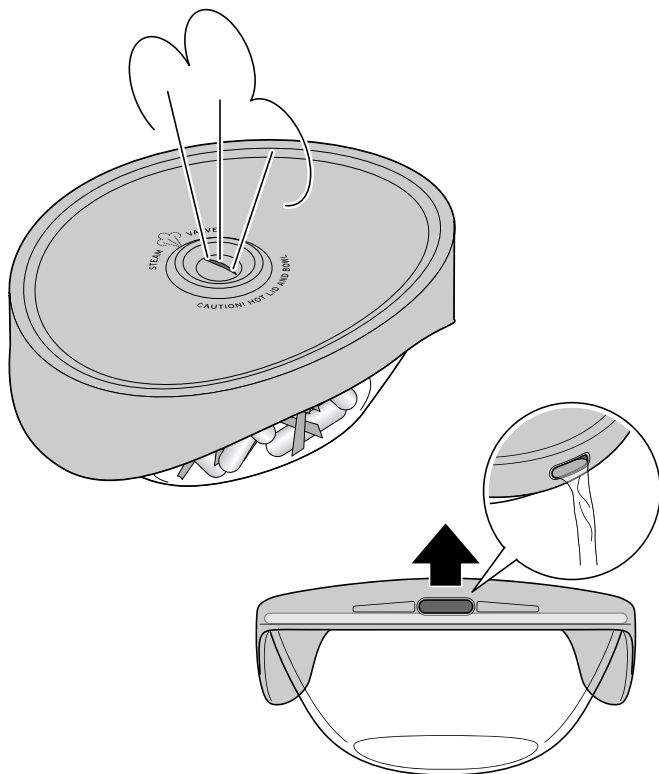


Párolótál mikrohullámú sütőhöz



Kedves Vásárlónk!

A párolótálban gyorsan, egészséges és zsírszegény módon készítheti el az ételeket a mikrohullámú sütőben vagy a sütőben.

Ha saját levében párolja az ételt, a vitaminok és tápanyagok nagy része benne marad, az ételek aromája pedig jobban kibontakozik.

A fedél praktikus kiöntőnyílással rendelkezik, amelyen keresztül könnyedén leöntheti a felesleges vizet vagy az összegyűlt kondenzvizet.








Néhány receptötletet is talál útmutatónkban, így azonnal kipróbálhatja a párolótálat.



A szép formájú üvegtálban akár tálalhatja is az ételt.

Jó étvágyat kívánunk!

Fontos tudnivalók

Figyelmesen olvassa el a biztonsági előírásokat, és az esetleges sérülések és károk elkerülése érdekében csak az útmutatóban leírt módon használja a terméket.

-   A párolótál élelmiszerek sütőben vagy mikrohullámú sütőben történő felmelegítésére és párolására alkalmas.
-  Semmiképp ne használja a grillfunkciót!
 Vegye figyelembe a sütő, illetve a mikrohullámú sütő gyártójának ajánlásait is. Sütőben való használat előtt, melegítse elő a sütőt. A terméket a fagyasztóban is használhatja.
-   Ne helyezze a párolótálat nyílt lángra, főzőlapra vagy a sütő aljára.
-  $+230^{\circ}\text{C}$
 -30°C Az üvegtál és a fedél -30°C és $+230^{\circ}\text{C}$ közötti hőmérsékleten használható.
- Úrtartalma max. 500 ml folyadék. Ne töltsse fel a peremig!
- Bár a fedél szorosan illeszkedik az üvegtálra, sütőben való használat során mégis meglazulhat. A párolótálat soha ne a fedelénél fogva szállítsa.

- A keletkező gőz a fedélben lévő szelepnílánson keresztül távozik. Soha ne takarja le vagy blokkolja azt használat közben. Arcát, kezét, egyéb testrészeit ne tartsa a szelep fölé. Forrázásveszély!
-  Legyen óvatos, ha ételt melegít/főz a párolótálban. Használjon mindig edényfogó kesztyűt vagy hasonlót, amikor kiveszi a párolótálat a mikrohullámú sütőből vagy a sütőből, vagy ha felnyitja a fedelet. Arcát, kezét, egyéb testrészeit ne tartsa a kiáramló gőz fölé. A terméket tartsa vízszintesen, így nem folyik ki belőle a folyadék. Forrázásveszély áll fenn!
- A zsiradékkal való érintkezés miatt a szilikon fedél felületén egy idő után sötét elszíneződések jelenhetnek meg. Az elszíneződésnek nincs egészségkárosító hatása, illetve nem befolyásolja a termék minőségét vagy funkcióját. Intenzív színű élelmiszerek hatására elszíneződhet a szilikon. Ezt azonnali tisztítással szinte teljesen el lehet távolítani.
-  Tisztítsa meg a párolótálat az első használat előtt és minden további használat után meleg vízzel és némi mosogatószerrel. A tisztításhoz ne használjon maró tisztítószereket vagy hegyes tárgyakat. Az üvegtál és a fedél mosogatógépben tisztíthatók. Azonban a fedelet ne helyezze közvetlenül a fűtőszálak fölé.
- Ne tegye ki az üvegtálat hirtelen nagy hőmérséklet-változásnak. Ne töltsön például hideg vizet a még forró üvegtálba, vagy forró vizet a lehűtött üvegtálba. Az üveg elpattanhat.
- A forró üvegtálat ne helyezze kényes felületre. Szükség esetén használjon hőálló alátétet.
- Ne használja tovább az üvegtálat, ha az megsérült vagy összekarcolódott. Törésveszély!
- A mikrohullámú sütők teljesítménye változó. A receptekben megadott főzési idők csak irányadásként szolgálnak.
- Elkészítés előtt ellenőrizze a receptet, hogy nem tartalmaz-e olyan összetevőt, amelyre Ön, vagy valaki az Ön környezetében allergiás lehet. Kétség esetén válasszon másik receptet, vagy helyettesítse az adott összetevőt egy alkalmasabbal.

Brokkolis garnélarák

Hozzávalók:

- 6 közepes méretű brokkoli rózsza
- 6 közepes méretű tisztított, nyers garnélarák
- 1 tk. újhagyma karika
- 1 tk. szezám- vagy olívaolaj
- reszelt konzerv gyömbér ízlés szerint
- 1 tk. szójaszósz
- 1 tk. apróra vágott fokhagyma

Elkészítés:

1. Öblítse le a brokkoli rózsákat hideg csapvízzel (ivóvíz minőség), majd helyezze őket a párolótálba.
2. Tegye bele a többi hozzávalót is a fenti sorrendben.
3. Helyezze a fedelet az üvegtálra, majd tegye 4 percre 500-600 watt teljesítményen a mikrohullámú sütőbe.

Cikkszám:

356 501

International Innovation Company B.V.
Groothandelsweg 1, 2645 EG Delfgauw,
The Netherlands

Párolt lazac

Hozzávalók:

1 adag lazacfilé

egy kevés só és bors

2 tk. majonéz

1-2 tk. Sriracha szósz (nagyon csípős thai csili szósz)

2-3 citromkarika

1 tk. petrezselyem

100 g cukorborsó

Elkészítés:

1. Öblítse le a lazacot hideg csapvízzel (ivóvíz minőség), majd itassa fel a vizet.
2. Helyezze a lazacot a párolótálba, bőrével lefelé. Fűszerezze sóval-borssal, majd hagyja egy kicsit állni.
3. A majonézt és a Sriracha szószot keverje el egy kis tálban. Kenje be a lazac felső oldalát a keverékkel. Használjon hozzá élelmiszerekhez való ecsetet vagy hasonlót.
4. Helyezze a cukorborsót a lazacra és köré.
5. Tegye rá a citromkarikákat és egy kis petrezselymet is.
6. Helyezze a fedelet az üvegtálra, majd tegye 4 percre 700-800 watt teljesítményen a mikrohullámú sütőbe.
7. A lazac közepébe szúrt villával ellenőrizze, hogy elkészült-e már. Ha még nyersnek találja, párolja további 30-45 másodpercig.

Brownie

Hozzávalók:

- 2 tk. cukrozatlan kakaópor
- 1 1/2 tk. teljes kiőrlésű búzaliszt
- 2 tk. víz
- 1 tk. zsírszegény görög natúr joghurt
- 2 tk. agavé szirup
- 1/8 tk. vaníliás cukor
- egy kevés vaj a kikenéshez

Elkészítés:

1. Vajazza ki az üvegtálat, majd tegye félre.
2. Keverje össze a kakaót és a lisztet egy kis tálban.
3. Egy másik tálban keverje el a vizet a joghurttal, az agavé sziruppal és a vaníliás cukorral. Adja hozzá a kakaó és liszt keveréket, majd keverje össze az egészet.
4. Ezt a tésztát öntse a kivajazott üvegtálba, majd óvatosan mozgassa azt ide-oda, hogy a tészta felszíne elsimuljon.
5. Helyezze a fedelet az üvegtálra, majd tegye 1 perc 15 másodpercre 700-800 watt teljesítményen a mikrohullámú sütőbe.
6. Vegye le a fedelet az üvegtálról (pl. edényfogó kesztyűvel vagy hasonlóval), majd helyezze a nyitott üvegedényt 1 perc 15 másodpercre 700-800 watt teljesítményen a mikrohullámú sütőbe.
7. Vegye ki az üvegtálat a mikrohullámú sütőből, majd hagyja benne az elkészült brownie-t 3 percig pihenni. Ezalatt készre sül.