

ADVERTÊNCIAS IMPORTANTES

Advertências de segurança



Perigo!

O incumprimento desta advertência implica o risco de choques elétricos com risco de vida.

- Antes de ligar o aparelho à tomada de alimentação, certifique-se de que:
 - A tensão da rede indicada na chapa de características do aparelho corresponde à da sua instalação elétrica;
 - A tomada de alimentação dispõe de ligação à terra e tem uma capacidade mínima de 16A.
 - Qualquer utilização profissional do produto que não seja adequada ou que não esteja em conformidade com as instruções de utilização isenta o fabricante de toda e qualquer responsabilidade.
- Certifique-se de que o cabo de alimentação não entra em contacto com partes do aparelho que aquecem durante a utilização. Se o cabo de alimentação estiver danificado, deverá ser substituído pelo fabricante ou pelo seu serviço de assistência técnica, de forma a prevenir todo e qualquer risco.
- Antes de arrumar o aparelho ou de remover as placas de cozedura, e antes de qualquer operação de limpeza e manutenção, desligue o aparelho rodando o seletor para a posição "●" e retire a ficha da tomada de alimentação. Certifique-se de que o aparelho arrefeceu completamente.
- Não utilize o aparelho no exterior.
- Não mergulhe o aparelho em água.
- O aparelho não deve ser posto a funcionar através de um temporizador externo ou com um sistema de comando à distância separado.
- Utilize apenas extensões que estejam em conformidade com as normas de segurança vigentes. Certifique-se de que estão em bom estado e que são de secção adequada.
- Não retire a ficha da tomada de alimentação puxando pelo cabo.



Atenção!

O incumprimento destas advertências implica o risco de lesões pessoais ou danos no aparelho.

- Limpe o exterior da placa de cozedura com uma

esponja macia ou um pano humedecido com água e um detergente delicado.

- Este aparelho foi concebido para a cozedura de alimentos. Não deve ser, por isso, utilizado para outros fins nem modificado ou adulterado de nenhum modo.
- Este aparelho destina-se apenas a um uso doméstico. Não está prevista a sua utilização em cozinhas de funcionários de lojas, escritórios e outros ambientes de trabalho, unidades de turismo rural, hotéis, casas de hóspedes, motéis e outras estruturas de alojamento.
- Este aparelho pode ser utilizado por crianças com mais de 8 anos e por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas, ou com uma experiência e conhecimentos insuficientes, desde que sejam atentamente vigiadas e ensinadas a utilizar o aparelho de forma segura e consciente dos riscos associados à sua utilização. As crianças não devem brincar com o aparelho.
- As operações de limpeza e manutenção que cabem ao utilizador não devem ser realizadas por crianças, a menos que tenham mais de 8 anos e sejam vigiadas. Mantenha o aparelho e o cabo fora do alcance das crianças de idade inferior a 8 anos.
- Mantenha o aparelho fora do alcance das crianças e não o deixe a trabalhar sem vigilância.
- Não utilize o aparelho sem as respetivas placas de cozedura.
- Arrume o aparelho só quando ele tiver arrefecido completamente.
- Não desloque o aparelho durante a utilização.



Perigo de queimaduras!!

O incumprimento desta advertência pode comportar o risco de abrasões ou queimaduras.

- Quando o aparelho está a funcionar, a temperatura da superfície externa pode ficar muito alta. Utilize sempre a pega (2) ou luvas de forno, se necessário.

- Remova ou substitua as placas de cozedura quando o aparelho tiver arrefecido completamente.



Nota:

Este símbolo evidencia conselhos e informações importantes para o utilizador.

- Não cozinhe alimentos embrulhados em películas de plástico, de alumínio ou em sacos de polietileno para evitar o risco de incêndio.



Este aparelho está em conformidade com a diretiva CEE 1935/2004 relativa aos materiais e objetos destinados a entrar em contacto com produtos alimentares.

Eliminação do aparelho



Não elimine o aparelho juntamente com os resíduos domésticos; deposite-o num centro de recolha seletiva oficial.

DESCRIÇÃO

- 1. Base e tampa:** estrutura sólida em aço inox com tampa de autorregulação.
- 2. Pega:** pega robusta em metal fundido para regular a tampa consoante a espessura dos alimentos.
- 3. Botões de libertação da placa:** prima para desbloquear e remover a placa
- 4. Dispositivo de bloqueio/desbloqueio da placa inferior e regulação em altura da placa superior/tampa**
- 5. Botão de libertação da dobradiça:** permite abrir completamente o aparelho para cozinhar na posição plana
- 6. Regulação em altura da placa "função forno grill":** para bloquear a placa/tampa superior à altura desejada, para preparar alimentos que não precisam de ser prensados.
- 7. Indicador luminoso de alimentação (verde):** o indicador luminoso está aceso quando o aparelho está ligado à rede elétrica.
- 8. Indicador luminoso da placa superior (vermelho):** O indicador luminoso está aceso quando as resistências estão alimentadas e apaga-se quando a temperatura é atingida e a placa está pronta.
- 9. Indicador luminoso da placa inferior (vermelho):** o indicador luminoso está aceso quando as resistências estão alimentadas e apaga-se quando a temperatura é atingida e a placa está pronta.
- 10. Seletor do termostato da placa superior:** coloque em MED - MAX ou "●" para regular a temperatura da placa superior.

- 11. Seletor do termostato da placa inferior:** coloque em WARM - LOW - MED - MAX ou "●" para regular a temperatura da placa inferior.

12. Pés frontais reguláveis.

- 13. Placas amovíveis:** antiaderentes e laváveis na máquina de lavar loiça, fáceis de limpar. O NÚMERO E O TIPO DE PLACAS PODEM VARIAR SEGUNDO O MODELO.

- 13a. Placa grill:** perfeita para grelhar bifes, hambúrgueres, frango e legumes

- 13b. Placa lisa:** para preparar impecavelmente crepes, ovos, bacon e crustáceos.

- 14. Tabuleiro de recolha de gordura:** integrado no aparelho e amovível para uma fácil limpeza.

PRIMEIRA UTILIZAÇÃO

Retire todo o material da embalagem e as etiquetas promocionais da placa. Antes de deitar fora o material da embalagem, certifique-se de que retirou todas as partes do novo aparelho. Recomendamos que conserve a caixa e o material da embalagem para as utilizações seguintes.



Nota: Antes da utilização, limpe a base, a tampa e os seletores de controlo com um pano húmido para remover o pó acumulado durante o transporte. Limpe cuidadosamente as placas de cozedura, o tabuleiro de recolha de gordura e o utensílio de limpeza. As placas e o tabuleiro de recolha de gordura podem ser lavados na máquina de lavar loiça.



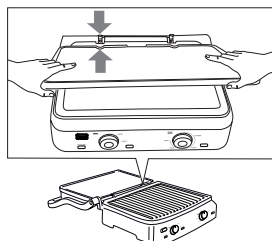
Nota: Aquando da primeira utilização, o aparelho pode libertar algum cheiro e um pouco de fumo. Isto é normal e comum a todos os aparelhos com superfícies antiaderentes.



Nota: as placas amovíveis (grill e lisas) são perfeitamente intermutáveis.

Introdução das placas de cozedura

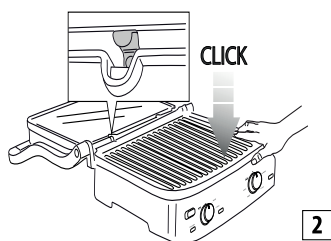
- Coloque o aparelho numa posição plana (ver a figura 1). Insira uma placa de cada vez.



1

- Cada placa apenas pode ser inserida no compartimento

superior ou inferior (ver a figura 2).



Para remover as placas

Coloque o aparelho numa posição plana.

Identifique no lado direito os botões de desbloqueio (3) das placas. Prima firmemente o botão para retirar a placa da base. Pegue na placa com duas mãos, faça-a deslizar ao longo dos suportes metálicos e extraia-a da base. Prima também o outro botão de desbloqueio para remover a segunda placa, realizando as mesmas operações.



Perigo de queimaduras!! Remova ou substitua as placas de cozedura quando o aparelho tiver arrefecido.

Posicionar o tabuleiro de recolha de gordura

Durante a cozedura o tabuleiro de recolha de gordura deve ser inserido no respetivo lugar no lado direito do aparelho. A gordura proveniente dos alimentos é escoada através da abertura situada na placa e recolhida no tabuleiro.



Nota: Durante a cozedura, verifique frequentemente o tabuleiro de recolha de gordura e retire-o para evitar o excesso de gordura líquida.

Após a cozedura, elimine corretamente a gordura recolhida. O tabuleiro de recolha de gordura pode ser lavado na máquina de lavar loiça.



Atenção! Preste sempre a máxima atenção durante a cozedura.

Para abrir o aparelho, segure na pega que se mantém fria. Pelo contrário, as partes em alumínio fundido ficam muito quentes; evite tocar nelas durante ou logo após a cozedura. Antes de realizar qualquer operação no aparelho, deixe-o arrefecer (durante pelo menos 30 minutos).

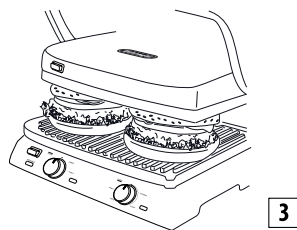
Cozinhe exclusivamente com o tabuleiro de recolha de gordura inserido. Não esvazie o tabuleiro de recolha de gordura enquanto o aparelho não estiver completamente frio. Preste atenção quando extrair o tabuleiro para evitar derramar líquidos.

POSIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO APARELHO

Grelhador de placas (posição fechada)

A placa superior pousa sobre a placa inferior. É a posição inicial e de cozedura quando se utiliza o aparelho como grelhador de placas. A placa superior adapta-se automaticamente à espessura dos alimentos colocados na placa inferior. Deste modo, os alimentos são cozidos uniformemente de ambos os lados.

O grelhador de placas é ideal para cozinhar hambúrgueres, carne desossada e em fatias finas, legumes e sandes. A função de “contacto” é perfeita para preparar os alimentos em pouco tempo ou de forma salutar. Utilizando o grelhador de placas, os alimentos cozem rapidamente, precisamente porque estão em contacto com as placas de ambos os lados em simultâneo (ver a figura 3).



As estrias da placa e a abertura na parte traseira do aparelho permitem o escoamento e a recolha da gordura no respetivo tabuleiro.

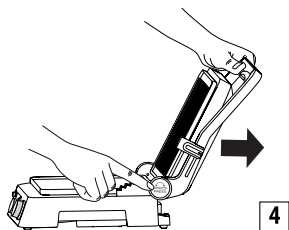
O aparelho é dotado de uma pega especial e de uma dobradiça que permitem regular a tampa superior consoante a espessura dos alimentos. Se desejar preparar várias coisas em simultâneo com o grelhador de placas, convém que os vários alimentos tenham a mesma espessura para permitir o fecho uniforme da tampa (placa superior).

Grelha aberta

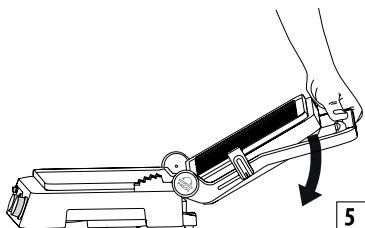
A placa superior está ao mesmo nível da placa inferior. A placa inferior e a superior estão no mesmo plano, formando uma ampla superfície de cozedura.

Nesta posição, o aparelho pode ser utilizado no modo barbecue com a placa grill ou a placa lisa.

Para regular o aparelho nesta posição é, antes de mais, preciso identificar o botão de desbloqueio da dobradiça, situado à direita. Segure na pega com a mão esquerda e, com a direita, prima o botão de desbloqueio da dobradiça (ver a figura 4).



Empurre a pega para trás até virar completamente a tampa para a posição plana (ver a figura 5).



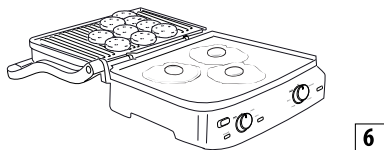
Se levantar ligeiramente a pega antes de premir o botão de desbloqueio, aliviará a pressão sobre a dobradiça e a operação de abertura será mais fácil.

O aparelho pode ser utilizado como grill/barbecue para preparar hambúrgueres, bifes, frango e peixe. O modo grill/barbecue é o modo mais versátil de utilizar o aparelho. As placas encontram-se na posição aberta ficando, assim, disponível uma dupla superfície de cozedura.

Podem-se preparar diversos alimentos em placas separadas sem misturar os sabores, ou cozinhar uma maior quantidade do mesmo alimento.

A posição grill/barbecue permite grelhar diversas peças de carne de várias espessuras, cada uma com o grau de cozedura que se preferir. Nesta posição, é necessário virar os alimentos durante a cozedura.

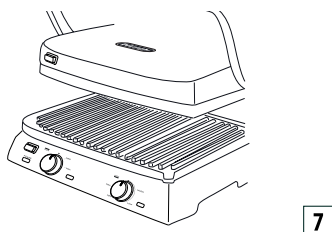
O aparelho também pode ser utilizado com as placas lisas para preparar crepes, queijo, ovos e bacon para o pequeno-almoço (ver a figura 6).



A ampla superfície de cozedura permite preparar simultaneamente diversos alimentos ou uma maior quantidade do mesmo alimento.

Forno Grill

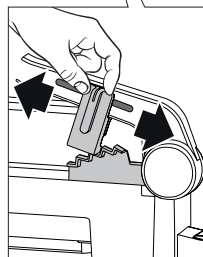
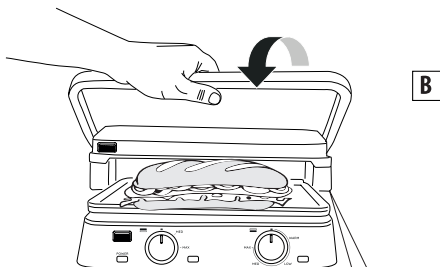
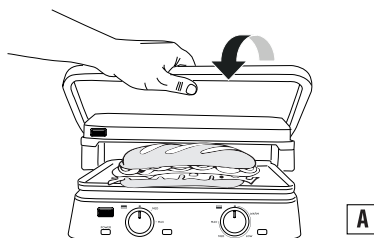
Esta posição (ver a figura 7) é perfeita para grelhar sem contacto alimentos de grande espessura que exigem uma cozedura lenta e uniforme.



Ideal para a preparação de legumes com um elevado teor de água, pois a água pode evaporar.

Poderá usar esta posição de cozedura para preparar sandes moles e alimentos que não precisam de ser prensados.

- Coloque os alimentos na placa inferior.
- Segurando nela pela pega, baixe a placa superior para junto dos alimentos (fig. A).



- Posicione o dispositivo de bloqueio/desbloqueio (4) das placas na posição grill desejada fazendo deslizar a alavanca.
- A placa superior bloqueia na posição. Existem 5 regulações em altura diferentes (fig. B).

UTILIZAÇÃO

Funcionamento

Uma vez preparado corretamente o aparelho, e quando estiver pronto para cozinhar, selecione a temperatura desejada para cada uma das duas placas (superior e inferior) utilizando os seletores do termostato 10 e 11.

Os indicadores luminosos das placas superior e inferior (8 - 9) acendem-se.

Consoante a temperatura selecionada, podem ser necessários alguns minutos para que o aparelho aqueça. Quando o termostato atingir a temperatura desejada, os indicadores luminosos das placas superior e inferior apagam-se e o aparelho está pronto a usar.

É possível variar a regulação da temperatura a qualquer momento durante a cozedura, em função do tipo de alimentos em preparação.



Nota: o aparelho é dotado de 2 pés frontais reguláveis (16) que facilitam a eliminação do óleo que está no tabuleiro de recolha de gordura.

LIMPEZA E MANUTENÇÃO

Manutenção por parte do utilizador

- Não utilize utensílios metálicos que possam riscar as placas antiaderentes. Utilize antes utensílios de madeira ou de plástico termorresistente.
- Não deixe utensílios de plástico em contacto com as placas quentes.
- Entre uma preparação e a seguinte, remova os resíduos de alimentos através da abertura para o escoamento da gordura e recolha-os no recipiente subjacente; depois limpe com um pedaço de papel e passe à preparação seguinte.
- Antes de realizar qualquer operação de limpeza, deixe arrefecer o aparelho (durante pelo menos 30 minutos).

Limpeza e cuidados



Nota: Antes de limpar o aparelho, certifique-se de que ele arrefeceu completamente.

No fim da cozedura, rode os seletores para "●" e desligue o aparelho da rede elétrica. Deixe arrefecer o aparelho durante

pelo menos 30 minutos. Remova eventuais resíduos de comida das placas. Esvazie o tabuleiro de recolha de gordura. O tabuleiro de recolha de gordura pode ser lavado à mão ou na máquina de lavar loiça.

Prima os botões de desbloqueio das placas (3) para as remover do aparelho. Antes de tocar nelas, certifique-se de que as placas estão completamente frias. As placas de cozedura podem ser lavadas na máquina de lavar loiça, ainda que as lavagens frequentes possam reduzir as propriedades do revestimento. Aconselha-se, por isso, a limpar o exterior da placa de cozedura com uma esponja macia ou um pano humedecido com água e um detergente delicado.

Não utilize objetos metálicos para limpar as placas.

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

Tensão de alimentação	220-240 V / 50-60 Hz
Potência absorvida	2000W

TABELA DE COZEDURA

VACA	ESPES- SURA (cm)	N.º PEDA- ÇOS	NÍVEL DE COZEDU- RA	MODO	PLACAS		SELETOR DO TERMÓSTATO		MIN.	SUGESTÕES
					inferior	superior	supe- rior (10)	infe- rior (11)		
Bife	0,5 - 1	2	Bem passado	GRELHA- DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	2 - 3	untar bem os alimentos
Bife	0,5 - 1	4	Bem passado	GRELHA ABERTA	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	5 - 6	untar bem os alimentos, vi- rar a meio da cozedura
Lombo de vaca	3-4	4	Mal passado	GRELHA- DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	4 - 5	untar bem os alimentos
Lombo de vaca	3-4	4	Média	GRELHA- DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	7 - 8	untar bem os alimentos
Lombo de vaca	3-4	4	Bem passado	GRELHA- DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	10 - 11	untar bem os alimentos
Costeletão	2-3	2	Média	GRELHA- DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	4 - 5	untar bem os alimentos
Costeletão	2-3	2	Bem passado	GRELHA- DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	7 - 8	untar bem os alimentos
Costeletão	2-3	4	Média	GRELHA ABERTA	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	10 - 12	untar bem os alimentos, vi- rar a meio da cozedura
Costeletão	2-3	4	Bem passado	GRELHA ABERTA	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	14 - 16	untar bem os alimentos, vi- rar a meio da cozedura
Hambúr- guer	2-3	6	Bem passado	GRELHA- DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	8 - 10	untar bem os alimentos
Espetada		6	Bem passado	GRELHA- DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	13 - 15	untar bem os alimentos, vi- rar a meio da cozedura

Borrego	ESPES-SURA (cm)	N.º PEDA-ÇOS	NÍVEL DE COZEDU-RA	MODO	PLACAS		SELETOR DO TERMÓSTATO		MIN.	SUGESTÕES
					inferior	superior	superior (10)	inferior (11)		
Costeleta	1,5-3	6	Média	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	10 - 12	untar bem os alimentos, virar as costeletas a meio da cozedura
Costeleta	1,5-3	6	Bem passado	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	12 - 14	

PORCO	ESPESSURA (cm)	N.º PEDA-ÇOS	MODO	PLACAS		SELETOR DO TERMÓSTATO		MIN.	SUGESTÕES
				inferior	superior	superior (10)	inferior (11)		
Bife	1-2	4	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	7 - 9	untar bem os alimentos
Bife	1-2	8	POSIÇÃO ABERTA	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	14 - 16	untar bem os alimentos, virar a meio da cozedura
Costeleta	<2,5	4	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	9 - 11	untar bem os alimentos, virar a meio da cozedura
Costeleta	<2,5	8	POSIÇÃO ABERTA	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	11 - 13	untar bem os alimentos, virar a meio da cozedura
Entrecosto		6-8	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	20 - 25	virar duas ou três vezes
Bacon		4	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	1 - 2	
Salsichas		8	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	16 - 18	picar as salsichas com um garfo
Espetada		6	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	14 - 16	untar bem os alimentos, virar 1-2 vezes
Salsichas		6	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	8 - 10	

CARNE DE FRANGO E PERU	ESPES-SURA (cm)	N.º PEDA-ÇOS	MODO	PLACAS		SELETOR DO TERMÓSTATO		MIN.	SUGESTÕES
				inferior	superior	superior (10)	inferior (11)		
Peito	<1	4	GRELHA-DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	3 - 4	untar bem os alimentos
Coxa		3	GRELHA-DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	20 - 25	virar uma ou duas vezes durante a cozedura
Asa		6	GRELHA-DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	14 - 16	virar uma ou duas vezes durante a cozedura
Hambúrguer	1,5-2	4	GRELHA-DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	6-8	
Hambúrguer	1,5-2	8	GRELHA ABERTA	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	14 - 16	Virar a meio da cozedura
Espetada		6	GRELHA-DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	11 - 13	virar uma ou duas vezes durante a cozedura
Salsichas		6	GRELHA-DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	6 - 8	
Frango grelhado		1	GRELHA-DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	40 - 45	virar uma ou duas vezes durante a cozedura

PÃO	N.º PEDA-ÇOS	MODO	PLACAS		SELETOR DO TERMÓSTATO		MIN.	SUGESTÕES
			inferior	superior	superior (10)	inferior (11)		
Tosta/sanduiche	2	FORNO GRILL	LISA	GRILL	MÁX.	MÁX.	3 - 5	posicionar a placa superior de forma a tocar no pão sem o esmagar
Sandes	2	GRELHA-DOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	2 - 3	
Fatias de pão	4	GRELHA ABERTA	LISA	GRILL	MÁX.	MÁX.	4 - 5	Virar a meio da cozedura

LEGUMES	N.º PEDAÇOS	MODO	PLACAS		SELETOR DO TERMÓSTATO		MIN.	SUGESTÕES
			inferior	superior	superior (10)	inferior (11)		
Beringelas às rodela	1	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	4 - 6	untar bem os alimentos
Courgettes às rodela	2	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	6 - 8	untar bem os alimentos
Pimentos aos quartos	2	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	8 - 10	untar bem os alimentos
Tomate às rodela	1	GRELHA ABERTA	LISA	GRILL	MÁX.	MÁX.	5 - 7	untar bem os alimentos; virar a meio da cozedura
Cebola às rodela	2	GRELHADOR DE PLACAS	LISA	GRILL	MÁX.	MÁX.	5 - 7	untar bem os alimentos, mexer muitas vezes com uma espátula

PEIXE	QUANTIDADE	N.º PEDAÇOS	MODO	PLACAS		SELETOR DO TERMÓSTATO		MIN.	SUGESTÕES
				inferior	superior	superior (10)	inferior (11)		
Inteiro	250 g	1	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	8 - 10	untar bem os alimentos
Lombo de vaca	500 g	1	FORNO GRILL	LISA	GRILL	MÁX.	MÁX.	25 - 30	untar os alimentos, posicionar a placa superior de forma a aflorar os alimentos sem tocar neles
Tranche	450 g	4	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	8 - 10	untar bem os alimentos
Espetada	500 g	6	GRELHA ABERTA	GRILL	LISA	MÁX.	MÁX.	10 - 12	untar bem os alimentos; virar duas ou três vezes
Lulas	400 g	1-2	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	10 - 12	untar bem os alimentos
Gambas	400 g	10-12	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	4 - 6	untar bem os alimentos

SOBREMENSAS	N.º PEDACOS	MODO	PLACAS		SELETOR DO TERMÓSTATO		MIN.	SUGESTÕES
			inferior	superior	superior (10)	inferior (11)		
Panquecas	4	GRELHA ABERTA	LISA	GRILL	MÉD.	MÉD.	4 - 5	untar as placas com manteiga, virar a meio da cozedura
Rodelas de ananás	4	GRELHADOR DE PLACAS	GRILL	LISA	MÉD.	MÉD.	5 - 6	untar as placas com manteiga

RECEITAS

OVOS MEXIDOS, TOUCINHO FUMADO E TOSTA

INGREDIENTES:

- ovos 2
- bacon 2 fatias
- leite 1 colher de sopa
- sal e pimenta q.b.
- pão para tostas 2 fatias

PREPARAÇÃO:

Bata os ovos com o leite e o sal até formar um composto leve e espumoso. Insira a placa lisa no compartimento inferior e a placa grill no compartimento superior e coloque o aparelho no modo GRELHA ABERTA. Regule o seletor do termóstato inferior e superior para MAX. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, deite a mistura de ovos num canto da placa e cozinhe durante 2-3 minutos, tendo o cuidado de os mexer bem com uma espátula de madeira para os cozer uniformemente. Entretanto, na mesma placa, cozinhe também as fatias de bacon durante 3-4 minutos, virando-as a meio da cozedura, enquanto na outra placa plana tosta o pão durante 3-4 minutos, virando-o a meio da cozedura. Componha o prato e sirva.

TOSTINHAS COM ESPUMA DE BERINGELA

INGREDIENTES:

- beringelas 1
- queijão 100 g
- alho em pó q.b.
- salsa q.b.
- azeite 4 colheres de sopa
- sal q.b.
- pimenta q.b.
- baguete 1

PREPARAÇÃO:

Lave as beringelas, descasque-as e corte-as às rodelas espessas.

Insira a placa grill no compartimento inferior, a placa lisa no compartimento superior e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS. Regule o seletor do termóstato inferior e superior para MAX. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque as beringelas na placa inferior e cozinhe-as durante cerca de 8-10 minutos até ficarem macias. Corte as rodelas de beringelas grosseiramente e, com uma varinha mágica, rale-as com o requieirão, o dente de alho e a salsa picada, uma pitada de sal e uma de pimenta, para além do azeite. Rale até obter um composto liso e de grão fino. Unte o pão (cortado às fatias) com o azeite e grelhe-o à temperatura MAX com as placas planas no modo GRELHADOR DE PLACAS durante 1-2 minutos até obter o grau de dourado desejado.

Barre o pão tostado com o creme de beringelas, regue com duas colheres de sopa de azeite e sirva-as.

SALADA DE CARNE COM RÚCULA E TOMATE CEREJA

INGREDIENTES:

- fatias de carne de vitela 2
- rúcula 100 g
- tomates cereja redondos 10-12
- lascas de queijo grana 100 g
- sal q.b.
- azeite q.b.

PREPARAÇÃO:

Prepare a salada de rúcula e tomate cereja: lave a rúcula, coloque-a num pano de cozinha limpo para a deixar secar, corte os tomates em 4 partes. Insira a placa grill no

compartimento inferior, a placa lisa no compartimento superior e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS.

Regule o seletor do termóstato inferior e superior para MAX. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha.

Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque as fatias de carne previamente untadas na placa inferior, prenda com a placa superior e coza durante 2-3 minutos consoante o grau de cozedura desejado. Corte a carne às tiras e disponha-as sobre a cama de rúcula e tomate cereja, adicione sal e acrescente as lascas de queijo grana. Tempere com um fio de azeite.

COSTELETÃO AROMATIZADO COM CAFÉ

INGREDIENTES:

- costeletão de vaca (2 de 250 g cada)
- azeite

PARA A MISTURA DE CAFÉ:

- sementes de cominhos 2 colheres de chá
- grãos de café 2 colheres de chá
- pimentão doce 1 colher de sopa
- paprika 1 colher de chá
- sal grosso 1 colher de chá
- pimenta 1 colher de chá

PREPARAÇÃO:

Prepare a mistura de café: deite as sementes de cominhos e o café num robot de cozinha e reduza-as a pó, não demasiado fino.

Deite o pó obtido numa taça, adicione os outros ingredientes e mexa bem. Unte ligeiramente a carne e tempere-a com as especiarias; tape tudo e deixe à temperatura ambiente durante cerca de 30 minutos. Insira a placa grill em baixo, a placa lisa em cima e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS.

Regule o seletor do termóstato inferior e superior para MAX. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha.

Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque a carne na placa inferior, prenda com a placa superior e cozinhe durante 6-8 minutos consoante o grau de cozedura desejado. Sirva quentes.

LOMBO DE VACA COM MOLHO DE COGUMELoS

INGREDIENTES:

- bifes do lombo 4
- sal q.b.
- pimenta preta a moer no momento q.b.
- dente de alho 2
- mostarda de Dijon 2 colheres de sopa
- manteiga 60 g
- azeite q.b.

INGREDIENTES PARA O MOLHO DE COGUMELoS:

- manteiga 30 g
- gorgonzola 1 colher de sopa
- chalotas 2
- cogumelos 300 g
- whisky 1/2 copo
- natas 200 g
- sumo de limão q.b.
- salsa q.b.

PREPARAÇÃO:

Tempere a carne com sal e pimenta e deixe-a repousar à temperatura ambiente durante cerca de uma hora. Prepare o molho de cogumelos: numa frigideira derreta a manteiga, adicione as chalotas cortadas às rodelas e coza durante 2-3 minutos. Adicione os cogumelos e coza durante mais 5 minutos. Flameje, então, com o whisky, coza durante 1 minuto, adicione um copo de água e coza durante mais um minuto aproximadamente. Adicione as natas líquidas, o sumo de um limão, a salsa, o gorgonzola e deixe ferver. Coza até o molho ficar bem denso; retifique o sal e pimenta e reserve. Entretanto prepare o condimento da carne com o qual pincelará os bifes durante a cozedura; numa pequena frigideira deite a manteiga, a mostarda e o alho. Coza em lume brando até a manteiga derreter. Mantenha quente. Insira a placa grill em baixo, a placa lisa em cima e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS. Regule o seletor do termóstato inferior e superior para MAX. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque os bifes (previamente pincelados com o molho de ambos os lados) sobre a placa inferior e feche a grelha. Coza durante 6-8 minutos consoante o grau de cozedura desejado e a espessura dos bifes. No fim, retire os bifes e sirva-os cobertos com o molho de cogumelos previamente preparado.

HAMBÚRGUER COM PÃO DE CENTEIO TOSTADO

INGREDIENTES:

- pão de centeio 8 fatias
- carne picada primeira categoria 500 g
- Emmenthal às fatias 100 g
- azeite 2 colheres de sopa
- cebolas às rodelas 2
- manteiga à temperatura ambiente q.b.
- molho worchester 2 colheres de chá
- sal q.b.
- pimenta q.b.
- açúcar meia colher de chá

PREPARAÇÃO:

Prepare os hambúrgueres: numa taça, misture a carne picada, o molho Worchester, o sal, a pimenta e amasse bem. Com as mãos forme 4 hambúrgueres com cerca de 2 cm de espessura. Coloque o aparelho no modo GRELHA ABERTA e insira a placa lisa no compartimento inferior e a placa grill no compartimento superior. Regule o seletor do termostato inferior e superior para MAX. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha.

Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque as cebolas cortadas às rodelas temperadas com o azeite e o açúcar sobre a placa inferior e cozinhe-as durante cerca de 5-6 minutos, mexendo-as frequentemente com uma espátula de modo a uniformizar a cozedura e a torná-las macias. Simultaneamente, na outra placa, cozinhe os hambúrgueres durante cerca de 12 minutos virando-os ao fim de 5-6 minutos (o tempo de cozedura varia consoante a espessura dos hambúrgueres). Mal as cebolas estejam cozidas, retire-as da placa e toste durante 1-2 minutos as fatias de pão pinceladas com manteiga só de um lado.

Coloque as fatias de pão num prato com o lado tostado virado para cima, polvilhe com as cebolas, acrescente os hambúrgueres e cubra com o queijo. Feche a sandes com a fatia de pão, com o lado tostado virado para baixo. Guarde que a placa fique novamente quente e, depois, insira as tostas e preme bem com a placa superior.

Cozinhe durante cerca de 2-3 minutos até obter o grau de tostado desejado.

COSTELETAS DE BORREGO COM VINAGRE BALSÂMICO

E ROSMANINHO

INGREDIENTES:

- costeletas de borrego 6
- rosmarinho triturado 10 g
- alho picado 10 g
- vinagre balsâmico 100 ml
- açúcar 15 g
- sal q.b.
- pimenta q.b.

PREPARAÇÃO:

Mexa todos os ingredientes num recipiente bastante grande; tape e deixe marinar o borrego no frigorífico durante pelo menos 1-2 horas. Insira a placa grill em baixo, a placa lisa em cima e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS. Regule o seletor do termostato inferior e superior para MAX. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque as costeletas na placa inferior. Cozinhe durante 11-13 minutos consoante o grau de cozedura desejado e a espessura da costeleta (recomendamos que as vire a meio da cozedura porque o osso impede que a placa superior fique em contacto com a carne). Entretanto, reduza a marinada numa frigideira e sirva-a como molho sobre as costeletas de borrego grelhadas.

ESPETADAS DE FRANGO COM CREME DE MEL E LIMÃO VERDE

INGREDIENTES:

- peito de frango 500 g

INGREDIENTES PARA A MARINADA:

- piri-piri 1 colher de chá
- coentros 1 colher de chá
- azeite 10 cl
- alho francês 2
- dente de alho 3
- gengibre ralado 1 colher de sopa
- açúcar 1 colher de sopa
- sumo de lima 1 colher de sopa
- sal grosso 1 colher de sopa
- pimenta q.b.

INGREDIENTES PARA O CREME DE MEL E LIMÃO:

- natas de culinária 5 cl
- raspa de lima 1/2 colher de chá
- sumo de lima 1 colher de sopa
- azeite 1 colher de sopa

- mel 1 colher de sopa
- sal q.b.

PREPARAÇÃO:

Prepare a marinada: coloque todos os ingredientes num robot de cozinha e rale até obter um composto homogéneo. Coloque num prato fundo o frango cortado aos cubos com 2 cm de largura, adicione a marinada e tape todo o frango de modo homogéneo. Tape com película para alimentos e deixe marinar durante 1-2 horas. Prepare o creme mexendo todos os ingredientes numa taça, cubra com a película transparente e mantenha no frigorífico. Enfie os pedaços de frango nas espetadas. Insira a placa grill em baixo, a placa lisa em cima e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS. Regule o seletor do termostato inferior e superior para MAX. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque a carne na placa inferior, presse com a placa superior e cozinhe durante 11-13 minutos consoante o grau de cozedura desejado. Sirva as espetadas quentes acompanhadas com o creme de limão e mel.

COXAS DE FRANGO À PROVENÇAL

INGREDIENTES:

- coxas de frango 3 (550 g)

INGREDIENTES PARA A MARINADA:

- vinho branco seco 25 cl
- azeite 4 colheres de sopa
- mostarda com sementes 3 colheres de sopa
- vinagre de vinho branco 3 colheres de sopa
- ervas provençais 2 colheres de sopa
- alho picado 2 dentes
- sal grosso 2 colher de chá
- pipirí de cayenna 1 colher de chá

PREPARAÇÃO:

Prepare a marinada mexendo todos os ingredientes numa taça. Com uma lâmina afiada corte em vários pontos a parte carnuda das coxas abrindo-as ligeiramente. Coloque as coxas na taça e envolva-as uniformemente com a marinada; deixe marinar durante 2-3 horas. Insira a placa grill em baixo, a placa lisa em cima e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS. Regule o seletor do termostato inferior e superior para MED. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque as coxas de frango na placa inferior, presse com a placa superior e cozinhe durante 20-25 minutos virando-as 2-3 vezes. Uma vez cozinhadas, coloque-as numa travessa e sirva.

GAMBAS NA GRELHA

INGREDIENTES:

- gambas 16/20 unidades

INGREDIENTES PARA A MARINADA:

- salsa q.b.
- limões 2
- sal q.b.
- pimenta q.b.
- dente de alho 2

PREPARAÇÃO:

Prepare a marinada: pique finamente o alho e a salsa e adicione o sumo do limão; adicione sal e uma pitada de pimenta.

Lave as gambas, seque-as bem e deixe-as marinar durante pelo menos meia hora.

Insira a placa grill em baixo, a placa lisa em cima e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS.

Regule o seletor do termostato inferior e superior para MED. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha.

Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque as gambas escorridas da marinada na placa inferior, presse com a placa superior e cozinhe durante cerca de 4-6 minutos. No momento de servir, decore o prato com algumas rodelas de limão e o contorno de legumes.

SALMÃO NA GRELHA COM MOLHO DE IOGURTE

INGREDIENTES:

- filete de salmão 500 g
- azeite q.b.

INGREDIENTES PARA O MOLHO:

- iogurte grego 250 g
- alho 1 dente
- sal 1 colher de chá
- açúcar 1 pitada
- cebolinho 20 g
- salsa 20 g
- pimenta branca q.b.

PREPARAÇÃO:

Prepare o molho: lave e seque bem a salsa e o cebolinho, à parte pique o alho.

Deite o iogurte numa taça, adicione os aromas, o alho, o sal, o açúcar, a pimenta e rale até obter um creme macio. Deixe a repousar no frigorífico durante pelo menos 30 minutos. Insira a placa lisa em baixo, a placa grill em cima e coloque o aparelho no modo FORNO GRILL. Regule o seletor do

termóstato inferior e superior para MAX. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque o filete previamente untado na placa inferior, feche a placa superior no modo FORNO GRILL (na posição mais próxima dos alimentos sem tocar neles) e cozinhe durante cerca de 25-30 minutos (para um melhor resultado, aconselha-se a rodar o salmão a 180° a meio da cozedura pois, na parte de trás, a placa está mais próxima dos alimentos). Uma vez terminada a cozedura, coloque o salmão numa travessa e sirva acompanhado com o molho de iogurte.

LULAS NA GRELHA

INGREDIENTES:

- lula grande 400 g
- limão 1
- salsa 1 ramo
- azeite q.b.
- orégãos q.b.
- sal q.b.
- piripiri em pó q.b.

PREPARAÇÃO:

Amanhe a lula, retire a cabeça, retire o osso do interior e lave-a bem. Insira a placa grill em baixo, a placa lisa em cima e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS. Regule o seletor do termóstato inferior e superior para MED. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, coloque a lula previamente untada na placa inferior, presse com a placa superior e cozinhe durante cerca de 10-12 minutos.

Numa taça, prepare o condimento misturando o azeite com a salsa picada, o sumo de limão, um punhado de orégãos, uma pitada de sal e de piripiri.

Quando a lula estiver cozida, retire-a da grelha e tempere-a com o molho. Componha o prato e sirva.

PANQUECAS DE BANANA

INGREDIENTES:

- bananas 1
- ovos 2 (1 inteiro + 1 clara)
- leite 150 ml
- farinha 00 100 g
- manteiga 70 g
- sal q.b.
- açúcar 1 colher de sopa
- fermento para bolos 16 g

PREPARAÇÃO:

Descasque a banana e reduza-a a puré esmagando-a bem com um garfo. Numa outra terrina, bata 1 ovo inteiro com o açúcar e acrescente o leite em fio mexendo sempre. Adicione 50 g de manteiga derretida, depois, junte pouco a pouco a farinha peneirada com o fermento e uma pitada de sal; adicione também a polpa esmagada das bananas amalgamando bem todos os ingredientes e coloque o composto no frigorífico durante 10 minutos. Entretanto, bata a clara em castelo bem firme. Pegue novamente no composto e incorpore-lhe a clara montada com movimentos delicados de baixo para cima. Insira a placa lisa em baixo, a placa grill em cima e coloque o aparelho no modo GRELHA ABERTA. Regule o seletor do termóstato inferior e superior para MED. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, unte as placas com um pouco de manteiga, deite 1-2 colheres de massa, alargando-a rapidamente na superfície de modo a obter um círculo. Deixe cozer durante cerca de 2 minutos até notar bolhas em toda a superfície da panqueca; depois, vire-a e deixe cozer durante mais cerca de 2 minutos. As panquecas podem ser servidas de muitas maneiras: com creme de chocolate, xarope de açúcar, mirtilos frescos, raspa de chocolate, mel, natas batidas, açúcar em pó.

ANANÁS GRELHADO COM GELADO

INGREDIENTES:

- ananás 1
- mel q.b.
- açúcar de cana q.b.
- menta fresca q.b.
- açúcar em pó q.b.
- gelado de baunilha q.b.

PREPARAÇÃO:

Retire as folhas e a casca ao ananás. Corte o fruto às rodelas com 1-2 cm de espessura e polvilhe cada fatia com açúcar de cana de ambos os lados. Insira a placa grill em baixo, a placa lisa em cima e coloque o aparelho no modo GRELHADOR DE PLACAS. Regule o seletor do termóstato inferior e superior para MED. Prima a tecla START/STOP para pré-aquecer a grelha. Quando os indicadores luminosos das placas superior e inferior se apagarem, pincele o ananás de ambos os lados com mel e coloque-o na grelha. Feche a grelha e coza durante 5-6 minutos. Uma vez cozidas, coloque as rodelas numa travessa, decore com folhas de menta fresca, polvilhe com açúcar em pó e sirva com bolas de gelado.