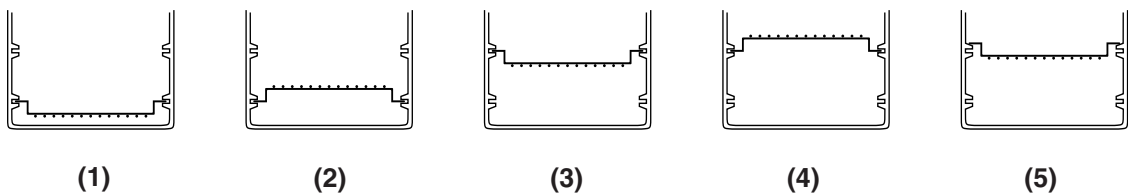


OVERZICHTSTABEL

Programma	Stand functie-keuzeknop	Stand thermo-staatknop	Positie grill en accessoires	Aanwijzingen en tips
ONTDOOIEN		●		—
WARM HOUDEN		60°		—
HETELUCHT - OVEN		60°÷230°		Ideaal voor lasagna, vlees, pizza's, taarten, gerechten die bovenop een krokant laagje moeten hebben (of gegratineerd moeten worden) en voor brood. Voor het gebruik van de accessoires wordt verwezen naar de aanwijzingen in de desbetreffende tabel op pag. 67.
				Bovendien is deze functie ideaal voor het tegelijkertijd koken op twee niveau's. Voor tips zie pagina pag. 69 - 70.
BAKOVEN		60°÷230°		Ideaal voor het bereiden van gevulde groenten, hartige taarten, plumcake en gevogelte. Voor het gebruik van de accessoires wordt verwezen naar de tabel op pag. 67.
GRIL		▼▼▼		Ideaal voor alle traditionele grillgerechten: hamburgers, worstjes, vleesspiezen, enz. en voor het roosteren van brood. De bakplaat moet boven op het onderste verwarmingselement worden geplaatst.

JUISTE POSITIE VAN DE GRIL:



N.B.: In de tekst en in de receptenwijzer wordt naar de als boven genummerde grill-posities terug verwezen.

TECHNISCHE BIJZONDERHEDEN

Netspanning zie plaatje

Maximum vermogen zie plaatje

ENERGIEVERBRUIK (volgens de norm CENELEC HD 376)

Om te verhitten tot 200 °C kW 0,1

Om gedurende een uur 200°C te behouden kW 0,5

Totaal kW 0,6

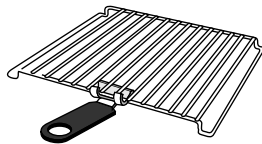
Deze apparaat overeenkomst met de EG richtlijn 89/336 met betrekking op het elektromagnetische samenhangen.

Materialen en voorwerpen die bestemd zijn in aanraking te komen met voedingsproducten voldoen aan de voorschriften van de EEG-richtlijn 89/109.

(*) OPTIONAL: OVENVERLICHTING

Wanneer de oven in werking is, is de ovenverlichting altijd aan. Om het lampje te vervangen als volgt te werk gaan: de stekker er uit trekken, het beschermglaasje losdraaien en de kapotte lamp vervangen door een lamp van hetzelfde type (geschikt voor gebruik bij hoge temperaturen) en vervolgens het beschermglaasje weer vastdraaien.

HANDVAT VOOR GRIL:



Deze laat toe de grill vast te nemen wanneer hij warm is.

BELANGRIJKE TICHTLIJNEN

1. Deze oven is vervaardigd voor de bereiding van voedsel. Hij mag niet gebruikt worden voor andere doeleinden en hij mag op geen enkele wijze eigenhandig veranderd of gerepareerd worden.
2. Zonder het nodige toezicht zou het gebruik van dit apparaat door kinderen of onkundigen niet moeten worden toegestaan
3. Laat kinderen niet met het apparaat spelen.
4. Voor ingebruikneming eerst controleren of het apparaat tijdens het transport niet beschadigd is geraakt.
5. Het apparaat op een horizontaal vlak, op een hoogte van tenminste 85 cm, **buiten het bereik van kinderen plaatsen.**
6. Als de oven aan staat, kan de deur of de buitenkant van de oven heel warm worden: alleen de keuzeknoppen en de plastic handgrepen aanraken.
7. Plaats geen voorwerpen bovenop de oven wanneer hij aanstaat.
8. Alvorens de stekker in het stopcontact te steken nagaan of:
 - de netspanning overeenkomt met de waarde die is aangegeven op het plaatje met technische gegevens, dat zich onder op het apparaat bevindt.
 - de stekker een minimum bereik heeft van 10A en voorzien is van een voldoende aarding: **de producent wijst iedere aansprakelijkheid af indien deze veiligheidsnorm niet in acht wordt genomen.**
9. Voor gebruik de accessoires zorgvuldig wassen.
10. Voor het eerste gebruik de oven laten werken terwijl hij leeg is, met de thermostaatknop op de maximumstand, gedurende minstens 15 minuten om het "nieuwe" luchtje te verwijderen. Terwijl u dit doet de ruimte waarin de oven zich bevindt goed ventileren.
11. Het apparaat niet verplaatsen terwijl het in werking is.
12. Bij vervanging, alleen voedingskabels in gummi H05 RRF volgens de voorgeschreven normen gebruiken, met dezelfde doorsnede zoals aangegeven op de bij de tuirusting behorende kabel.

LET OP: Het apparaat uit de verpakking halen en controleren of de deur intact is. Aangezien de deur in glas is en dus kan breken, wordt aangeraden over te gaan tot de vervanging, in aanwezigheid van zichtbare spijting en wanneer het glas zichtbaar gespleten of gekrast is. Tijdens de werking, het gebruik, het onderhoud of de verplaatsing van het apparaat, wordt de deur overigens beschermd tegen hevige stoten en wordt vermeden dat het warme glasoppervlak in contact komt met koude vloeistoffen.

GEbruik VAN DE COMMANDO'S

● TERMOSTAATKNOP

Op de volgende wijze de gewenste temperatuur instellen:

- Om te ontdooien (zie pag. 66) : Thermostaatknop in positie ●.
- Om warm te houden (zie pag. 66) : Thermostaatknop op 60°C.
- Bakoven of hetelucht-oven (zie pag. 66 - 67) : Thermostaatknop van 60°C tot 230°C.
- Voor alle griltroebereidingswijzen: : Thermostaatknop in positie ▼▼▼.

● AAN/UIT - PROGRAMMAKEUZEKNOP

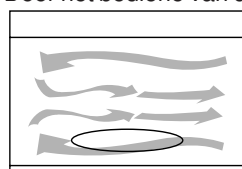
- Om de oven aan te zetten : De keuze knop in positie  draaien.
- Om de oven uit te zetten : De keuze knop terugdraaien naar de positie "0".
- Om die bakduur te programmeren : De keuze knop met de klok mee draaien tot aan de gewenste tijdsduur (max. 120 minuten). Als de ingestelde tijd verstreken is hoort u een geluidssignaal (*) en schakelt de oven zichzelf automatisch uit.

(*) Alleen enkele modellen.

Voor een kortere kooktijd dan 10 minuten, moet men de timer tot het einde doordraaien, hierna op de gewenste tijd instellen.

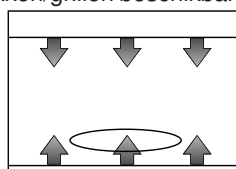
● FUNCTIEKEUZEKNOP

Door het bedienen van deze knop kunnen de voor het bakken/grillen beschikbare functies ingesteld worden.



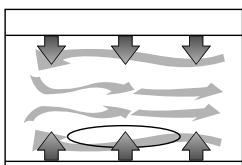
ONTDOOIEN

(alleen de ventilatie is in werking.)



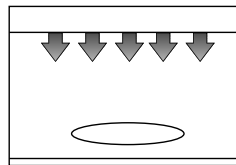
BAKOVEN

(alleen bovenste en onderste verwarmingselement in werking.)



**HETELUCHT OVEN,
GERECHTEN WARM
HOUDEN**

(bovenste en onderste
verwarmingselement in
werking.)



GRIL

(alleen bovenste
verwarmingselement in
werking, met het
maximale vermogen.)

● CONTROLELAMPJE

Als het lampje brandt betekent dat de oven zich aan het opwarmen is, als het lampje uit gaat betekent dat de oven de gekozen temperatuur bereikt heeft.

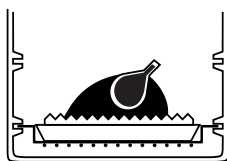
Bij de ONTDOOIFUNCTIE is het controlelampje altijd uit.

GEBRUIK VAN DE OVEN

● ALGEMENE AANWIJZINGEN

- Bij gebruik van de hetelucht-oven, de bakoven en de grill is het raadzaam de oven altijd voor te verwarmen op de gekozen temperatuur, teneinde de beste bakresultaten te bereiken.
- De bereidingstijden zijn afhankelijk van de kwaliteit van de producten, van de temperatuur van de producten en van eenieders persoonlijke smaak. De in de tabel aangegeven tijden vormen slechts een indicatie en variatie is mogelijk en ze houden geen rekening met de tijd die nodig is om de oven voor te verwarmen.
- Voor het bereiden van diepgevroren producten de op de verpakking hiervan aanbevolen tijden raadplegen.

BELANGRIJK



Als uw oven ook een dieetgril heeft:

we raden u aan om kip, gebrad en klein gevogelte direct te bereiden op de boven op de bakplaat geplaatste dieetgril (zie fig. hiernaast) teneinde te vermijden dat er vet op de bodem van de oven en op de wanden terechtkomt. Voor verdere details wordt verwezen naar de volgende paragrafen.

● ONTDOOIEN

Om op de juiste wijze en in korte tijd te ontdooien moet u:

- De functiekeuzeknop in positie  draaien.
- De aan/uit-programmakeuzeknop moet in positie  staan.
- De grill in de oven schuiven in positie 2 (zie pag. 63) en hierop een plat bord met de te ontdooien etenswaren plaatsen, vervolgens de deur sluiten.

Voorbeeld van ontdooien etenswaren: 1 kg vlees 80-90 minuten, zonder het te keren.

● WARMHOUDEN

- De thermostaatknop op 60°C zetten.
- De functiekeuzeknop in positie  draaien.
- De aan/uit-programmakeuzeknop moet in positie  staan.
- De grill in de oven plaatsen in positie 2 (zie pag. 63) en er het bord met de etenswaren op zetten.

We raden u aan het voedsel niet te lang in de oven warm te houden, aangezien het anders teveel uitdroogt.

● HETELUCHT-OVEN

Deze functie is ideaal voor het bakken van uitstekende pizza's, lasagna, gerechten groeten, voor alle soorten vleesgerechten (behalve klein gevogelte), gebakken aardappels, voor taarten und brood. Hij is bovendien geschikt voor het tegelijkertijd koken op twee niveau's. Als volgt te werk gaan:

- De grill in de oven plaatsen in de tabel of in het recept aangegeven positie.
- De functiekeuzeknop in positie  draaien.
- De gekozen temperatuur instellen met de thermostaatknop.
- De aan/uit -programmkeuzeknop in positie  draaien of in de positie die overeenkomt met de de gewenste bereidingstijd (zie de paragraaf "Gebruik van de commando's").
- Wachten tot de oven de gekozen temperatuur heeft bereikt (het controlelampje gaat uit), en de schaal met het gerecht in de oven zetten.

Recepten/Hoeveelheid	Termostaat-knop	Tijden	Pos. grill	Opmerkingen en tips
Gegratineerde maccheroni 1 Kg.	230°	20 min.	1	De schaal halverwege draaien.
Lasagna 1 kg.	230°	44 min.	1	Een pyrex-schaal gebruiken, na 10 min. draaien.
Pizza 500g	225°	17 min.	2	De bakplaat gebruiken.
Kip 1 kg.	200°	70-80 min.	1	De dieetgril gebruiken, geplaatst boven de bakplaat, na ca. 38 min. draaien.
Varkensgebraad 900g	200°	70 min.	1	De dieetgril gebruiken, geplaatst boven de bakplaat, na 35 min. draaien.
Gehakt 650g	180°	55 min.	2	Een bakplaat gebruiken, na 30 min. draaien.
Gebakken aardappels 500g	200°	50 min.	2	Een bakplaat gebruiken, tweemaal omroeren.
Gevuld zandgebak 700g	180°	40 min.	2	Een bakplaat gebruiken.
Strudel 1 kg	180°	40 min.	2	De bakplaat gebruiken.
Notentaart 800g	180°	35 min.	2	Een taartvorm gebruiken.
Koekjes 100g	180°	14 min.	2	De bakplaat gebruiken.
Brood 500g	200°	25 min.	2	Gebruik de met olie ingevette bakvorm.

● **BAKOVEN**

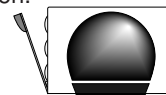
Deze functie is ideaal voor alle soorten vis, voor gevulde groenten, voor gebaksoorten op basis van stijfgeklopt eiwit en voor gebak dat zeer lange baktijden vereist (meer dan 60 min.). Als volgt te werk gaan:

- De grill in de oven plaatsen in de in de tabel of het recept aangegeven positie.
- De functiekeuzeknop in positie  draaien.
- De gekozen temperatuur instellen met de termostaatknop.
- De aan/uit-programmakeuzeknop in positie  draaien of in de positie die overeenkomt met de gewenste bereidingstijd (zie de paragraaf "Gebruik van de commando's").
- Wachten tot de oven de gekozen temperatuur heeft bereikt (het controlelampje gaat uit) en het gerecht in de oven zetten.

Recepten/ Hoeveelheid	Termostaat-knop	Tijden	Pos. grill	Opmerkingen en tips
Kwartels (3)	230°	244 min.	1	De dieetgril gebruiken, geplaatst op de bakplaat, na 24 min.
Forel 500g	200°	35 min.	2	De bakplaat gebruiken, na 16 min. draaien.
Gevulde inktvis 450g	200°	30 min.	1	Een pyrex-schaal gebruiken, halverwege draaien.
Tomaten al gratin 550g	200°	40 min.	1	De met olie ingevette bakplaat gebruiken, na 20 min. draaien.
Courgettes met tonijn 750g	200°	40 min.	1	De bakplaat gebruiken; er olie water en tomaten uit blok op leggen; de bakplaat na 20 minuten draaien.
Plum cake 1 kg	180°	75 min.	1	Een bakvorm gebruiken en halverwege draaien.
Meringues	120°	50 min.	2	Laat ze tenminste één dag rusten alvorens ze te serveren.

● GRIL

- De grill in positie 4 plaatsen en de bakplaat boven het onderste verwarmingselement. Het is raadzaam water (2 glazen) op de bakplaat te gieten teneinde de vorming van rook en onaangename luchtjes als gevolg van aangebrand vet te vermijden, en om het schoonmaken te vereenvoudigen.
- De functiekeuzeknop in positie  draaien.
- De oven 10 min. voorverwarmen.
- Het gerecht in de oven zetten.
- **De ovendeur schlecthts tot de eerste klikstand sluiten**, zoals op de figuur hiernaast te zien is.
- De aan/uit-programmkeuzeknop kan in positie  staan of in de positie die overeenkomt met de gewenste bereidingstijd (zie: paragraaf "Gebruik van de commando's").



Recepten/Hoeveelheid	Termostaat-knop	Tijden	Pos. grill	Opmerkingen en tips
Varkenskarbonade (2)	▼▼▼	19 min.	4	Na 11 min. draaien.
Worstjes (3)	▼▼▼	10 min.	4	Na 6 min. draaien.
Verse hamburgers (2)	▼▼▼	13 min.	4	Na 7 min. draaien.
Saucijsjes (4)	▼▼▼	20 min.	4	Na 11 min. draaien.
Vleesspiezen 500g	▼▼▼	26 min.	4	Na 8, 15 en 21 min. draaien.
Gegrild brood (4 sneetjes)	▼▼▼	2 min.	4	Na 1 min. draaien (*).

(*): Bij het grillen van brood is het niet nodig de bakplaat te plaatsen.

SCHOONMAKEN VAN DE OVEN

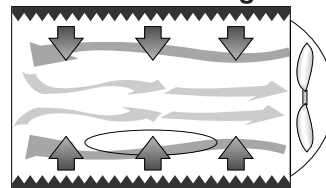
- Geregeld schoonmaken gaat het ontstaan van rook en onaangename luchtjes gedurende het bakken tegen.
- Voor het schoonmaken altijd eerst de stekker uit het stopcontact halen.
- **Het apparaat nooit in water onderdompelen.**
- Grill, bakplaat en dieetgrill kunnen als gewone vaat afgewassen worden, zowel met de hand als in de vaatwasmachine.
- Voor het reinigen van de buitenkant altijd een vochtig sponsje gebruiken. Vermijd het gebruik van schurende producten: deze beschadigen de lak. Let goed op dat er geen water of vloeibare zeep in de openingen boven op de oven komt.
- Voor het reinigen van de aluminium binnenkant van de oven nooit producten gebruiken die het aluminium aantasten (reinigingsproducten in spuitbussen) en de wanden nooit krassen met scherpe voorwerpen.

Gelijktijdig op twee niveau's koken met de hetelucht-oven

Met de hetelucht-oven is het mogelijk tegelijkertijd twee verschillende soorten gerechten te bereiden op twee verschillende niveau's.

De door de twee verwarmingselementen afgegeven warmte wordt in het binnenste van de oven verspreid door middel van de lucht die de ventilator door de oven laat circuleren. Op deze manier bereikt de warmte op **uniforme en snelle wijze** elk gedeelte van de oven; de lucht in de tussenruimte is zeer droog, waardoor de vermenging van geuren en smaken wordt voorkomen.

Bovenste verwarmingselement



Onderste verwarmingselement

Wanneer men twee gerechten tegelijkertijd wil bereiden is het voldoende de volgende, eenvoudige algemene richtlijnen aan te houden.

1

De bereidingstijden van gerechten die tegelijkertijd worden klaargemaakt zijn verschillend van de tijden die gelden bij het bereiden van één gerecht tegelijk. Controleer dus **altijd** de betreffende tabellen met bereidingstijden.

Tijden bij het tegelijk bereiden van twee gerechten

Kip	70 min.
Aardappels	50 min.

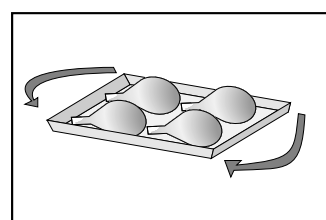
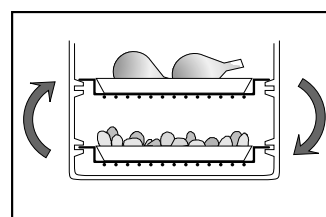
Tijden bij het tegelijk bereiden van twee gerechten

Kip	70 - 80 min.
Aardappels	55 min.

2

Halverwege de bereidingstijd moeten de twee bakplaten worden omgewisseld; de bovenste wordt boven de grill geplaatst en viceversa.

Bovendien moeten de bakplaten zelf een halve slag gedraaid worden.



Bereidingstijden voor het bereiden van twee gerecht tegelijk

VOOR DE INGREDIENTEN EN DE BEREIDINGSWIJZE ZIE DE RECEPTEN OP PAG. 71

De aanbevolen werkwijzes voor de hoofdgerechten samen met de bijbehorende groenten/aardappelen zorgt ervoor dat de beide gerechten op hetzelfde moment klaar zijn om te worden opgediend.

Recepten	Termostaat-knop	Tijden	Pos. grill	Opmerkingen en tips
Kip in stukken + aardappels	200°	70 min. 50 min.	5 1	Verwarm de oven voor op 200°. Zet de kip op pos. 5 en, na 20 min., de aardappels in pos. 1. Na 42 minuten de beide bakplaten omwisselen en draaien
Konijn uit de oven + strudel	180°	65 min. 40 min.	1 5	Verwarm de oven voor op 180°. Zet het konijn (op pos. 1) en de strudel (op pos. 5) tegelijkertijd in de oven. Na 30 minuten de beide bakplaten omwisselen en draaien.
Gehakt + aardappels	180°	60 min. 60 min.	3 1	Verwarm de oven voor op 180°. Zet het gehakt (op pos. 3) en de aardappels (op pos. 1) tegelijkertijd in de oven. Na 34 minuten het vlees draaien en de aardappels doorroeren zonder de bakplaten te verwisselen.
Gegratineerde bloemkool + konijn uit de oven	200°	20 min. 55 min.	3 3/1	Verwarm de oven voor op 200°. Zet het konijn in de oven op pos. 3. Na 35 min. de bakplaat verplaatsen naar pos. 1 en de bloemkool in de oven zetten op positie 3.
Vol-au-vent + zandtaart	180°	22 min. 35 min.	5 1	Verwarm de oven voor op 180°. Zet de vol-au-vent op pos. 5 en de zandtaart op pos. 1. Na 13 min. de twee gerechten omwisselen.
Quiche lorraine + gevulde paprika's	180°	40 min. 50 min.	5 1	Verwarm de oven voor op 180°. Zet de quiche lorraine op pos. 5 en de gevulde paprika's op pos. 1. De gerechten na 30 min. omwisselen.
Konijn uit de oven + lasagna	180°	60 min. 35 min.	5 1	Verwarm de oven voor op 180°. Zet het konijn op pos. 5 en de lasagna op pos. 1. De twee gerechten na 25 minuten omwisselen.
Kip in stukken + zandtaart	180°	80 min. 35 min.	5 1	Verwarm de oven voor op 180°. Zet de kip op pos. 5 en de zandtaart in pos. 1. Na 13 min. de beide gerechten verwisselen en draaien.
Pizza + konijn uit de oven	220°	28 min. 50 min.	5 1	Verwarm de oven voor op 220°C. Zet de pizza op pos. 5 en het konijn op pos. 1. Na 16 minuten de beide bakplaten omwisselen en draaien.
Pizza + pizza	220°	28 min. 28 min.	5 1	Verwarm de oven voor op 220°C. Zet één pizza op pos. 5 en één op pos. 1. Na 16 minuten de beide bakplaten omwisselen en draaien.
Kip in stukken + focaccia	180°	80 min. 50 min.	1 5	Verwarm de oven voor op 180°C. Zet de kip op pos. 1 en de focaccia op pos. 5. Na 25 min. de beide bakplaten omwisselen en draaien.

Dit zijn slechts enige voorbeelden van het gelijktijdig bereiden van twee gerechten. Het is uiteraard mogelijk alle combinaties uit te voeren die Uw fantasie U ingeeft.

Receptenwijzer

VOORGERECHTEN

- Auberginerolletjes pag. 72
- Bruschetta
(geroosterd brood met knoflook) pag. 72
- Gegratineerde mosselen pag. 72
- Vol au vent pag. 72
- Quiche Lorraine pag. 72

VISGERECHTEN

- Forel met olijven pag. 75
- Gevulde inktvis pag. 75
- Wijting uit de oven pag. 75
- Goudbrasem in een pakketje pag. 75
- Gegratineerde tarbot pag. 75

RIJST EN DEEGWAREN

- Gnocchi alla romana
(Romeinse noedels) pag. 73
- Focaccia alla pescatore (Italiaanse broodkoek
met schelpdieren) pag. 73
- Gegratineerde maccheroni pag. 73
- Lasagne alla bolognese pag. 73
- Pizza pag. 73
- Gegratineerde ravioli pag. 73

GROENTEN

- Courgettes met tonijn pag. 76
- Tomaten al gratin pag. 76
- Gebakken aardappels pag. 76
- Gegratineerde bloemkool pag. 76
- Aubergines alla parmigiana pag. 76
- Gevulde paprika's pag. 76

HOOFDGERECHTEN

- Varkensgebraad pag. 74
- Gebraden kip pag. 74
- Gehakt met kruiden pag. 74
- Kwartels uit de oven pag. 74
- Roast-beef pag. 74
- Konijn uit de oven pag. 74
- Kip in stukken pag. 74

ZOETE NAGERECHTEN

- Appelstrudel pag. 77
- Plumcake pag. 77
- Notentaart pag. 77
- Koekjes pag. 77
- Gevuld zandgebak pag. 77

Voorgerechten

Auberginerolletjes

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 2 grote aubergines
- 100g gekookte ham
- 10 gezouten kappertjes
- 150g mozzarella
- 2 eetlepels mayonaise
- 100g tonijn
- 1 ei
- Olie en zout
- 2 eetlepels paneermeel

Doe de mozzarella, de ham in stukjes, de fijngeprakte en uitgelekte tonijn, de afgespoelde kappertjes, de mayonaise en het ei in de blender. Blend gedurende enkele seconden, als het mengsel te vloeibaar is twee eetlepels paneermeel toevoegen. De aubergines in de lengte in grote plakken van ongeveer een 1/2 cm dik snijden; over elke plak een beetje van het mengsel uitspreiden en er rolletjes van maken. Vet een bakplaat in met twee eetlepels olie, de rolletjes erin leggen en er nog een beetje olie overheen gieten. De oven voorverwarmen op 180 °. Als het controlelampje uit is de bakplaat in de oven zetten boven de grill, in positie 2, 30 minuten bakken, halverwege draaien.

Gegratineerde mosselen

GRIL

Ingrediënten voor 2 personen:

- 500g mosselen
- Knoflook
- Olijfolie
- Zout en peper
- Peterselie
- Paneermeel
- Origano

De mosselen zorgvuldig schoonmaken en wassen, zonder ze in het water te laten. Ze op het vuur zetten; de mosselen die zich openen geleidelijk uit de pan halen. De oven 10 minuten voorverwarmen in positie GRIL. De mosselen op de bakplaat leggen; ze bestrooien met fijngesneden peterselie, en een beetje knoflook: zout toevoegen, en een beetje peper en origano.; besprenkelen met olie en er wat paneermeel overheen strooien. In de oven zetten boven de grill in positie 4 en gedurende 5 minuten gratineren.

Bruschetta

(geroosterd brood met knoflook)

GRIL

Ingrediënten voor 4 personen:

- 2 sneden grof boerenbrood wit
- 2 eetlepels olijfolie
- 1 teen knoflook

De oven 10 minuten voorverwarmen in de positie GRIL. Hierna de sneden brood op de grill leggen in positie 4 en ze gedurende 4 minuten grillen, met de ovendeur open op de eerste klikstand. De sneden brood halverwege omdraaien. Als ze geroosterd zijn er overheen raspen met de teen knoflook en er wat olie overheen sprenkelen. Als u wilt kunt u de bruschetta beleggen met schijfjes tomaat, aangemaakt met wat gesnipperde verse basilicum en origano.

Quiche Lorraine

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 6 personen:

- 250g diepvries bladerdeeg
- 150g gerookt spek
- 1/4 l slagroom
- 4 eieren
- zout en peper

Rol het deeg uit tot een plak van ongeveer een halve centimeter dikte. Bekleed hiermee een beboterde bakvorm, prik met een vork gaatjes in de bodem. Snij het spek in stukjes en gooi ze voor een paar minuten in kokend water. Maak de vulling: klop de eieren goed los en voeg, onder voortdurend roeren, de slagroom, het zout en de peper toe. Verdeel het goed uitgelekte spek over het deeg, giet het eier-slagroommengsel erover uit. Verwarm de oven voor op 180°. Wanneer het lampje uit gaat, de bakvorm in de oven zetten boven de grill in positie 2 en het gerecht in 30 minuten gaar laten worden.

Volauvent

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 250g bladerdeeg (diepvries)
- 1 ei

Het deeg met een deegroller uitrollen tot een dikte van ongeveer 1/2 cm. Met een ronde vorm (diameter 6 cm) 24 ronjes uit de pasta steken. 12 deeggrondjes op de van de voren met boter ingevette en met bloem bestrooide bakplaat leggen en ze met het losgeklopte ei bestrijken. Uit het midden van de overige 12 deeggrondjes met een vorm van 3cm diameter nog een rondje steken, zodat u 12 ringen krijgt. Deze boven op de deeggrondjes leggen en opnieuw met ei bestrijken. De oven voorverwarmen op 180°. Als het controlelampje uit is de bakplaat op de grill in positie 2 plaatsen en 20 minuten bakken.

Rijst en deegwaren

Gnocchi alla romana

BACKOVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 250g griesmeel
- 100g boter
- 1 liter melk
- Zout en peper
- 10 eetlepels geraspte parmezaanse kaas
- 3 eieren

De melk aan de kook brengen met een snufje zout; er beetje bij beetje het griesmeel bij strooien, goed roeren om klontvorming te voorkomen en 10 minuten koken. Wanneer het griesmeel gaar is, 30g boter, 5 eetlepels geraspte kaas, 3 eidooiers (1 voor 1) en zout en peper toevoegen. De boter in een pan laten smelten. Keukenpapier invetten, er het griesmeel op storten en uitstrijken tot een laag van ongeveer 1 cm dik. Af laten koelen; er met een klein glas rondjes uit steken en deze kroonsgewijs in de ingevette ovenschaal leggen. Rijkelijk met geraspte kaas en gesmolten boter bedekken. De oven voorverwarmen op 200 °. Als het lampje uit is, de schaal op de grill in positie 2 zetten. 30 minuten bakken, halverwege draaien.

Lasagne alla bolognese

HETELUCHTOVEN

Ingrediënten voor 6 personen:

- 9 lasagnavellen
- 1/2 liter béchamelsaus
- Geraspte parmezaanse kaas
- 150g Bolognese vleessaus

De lasagnevellen met een paar per keer koken in kokend water met zout gedurende ongeveer 5 minuten. Ze uit het water halen met een schuimspaan en ze uit laten druipen, op het werkblad uitspreiden en laten afkoelen. De vleessaus en de béchamelsaus prepareren. Als alle ingrediënten gereed zijn, een pyrexschaal invetten, en laagjes maken met: 2 eetlepels béchamelsaus, een laagje pasta, vleessaus en béchamelsaus samen, een handje geraspte kaas. Zo door gaan tot alle ingrediënten op zijn. De oven voorverwarmen op 230°. Als het lampje uit is, de schaal op de grill zetten in positie 1. 20 minuten bakken, de schaal halverwege draaien.

Gegratineerde maccheroni

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 300g maccheroni
- 1/2 liter béchamelsaus
- 400g vleessaus
- 80g geraspte parmezaanse kaas

De maccheroni gaarkoken in gezouten water, afgieten en aanmaken met de béchamelsaus en de vleessaus die u van te voren heeft gemaakt (met vleessaus wordt een saus op basis van tomaten en gehakt bedoeld). Een ovenschaal invetten met boter, er de maccheroni indoen, bedekken met geraspte kaas en hier en daar een vlokje boter. De oven voorverwarmen op 230°. Als het lampje uitgaat, de schaal op de grill in positie 1 plaatsen en 20 minuten bakken. Halverwege de schaal draaien.

Focaccia alla pescatore

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 6 personen:

- 250g bloem
- 1/2 glas water
- 600g schelpdieren (mosselen en venusschelpen)
- 1/2 glas droge witte wijn
- Een handvol peterselie
- 150g boter
- Een snufje zout
- 3 eieren
- 1/4 ongeklopte slagroom
- zout

Snij de boter in kleine stukjes en doe hem samen met het bloem en het water in een mengkom. Kneed het deeg tot het een homogene massa is. Vorm er een bal van, bedek deze met een doek en laat het deeg een half uur rusten. In de tussentijd de mosselen en de venusschelpen meerdere malen grondig wassen en schoonborstelen onder stromend water, ze in een grote pan doen en ze op hoog vuur open laten gaan terwijl U ze af en toe besprenkelt met witte wijn. Wanneer alle schelpen open zijn, de schelpdieren eruit halen en ze op een bord leggen, samen met wat van het gefilterde kookvocht. Het deeg met de deegroller uitrollen tot een plak met een dikte van ongeveer 1 cm en deze in een ingevette bakvorm leggen. Met een vork gaatjes prikken in de bovenkant en de schelpdieren op het deeg leggen. In een schaal de eieren loskloppen en er de gewassen en fijngehakte peterselie en de slagroom aan toevoegen. De ingrediënten zorgvuldig met elkaar vermengen. Giet het mengsel op de schelpdieren. Verwarm de oven voor op 180°. Wanneer het lampje uit gaat de vorm in de oven zetten boven de grill in positie 2 en het gerecht in 35 minuten gaar laten worden.

Gegratineerde ravioli

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 500g ravioli
- 1/2 liter béchamelsaus
- Zout, boter, geraspte kaas

De ravioli koken in water met zout; in de tussentijd de béchamelsaus prepareren. Als de ravioli gaar zijn ze vermengen met de béchamelsaus en het mengsel in een beboterde ovenschaal doen; er geraspte kaas overheen strooien. De oven voorverwarmen op 230°. Als het lampje uitgaat, de schaal in de oven zetten op de grill in positie 1. 20 minuten bakken.

Pizza

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 500g deeg voor pizza
- 1 mozzarella - kaasje
- 1 blik gepelde tomaten
- 50g gekookte ham
- Origano en zout
- 1 eetlepel olijfolie

De bakplaat invetten met wat olie en er de dun uitgerolde pasta op uit spreiden. De pasta bedekken met de tomaten, de in blokjes geneden mozzarella, de ham, origano, zout en een scheutje olie. De oven voorverwarmen op 225°. Als het lampje uitgaat, de bakplaat in de oven plaatsen op de grill in positie 2 en de pizza in 17 minuten gaarbakken.

Hoofdgerechten

Varkensgebraad

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 900g varkensrollade
- Zout en peper

De oven voorverwarmen op 200°, het vlees inwrijven met peper en zout. Als het lampje uitgaat, de grill in positie 1 plaatsen en het vlees op de dieetgril leggen die boven de bakplaat wordt geplaatst zoals we hebben laten zien voor kip (Zie fig. op pag.66). Gedurende 70 minuten bakken en het vlees halverwege draaien.

Gebraden kip

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 1 hele kip (1 kg)
- Zout en peper

De oven voorverwarmen op 200°, in de tussentijd de kip zorgvuldig schoonspoelen en droogdeppen. Als het lampje uitgaat, de grill in positie 1 plaatsen en de kip op de dieetgril leggen die boven de bakplaat wordt geplaatst zoals te zien is in het plaatje op pag.66. Gedurende 75 minuten bakken, de kip na 38 minuten draaien.

Gehakt met kruiden

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 500g gemengd gehakt
- 100g geraspte kaas
- 2 eetlepels olijfolie
- 30g paneermeel
- 1/2 glas witte wijn
- Een mengsel van verse, gehakte salie, tijm bieslook en rozemarijn
- 2 eieren
- 50g gekookte ham
- Zout en peper

Het vlees vermengen met alle ingrediënten behalve het paneermeel, de olie en de wijn. Het vlees door het paneermeel rollen, in een bakplaat doen, 2 eetlepels olie en 1/2 glas wijn toevoegen. De oven voorverwarmen op 180°. Als het lampje uitgaat, de schaal op de grill zetten in positie 2. 55 minuten bakken en het vlees halverwege draaien.

Kip in stukken

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 1 kip, in stukken gesneden (1 kg)
- Rozemarijn, olie, witte wijn
- Zout en peper

Verwarm de oven voor op 210°. Doe in de tussentijd de kip met de kruiden, de olie en een scheut witte wijn in de bakvorm. Wanneer het lampje uitgaat de vorm in de oven zetten boven de grill in positie 1 en het gerecht 80 minuten laten bakken. Halverwege de bereidingstijd het vlees draaien en opnieuw met wijn besprenkelen.

Kwartels uit de oven

BACKOVEN

Ingrediënten voor 2 personen:

- 3 kwartels
- Zout en peper

De oven voorverwarmen op 230°, de kwartels inwrijven met zout en peper. Als het lampje uitgaat de grill in positie 1 plaatsen en de kwartels op de dieetgril leggen die boven de bakplaat wordt geplaatst zoals te zien is op de afbeelding op pag 66. De kwartels 44 minuten bakken, ze na 24 minuten draaien.

Roast-beef

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 6 personen:

- 1 kg runderlende
- 3 eetlepels olie
- 30g boter
- 1/2 glas witte wijn
- Zout en peper

De oven voorverwarmen op 200°. In de tussentijd in een ovenschaal de olie, het aangemaakte vlees en een scheutje wijn doen. Als het lampje uitgaat, de schaal op de grill zetten in positie 1. 40 minuten bakken. Op de helft van de baktijd het vlees draaien en de rest van de wijn toevoegen.

Konijn uit de oven

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 800g konijn, in stukken gesneden
- 1/2 glas witte wijn
- Olie rozemarijn, knoflook
- Zout en peper

De oven voorverwarmen op 210°. Het konijn in een bakplaat doen, samen met de olie, rozemarijn, een scheutje wijn, 2 teentjes knoflook, zout en peper. Als het lampje uitgaat, de bakplaat op de grill zetten in positie 1 en 60 minuten bakken. Halverwege het vlees draaien en de rest van de wijn toevoegen.

Visgerechten

Forel met olijven

BACKOVEN

Ingrediënten voor 2 personen:

- 500g zalmforel
- Zout en peper
- 50g ontpitte zwarte olijven

De forel schoonmaken en op de met olie ingevette bakplaat leggen. De vis vullen met de olijven en bestrooien met zout en peper. De oven voorverwarmen op 200°. Als het lampje uitgaat, de bakplaat boven de grill plaatsen in positie 2 en 35 minuten bakken. Na 16 minuten draaien.

Wijting uit de oven

BACKOVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 4 moten wijting
- Ui, knoflook, peterselie
- Zout en peper
- Olie
- Witte wijn

Ui, knoflook en peterselie fijnsnipperen. Een gedeelte van dit mengsel in een ovenschaal doen er de moten vis op leggen. Met peper en zout bestrooien en bedekken met de rest van het mengsel. Er een glas olijfolie bijgieten en een glas droge witte wijn, eventueel aangelengd met water. De oven voorverwarmen op 210°; als het lampje uitgaat, het geheel in de oven zetten op de grill in positie 2. 33 minuten, de vis halverwege draaien.

Goudbrasem in een pakketje

BACKOVEN

Ingrediënten voor 2 personen:

- 1 goudbrasem van 600g
- Boter
- Peterselie
- Ansjovisfiletjes
- Zout en peper
- Olie en citroen

De goudbrasem schoonmaken en er met een vork op verschillende plaatsen gaatjes in maken. Stop in de buik een flink stuk boter, vermengd met peterselie en twee ansjovisfilets; zout en peper over de vis strooien. Twee velletjes aluminiumfolie uitspreiden, er de vis op leggen, besprenkelen met olie, citroen en gehakte peterselie. Er een pakketje van maken door het folie dicht te vouwen. De oven voorverwarmen op 200°. Als het lampje uitgaat, de bakplaat op de grill plaatsen in positie 2, bakken gedurende 40 minuten, de vis halverwege draaien.

Gevulde inktvis

BACKOVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 4 grote inktvissen (calamari)
- Olie

Per il ripieno:

- 1 kopje ongekookte rijst
- Peterselie, knoflook
- Zout en peper
- Gepasseerde tomaten

De inktvis schoonmaken, de tentakels erafsnijden en apart houden. De vulling maken: meng de rijst met de gehakte tentakels, veel peterselie en een snufje knoflook, de tomatenpuree, zout en peper. Vul de inktvissen en sluit ze met een cocktailprikker. Leg ze in een met olie ingevette ovenschaal en giet een eetlepel water op de bodem. De oven voorverwarmen op 200°. Als het lampje uitgaat, de schaal in de oven zetten, op de grill in positie 1. 30 minuten, halverwege draaien.

Gegratineerde tarbot

BACKOVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 4 tarbotfilets
- 1/2 liter béchamelsaus
- 2 eetlepels geraspte kaas

De filets ongeveer 10 minuten koken in licht gezouten water waaraan u wat schijfjes citroen toe heeft gevoegd. Ze uit laten lekken en in de tussentijd de béchamelsaus maken. Op de bodem van een beboterde ovenschaal een dun laagje saus gieten, de filets hier bovenop leggen, ze bedekken met de rest van de saus en bestrooien met de kaas. De oven voorverwarmen op 200° en als het lampje uitgaat het geheel op de grill plaatsen in positie 2. Bakken gedurende 20 minuten, halverwege de schaal draaien.

Groenten

Courgettes met tonijn

BACKOVEN

Ingrediënten voor 2 personen:

- 4 courgettes
- 150g tonijn op olie uit blik
- 1 blik gepelde tomaten
- Peterselie
- 1 ei
- Geraspte kaas
- Olie, boter, zout

De courgettes in de lengte doorsnijden, uithollen en het aldus verkregen binnenste van de groente in stukjes hakken. De vulling maken: de tonijn fijnprakken met wat peterselie, een eetlepel geraspte kaas, 1 ei en de courgettepulp. De courgettes vullen. Op de bakplaat een mengsel gieten van water, enkele lepels olie en wat gepelde tomaten; er de courgettes bovenop leggen. De oven voorverwarmen op 200°. Als het lampje uit is de bakplaat boven de grill plaatsen in positie 1 en het geheel 40 minuten bakken. Halverwege de bakplaat draaien en wat water toevoegen.

Gebakken aardappels

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 500g in stukken gesneden aardappels
- Knoflook, rozemarijn, salie
- 1 eetlepel olijfolie
- 1 scheutje witte wijn
- 1/2 bouillonblokje
- Zout en peper

De aardappels samen met de olie, de knoflook, de rozemarijn, het verkruimelde bouillonblokje, de witte wijn, zout en peper in een bakplaat doen. De oven voorverwarmen op 200°. Als het lampje uitgaat het geheel op de grill plaatsen in positie 2. 50 minuten bakken, tweemaal doorroeren.

Aubergines alla parmigiana

BACKOVEN EN GRIL

Ingrediënten voor 4 personen:

- 1 kg. aubergines
- 500g tomatensaus
- 2 mozzarella's van elk 150g
- Zout en peper
- 50g geraspte parmezaanse kaas

De oven voorverwarmen in positie GRIL gedurende 10 minuten. De aubergines in dunne plakken snijden en ze gedurende 14 minuten op de grill leggen, in positie 4, waarbij U ze halverwege omdraait, met de ovendeur open op de eerste klikstand. Zo doorgaan tot alle aubergines gegrild zijn. In een met olie ingevette ovenschaal een laagje aubergines leggen, vervolgens een laagje van plakjes mozzarella, bedekken met tomatensaus en geraspte kaas. Zo doorgaan tot alle ingrediënten op zijn. De oven voorverwarmen op 200°. Als het lampje uit gaat, de ovenschaal op de grill plaatsen in positie 2. De aubergine in 35 minuten gaarbakken. De schaal halverwege de baktijd keren.

Tomaten al gratin

BACKOVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 500g middelgrote tomaten
- 1 uitgeperst teentje knoflook
- Gesnipperde peterselie
- 1 eetlepel olijfolie
- 5 eetlepels paneermeel
- Zout en peper

De tomaten uithollen en de pulp en het sap apart houden. Ze omdraaien en ze uit laten lekken. Met de resterende ingrediënten, inclusief tomatensap- en pulp, een niet al te dik mengsel maken en de tomaten vullen. De tomaten op de met olie ingevette bakplaat leggen. De oven voorverwarmen op 200°. Als het lampje uitgaat, de bakplaat boven de grill plaatsen in positie 1 en de tomaten in 40 minuten gaar laten worden. De bakplaat halverwege de baktijd draaien.

Gegratineerde bloemkool

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 800g bloemkool
- Parmezaanse kaas
- 500g béchamel
- 100g gekookte ham
- Zout en peper

De bloemkool wassen en koken in water met zout. Terwijl hij afkoelt een béchamelsaus maken. Op de bodem van een schaal twee eetlepels béchamel doen, de in stukken geneden bloemkool, de ham in plakjes en de rest van de béchamelsaus. Met kaas bestrooien. De oven voorverwarmen op 200°. Als het lampje uitgaat de schaal op de grill zetten in positie 2 gedurende 20 minuten. Halverwege draaien.

Gevulde paprika's

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 3 paprika's
- 500g gehakt
- Een mengsel van gehakte knoflook en peterselie
- 2 eieren
- Zout en peper
- 2 eetlepels olijfolie
- 50g geraspte parmezaanse kaas

De paprika's wassen en schoonmaken en door de helft snijden. Het gehakt mengen met alle andere ingrediënten en de paprika's ermee vullen; ze in een met olie ingevette bakplaat doen. De oven voorverwarmen op 180°. Als het lampje uitgaat het geheel op de grill plaatsen in positie 2 en 45 minuten bakken. De bakplaat halverwege draaien.

Zoetenagerechten

Appelstrudel

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 250g diepvries bladerdeeg
- 300g goudreinetten
- 1/2 glaasje rum
- 100g suiker
- 30g pijnpitten
- 1 geraspte citroenschil
- 70g boter
- 50g paneermeel
- 50g rozijnen
- 1 snufje kaneel

De appels schillen en in dunne plakjes snijden en ze zachtjes fruiten in de boter. De rum toevoegen en laten verdampen. Laten afkoelen en het paneermeel, de suiker, de geweekte en uitgelekte rozijnen, de pijnpitten, de citroen en de kaneel toevoegen, voorzichtig omroeren. Het bladerdeeg zeer dun uitrollen en tot een rechthoek vormen. Met een beetje gesmolten boter bestrijken en er het appelmengsel overheen verdelen, waarbij de randen vrij worden gelaten. Vouw de randen over het mengsel en rol het geheel op, hierbij goed op de zijanten drukken zodat ze aan elkaar hechten. Het geheel op de beboterde bakplaat leggen en de bovenkant bestrijken met losgeklopt ei. De oven voorverwarmen op 180°. Als het lampje uit is de bakplaat boven de grill in positie 2 plaatsen en de strudel 40 minuten bakken.

Notentaart

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 8 personen:

- 140g bloem
- 160 g boter
- 3 eieren
- 1/2 zakje gist
- 1 snufje kaneel
- 1 snufje nootmuskaat
- 1 snufje zout
- 150g suiker
- 100g gehakte walnoten
- 1 citroen

Een bakvorm beboteren en met bloem bestuiven. De noten hakken. De boter (die ruim twee uur vantevoren uit de koelkast gehaald moet worden) tot crème roeren met een houten lepel. Er de citroenschil, de suiker, de gehakte noten, een snufje nootmuskaat, kaneel, zout aan toevoegen en alles doorroeren. Dan de eieren toevoegen en roeren tot alles goed vermengd is. De bloem en de gist zeven en toevoegen en opnieuw roeren, dan het mengsel in de taartvorm overdoen. De oven voorverwarmen op 180°. Als het lampje uitgaat, het geheel op de grill zetten in positie 2. 35 minuten bakken.

Plum cake

BACKOVEN

Ingrediënten voor 8 personen:

- 250g boter
- 3 eieren en 2 dooiers
- 80g rozijnen
- 1 snufje zout
- 50g geconfijte vruchtjes (sinaasappel)
- 250g suiker
- 250g bloem
- 1 glaasje rum

De boter (die minstens twee uur vantevoren uit de koelkast gehaald moet worden) met de suiker langdurig roeren tot het een witte crème is. Eén voor één de hele eieren toevoegen en daarna de dooiers; dan geleidelijk aan de bloem toevoegen en een snufje zout. Hierna de rum, de geweekte rozijnen en de geconfijte vruchtjes toevoegen. Het mengsel overdoen in een rechthoekige vorm die bekleed is met beboterde aluminiumfolie. De oven voorverwarmen op 180°. Als het lampje uit is, de vorm op de grill zetten in positie 1 en gedurende 75 minuten bakken.

Koekjes

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 160g bloem
- 1 snufje zout
- 1 ei
- 50g suiker
- 60g boter

Alle ingrediënten met de keukenmachine tot een glad mengsel roeren. Er met de deegroller een vrij dikke plak van rollen. Er met een steekvompje van 4x2,5 cm koekjes van steken en deze op de met boter ingevette bakplaat leggen. De oven voorverwarmen op 180°. als het lampje uitgaat, de bakplaat op de grill in positie 2 zetten en de koekjes gedurende 14 minuten bakken.

Gevuld zandgebak

HETELUCHT-OVEN

Ingrediënten voor 8 personen:

- 250g bloem
- 125 g boter
- 1 heel ei en 1 eidooier
- 110g suiker
- 200g jam
- Zout

De boter in stukjes snijden en samen met de bloem, de suiker, het ei en het zout in de keukenmachine doen. Goed mengen. Ongeveer een derde van het deeg opzijleggen om voor de decoratie te gebruiken. De rest van het deeg met een deegroller uitrollen. Een bakplaat beboteren en met wat bloem bestuiven. De vorm met het deeg bekleden. Er een laag jam over uitstrijken. Van de rest van het deeg reepjes van 1 cm breed snijden en er het gebak mee versieren. De oven voorverwarmen op 180°. Als het lampje uitgaat de bakplaat op de grill zetten in positie 2 en 40 minuten bakken.