is kapcsolhatja, és így gazdaságosabban használhatja a sütőt.

Sütési táblázat (hús)

húsfajta	menyiség	Sütőfunkció	Polcmagasság	hőmérséklet °C	idő óra: (perc)	
Marhahús						
párolt hús	1 -1,5 kg	☐	Alsó-/felső sütés	1	200-250	2:00-2:30
hátszín vagy filé						centiméterenként (magasság)
- belül piros	centiméterenként magasság	☒	Infrasütés	1	190-200 ¹⁾	0:05-0:06
- belül rózsaszín	centiméterenként magasság	☒	Infrasütés	1	180-190	0:06-0:08
- átsütve	centiméterenként magasság	☒	Infrasütés	1	170-180	0:08-0:10
Sertéshús						
Lapocka, sonkadarab	1 -1,5 kg	☒	Infrasütés	1	160-180	1:30-2:00
Karaj, oldalas	1 -1,5 kg	☒	Infrasütés	1	170-180	1:00-1:30
Fasírt	(750 g – 1 kg)	☒	Infrasütés	1	160-170	0:45-1:00
Sertéscsülök (előfőzött)	(750 g – 1 kg)	☒	Infrasütés	1	150-170	1:30-2:00
Borjűhús						
borjűsült	1 kg	☒	Infrasütés	1	160-180	1:30-2:00
Borjűláb	1,5 -2 kg	☒	Infrasütés	1	160-180	2:00-2:30
bárány						
Ürűsült, báránycomb	1 -1,5 kg	☒	Infrasütés	1	150-170	1:15-2:00
Bárányhát	1 -1,5 kg	☒	Infrasütés	1	160-180	1:00-1:30
Vad						
Nyúlboroda, nyúlcomb	(max. 1 kg)	☐	Alsó-/felső sütés	3	220-250 ¹⁾	0:25-0:40
Őz-/szarvasboroda	1,5 -2 kg	☐	Alsó-/felső sütés	1	210-220	1:15-1:45
Őz-/szarvascomb	1,5 -2 kg	☐	Alsó-/felső sütés	1	200-210	1:30-2:15

húsfajta	mennyiség	Sütőfunkció	Polcmagasság	hőmérséklet °C	idő óra: (perc)	
szárnyasok						
Nem egész szárnyasok	200-250g-os darabok		Infrasütés	1	200-220	0:35-0:50
Fél csirke	400-500g-os darabok		Infrasütés	1	190-210	0:35-0:50
Kis kakas, pulár	1 -1,5 kg		Infrasütés	1	190-210	0:45-1:15
kacsa	1,5 -2 kg		Infrasütés	1	180-200	1:15-1:45
liba	3,5 -5 kg		Infrasütés	1	160-180	2:30-3:30
Pulyka	2,5 -3,5 kg		Infrasütés	1	160-180	1:45-2:30
Pulyka	4 -6 kg		Infrasütés	1	140-160	2:30-4:00
Hal (párolt)						
Egész hal	1 -1,5 kg		Alsó-/felső sütés	1	210-220	0:45-1:15

1) a sütő előmelegítése

táblázat Húshőmérő

étel	a hús belsejének hőmérséklete
Marhahús	
Rostélyos vagy filé belül vörös (angolosan) belül rózsaszín (közepesen) átsütve	45 -50 °C (60-65 °C) (75-80 °C)
Sertéshús	
Sertéslapocka, sonka	80 -82 °C
Karaj (borda), oldalas	75 -80 °C
Fasírt	75 -80 °C
Borjűhús	
borjűsűlt	75 -80 °C
Borjűláb	85 -90 °C
űrű / bűrűny	
űrűcomb	80 -85 °C
űrűborda	80 -85 °C
űrűsűlt, bűrűnycomb	75 -80 °C
Vad	
Nyűlborbda	70 -75 °C
Nyűllűb, nyűlcomb	70 -75 °C
Nyűl egűszben	70 -75 °C
űzborda, szarvasborbda	70 -75 °C
űzcomb, szarvascomb	70 -75 °C

Lapos grillezés

Sütési funkció Grill  vagy **Grill/felső sütés**  **maximálisan beállított hőmérséklettel**



Figyelem! Grillezni csak bezárt sütőajtóval szabad.



Az üres sütőt grillezéshez mindig melegítse elő 5 perccig!

- Grillezéshez a **rostélyt** az **ajánlott polcmagasságra** tegye be.
- A **felfogólapot** alulról az **1. polcmagasságra** tegye be.
- A megadott grillezési idők irányadó értékek.
- Grillezni legjobban a lapos hús- és haldarabokat lehet.

Grillezési táblázat

Grillezendő étel	Polcmagasság	Grillezési idő	
		1. oldal	2. oldal
Borjúszelet	4	8-10 perc	6-8 perc
Sertésszelet	4	10-12 perc	6-10 perc
Sültkolbász	4	8-10 perc	6-8 perc
Marhasteak, borjústeak	4	6-7 perc	5-6 perc
Marhafilé, bélszín (kb. 1kg)	3	10-12 perc	10-12 perc
Pírtós kenyér*	3	4-6 perc	3-5 perc
Meleg szendvics	3	6-8 perc	—

* Nincs előmelegítés.

Hőlégbefűvás, kis hőfok

Sütési funkció: Hőlégbefűvás, kis hőfok (☞).

Az Hőlégbefűvás, kis hőfok funkció használatával a sült puha lesz és különösen szaftos marad.

Az Hőlégbefűvás, kis hőfok lágy, sovány húshoz és halhoz ajánljuk.

A párolt hús és a zsíros sertéssült például nem alkalmas az Hőlégbefűvás, kis hőfok re.

A 120 °C funkciót kisebb húsdarabokhoz, pl. steakhez ajánljuk.

150° C funkciót nagyobb húsdarabokhoz, pl. marhafiléhez ajánljuk.



Az Hőlégbefűvás, kis hőfok funkció használatakor mindig fedő nélkül süssön

1. Süsse elő erős tűzön az étel mindkét oldalát 1-2 perccel a serpenyőben.
2. Tegye sütőtálba vagy közvetlenül a rostélyra, amely alatt legyen felfogólemez.
3. Tegye be a sütőbe. Válassza ki az Hőlégbefűvás, kis hőfok (☞) sütési funkciót, esetleg a + válassza ki a 150° C értéket, és süssön készre az ételt (l. táblázat).



Figyelem! A sütéshez tegye be a zsírszűrőt!

Táblázat Hőlégbefűvás, kis hőfok (☞)

étel	súly g	Beállítás	Polcmagasság	Idő összesen perc
Hátszín	1000-1500	150° C	1	90-110
Marhafilé	1000-1500	150° C	3	90-110
borjúsült	1000-1500	150° C	1	100-120
Steak	200 - 300	120 °C	3	20-30

www.electrolux.com

www.electrolux.hu