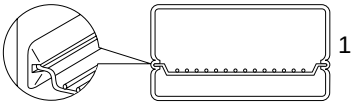
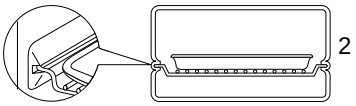
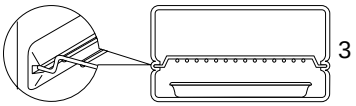
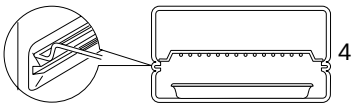
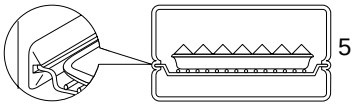
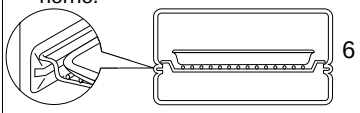
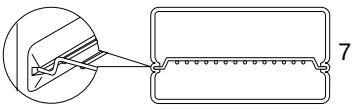
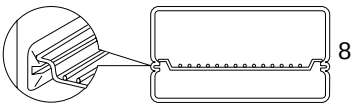
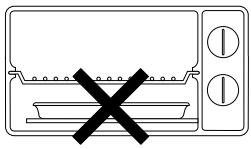
E

PROGRAMAS PARA LA COCCIONA

Programa	Posición mando superior (ON/OFF + tiempos para tostar)	Posición mando inferior (selector programas/ termostato)	Posición parrilla
Mantener caliente la comida	**ON**	60	 1
Cocción al horno	**ON**	hasta 230°C	 2
Cocción al grill	**ON**	▼▼▼	 3  4
Cocción al grill	**ON**	▼▼▼	POSICIÓN INFERIOR Parrilla dietética (si suministrada) introducida en la bandeja del horno.  5 POSICIÓN SUPERIOR Parrilla dietética (si suministrada) introducida en la bandeja del horno.  6
Pan tostado	hasta 6 minutos	TOAST	 7
Tostadas embutidas (sandwiches)	hasta 6 minutos	TOAST	 8

¡CUIDADO!
Cuando se utiliza el aparato para la cocción en el horno (2) o para realizar tostaduras (7 y 8), no poner JAMÁS la bandeja del horno (u otros contenedores y accesorios para la cocción) directamente encima de la resistencia inferior.



INSTRUCCIONES IMPORTANTES

Antes de utilizar el horno por la primera vez, léanse atentamente estas advertencias. Esto apara evitar errores y obtener los mejores resultados.

1. Este horno ha sido diseñado para cocinar alimentos. No se deberá utilizar para otros fines y de ninguna manera se podrá modificar ni alterar.
2. Antes del uso, controlar que el aparato no halla sufrido daños durante el transporte.
3. Situar el aparato sobre un plano horizontal a una altura de por lo menos 85 cm, **fuera del alcance de los niños.**
4. Durante el funcionamiento, las partes metálicas y el cristal se calientan: obrar sobre el aparato tocando sólo las perillas y las asas de plástico.
5. Antes de insertar el enchufe en la toma de corriente, verificar que:

- la tensión de red corresponda al valor indicado en la plaqueta de características técnicas que se encuentra debajo del aparato;
- la toma de corriente tenga un alcance mínimo de 10A y que esté provista de una puesta a tierra suficiente: **el fabricante no se responsabiliza en caso de que esta norma de prevención de los accidentes no se respetara.**

6. Lavar con sumo cuidado todos los accesorios antes de su utilización.
7. Antes de utilizar por primera vez el aparato, ponerlo en función vacío con el termostato al máximo por 15 minutos por lo menos, para eliminar el olor de “nuevo” y el humo debidos a la presencia de substancias protectoras que se aplicaron a la resistencia antes del transporte. Durante esta operación airear la habitación.
8. No transportar el aparato cuando está funcionando.
9. No conecten el aparato con la red de alimentación eléctrica si el cable está estropeado. Para sustituir el cable diríjanse al Centro de Asistencia más cercano.

CARACTERÍSTICAS TÉCNICASE

Tensión de funcionamiento ..... véase la plaqueta de características
Potencia máxima absorbida ..... véase la plaqueta de características

Este aparato se ajusta a la directiva CEE 89/336 relativa a la compatibilidad electromagnética.
Los materiales y los objetos destinados al contacto con productos alimenticios se ajustan a lo dispuesto por la Directiva CEE 89/109.

CONSEJOS UTILES

- Si se quiere precalentar el horno, colocar el mando del termostato en la posición deseada: el indicador luminoso se enciende y el horno se calienta; cuando el indicador se apaga el tiempo de precalentamiento ha acabado y se pueden introducir los alimentos a cocer.
- Los tiempos de cocción dependen de la calidad de los productos, de la temperatura de los alimentos y del gusto personal. Los tiempos detallados en las tablas que se indican a continuación por tanto son indicativos y susceptibles de cambio.
- Para la cocción de los alimentos congelados, respetar los tiempos aconsejados en el embalaje de los productos.

PROGRAMAS PARA LA COCCION

1) MANTENER CALIENTE LA COMIDA

Colocar el mando inferior en la temperatura de 60° y girar el mando superior en posición “” con la parrilla en la posición 1 (ver tabla "Programas para la cocción").

2) COMO COCINAR AL HORNO

- Colocar la parrilla en la posición 2 (ver tabla "Programas para la cocción").
- Poner la bandeja sobre la parrilla u otro recipiente similar (por ej.: fuente de horno).
- El mando superior debe hallarse en la posición "".
- Girar el mando inferior en el sentido de las agujas de un reloj hasta la temperatura deseada (ver tabla).
- Al finalizar la cocción, para apagar el horno, girar el mando superior hasta la posición “O”, y el inferior hasta la posición "●".

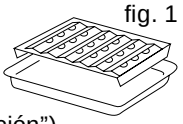
Notas:*Cuando olvidamos girar el selector superior hasta la posición "O" y el selector inferior ya está en la posición "●", es totalmente normal que el indicador luminoso presente una luz débil.*

TABLA DE COCCION	Temperatura °C	Tiempos de cocción	Posición parrilla
Pan	230	45	2
Soufflè	230	30	2
Filetes de pescado	200	30	2
Rape	200	30	2
Pescado gratinado	200	30	2
Truchas	200	30	2
Merluza	230	70	2
Lomos	200	35	2
Cerdo asado (1 kg.)	230	80	2
Ternera asada (1 kg.)	230	80	2
Pollo (trozos - 1,0 kg.)	230	75	2
Codornices	230	50	2
Verduras gratinadas	200	12	2
Gratinado de patatas con bechamel	200	45	2
Patatas rellenas	230	65	2
Tomates	230	35	2
"Pasticcio"	230	38	2
Verduras rellenas	200	50	2
Espárragos	230	18	2
Lasaña	230	38	2
Macarrones cortados	230	30	2
Pechuga de pollo	230	40	2
Pollo en trozos	230	75	2
Pastel de carne picada	230	70	2
Pastaflora	200	15	2
Pastel glaseado con frutas	200	35	2
Pastel de requesón	200	45	2
Plum cake	200	48	2
Soufflé de frutas	200	22	2
Galletas	200	30	2
Merengues	150	30	2

3) COCCIÓN CON GRILI

Para emparrillar, utilicen siempre la bandeja del horno (E) con la parrilla (D).
No alejarse del horno cuando el grill está funcionando.
Antes de usar el grill por primera vez y cada vez antes de guardarlo, lavar la bandeja del horno y la parrilla con agua templada enjabonada.
No tapar la parrilla con papel de aluminio pues esto impide que la grasa cuele hasta la bandeja del horno, causa humo y malos olores y no permite una correcta circulación del aire.
Aconsejamos además echar medio vaso de agua en la bandeja para facilitar la limpieza y evitar el humo causado por la grasa cuando ésta se quema.

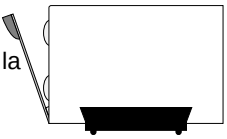
fig. 1



EMPARRILLAR

1. Utilizar los accesorios de la siguiente manera:
   Si el horno no está dotado de parrilla dietética (F)
   - Poner la parrilla en la posición 3 o 4 (Consulten la tabla “Programas de cocción”).
   - Poner la bandeja del horno (E) encima de la resistencia inferior
   - Poner los alimentos que desea emparrillar sobre la parrilla.

   Si el horno está dotado de parrilla dietética (F)
   - Poner la parrilla dietética (F) en la bandeja del horno, como se indica en la figura 1.
   - Poner los alimentos que desea emparrillar en la parrilla dietética y colocar todo en la parrilla en la posición 5 o 6 (Consulten la tabla “Programas de cocción”).

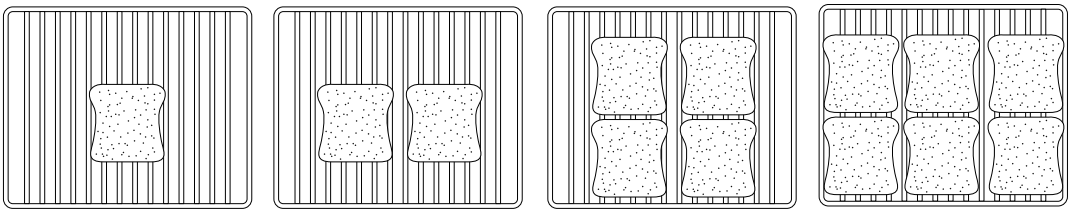


Dejen siempre por lo menos 3 cm entre la comida y la resistencia superior.
2. Cierren la puerta sólo hasta que oyen el primer salto, como se evidencia en la figura al lado.
3. Girar el selector inferior hasta la posición ▼▼▼.
4. Girar el selector superior hasta la posición ✋.
5. Cuando han acabado de emparrillar, giren el selector superior hasta la “O” y el inferior hasta la “O”. Presten mucha atención al sacar los alimentos y la parrilla y también al quitar la grasa de la bandeja del horno.

Tabla de cocción	Tiempos de cocción	Posición parrilla
Chuleta de buey o cerdo de 1 cm. de grosor	10 min. por cada lado	4
Chuleta de buey o cerdo de 2 cm. de grosor	13 min. por cada lado	3
Chuleta de cordero	12 min. por cada lado	3
Salchichas	10 min. por cada lado	3
Bistec	5 min. por cada lado	4
Wurstel	6 min. por cada lado	4
Broquetas	45 min.	3

4) PARA TOSTAR AUTOMATICAMENTE

- La capacidad de la parilla es tal que consiente tostar 6 rebanadas de pan contemporáneamente, de todas formas se obtiene un resultado mejor sólo con 4 rebanadas.
- Para tostar, colocar las rebanadas de pan, según su cantidad, como se indica en la figura.



1 rebandana de pan 2 rebandanas de pan 4 rebandanas de pan 8 rebandanas de pan

1. Colocar la parrilla en la posición 7 para hacer tostadas o en la posición 8 para hacer emparedados rellenos (sandwiches) (Consulten la tabla “Programas de cocción”). No dejen nunca la bandeja del horno (E) u otros accesorios encima de la resistencia inferior.
2. Colocar las rebanadas o las tostadas en el centro de la parrilla como se indica en la figura y cerrar la puerta.
3. Girar el mando inferior hasta la posición TOAST.
   Puede que se forme condensación en el vidrio interno de la puerta, pero esto es normal. La condensación desaparecerá al calentarse el minihorno.
4. Programar el mando superior en función de como se quiera tostar (1 a 7 minutos). Más largo es el tiempo programado y más se tostarán los alimentos.
   Al utilizar el horno por primera vez, seleccionar una posición intermedia y tostar algunas rebanadas para comprobar su funcionamiento. Luego regular el selector en función del gusto personal.
5. Una vez transcurrido el tiempo programado, una señal acústica indica que ha pasado el tiempo seleccionado. Ya que se ha acabado de tostar, las resistencias se apagan automáticamente.

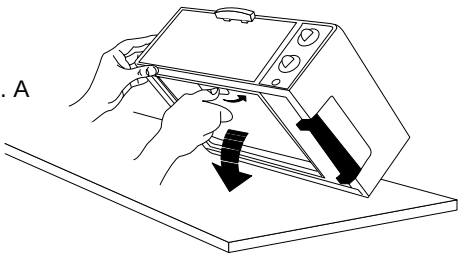
ALGUNOS CONSEJOS PARA TOSTAR PERFECTAMENTE

- Las rebanadas de pan muy gruesas o el pan congelado requieren más tiempo para tostarse.
- Una sola rebanada de pan requiere un tiempo inferior con respecto a muchas rebanadas.
- Cuando se quieren tostar más rebanadas seguidamente, seleccionar con el mando superior un tiempo más breve.
- Emparedado italiano (para 3 personas): coloquen en la parrilla (D) 3 rebanadas de pan de molde. Poner en cada rebanada una loncha de queso, otra de jamón York y al final otra loncha de queso. Taparlas con las otras 3 rebanadas.
  Colocar en el horno (parrilla en la posición 8, Consulten la tabla “Programas de cocción”). Girar el selector inferior hasta la posición EMPAREDADOS y regular en el superior el grado de cocción deseado.

LIMPIEZA

- Una limpieza frecuente evita la formación de humos y malos olores durante la cocción.
- Antes de cualquier operación de limpieza, desenchufar el aparato sacando la clavija de la toma de corriente.
- No introducir nunca el aparato en el agua ni lavarlo debajo del grifo.
- La parrilla y la bandeja se lavan como vajilla normal, tanto a mano como en el lavavajillas.
- Para la limpieza de la armazón utilizar siempre una esponja húmeda. Evitar el uso de productos abrasivos que podrían dañar el barniz.
- Para la limpieza interior del horno de aluminio no utilizar nunca productos que puedan atacar este último (detergentes bajo presión) ni rascar las paredes con objetos puntiagudos o cortantes.
- Para la limpieza del fondo abrir la puerta apretando el cierre (fig. A) y luego poner el horno en posición vertical (fig. B). De esta forma las operaciones para la limpieza resultan más sencillas. Una vez finalizada la limpieza, cerrar la puerta comprobando que se haya enganchado correctamente.

Fig. A



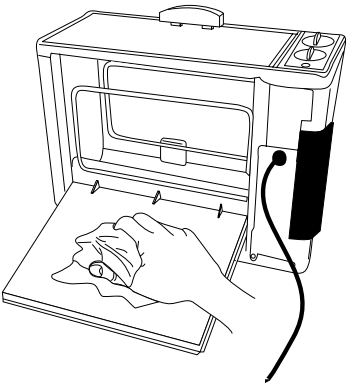


Fig. B

HORNO AUTOLIMPIANTE

Las paredes interiores del horno están revestidas de esmalte microporoso antigrasa que absorbe y elimina las salpicaduras ocasionadas durante la cocción.

A fin de mantener siempre eficiente la acción de autolimpieza del esmalte, se recomienda no utilizar detergentes abrasivos para la limpieza del horno.

En caso de derrame de grasa, secar enseguida con una esponja húmeda y calentar el horno durante 2 horas con el termostato sobre 230°. Esperar que el horno se haya enfriado, luego limpiar nuevamente con la esponja húmeda.

RECETAS

Lasaña

Ingredientes para 4 personas
- 200 g de hojas de pasta de huevo
- 300 g de pulpa de novillo picada
- cebolla, zanahoria y apio picados
- 2 cucharadas soperas de pulpa de tomate
- 30 g de mantequilla, queso rallado
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva
- bechamel (con 35 g de harina aproximadamente, mantequilla, 1/2 litro de leche, sal, queso rallado y nuez moscada)
- sal y pimienta

Primero se debe preparar la salsa boloñesa. En una cazuela poner la cebolla, con el apio y zanahoria todo picado, añadir la carne, aceite de oliva, mantequilla, sal y pimienta. Dar unas vueltas y dejar cocer a fuego lento durante algunos minutos. Cuando las verduras están tiernas y la carne empieza a dorarse incorporar un poco de agua y la pulpa de tomate, al romper el hervor tapar y dejar cocer hasta finalizar la cocción (una hora aproximadamente).
Cocer las hojas de pasta, pocas a la vez, en abundante agua con sal durante 5 minutos aproximadamente.
Escurrir con la espumadera, extender sobre un trapo limpio y dejar enfriar. Preparar la bechamel del modo siguiente: derretir la mantequilla a fuego lento. Echar la harina y mezclar hasta obtener una salsa lisa. Cuando la mezcla empieza a espumar (no se debe dorar), echar la leche y seguir removiendo. Incorporar el queso rallado, la nuez moscada y la sal (tiempo de cocción 10 a 15 minutos).
La bechamel debe resultar algo líquida. Cuando todos los ingredientes están listos, precalentar el horno a 230°C y untar de mantequilla una fuente de horno; forrar el fondo con una capa de hojas de pasta, verter un poco de salsa boloñesa, espolvorear de queso rallado y añadir la bechamel echándole encima algunos trocitos de mantequilla. Seguir adelante formando varias capas, la última de bechamel. Meter al horno y cocer durante 38 minutos siempre a 230°C, parrilla en posición 2.

Patatas rellenas

Ingredientes para 4 personas
- 8 patatas de medio tamaño
- 100 g de jamón de york
- 100 g de champiñones
- 2 huevos
- mantequilla, queso rallado
- perejil picado, sal y pimienta

Precalentar el horno a 230°C (parrilla en posición 2). Al alcanzar la temperatura, asar en el horno durante 25 minutos las patatas sin pelarlas, lo que se debe hacer después, sacando también la pulpa para poderlas rellenar. En sartén saltear con la mantequilla los champiñones en láminas, mezclarlos con el jamón, el perejil todo ello picado, agregar la pulpa de las patatas que se había reservado, ligar con los huevos y salpimentar. Rellenar las patatas, ponerlas en una fuente de horno untada de mantequilla, espolvorear con el queso rallado y algunos pequeños trocitos de mantequilla. Hornear 40 minutos.

Gratinado de macarrones y alcachofas

Ingredientes para 4 personas
- 250 g de corazones de alcachofas (también congeladas)
- 500 g de bechamel
- 250 g de macarrones cortados frescos
- 50 g de queso parmesano
- ajo y perejil picados
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva
- sal y pimienta

Cortar en láminas los corazones de alcachofas y cocerlos durante 15 minutos con el ajo, perejil, aceite de oliva, sal y pimienta. Cocer al dente los macarrones. Preparar la bechamel y en el entretiempo, triturar las alcachofas. Agregar un par de cucharadas de bechamel a la salsa de alcachofas y añadir el queso parmesano. Mezclarlo muy bien y verterlo en una fuente de horno. Cubrir con una capa de bechamel. Mientras tanto precalentar el horno a 230°C con la parrilla en posición 2. Meter al horno y cocer durante 30 minutos. Servir caliente.

Broquetas de carne a la parrilla

Ingredientes para 2 personas
- 400 g de carne variada de cerdo, ternera, pavo y pollo
- un pimiento
- 100 g de bacon en una única loncha
- algunas hojas de salvia
- sal

Cortar en trozos de medio tamaño la carne, el bacon y el pimiento e introducirlos en los palillos, alternándolos e interponiendo las hojas de salvia. Mientras tanto, precalentar el horno en la posición Grill durante 5 a 10 minutos. Luego colocar las broquetas (parrilla en posición 3 - 4) en la parrilla y cocer 45 minutos en total, dando un par de vueltas a las broquetas durante la cocción. A lo largo de la cocción, para sacar el máximo provecho, se aconseja dejar la puerta entreabierta y colocar la bandeja en el fondo de modo que se pueda recoger la grasa eventual. (Para evitar humos y olores, es aconsejable poner un poco de agua en el fondo de la bandeja).

Tomates amarillos

Ingredientes para 4 personas
- 4 tomates grandes
- 3 huevos
- medio vaso de leche
- 2 cucharadas soperas de queso rallado
- mantequilla y sal

Quitar la tapa a los tomates y eliminar las pepitas, luego sacarles parte de la pulpa. En un bol, batir los huevos, sazonar con sal, agregar el queso rallado y la leche. Colocar los tomates en una fuente de horno untada de mantequilla, rellenarlos con la mezcla obtenida, poner sobre cada tomate un trocito de mantequilla. Mientras tanto encender el horno y precalentarlo a 230°C. Hornear 35 minutos en total, parrilla en posición 2.

Trucha con aceitunas

Ingredientes para 2 personas
- 500 g de trucha asalmonada cortada por la mitad
- 50 g de aceitunas negras deshuesadas
- abundante cebolla y perejil picados
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva
- medio vaso de vino blanco seco
- sal y pimienta

Precalentar el horno a 200°C. Limpiar y lavar con esmero la trucha. Colocarla en una fuente de horno junto con la cebolla y el perejil picados, aceite, vino blanco, aceitunas, sal y pimienta. Meter al horno y cocer durante 30 minutos, parrilla en posición 2. Durante la cocción, rociar el pescado con su jugo.

Pollo asado

Ingredientes para 4 personas
- 1 kg de pollo troceado
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 125 g de vino blanco espumoso
- un diente de ajo, algunas hojas de salvia y romero
- un cubito de caldo, sal y pimienta

Lavar muy bien el pollo, luego secarlo. En una fuente de horno colocar el pollo, agregar el cubito de caldo troceado, el diente de ajo, salvia, romero, vino blanco, aceite de oliva y pimienta. En el entretiempo, precalentar el horno a 230°C y cocer durante 75 minutos con la parrilla en la posición 2. Durante la cocción, dar un par de vueltas al pollo.

Melocotones rellenos

Ingredientes para 4 personas
- 5 melocotones amarillos
- algunos “amaretti”
- 1 + 1/2 vaso de vino tinto
- 1 vaso pequeño de marrasquino
- 1 yema de huevo
- 50 g de azúcar

Cortar por la mitad cuatro melocotones sin pelarlos, deshuesarlos y con una cucharilla sacar un poco de pulpa. En un bol poner la pulpa sacada y aquélla del melocotón reservado; mezclarla con los “amaretti” desmigados, la yema, una cucharadita de azúcar y el marrasquino. Rellenar los huecos de los melocotones. Mientras tanto precalentar el horno a 175°C durante diez minutos aproximadamente. Colocar los melocotones en placa de horno, rociar con el vino mezclado con azúcar, y espolvorear con una cucharada más de azúcar. Meter al horno y cocer 30 minutos, parrilla en posición 2. Servir los melocotones cubriéndolos con su jugo caliente.

Tarta de requesón

Ingredientes para 4 personas
- 250 g de hojaldre
- 1 yema de huevo
- 350 g de requesón muy fresco
- 3 higos frescos pequeños o de medio tamaño
- 3 cucharadas soperas de azúcar
- 2 cucharadas soperas de cacao
- esencia o ralladura de limón (sólo la parte amarilla)
- 5-6 “amaretti” desmigados

Estirar el hojaldre y forrar una tortera de 22-24 cm. de diámetro. Amasar en el robot el requesón, la yema de huevo, el azúcar, el cacao, los higos sin pelar y los “amaretti”. Antes de verter la mezcla, añadir la esencia o la ralladura de limón. Antes de meter al horno, desmigar 1 ó 2 “amaretti” sobre la mezcla. Decorar con recortes de la misma masa. Mientras tanto precalentar el horno a 200°C, luego hornear 45 minutos con la parrilla en posición 2.

Merengues con nata montada

Ingredientes para 6 personas
- 3 claras de huevo
- 150 g de azúcar
- 1/2 litro de nata montada
- mantequilla, poca harina

Con estos ingredientes, se pueden hacer 24 medios merengues. Con la batidora montar las claras a punto de nieve. Poco a poco agregar el azúcar, hacerlo suavemente para que el merengue quede firme. Untar de mantequilla, pero no en exceso, una placa de horno, espolvorearla con poca harina eliminando lo sobrante. En el entretiempo, precalentar el horno a la temperatura de 150°C. Poner el merengue en manga pastelera y formar unas bolitas; espolvorear con azúcar. Hornear 30 minutos, parrilla en posición 2. Hacer cuidado, pues los merengues no se deben dorar, sino tan sólo solidificar. Cuando estén fríos, cavarlos ligeramente con una cucharilla y llenarlos de nata montada, juntándolos de dos en dos.

Tarta con mermelada

Ingredientes para 4 personas
- 200 g de harina
- 100 g de azúcar
- 100 gramos entre margarina y mantequilla
- 3 yemas de huevo
- una pizca de sal
- ralladura de limón o naranja
- 1 yema de huevo
- un bote de mermelada de ciruela u otra fruta

Primero preparar la pasta brisa. Poner sobre la mesa la harina en forma de volcán junto con el azúcar y colocar en el centro una pizca de sal, las 3 yemas de huevo, la mantequilla y la margarina en trozos pequeños y ablandada, la ralladura de limón o naranja. Amasar lentamente los ingredientes hasta obtener una masa ligada. Cuando la masa esté lisa y homogénea, hacer una bola, enharinar, taparla con un trapo limpio y dejarla reposar media hora o algo más en un lugar fresco. Una vez transcurrido el tiempo de reposo, precalentar el horno a 200°C. Mientrar tanto estirar la masa con el rodillo y disponerla en una tortera untada con mantequilla, formando un borde de 2 cm. de alto aproximadamente. Repartir la mermelada y decorar la tarta con tiras de masa dispuesta formando una red. Pintar con la yema de huevo batida la superficie de la masa visible y meter al horno 35 minutos, parrilla en posición 2.