

Halogenová trouba

Návod k obsluze

CZ



SENCOR®

SMH 331

Před použitím tohoto spotřebiče se prosím seznámte s návodem k jeho obsluze, a to i v případě, že jste již obeznámeni s používáním spotřebičů podobného typu. Spotřebič používejte pouze tak, jak je popsáno v tomto návodu k použití. Návod uschovejte pro případ další potřeby.

Minimálně po dobu záruky doporučujeme uschovat originální přepravní karton, balicí materiál, pokladní doklad a záruční list. V případě přepravy zabalte spotřebič opět do originální krabice od výrobce.

OBSAH

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY	3
POPIS HALOGENOVÉ TROUBY.....	5
POPIS OVLÁDACÍ JEDNOTKY	6
ZÁKLADNÍ CHARAKTERISTIKA HALOGENOVÉ TROUBY	6
ZPŮSOBY ÚPRAVY POKRMŮ V HALOGENOVÉ TROUBĚ	7
TIPY PRO VAŘENÍ V HALOGENOVÉ TROUBĚ	8
PŘED PRVNÍM POUŽITÍM	8
POUŽITÍ HALOGENOVÉ TROUBY	8
PRŮVODCE VAŘENÍM V HALOGENOVÉ TROUBĚ	9
ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA	10
TECHNICKÉ ÚDAJE	10
RECEPTY	11
POKYNY A INFORMACE O NAKLÁDÁNÍ S POUŽITÝM OBALEM	15
LIKVIDACE POUŽITÝCH ELEKTRICKÝCH A ELEKTRONICKÝCH ZAŘÍZENÍ	15

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Tento spotřebič mohou používat děti ve věku 8 let a starší a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo mentálními schopnostmi nebo s nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud jsou pod dozorem nebo byly poučeny o používání spotřebiče bezpečným způsobem a rozumí případným nebezpečím. Děti si se spotřebičem nesmějí hrát. Čištění smějí provádět děti starší 8 let a musí být pod dozorem. Spotřebič a jeho síťový kabel udržujte mimo dosah dětí mladších 8 let.

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY**ČTĚTE POZORNĚ A USCHOVEJTE PRO BUDOUCÍ POUŽITÍ.**

- Před připojením spotřebiče k síťové zásuvce se ujistěte, že se napětí uvedené na typovém štítku spotřebiče shoduje s elektrickým napětím zásuvky.
- Spotřebič připojujte pouze k řádné uzemněné zásuvce.

**Upozornění:**

Tento spotřebič není určen k ovládání prostřednictvím programátoru, vnějšího časového spínače nebo dálkového ovládání.

- Tento spotřebič je určen pro použití v domácnosti. Nepoužívejte jej venku.
- Spotřebič neumísťujte na parapety oken nebo na nestabilní povrchy. Spotřebič umísťujte pouze na stabilní, rovný a suchý povrch.
- Spotřebič nepokládejte na elektrický ani plynový vaříč nebo do jeho blízkosti, neumísťujte jej do blízkosti otevřeného ohně nebo zařízení, které je zdrojem tepla.
- Tento spotřebič je určen k tepelné úpravě potravin. Nepoužívejte jej k jiným účelům.
- Spotřebič používejte pouze s originálním příslušenstvím výrobce.
- Před připojením spotřebiče k síťové zásuvce se ujistěte, že je řádně sestaven.
- Při provozu spotřebiče musí být zajištěn dostatečný prostor pro cirkulaci vzduchu nad spotřebičem a okolo něj. Spotřebič nepoužívejte v blízkosti hořlavých materiálů, jako jsou záclony, utěrky na nádobí, dřevěné povrchy apod.

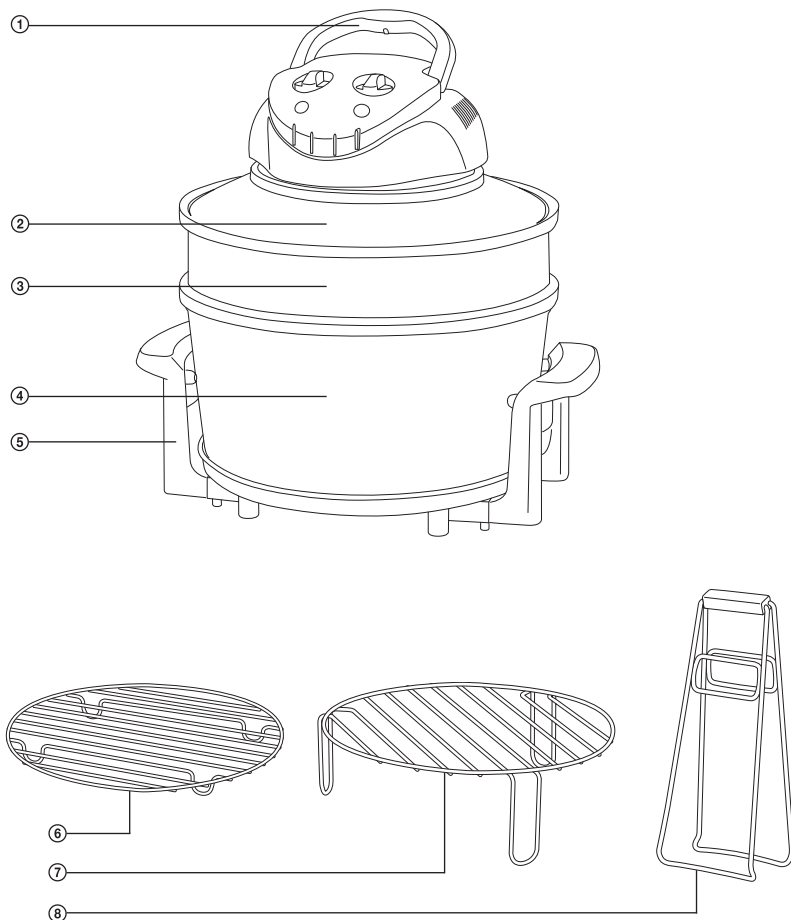
**Upozornění: Horký povrch**

Při provozu spotřebiče dochází k zahřívání nádoby a víka. Nedotýkejte se zahřátého povrchu. Mohlo by dojít k popálení pokožky. Ke zdvihnutí a přenášení víka použijte sklápěcí madlo. K přenášení nádoby používejte rukojeti stojanu. K vyjmutí zahřátého roštu z nádoby slouží kleště, které jsou součástí příslušenství tohoto spotřebiče.

- Do zahřáté skleněné nádoby nelijte studenou vodu. Mohlo by dojít k jejímu poškození.
- Dbejte zvýšené opatrnosti při manipulaci se skleněnou nádobou obsahující horkou tekutinu.
- Víko odkládejte pouze na tepluvzdorné povrchy.
- Spotřebič vždy odpojte od síťové zásuvky, pokud chcete sejmut víko nebo pokud ho nebudete používat, před přemístěním a pokud ho necháváte bez dozoru. Po ukončení používání nechte spotřebič a jeho příslušenství vychladnout.
- Víko s ovládací jednotkou neoplachujte pod tekoucí vodou ani ho neponořujte do vody nebo jiné tekutiny.
- Dbejte na to, aby se síťový kabel nedostal do kontaktu s vodou nebo vlhkostí.
- Na síťový kabel nepokládejte těžké předměty. Dbejte na to, aby síťový kabel nevisel přes okraj stolu nebo aby se nedotýkal horkého povrchu.
- Neodpojujte spotřebič od síťové zásuvky tahem za síťový kabel. Mohlo by dojít k poškození síťového kabelu nebo síťové zásuvky. Kabel odpojujte od zásuvky tahem za vidlici síťového kabelu.
- Nepoužívejte spotřebič, pokud je poškozen jeho napájecí kabel nebo zástrčka, v případě, že nefunguje správně nebo je-li poškozen. Jakákoliv oprava spotřebiče nebo výměna poškozeného napájecího kabelu smí být provedena pouze autorizovaným servisním střediskem nebo jinou podobně kvalifikovanou osobou, aby se zabránilo vzniku nebezpečné situace.

POPIS HALOGENOVÉ TROUBY

A

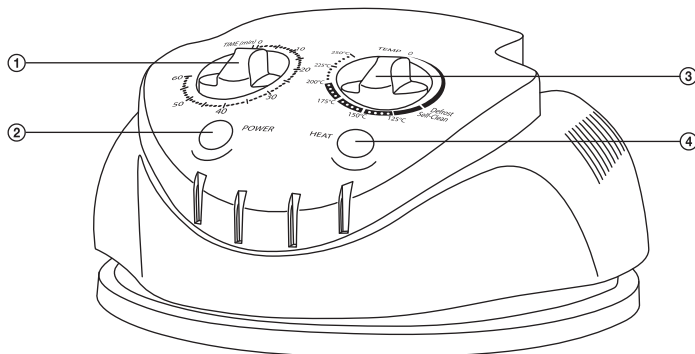


- ① Sklopné madlo s bezpečnostní pojistkou
- ② Víko s ovládací jednotkou
- ③ Zvětšovací nástavec
- ④ Vyjímatelná skleněná nádoba

- ⑤ Stojan s rukojetmi
- ⑥ Nízký rošt
- ⑦ Vysoký rošt
- ⑧ Kleště

POPIS OVLÁDACÍ JEDNOTKY

B



- ① 60minutový časovač
- ② Světelná kontrolka zapnutí
- ③ Termostat
Rozsah nastavení 0–250 °C
- ④ Světelná kontrolka spínání topného tělesa

ZÁKLADNÍ CHARAKTERISTIKA HALOGENOVÉ TROUBY

- Umožňuje několik způsobů úpravy pokrmů: pečení, grilování, dušení, toastování, rozmrazování.
- Příprava pokrmů je až o 40 % rychlejší než v běžné troubě.
- Spotřebuje méně energie než běžná trouba.
- Umožňuje připravovat pokrmy zdravě s použitím minimálního množství tuku.
- Cirkulace horkého vzduchu zajišťuje rovnoměrné propečení pokrmu.
- Funkce self-clean pro snadné a rychlé čištění.
- Díky své kompaktní velikosti je vhodná i pro cestování.

ZPŮSOBY ÚPRAVY POKRMŮ V HALOGENOVÉ TROUBĚ

Pečení masa

- Do nádoby vložte rošt. Na rošt položte maso a přidejte jen tolik vody, aby bylo zakryto dno nádoby. Doba pečení závisí na velikosti masa a požadovaném stupni propečení.
- Maso pečené v trojobalu. Naporcované kuřecí maso (prsá, křídélka nebo stehna) obalte v mouce, ve vajíčku a strouhance a pak ho krátce ponořte do jedlého rostlinného oleje. Přebytný olej nechte okapat. Do nádoby vložte rošt a na něj položte maso. Doporučená doba přípravy a teplota pečení je uvedena v kapitole Průvodce vařením.

Pečení hranolek

- V této halogenové troubě můžete připravit stejně chutné hranolky jako ve fritovacím hrnci, ale mnohem zdravěji bez smažení v oleji. Hranolky krátce ponořte do jedlého rostlinného oleje. Přebytný olej nechte okapat. Do nádoby vložte rošt a rovnoměrně na něj rozložte hranolky. Doporučená doba a teplota pečení je uvedena v kapitole Průvodce vařením.

Pečení koláčů, sušenek a chleba

- Do nádoby umístěte nízký rošt. Těsto vložte do kulaté zapékací misky (nebo formy na pečení). Mísu umístěte na rošt. Mezi mísou a stěnami nádoby musí zůstat volný prostor 2 až 3 cm, aby byla zajištěna dostatečná cirkulace vzduchu. Těsto můžete zakrýt hliníkovou fólií. Dbejte na to, aby byla fólie řádně uchycena k okrajům zapékací misky. Před dokončením pečení těsto odkryjte, aby se jeho povrch lehce opekl.
- Pečení koláčů, sušenek nebo chleba v halogenové troubě je rychlejší než v běžné troubě, a proto těsto během pečení pravidelně kontrolujte.

Grilování masa

- Do nádoby vložte rošt a na něj položte maso. Silnější plátky nebo větší kusy masa otočte v polovině doby grilování. Stejně jako u pečení závisí doba grilování na velikosti masa a požadovaném stupni propečení.

Dušení zeleniny

- S hlavním jídlem můžete současně připravovat i zeleninu v páře. Z hliníkové fólie vytvořte sáček. Zeleninu vložte do sáčku a přidejte několik kapek vody. K dochucení můžete použít koření nebo bylinky. Sáček uzavřete a vložte jej na dno skleněné nádoby. Přidejte šálek vody. Hlavní jídlo připravujte na roštu.
- Stejným způsobem můžete připravovat i ryby. Rybu vložte do sáčku z hliníkové fólie, přidejte trochu vody, citronové šťávy, koření nebo bylinky a zeleninu dle vlastního výběru. Ryba se bude dusit ve vlastní šťávě.

Toastování

- V této halogenové troubě můžete snadno a rychle rozpéct starší pečivo. Do nádoby umístěte rošt a položte na něj pečivo. Rozpečené pečivo bude mít křupavou kůrku a uvnitř bude měkké.
- Chcete-li obnovit křupavost starších keksů a sušenek, nechte je pár minut rozpéct při maximální teplotě a budou opět chutnat jako čerstvé.

Rozmrazování pokrmů

- V této halogenové troubě rozmrazíte potraviny rovnoměrněji než v mikrovlnné troubě. Termostat nastavte do polohy Defrost. Dobu rozmrazování zvolte dle potřeby a stav potravin kontrolujte pravidelně každých 5 až 10 minut.
- Při tepelné úpravě hotových zmrazených pokrmů (např. pizza) nastavte teplotu o 20 °C nižší a čas o 30 až 50 % kratší, než uvádí výrobce mraženého pokrmu pro běžnou troubu.

TIPY PRO VAŘENÍ V HALOGENOVÉ TROUBĚ

- Než položíte potraviny na rošt, můžete na něj nanést rozprašovačem jedlý olej, aby se potraviny k roštu nepřichytávaly.
- Potraviny vždy rozložte na rošt tak, aby vzduch v nádobě mohl volně cirkulovat a potraviny byly rovnoměrně propečené.
- Pravidelně kontrolujte stav potravin pozorováním skrz skleněnou nádobu.

PŘED PRVNÍM POUŽITÍM

- 1) Před prvním použitím vyjměte halogenovou troubu a její příslušenství z obalového materiálu.
- 2) Skleněnou nádobu opláchněte pod teplou tekoucí vodou, vytřete dosucha a umístěte do stojanu.
- 3) Nádobu přiklopte víkem a připojte síťový kabel k zásuvce el. napětí.
- 4) Aby se trouba zbavila případného zápachu z výroby, termostat nastavte na 250 °C a časovač na 5 minut.



Poznámka:

Při prvním spuštění se může objevit slabý kouř. To je zcela normální jev.

- 5) Po uplynutí nastaveného času se ozve zvuková signalizace a vypne se topné těleso a ventilátor. Odpojte síťový kabel od zásuvky el. napětí. Sejměte víko a odložte jej na tepluvzdornou podložku. Spotřebič nechte vychladnout.

POUŽITÍ HALOGENOVÉ TROUBY

- 1) Skleněnou nádobu umístěte do stojanu. Zvolte typ roštu, který chcete použít, a vložte jej do skleněné nádoby. V kapitole Průvodce vařením naleznete doporučený typ roštu pro vybrané druhy potravin.
- 2) Na rošt rozložte potraviny. Mezi stěnami nádoby a potravinami musí být ponechán volný prostor 2–3 cm, aby nebyla narušena cirkulace vzduchu uvnitř nádoby. Dbejte na to, aby byly potraviny rozloženy rovnoměrně. Vyvarujte se vrstvení potravin na sebe. Jinak se opeče pouze horní a spodní vrstva potravin.
- 3) Nádobu přiklopte víkem s ovládací jednotkou. Síťový kabel připojte k zásuvce el. napětí.
- 4) K uvedení trouby do provozu nastavte termostat a časovač. Kapitola Průvodce vařením uvádí doporučené nastavení teploty a časy vaření pro vybrané druhy potravin.
- 5) Trouba dosáhne nastavené teploty v krátkém čase. Termostat udržuje nastavenou teplotu spínáním a vypínáním topného tělesa. To je signalizováno rozsvěcením a zhasínáním kontrolky ④. Stav pokrmu pravidelně kontrolujte pozorováním skrz skleněnou nádobu. Pokud je třeba potraviny otočit v průběhu vaření, odpojte zástrčku ze zásuvky el. napětí. Sejměte víko s ovládací jednotkou a odložte jej na tepluvzdornou podložku. Obrátte potraviny. Přiklopte víko a připojte zástrčku k síťové zásuvce.



Poznámka:

Pokud neodpojíte zástrčku od zásuvky el. napětí, při zdvihnutí sklopného madla se automaticky aktivuje bezpečnostní pojistka, která vypne topné těleso.

Časovač odpočítává čas i během doby, kdy byla trouba odpojena od zásuvky el. napětí.



Varování:

Dbejte zvýšené opatrnosti, aby při sejmutí víka nedošlo k popálení unikající párou.

- 6) Po uplynutí nastaveného času se ozve zvuková signalizace a vypne se topné těleso a ventilátor. Odpojte zástrčku od zásuvky el. napětí. Sejměte víko s ovládací jednotkou a odložte jej na tepluvzdornou podložku. Vyjměte potraviny a před přemístěním nebo čistěním, nechte troubu vychladnout.



Poznámka:

Chcete-li předčasně ukončit provoz spotřebiče, nastavte termostat a časovač do polohy 0.

PRŮVODCE VAŘENÍM V HALOGENOVÉ TROUBĚ

DRUH POTRAVINY	DOBA PŘÍPRAVY	NASTAVENÍ TEPLOTY	TYP ROŠTU
Drůbeží maso • Celé kuře • Porcované kuře • Krůta • Kachna	35–40 min 15–20 min 60–90 min 50–60 min	200 °C 200 °C 200 °C 200 °C	Nízký Vysoký Nízký Nízký
Hovězí maso Rostbíf (1,5 kg) • Krvavý • Středně propečený • Propečený Biftek • Středně propečený	35–40 min 45–50 min 55–60 min 8–10 min	175 °C 175 °C 175 °C 250 °C	Nízký Nízký Nízký Vysoký
Skopové maso Jehněčí pečeně (2 kg) • Středně propečená • Propečená	60–70 min 80–90 min	200 °C 200 °C	Nízký Nízký
Uzeniny • Párky	10 min	200 °C	Nízký
Vejce • Natvrdo • Naměkko • Omeleta	6–7 min 4–5 min 10–12 min	200 °C 200 °C 175 °C	Nízký Nízký Nízký
Koláč • Bez náplně • S náplní	20–25 min 35–40 min	200 °C 175 °C	Nízký Nízký
Pečivo z listového těsta • Bez náplně • S náplní	10–12 min 25–30 min	200 °C 175 °C	Vysoký Nízký
Pečivo z kynutého těsta • Bochník chleba • Rohlíky	15–20 min 15–20 min	175 °C 175 °C	Nízký Nízký
Mražené výrobky • Pizza	10 min	200 °C	Vysoký
Plody moře • Ryby • Krevety • Škeble • Humr	7–10 min 8–10 min 3–5 min 12–15 min	200 °C 200 °C 160 °C 175 °C	Vysoký Vysoký Nízký Nízký
Zelenina • Pečené brambory (nakrájené na čtvrtky) • Hranolky	20–35 min 12–15 min	250 °C 200 °C	Nízký Vysoký



Poznámka:

Výše uvedené časy vaření jsou pouze orientační.

ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA

- Před čištěním odpojte spotřebič od zásuvky el. napětí a nechte jej vychladnout.
- Skleněnou nádobu omyjte v roztoku teplé vody a kuchyňského saponátu. Poté ji opláchněte čistou tekoucí vodou a osušte. K odstranění připečených zbytků potravin použijte nylonový kartáček.
- Víko a kryt ventilátoru vyčistěte jemnou houbičkou navlhčenou v roztoku teplé vody a neutrálního kuchyňského saponátu. Po aplikaci kuchyňského saponátu otřete víko a kryt ventilátoru čistým, mírně navlhčeným hadříkem a důkladně je osušte.
- Víko neponořujte do vody nebo jiné tekutiny a dbejte na to, aby do víka nebo ovládací jednotky nevnikla voda nebo jiná tekutina.
- K čištění jakýchkoli částí tohoto spotřebiče nepoužívejte drátěné houbičky, abrazivní čisticí prostředky nebo rozpouštědla.

Funkce self-clean (samočištění)

- Díky této funkci se ze skleněné nádoby odstraní i připečené zbytky potravin. Mytí skleněné nádoby je tak snadnější a rychlejší.
- Nádobu naplňte zhruba do výšky 4 cm roztokem vody a neutrálního kuchyňského saponátu. Pokud jste při vaření použili rošt, můžete jej ponechat v nádobě. Na nádobu umístěte víko s ovládací jednotkou. Síťový kabel připojte k zásuvce el. napětí.
- Termostat otočte do polohy „self-clean“ a časovač nastavte na 10 minut. Halogenová trouba zahájí program samočištění. Jak horký vzduch cirkuluje uvnitř nádoby, ze stěn nádoby se uvolňují připečené zbytky potravin.
- Po ukončení programu samočištění odpojte spotřebič od zásuvky el. napětí a sejměte víko s ovládací jednotkou. Nádobu vypláchněte čistou vodou, aby se z ní odstranily veškeré zbytky potravin a saponátu. Rošt bude třeba dočistit nylonovým kartáčkem.



Poznámka:

V případě, že se ze stěn nádoby neodstranily veškeré zbytky potravin, můžete program self-clean spustit ještě na další 2 až 3 minuty.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Jmenovitý rozsah napětí.....	220–240 V
Jmenovitý kmitočet.....	50/60 Hz
Jmenovitý příkon.....	1200–1400 W
Objem	17 l

Změny textu a technických specifikací vyhrazeny.

RECEPTY

OBSAH

CROISANTY	12
ROHLÍKY	12
OPEČENÁ SLANINA	12
HOVĚZÍ SVÍČKOVÁ WELLINGTON.....	12
PLNĚNÉ TELECÍ HRUDÍ.....	12
KUŘECÍ KŘIDELKA PEČENÁ NA MEDU	13
PEČENÉ KUŘE.....	13
PEČENÁ ZELENINA.....	14
BRAMBORY PEČENÉ V ALOBALU	14
GRATINOVANÝ KVĚTÁK.....	14

Croisanty

Rozpečení 3 až 4 ks

Termostat nastavte na 125 °C a troubu nechte několik minut předehřát. Rozpečení trvá 3 až 6 minut. Pokud chcete rozpéct mražené croissanty, bude třeba dobu prodloužit na 6 až 10 minut.

Rohlíky

Rozpečení rohlíků z předešlého dne

Rohlíky mírně navlhčete silikonovou mašlovačkou. Položte je na vysoký rošt a rozpékejte zhruba 5 až 10 minut při teplotě 125 °C. Rozpečené rohlíky budou chutnat jako čerstvě upečené.

Opečená slanina

Plátky anglické slaniny

Plátky slaniny rozložte na vysoký rošt a termostat nastavte na 230 °C. Plátky slaniny opékejte zhruba 6 až 8 minut nebo až budou opečené dle vaší chuti.

Hovězí svíčková Wellington

700 g hovězí svíčkové, 4 lžíce olivového oleje, 1 cibule, 1 rohlík, 3 lžíce másla, 350 g mletého kuřecího masa, 2 vejce, 1 žloutek, 4 lžíce smetany ke šlehání, sůl, pepř, 1 lžíce worcestrové omáčky, půl lžičky sladké mleté papriky, 1 balíček listového těsta

Svíčkovou omyjte, očistěte a lehce potřete olejem. V hluboké pánvi ji na oleji opékejte zhruba 15 minut. Pak maso vyjměte a nechte zchladnout. Rohlík nakrájejte na plátky a namočte do vlažné vody. Přebytečnou vodu vymačkejte. Cibuli oloupejte, nadrobno nakrájejte a zpěňte na másle. Přidejte rohlík, mleté maso, 2 vejce a smetanu. Promíchejte a dochuťte solí, pepřem, mletou paprikou a worcestrovou omáčkou.

Vychladlé maso osolte, opepřete a obalte v připravené masové směsi. Maso uložte do chladu. Listové těsto rozválejte a vychlazené maso do něj zabalte. Maso zabalené v listovém těstě položte na pečicí papír tak, aby spoj listového těsta směřoval dolů. Těsto potřete rozšlehaným žloutkem. Maso i s pečicím papírem přemístěte na nízký rošt a v troubě předehřáté na 200 °C pečte asi 10 minut, dokud těsto nevyskočí. Pak snižte teplotu na 160 °C a pečte dalších 50 minut.

Prochladlé maso nakrájejte na plátky a podávejte se zeleninovou přílohou.

Plněné telecí hrudí

1,5 kg telecího hrudí, 2 lžíce másla, sůl

Nádivka:

1 lžíce másla, ½ šálku jemně nasekané cibule, 1 lžíce citronové šťávy, 1 lžička nastrouhané citronové kůry, 1 šálek na plátky nakrájených žampionů, 2 šálky na kostičky nakrájeného bílého pečiva, 1 ušlehané vejce, sůl a pepř k dochucení

Nejdříve si připravte nádivku. Na předehřáté pánvi nechte rozehrát máslo. Na másle zpěňte cibulku a přidejte citronovou šťávu, nastrouhanou citronovou kůru a žampiony. Na mírném ohni restujte 3 až 4 minuty. Takto připravenou směs vložte do větší nádoby. Promíchejte na kostičky nakrájené bílé pečivo a ušlehané vejce. Dochuťte solí a pepřem a vše řádně promíchejte.

Maso omyjte pod tekoucí vodou a osušte plátěným ubrouskem. Ostrým nožem vyřízněte do masa kapsu. Na povrchu i uvnitř maso prosolte. Kapsu naplňte připravenou nádivkou. K uzavření otvoru kapsy použijte párátka. Povrch kapsy potřete máslem a kapsu umístěte na nízký rošt. Troubu předehřejte a maso pečte 20 minut při teplotě 160 °C. Po 20 minutách kapsu otočte a potřete ji máslem. Pečte dalších 40 minut nebo až bude maso měkké.

Kapsu nakrájejte na plátky a podávejte s vypečenou šťávou.

Kuřecí křídélka pečená na medu

1 kg kuřecích křidélek, 2 lžíce medu, 2 lžíce rajčatového protlaku

Marináda:

3 lžíce citronové šťávy, 3 lžíce sojové omáčky, 1 lžička nastrouhaného zázvoru

Křídélka omyjte pod tekoucí vodou, osušte je plátěným ubrouskem a vložte do mísy. Marinádu připravíte smícháním citronové šťávy, sojové omáčky a zázvoru. Křídélka přelijte připravenou marinádou a nechte je marinovat 3 až 4 hodiny za občasného otočení. Odeberte 2 lžíce marinády a smíchejte je s medem a rajčatovým protlakem.

Křídélka umístěte na vysoký rošt a pečte je 10 minut při teplotě 160 °C. Po 10 minutách křídélka vyjměte a potřete je směsí z marinády, medu a rajčatového protlaku. Křídélka vraťte zpět na rošt a pečte je dalších 5 minut. Znovu je vyjměte a potřete směsí. Vložte je zpět a pečte ještě 5 minut.

Pečené kuře

1 celé kuře bez drobů, 1 malá cibule, 1 lžíce másla, ½ šálku žampionů, 1½ šálku na kostičky nakrájených rohlíků, 1 lžička nastrouhané citronové kůry, 1 lžíce nasekané pažitky, 1 lžíce sušené majoránky, 1 ušlehané vejce, 1½ šálku kuřecího vývaru (nebo kuřecího bujónu), špetka muškátového oříšku, česnek, sůl a pepř na dochucení

Kuře omyjte pod tekoucí vodou a osušte plátěným ubrouskem. Oloupejte cibuli a nasekejte ji nadrobno. Na pánvi rozehřejte máslo a zpěníte na něm cibulku. Přidejte žampiony a restujte zhruba 1 minutu. Nechte vychladnout a přimíchejte na kostičky nakrájené rohlíky, pažitku, citronovou kůru, majoránku, muškátový oříšek, ušlehané vejce a dochuťte solí a pepřem. Vzniklou směsí naplňte kuře a otvor uzavřete párátky. Kuře potřete máslem a solí a umístěte na nízký rošt. Pečte 20 minut při teplotě 160° C. Poté kuře otočte, potřete máslem a pečte zhruba dalších 20 minut nebo až bude dozlatova opečené.

Štáva:

Ze dna nádoby odeberte vypečenou šťávu. Přidejte lžici hladké mouky, zahřejte na mírném ohni a míchejte do hladka. Pomalu přidejte 1½ šálku kuřecího vývaru (nebo kuřecího bujónu). Krátce povařte na mírném ohni. Dochuťte solí a pepřem.

Pečená zelenina

Zelenina dle vlastního výběru, nakrájená na stejně velké kousky, 2 až 3 lžice jedlého rostlinného oleje, česnek, sůl a pepř k dochucení

Zeleninu omyjte a případně oloupejte. Nakrájejte ji na stejně velké kousky a vložte do misky. Přidejte 2 až 3 lžice rostlinného oleje a česnek a dochutěte solí a pepřem. Vše dobře promíchejte. Troubu nechte předehřát. Zeleninu rozložte na vysoký rošt a pečte ji 30 až 45 minut při teplotě 180 °C. Mezi jednotlivými kousky zeleniny nechte mezery, aby nebyla narušena cirkulace vzduchu. Skutečná doba pečení závisí na druhu zeleniny a velikosti kousků.

Brambory pečené v alobalu

Středně velké brambory (2 ks na osobu), máslo, česnek, sůl a pepř k dochucení

Brambory omyjte a očistěte. Umístěte je na alobal. Potřete je máslem a utřeným česnekem a dochutěte solí a pepřem. Každou bramboru zabalte zvlášť do alobalu.



Tip:

Takto připravené brambory lze péct současně s masem.

Brambory umístěte na vysoký rošt a pečte je zhruba 45 minut při teplotě 190 °C. Abyste ověřili, zda jsou brambory měkké, propíchněte je vidličkou. V případě potřeby prodlužte dobu pečení. Podávejte přelité kysanou smetanou a posypané pažitkou nebo strouhaným sýrem.

Gratinovaný květák

1 středně velký květák, 60 g másla, 2 lžice hladké mouky, 250 g smetany, 150 g nastrohaného sýru čedar, sůl a pepř k dochucení

Květák omyjte, očistěte a rozdělte na větší růžičky. Růžičky krátce povařte v osolené vodě, aby nebyly příliš měkké. Po vyjmutí je nechte okapat.

Na pánvi rozehřejte ⅓ másla. Přidejte mouku a míchejte do hladka. Přidejte smetanu a strouhaný sýr (2 lžice nechte na posypání) a vařte na mírném ohni 1 minutu. Dochutěte solí a pepřem.

Růžičky kvěťáku naskládejte do zapékací misky a přelijte připravenou omáčkou. Navrch posypte zbylým sýrem a pokladte kousky másla. Zapékejte v troubě předehřáté na 150 °C zhruba 15 až 20 minut nebo až bude povrch opečený dozlatova.

POKYNY A INFORMACE O NAKLÁDÁNÍ S POUŽITÝM OBALEM

Použitý obalový materiál odložte na místo určené obcí k ukládání odpadu.

LIKVIDACE POUŽITÝCH ELEKTRICKÝCH A ELEKTRONICKÝCH ZAŘÍZENÍ



Tento symbol na produktech anebo v průvodních dokumentech znamená, že použité elektrické a elektronické výrobky nesmí být přidány do běžného komunálního odpadu. Ke správné likvidaci, obnově a recyklaci předejte tyto výrobky na určená sběrná místa. Alternativně v některých zemích Evropské unie nebo jiných evropských zemích můžete vrátit své výrobky místnímu prodejci při koupi ekvivalentního nového produktu. Správnou likvidací tohoto produktu pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomáháte prevenci potenciálních negativních dopadů na životní prostředí a lidské zdraví, což by mohly být důsledky nesprávné likvidace odpadů. Další podrobnosti si vyžádejte od místního úřadu nebo nejbližšího sběrného místa. Při nesprávné likvidaci tohoto druhu odpadu mohou být v souladu s národními předpisy uděleny pokuty.

Pro podnikové subjekty v zemích Evropské unie

Chcete-li likvidovat elektrická a elektronická zařízení, vyžádejte si potřebné informace od svého prodejce nebo dodavatele.

Likvidace v ostatních zemích mimo Evropskou unii

Tento symbol je platný v Evropské unii. Chcete-li tento výrobek zlikvidovat, vyžádejte si potřebné informace o správném způsobu likvidace od místních úřadů nebo od svého prodejce.



Tento výrobek splňuje veškeré základní požadavky směrnic EU, které se na něj vztahují.

