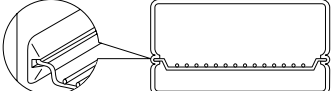
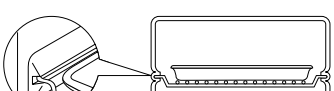
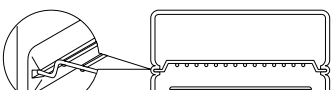
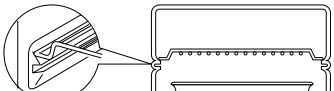
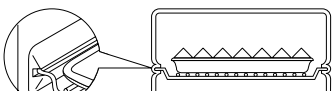
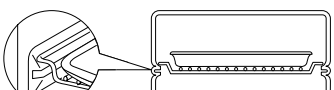
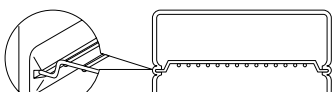
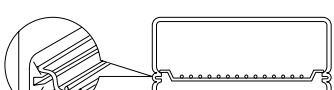


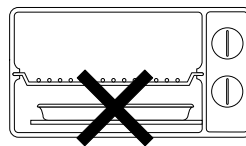


ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

Πρόγραμμα	Θέση πάνω διακόπτη (ON/OFF + χρόνοι τοσταρίσματος)	Θέση κάτω διακόπτη (επιλογέας προγραμ- μάτων/θερμοστάτης)	Θέση σχάρας
Διατήρηση ζεστών φαγητών	 ON	60	 1
Ψήσιμο στο φούρνο	 ON	Έως 230°C	 2
Ψήσιμο στο γκριλ	 ON	▼▼▼	 3  4
Ψήσιμο στο γκριλ	 ON	▼▼▼	ΚΑΤΩ ΘΕΣΗ Διατητική σχάρα (αν υπάρχει) στο ταψάκι φούρνου  5 ΠΑΝΩ ΘΕΣΗ Διατητική σχάρα (αν υπάρχει) στο ταψάκι φούρνου  6
Φέτες τοσταρισμένου ψωμιού	Μέχρι 6 λεπτά 	TOAST	 7
Γεμιστά τοστ	Μέχρι 6 λεπτά 	TOAST	 8

ΠΡΟΣΟΧΗ:

Όταν χρησιμοποιείται τη συσκευή για ψήσιμο στο φούρνο (2) ή για τοσταρίσμα (7 και 8), μην ακουμπάτε **ΠΟΤΕ** το ταψάκι (ή άλλα σκεύη και εξαρτήματα ψησίματος) απευθείας πάνω στην κάτω αντίσταση.



ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

Πριν αρχίσετε τη χρήση του φούρνου, διαβάστε προσεκτικά αυτές τις οδηγίες. Αυτό θα σας επιτρέψει να αποφύγετε λάθη και να έχετε καλύτερα αποτελέσματα.

1. Ο φούρνος αυτός έχει μελετηθεί για το ψήσιμο φαγητών. Δεν πρέπει να χρησιμοποιείται για διαφορετικούς σκοπούς και δεν πρέπει με κανένα τρόπο να τροποποιείται ή να παραβιάζεται.
2. Πριν τη χρήση, βεβαιωθείτε ότι η συσκευή δεν έχει υποστεί ζημιές κατά τη μεταφορά.
3. Τοποθετήστε τη συσκευή πάνω σε οριζόντια επιφάνεια σε ύψος τουλάχιστον 85 cm, **σε σημείο που δεν μπορούν να φτάσουν παιδιά.**
4. **Κατά τη διάρκεια της λειτουργίας τα μεταλλικά τοιχώματα και το τζάμι είναι ζεστά:** χρησιμοποιήστε τη συσκευή ακουμπώντας μόνο τους διακόπτες και τις πλαστικές λαβές.
5. Πριν συνδέσετε το φις στην πρίζα του ρεύματος, βεβαιωθείτε ότι:
 - η τάση του δικτύου αντιστοιχεί στην τιμή που αναγράφεται στην πινακίδα τεχνικών χαρακτηριστικών, που βρίσκεται κάτω από τη συσκευή
 - η πρίζα του ρεύματος έχει ελάχιστη παροχή 10A και είναι κατάλληλα γειωμένη: **ο κατασκευαστής δεν φέρει καμία ευθύνη σε περίπτωση που δεν τηρηθεί ο παραπάνω κανόνας.**
6. Πλύντε προσεκτικά όλα τα εξαρτήματα πριν από τη χρήση.
7. Πριν από τη χρήση και για 15 τουλάχιστον λεπτά, αφήστε τη συσκευή να λειτουργήσει άδεια για να εξαλείψετε την οσμή του "καινούργιου" και λίγο καπνό που οφείλεται στην παρουσία προστατευτικών ουσιών οι οποίες εφαρμόζονται στις αντιστάσεις πριν τη μεταφορά. Κατά τη διάρκεια αυτής της ενέργειας αερίστε καλά το δωμάτιο.
8. Μη μετακινείτε τη συσκευή όταν λειτουργεί.
9. Μη συνδέετε τη συσκευή στο δίκτυο σε περίπτωση που το καλώδιο έχει πάθει ζημιά. Για την αντικατάσταση του καλωδίου, απευθυνθείτε στο κοντινότερο Σέρβις.

ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Τάση λειτουργίας βλέπε πινακίδα χαρακτηριστικών
Συνολική απορροφούμενη ισχύς βλέπε πινακίδα χαρακτηριστικών

Η συσκευή αυτή συμμορφούται με την Οδηγία 89/336/EOK για την ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα. Τα υλικά και τα αντικείμενα που προορίζονται για επαφή με τα τρόφιμα συμμορφούνται με τις διατάξεις της οδηγίας EOK 89/109 και το Ν. 108 της 25ης Ιανουαρίου 1992.

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ

- Αν θέλετε να προθερμάνετε το φούρνο, γυρίστε το διακόπτη του θερμοστάτη στην επιθυμητή θέση: η λυχνία ανάβει και ο φούρνος ζεσταίνεται. Όταν η λυχνία σβήσει ο χρόνος προθέρμανσης έχει ολοκληρωθεί και μπορείτε να βάλετε το φαγητό για ψήσιμο.
- Οι χρόνοι ψησίματος εξαρτώνται από την ποσότητα των προϊόντων, από τη θερμοκρασία των τροφίμων και από το προσωπικό γούστο του καθενός. Συνεπώς, οι χρόνοι που αναγράφονται στους πίνακες που ακολουθούν πρέπει να θεωρούνται ενδεικτικοί και μπορούν να μεταβληθούν.
- Για το ψήσιμο κατεψυγμένων φαγητών συμβουλευθείτε τους χρόνους που αναγράφονται στη συσκευασία του προϊόντος.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

1) ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΖΕΣΤΩΝ ΦΑΓΗΤΩΝ

Γυρίστε τον κάτω διακόπτη στη θέση 60° και τον πάνω διακόπτη στη θέση "☞" με τη σχάρα στη θέση 1 (βλέπε πίνακα "Προγράμματα ψησίματος").

2) ΨΗΣΙΜΟ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ

- Τοποθετήστε τη σχάρα στη θέση 2 (βλέπε πίνακα "Προγράμματα ψησίματος").
- Τοποθετήστε πάνω στη σχάρα το ταψάκι ή άλλο παρόμοιο σκεύος (π.χ. πυρέξ).
- Ο πάνω διακόπτης πρέπει να βρίσκεται στη θέση "☞".
- Γυρίστε δεξιόστροφα τον κάτω διακόπτη και βάλτε τον στην επιθυμητή θερμοκρασία (βλέπε πίνακα).
- Στο τέλος του ψησίματος, για να σβήσετε το φούρνο, γυρίστε τον πάνω διακόπτη έως τη θέση "Ο", και τον κάτω διακόπτη στη θέση "●".

Σημείωση: αν δεν επαναφέρετε τον πάνω διακόπτη στη θέση "Ο" και ο κάτω διακόπτης βρίσκεται ήδη στη θέση "●", είναι φυσιολογικό η λυχνία να παρουσιάζεται ασθενώς φωτισμένη.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ	Θερμοκρασία °C	Χρόνοι ψησίματος (λεπ.)	Θέση σχάρας
Ψωμί	230	45	2
Σουφλέ	230	30	2
Φιλέτο ψαριού	200	30	2
Πεσκανδρίτσα	200	30	2
Ψάρι στη σχάρα	200	30	2
Πέστροφες	200	30	2
Μπακαλιάρος	230	70	2
Φέτες ψαριού	200	35	2
Χοιρινό ψητό (1 kg.)	230	80	2
Μοσχάρι ψητό (1 kg.)	230	80	2
Κοτόπουλο (τεμάχια - 1,0 kg.)	230	75	2
Ορτύκια	230	50	2
Σουφλέ λαχανικών	200	12	2
Σουφλέ με πατάτες και μπεσαμέλ	200	45	2
Πατάτες γεμιστές	230	65	2
Ντομάτες	230	35	2
Παστίτσιο	230	38	2
Γεμιστά	200	50	2
Σπαράγγια	230	18	2
Λαζάνια	230	38	2
Μακαρόνια	230	30	2
Κοτόπουλο στήθος	230	40	2
Κοτόπουλο σε κομμάτια	230	75	2
Κιμάς ρολό	230	70	2
Τούρτες	200	15	2
Πάστα φλόρα	200	35	2
Τούρτα με ανθότυρο	200	45	2
Κέικ	200	48	2
Σουφλέ φρούτων	200	22	2
Μπισκότα	200	30	2
Μαρέγκες	150	30	2

3) ΨΗΣΙΜΟ ΣΤΟ ΓΚΡΙΛ

Για να ψήσετε στο γκριλ, χρησιμοποιείτε πάντα το ταψάκι (E) με τη σχάρα (D).

Μην απομακρύνετε από το φούρνο όταν το γκριλ είναι αναμμένο.

Πριν χρησιμοποιήσετε το γκριλ για πρώτη φορά και μετά από κάθε χρήση, πλύντε το ταψάκι και τη σχάρα με χλιαρό νερό και σαπούνι.

Μη σκεπάζετε τη σχάρα με αλουμινόχαρτο. Αυτό εμποδίζει στα λίπη να τρέξουν στο ταψάκι προκαλώντας καπνό και δυσοσμία και δεν επιτρέπει τη σωστή κυκλοφορία του αέρα.

Είναι σκόπιμο ακόμη, να ρίχνετε μισό ποτήρι νερό στο ταψάκι για να διευκολύνετε τον καθαρισμό του και να αποφύγετε τον καπνό από το λίπος που καίγεται.

ΨΗΣΙΜΟ ΣΤΟ ΓΚΡΙΛ

- Χρησιμοποιήστε τα εξαρτήματα ως εξής:

Αν ο φούρνος δεν διαθέτει διαιτητική σχάρα (F):

- Βάλτε τη σχάρα στη θέση 3 ή 4 (βλέπε πίνακα "προγράμματα ψησίματος")
- Βάλτε το ταψάκι στο φούρνο (E) πάνω στην κάτω αντίσταση
- Βάλτε τα τρόφιμα που θέλετε να ψήσετε στο γκριλ πάνω στη σχάρα.

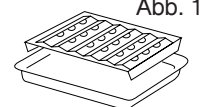


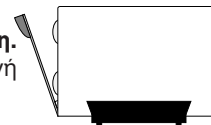
Abb. 1

Αν ο φούρνος διαθέτει διαιτητική σχάρα (F):

- Βάλτε τη διαιτητική σχάρα (F) στο ταψάκι, όπως φαίνεται στην εικ. 1
- Βάλτε τα τρόφιμα που θέλετε να ψήσετε στο γκριλ πάνω στη διαιτητική σχάρα και τοποθετήστε τα όλα στη σχάρα στη θέση 5 ή 6 (βλέπε πίνακα "προγράμ. ψησίματος").

Αφήνετε πάντοτε τουλάχιστον 3 cm ανάμεσα στο φαγητό και την πάνω αντίσταση.

- Κλείστε την πόρτα μόνο μέχρι την πρώτη θέση, όπως φαίνεται στη διπλανή εικόνα.



- Γυρίστε τον κάτω διακόπτη στη θέση ▼▼▼.

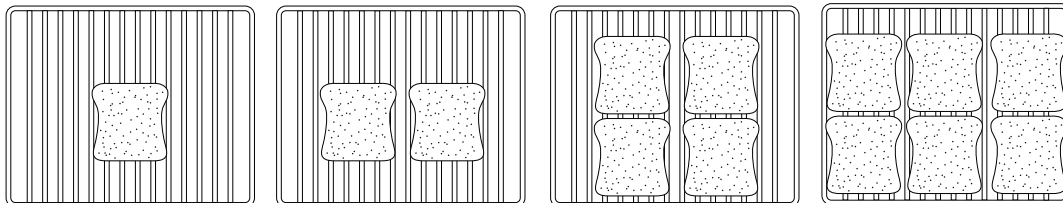
- Γυρίστε τον πάνω διακόπτη στη θέση 🖐️.

- Μετά το τέλος του ψησίματος, γυρίστε τον πάνω διακόπτη στο "Ο" και τον κάτω στο "Ο". Βγάλτε με πολύ προσοχή τα φαγητά και τη σχάρα και αδειάστε το λίπος από το ταψάκι.

Πίνακας ψησίματος στο γκριλ	Χρόνος ψησίματος	Θέση σχάρας
Μοσχάρι ή χοιρινό πάχους 1 cm.	10 λεπ. x πλευρά	4
Μοσχάρι ή χοιρινό πάχους 2 cm.	13 λεπ. x πλευρά	3
Παϊδάκια αρνίσια	12 λεπ. x πλευρά	3
Λουκάνικα	10 λεπ. x πλευρά	3
Μπριζόλες	5 λεπ. x πλευρά	4
Λουκάνικα Φραγκφούρτης	6 λεπ. x πλευρά	4
Σουβλάκια	45 λεπ.	3

4) ΑΥΤΟΜΑΤΟ ΤΟΣΤΑΡΙΣΜΑ

- Η χωρητικότητα της σχάρας σας επιτρέπει να τοστάρετε 6 φέτες ψωμιού ταυτόχρονα. Τα καλύτερα αποτελέσματα επιτυγχάνονται όμως με 4 φέτες.
- Για να τοστάρετε τοποθετήστε τις φέτες, ανάλογα με την ποσότητα, όπως στην εικόνα.



1. Βάλτε τη σχάρα στη θέση 7 για να τοστάρετε το ψωμί, ή στη θέση 8 για να φτιάξετε τοστ (σάντουιτς) (βλέπε πίνακα "Προγράμματα ψησίματος"). Μην αφήνετε ποτέ το ταψάκι (E) ή άλλα εξαρτήματα πάνω στην κάτω αντίσταση.
2. Τοποθετήστε τις φέτες ή τα τόστ στο κέντρο της σχάρας όπως φαίνεται στην εικόνα και κλείστε την πόρτα.
3. Γυρίστε τον κάτω διακόπτη στη θέση TOAST.
Μπορεί να σχηματιστεί υγρασία στο εσωτερικό τζάμι της πόρτας. Αυτό είναι απόλυτα φυσιολογικό. Η υγρασία θα εξατμιστεί μόλις ο φούρνος ζεσταθεί.
4. Γυρίστε τον πάνω διακόπτη στο χρόνο που αντιστοιχεί στον επιθυμητό βαθμό τοσταρίσματος (χρώμα του τοστ) (1 - 6 λεπτά).
Όσο μεγαλύτερος είναι ο χρόνος τόσο πιο έντονο τοστάρισμα επιτυγχάνεται.
Όταν χρησιμοποιείτε το φούρνο για πρώτη φορά, επιλέξτε μια ενδιάμεση θέση και τοστάρετε μερικές φέτες για να ελέγξετε το βαθμό τοσταρίσματος. Στη συνέχεια ρυθμίστε τον επιλογέα ανάλογα με τα προσωπικά σας γούστα.
5. Μετά την πάροδο του προγραμματισμένου χρόνου, ένα ηχητικό σήμα θα επισημάνει τη λήξη του χρόνου. Στο σημείο αυτό το τοστάρισμα ολοκληρώνεται και οι αντιστάσεις σβήνουν αυτόματα.

ΜΕΡΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΕΛΕΙΟ ΤΟΣΤΑΡΙΣΜΑ

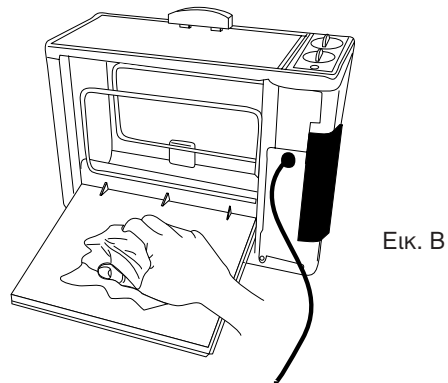
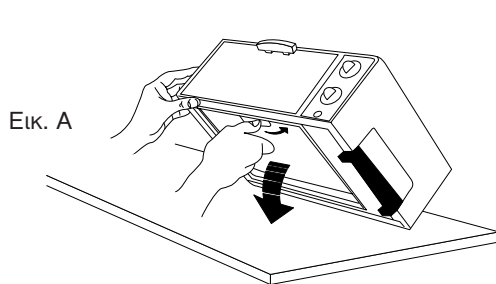
- Οι χοντρές φέτες ή το κατεψυγμένο ψωμί απαιτούν περισσότερο χρόνο τοσταρίσματος.
- Μία μόνο φέτα ψωμιού απαιτεί λιγότερο χρόνο τοσταρίσματος απ' ό,τι περισσότερες φέτες μαζί.
- Όταν θέλετε να τοστάρετε περισσότερες φέτες διαδοχικά, επιλέξτε με τον πάνω διακόπτη μικρότερο χρόνο ψησίματος.
- **Ιταλικό τοστ:** (για 3 άτομα): τοποθετήστε πάνω στη σχάρα (D) 3 φέτες ψωμιού για τοστ. Βάλτε πάνω σε κάθε φέτα μία φέτα τυρί, μία φέτα ζαμπόν και τέλος μία ακόμη φέτα τυρί. Σκεπάστε τις με άλλες 3 φέτες ψωμιού για τοστ. Βάλτε τη σχάρα στο φούρνο (θέση 8, βλέπε πίνακα "Προγράμματα ψησίματος"), γυρίστε τον κάτω διακόπτη στη θέση **Toast** και προγραμματίστε με τον πάνω διακόπτη τον επιθυμητό βαθμό τοσταρίσματος.

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

- Ο συχνός καθαρισμός εμποδίζει το σχηματισμό καπνών και δυσοσμίας κατά τη διάρκεια του ψησίματος.
- Πριν από οποιαδήποτε ενέργεια καθαρισμού αποσυνδέετε πάντα το φισ από την πρίζα του ρεύματος.
- Μη βυθίζετε ποτέ τη συσκευή στο νερό. Μην την πλένετε κάτω από τρεχούμενο νερό.
- Η σχάρα και το ταψάκι πλένονται όπως τα κοινά σκεύη, τόσο στο χέρι όσο και στο πλυντήριο πιάτων.
- Για τον καθαρισμό του σκελετού χρησιμοποιείτε πάντα ένα υγρό σφουγγαράκι. Αποφεύγετε τη χρήση διαβρωτικών προϊόντων που μπορούν να καταστρέψουν τη βαφή.
- Για τον καθαρισμό του αλουμινένιου εσωτερικού του φούρνου μη χρησιμοποιείται ποτέ προϊόντα που διαβρώνουν το αλουμίνιο (καθαριστικά σε σπρέι) και μη ξύνετε τα τοιχώματα με αιχμηρά ή κοφτερά αντικείμενα.
- Για τον καθαρισμό του πάτου ανοίξετε το πορτάκι πιέζοντας το ελατήριο κλεισίματος (εικ. Α) και στη συνέχεια τοποθετήστε το φούρνο σε κατακόρυφη θέση (εικ. Β).

Μ' αυτό τον τρόπο διευκολύνεται ο καθαρισμός.

Μετά το τέλος του καθαρισμού, κλείστε πάλι το πορτάκι ελέγχοντας αν έχει τοποθετηθεί σωστά.



ΑΥΤΟΚΑΘΑΡΙΖΟΜΕΝΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ

Τα τοιχώματα του φούρνου καλύπτονται από ένα πορώδες αντιλιπικό σμάλτο που απορροφά και εξαλείφει τις πιτσιλιές που δημιουργούνται στο ψήσιμο.

Για να διατηρήσετε πάντα αποτελεσματική τη δράση αυτοκαθαρισμού του σμάλτου δεν πρέπει να χρησιμοποιείται για τον καθαρισμό του φούρνου διαβρωτικά προϊόντα.

Προσοχή: σε περίπτωση που χυθεί κατά λάθος σημαντική ποσότητα λίπους, σκουπίστε την αμέσως με ένα βρεγμένο σφουγγάρι και ζεστάνετε το φούρνο για 2 ώρες στους 230°C. Περιμένετε να κρυώσει ο φούρνος, και περάστε τον πάλι με ένα βρεγμένο σφουγγάρι.

ΣΥΝΤΑΓΕΣ

Λαζάνια στο φούρνο

Συστατικά για 4 άτομα

- 200 g φρέσκα ζυμαρικά για λαζάνια
- 300 g μοσχαρίσιο κιμά
- μπόλικο τριμμένο κρεμμύδι, καρότο και σέλινο
- 2 κουταλιές σάλτσα ντομάτα
- 30 g βούτυρο και τυρί τριμμένο
- 2 κουταλιές λάδι ελιάς
- μπεσαμέλ (περίπου 35 g αλεύρι, $\frac{1}{2}$ λίτρο γάλα, βούτυρο, αλάτι, τυρί τριμμένο και μοσχοκάρυδο)
- αλάτι, πιπέρι

Καταρχήν ετοιμάστε το ραγού. Σε μία μικρή κατσαρόλα ρίξτε το μίγμα από τριμμένο κρεμμύδι, σέλινο και καρότο, τον κιμά, το λάδι, το βούτυρο, αλάτι και πιπέρι. Τσιγαρίστε τα σε χαμηλή φωτιά για μερικά λεπτά ανακατεύοντας συνεχώς. Όταν μαλακώσουν τα λαχανικά και το κρέας αρχίσει να ροδίζει, προσθέστε λίγο νερό και τη σάλτσα ντομάτα. Αφήστε τα να βράσουν περίπου 1 ώρα.

Σε βραστό αλατισμένο νερό, βράστε λίγα-λίγα τα λαζάνια για 5 περίπου λεπτά.

Καθώς τα βγάξετε στραγγίστε τα στο σουρωτήρι, απλώστε τα σε μια πετσέτα και αφήστε να κρυώσουν. Ετοιμάστε την μπεσαμέλ με τον ακόλουθο τρόπο: λειώστε το βούτυρο σε χαμηλή φωτιά. Ρίξτε το αλεύρι και ανακατέψτε τα έως ότου δημιουργηθεί μία ομοιόμορφη κρέμα. Μόλις το μίγμα αρχίσει να αφρίζει (δεν πρέπει να πάρει χρώμα), προσθέστε το γάλα και συνεχίστε να ανακατεύετε. Προσθέστε το τριμμένο τυρί, το μοσχοκάρυδο και το αλάτι (χρόνος προετοιμασίας 10-15 λεπτά).

Η μπεσαμέλ πρέπει να είναι ρευστή. Όταν όλα τα συστατικά είναι έτοιμα, ζεστάνετε το φούρνο στους 230°C, και αλείψτε με βούτυρο ένα ταψί. Απλώστε στον πάτο του μια πρώτη στρώση από λαζάνια, απλώστε μια λεπτή στρώση ραγού, λίγο τυρί τριμμένο και ένα στρώμα μπεσαμέλ προσθέτοντας μερικά κομματάκια βούτυρο. Φτιάξτε εναλλασσόμενες στρώσεις, την τελευταία εκ των οποίων από μπεσαμέλ και τυρί τριμμένο. Ψήστε στο φούρνο για 38 λεπτά στους 230°C με τη σχάρα στη θέση 2.

Πατάτες γεμιστές

Συστατικά για 4 άτομα

- 8 πατάτες μεσαίου μεγέθους
- 100 g ζαμπόν
- 100 g μανιτάρια
- 2 αυγά
- βούτυρο, τυρί τριμμένο
- τριμμένο μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι

Ζεστάνετε το φούρνο στους 230°C με τη σχάρα στη θέση 2. Μετά την προθέρμανση, ψήστε τις πατάτες με τη φλούδα, για 25 λεπτά, καθαρίστε τες, και σκάψτε τες για να μπορέσετε να τις γεμίσετε. Τσιγαρίστε στο βούτυρο τα μανιτάρια κομμένα σε φέτες, ανακατέψτε το ζαμπόν, τα μανιτάρια, το μαϊντανό, όλα ψιλοκομμένα, προσθέστε την ψύχα που αφαιρέσατε από τις πατάτες, ανακατέψτε με τα αυγά, αλατίστε και προσθέστε πιπέρι. Γεμίστε τις πατάτες, βάλτε τες σε ένα πυρέξ που θα αλείψετε με βούτυρο, και ρίξτε από πάνω το τριμμένο τυρί και μερικά κομματάκια βούτυρο. Αφήστε να ψηθούν για 40 λεπτά.

Μακαρόνια ωγκρατέν με αγκινάρες

Συστατικά για 4 άτομα

- 250 g καρδιές αγκινάρας (και κατεψυγμένες)
- 500 g μπεσαμέλ
- 250 g φρέσκο κοφτό μακαρονάκι
- 50 g παρμεζάνα
- τριμμένο σκόρδο και μαϊντανός
- 2 κουταλιές λάδι ελιάς
- αλάτι και πιπέρι

Κόψτε σε φέτες τις αγκινάρες και τσιγαρίστε τες για 15 λεπτά με σκόρδο, μαϊντανό, λάδι ελιάς, αλάτι και πιπέρι. Βράστε τα μακαρόνια αφήνοντάς τα σφιχτά. Ετοιμάστε την μπεσαμέλ και ταυτόχρονα, χτυπήστε στο μπλέντερ τις αγκινάρες. Προσθέστε δυο κουταλιές μπεσαμέλ στην κρέμα από τις αγκινάρες καθώς και το τριμμένο τυρί. Ανακατέψτε πολύ καλά και αδειάστε το μίγμα σε ένα σκεύος. Σκεπάστε με μια στρώση από μπεσαμέλ. Εν τω μεταξύ, έχετε ζεστάνει το φούρνο στους 230°C με τη σχάρα στη θέση 2. Αφήστε να ψηθούν στο φούρνο για 30 περίπου λεπτά. Σερβίρονται ζεστά.

Σουβλάκια στο γκριλ

Συστατικά για 2 άτομα

- 400 g χοιρινό, μοσχάρι και γαλοπούλα ή κοτόπουλο
- μια πιπεριά
- 100 g μπέικον (ένα κομμάτι)
- μερικά φύλλα φασκόμηλο
- αλάτι

Κόψτε σε κομματάκια μεσαίου μεγέθους το κρέας, το μπέικον και την πιπεριά και περάστε στα καλαμάκια, τοποθετώντας ανάμεσα τους τα φύλλα του φασκόμηλου. Ζεστάνετε το φούρνο στη θέση του γκριλ για 5-10 λεπτά. Τοποθετήστε τα σουβλάκια (σχάρα στη θέση 3 - 4) πάνω στη σχάρα και ψήστε τα για 45 περίπου λεπτά, γυρνώντας τα μια δυο φορές κατά τη διάρκεια του ψησίματος. Για να είναι το αποτέλεσμα του ψησίματος ικανοποιητικό, είναι σκόπιμο να αφήσετε την πόρτα μισάνοιχτη και να τοποθετήσετε ένα πιάτο στον πάτο για να συγκεντρώσετε το λίπος. (Για να αποφύγετε καπνούς και οσμές, συνιστάται να βάλετε λίγο νερό στον πάτο του πιάτου).

Κίτρινες ντομάτες

Συστατικά για 4 άτομα

- 4 μεγάλες πιπεριές
- 3 αυγά
- μισό ποτήρι γάλα
- 2 κουταλιές τυρί τριμμένο
- βούτυρο και αλάτι

Κόψτε το πάνω μέρος στις ντομάτες, βγάλτε τους σπόρους και αφαιρέστε μέρος του εσωτερικού τους. Σε ένα μπολ, χτυπήστε τα αυγά, αλατίστε λιγάκι, προσθέστε το τριμμένο τυρί και το γάλα. Τοποθετήστε τις ντομάτες σε ένα πυρέξ που έχετε αλείψει με μπόλικο βούτυρο, γεμίστε τες με την κρέμα των αυγών και βάλτε πάνω σε κάθε ντομάτα ένα κομματάκι βούτυρο. Εν τω μεταξύ έχετε προθερμάνει το φούρνο στους 230°C. Αφήστε να ψηθούν για 35 περίπου λεπτά με τη σχάρα στη θέση 2.

Πέστροφα με ελιές Συστατικά για 2 άτομα • μία πέστροφα 500 g ανοιγμένη στα δύο • 50 g μαύρες ελιές χωρίς κουκούτσι • μπόλικο τριμμένο κρεμμύδι και μαϊντανός • 2 κουταλιές λάδι ελιάς • μισό ποτήρι άσπρο κρασί • αλάτι και πιπέρι Ζεστάνετε το φούρνο στους 200°C. Καθαρίστε και πλύντε προσεκτικά την πέστροφα. Απλώστε την στο σκεύος και προσθέστε το μίγμα κρεμμυδιού και μαϊντανού, το λάδι, το λευκό κρασί, τις ελιές, αλάτι και πιπέρι. Αφήστε την να ψηθεί για 30 περίπου λεπτά με τη σχάρα στη θέση 2. Κατά τη διάρκεια του ψησίματος ραντίζετε το ψάρι με το ζωμό.	Κοτόπουλο ψητό Συστατικά για 4 άτομα • 1 kg τεμαχισμένο κοτόπουλο • 2 κουταλιές λάδι ελιάς • 125 ml άσπρο αφρώδες κρασί • μία σκελίδα σκόρδο, μερικά φύλλα φασκόμηλο και δεντρολίβανο • έναν κύβο, αλάτι και πιπέρι Πλύντε προσεκτικά το κοτόπουλο και στραγγίστε το. Απλώστε σε ένα σκεύος τα κομμάτια του κοτόπουλου, προσθέστε τον τριμμένο κύβο, το σκόρδο ολόκληρο, τα αρωματικά, το άσπρο κρασί, το λάδι και το πιπέρι. Εν τω μεταξύ έχετε προθερμάνει το φούρνο στους 230°C. Ψήστε το για 75 περίπου λεπτά με τη σχάρα στη θέση 2. Κατά τη διάρκεια του ψησίματος γυρίστε μία δύο φορές τα κομμάτια του κοτόπουλου.
Ροδάκινα γεμιστά Συστατικά για 4 άτομα • 5 κίτρινα ροδάκινα • μερικά αμυγδαλωτά • 1 + 1/2 ποτήρι κόκκινο κρασί • 1 ποτηράκι βυσσινάδα • 1 κρόκο • 50 g ζάχαρη Κόψτε τέσσερα ροδάκινα στα δύο χωρίς να τα ξεφλουδίσετε, βγάλτε το κουκούτσι και με ένα κουταλάκι αφαιρέστε μέρος από το εσωτερικό τους. Βάλτε την ψύχα που αφαιρέσατε σε ένα σκεύος, προσθέτοντας και τα ροδάκινα. Ανακατάψτε με τα τριμμένα αμυγδαλωτά, έναν κρόκο, ένα κουταλάκι ζάχαρη και τη βυσσινάδα. Γεμίστε με αυτό το μίγμα τα ροδάκινα. Εν τω μεταξύ έχετε ζεστάνει το φούρνο στους 175°C για δέκα περίπου λεπτά. Τοποθετήστε τα ροδάκινα σε ένα πυρέξ, προσθέστε το κρασί ανακατεμένο με ζάχαρη και από πάνω ρίξτε ένα κουταλάκι ζάχαρη. Αφήστε να ψηθούν για 30 περίπου λεπτά με τη σχάρα στη θέση 2. Σερβίρετε τα ροδάκινα ζεστά, σκεπασμένα με το ζωμό τους.	Τούρτα με ανθότυρο Συστατικά για 4 άτομα • 250 g σφολιάτα • 1 κρόκος αυγού • 350 g ανθότυρο • 3 σύκα φρέσκα μεσαίου μεγέθους ή 4 μικρά • 3 κουταλιές ζάχαρη • 2 κουταλιές κακάο • απόσταγμα λεμονιού ή τριμμένη φλούδα (μόνο το κίτρινο μέρος) • 5-6 τριμμένα αμυγδαλωτά Απλώστε τη σφολιάτα σε ένα στρογγυλό ταψί με διάμετρο 22-24 cm. Ανακατέψτε στο μίξερ το ανθότυρο, τον κρόκο του αυγού, τη ζάχαρη, το κακάο, τα σύκα με τη φλούδα και τα αμυγδαλωτά. Πριν αδειάσετε το μίγμα, προσθέστε το απόσταγμα λεμονιού ή τα ξύσματα της φλούδας. Πριν τα βάλετε στο φούρνο τρίψτε πάνω από το μίγμα 1-2 αμυγδαλωτά. Με τη σφολιάτα που περισσεύει μπορείτε να διακοσμήσετε την επιφάνεια της τούρτας. Εν τω μεταξύ έχετε προθερμάνει το φούρνο στους 200°C. Ψήστε την τούρτα για 45 λεπτά με τη σχάρα στη θέση 2.
Μαρέγκες με σαντιγύ Συστατικά για 6 άτομα • 3 ασπράδια • 150 g ζάχαρη • 1/2 σαντιγύ • βούτυρο, λίγο αλεύρι Με αυτές τις δόσεις μπορείτε να ετοιμάσετε 24 μαρέγκες. Χτυπήστε καλά τα ασπράδια των αυγών. Προσθέστε σε μικρές δόσεις τη ζάχαρη, και συνεχίστε σιγά-σιγά και προσεκτικά για να μην καθίσουν τα αυγά. Αλείψτε με λίγο βούτυρο την πλάκα του φούρνου, ρίξτε λίγο αλεύρι και φυσήξτε για να φύγει το περίσσειμα. Εν τω μεταξύ έχετε προθερμάνει το φούρνο στους 150°C. Γεμίστε με τα ασπράδια μια πάνινη σακούλα. Στραγγίστε το μίγμα πάνω στην πλάκα με μορφή μισού αυγού και απλώστε τη ζάχαρη. Αφήστε να ψηθούν για 30 περίπου λεπτά με τη σχάρα στη θέση 2. Προσοχή, οι μαρέγκες πρέπει να στερεοποιηθούν και να μην πάρουν χρώμα. Όταν θα έχουν κρυώσει εντελώς, σκάψτε με ένα κουταλάκι το επίπεδο μέρος, γεμίστε τες με σαντιγύ και ενώστε τες ανά δύο.	Πάστα φλόρα Συστατικά για 4 άτομα • 200 g αλεύρι • 100 g ζάχαρη • 100 g μαργαρίνη και βούτυρο • 3 κρόκους • λίγο αλάτι • μία φλούδα λεμονιού ή πορτοκαλιού • 1 κρόκο • 1 βαζάκι μαρμελάδα δαμάσκηνο ή άλλο φρούτο Καταρχήν ετοιμάστε τη σφολιάτα. Φτιάξτε ένα βουναλάκι από ανακατεμένο αλεύρι και ζάχαρη, ανοίξτε ένα κοίλωμα και ρίξτε λίγο αλάτι, τους 3 κρόκους, το βούτυρο και τη μαργαρίνη σε κομματάκια που έχετε μαλακώσει, τη φλούδα λεμονιού ή πορτοκαλιού τριμμένη. Ανακατέψτε σιγά-σιγά τα συστατικά και ζυμώστε τα μέχρι να δέσουν. Όταν η κρέμα γίνει ομοιογενής, σχηματίστε μία μπάλα, αλευρώστε την, σκεπάστε την με μία πετσέτα και αφήστε για μισή ώρα ή λίγο παραπάνω σε δροσερό μέρος. Μετά την πάροδο αυτού του χρόνου, προθερμαίνετε το φούρνο στους 200°C. Εν τω μεταξύ απλώνετε τη σφολιάτα με τον πλάστη και την τοποθετείτε σε ένα ταψί αλειμμένο με βούτυρο φτιάχνοντας γύρω-γύρω ένα χείλος με ύψος ένα δάχτυλο. Απλώνετε τη μαρμελάδα και στολίζετε την τούρτα με λωρίδες σφολιάτας. Με ένα πινέλο απλώστε στην ορατή επιφάνεια της σφολιάτας το χτυπημένο αυγό και αφήστε να ψηθεί για 35 λεπτά με τη σχάρα στη θέση 2.