



JET CHEF Premium  
Mikrowellen Kochbuch  
90 Rezepte

Nie war es leichter, wie ein Profi zu kochen.





„Bauknecht.  
Klein, aber oho.“

# Herzlichen Glückwunsch zum Kauf der JetChef-Mikrowelle von Bauknecht!



Kochen und Garen mit Ihrer neuen JetChef-Mikrowelle von Bauknecht ist schnell, bequem und führt zu genussvollen Ergebnissen mit vollem Geschmack und Aroma - in kurzer Zeit.

Mit dem Kochassistenten, bestehend aus 90 automatischen Rezepten zum Zubereiten und Genießen, erhalten Sie einen Leitfaden, der Sie bei der Zubereitung jedes dieser 90 leckeren Rezepte unterstützt.

Entdecken und schmecken Sie die wahren Fähigkeiten Ihrer JetChef-Mikrowelle.

Sie werden erstaunt sein, wie schnell und einfach die Rezepte zuzubereiten sind.

Viel Spass beim Kochen!

## Jeder große Chefkoch verwendet nur das beste Zubehör.

Für alle zusätzliche Informationen über Bauknecht Zubehöre  
besuchen Sie: [www.bauknecht.eu](http://www.bauknecht.eu)

Beiliegendes Zubehör.



### Crisp-Platte

Für knusprige Gerichte  
aus der Mikrowelle -  
in Minutenschnelle:  
Kombinierter Einsatz von  
Mikrowelle, Grill und  
Crisp-Platte.



30,5cm



### Dampfgarbehälter für die Mikrowelle

Für ein besonders  
schonende und gesunde  
Zubereiten von Speisen  
dank Garen mit Dampf  
in der Mikrowelle bei 40  
°C - 100 °C. Ebenfalls  
ideal für das Kochen von  
Nudeln und Reis.

Separat erhältliches Zubehör.



### Crisp-Backform

Für knusprige Gerichte  
aus der Mikrowelle -  
in Minutenschnelle:  
Kombinierter Einsatz von  
Mikrowelle, Grill und  
Crisp-Platte. Ideal für  
Kuchen und Aufläufe



19cm

28cm



### Backblech

Bestens geeignet für  
Ofenrezepte aller Art.



### Anti-haftender, kratzfester Schneider

Vermeidet, dass die  
Crisp-Platte beim  
Schneiden verkratzt wird.



### Tellerabdeckung

Vermeidet Speisespritzer  
während des Erwärmens.

## Perfekter Genuss mit Bauknecht Mikrowellen – genussvoll kochen, knusprig backen.

Wir legen großen Wert darauf, dass Sie es leicht haben.

Die JetChef Mikrowelle von Bauknecht wurde daher so entwickelt, dass ihre Bedienung intuitiv erfolgt und die Programmierung für Sie sehr benutzerfreundlich ist.

Erwarten Sie perfekte Ergebnisse! Ihre JetChef-Mikrowelle unterstützt Sie sowohl im manuellen als auch im automatischen Modus über das Display, um zu gewährleisten, dass Ihnen Ihre Rezepte gelingen.

Unterstützt werden Sie:

### **Bei der Programmierung:**

Für einige Automatikfunktionen ist es erforderlich, dass Sie bestimmte Informationen eingeben, um perfekte Ergebnisse zu erzielen, z.B. die Anzahl der Portionen, das Gewicht der Lebensmittel usw.

### **Bei der Auswahl des Zubehörs:**

Wenn Sie die verschiedenen verfügbaren Funktionen verwenden, wird Sie das Display in Bezug auf das zu verwendende Zubehör beraten.

### **Beim Garheitsgrad:**

Bereiten Sie Ihre Gerichte so zu, als ob Sie in einem Restaurant bestellen. Wählen Sie den gewünschten Garheitsgrad einfach aus; dazu können Sie zwischen den 3 Stufen wählen: niedrig, mittel und hoch.

### **Bei erforderlichen Aktionen:**

Um perfekte Ergebnisse zu erzielen, wird Ihnen das Display anzeigen, wenn z.B. ein Vorheizen oder ein Wenden des Lebensmittels notwendig ist.

## Perfekter Genuss mit Bauknecht Mikrowellen – genussvoll kochen, knusprig backen.

**Wir bei Bauknecht haben mehr als 90 Jahre Erfahrung und nutzen diese, um Ihnen stets neue, fortschrittliche Technologien und Innovationen anzubieten: Für genussvolle Ergebnisse mit vollem Geschmack und Aroma - bei minimalem Zeitaufwand.**

**Entdecken Sie mit der neuen JetChef-Mikrowelle viele nützliche Zusatzfunktionen:**

### **RapidAuftauen-Funktion**

Die RapidAuftauen-Funktion weckt Tiefgekühltes ganz sanft aus dem eisigen Tiefschlaf. Dabei gewährleisten fünf spezielle Auftauprogramme für Fleisch, Fisch, Geflügel, Brot und Gemüse ein besonders gleichmäßiges und bis zu 7-mal schnelleres Auftauen als die normale Auftau-Funktion\*.

\* Im Vergleich zur Auftau-Funktion mit 160 Watt.



### **Exklusiv: knusprig aus der Mikrowelle.**

Mit der einzigartigen Crisp™-Funktion werden auch Hähnchenschenkel und sogar tiefgekühlte Pizza in Minutenschnelle in der Mikrowelle knusprig. Ohne zusätzliches Fett.



### **BrotAuftauen-Funktion**

Bei der speziellen BrotAuftauen-Funktion reicht ein einziger Knopfdruck: Ihre Brötchen werden 3-mal schneller als im Backofen aufgetaut und aufgebacken.\* Für herrlich knusprige und leckere Brötchen.

\* Im Vergleich zu einem Backofen bei 180° Ober-/Unterhitze.





### **Dampfgaren in der Mikrowelle – das große Geschmackserlebnis.**

Mit der Dampfgarfunktion Ihrer Bauknecht Mikrowelle bereiten Sie ab sofort Lebensmittel so zu, dass Nährstoffe, Vitamine und Aromen bestmöglich erhalten bleiben. Genießen Sie gesunde Gaumenfreude par excellence. Der Dampfgarbehälter kann ganz komfortabel in der Spülmaschine gereinigt werden.



### **Grillfunktion – Geschmack wie frisch vom Grill**

Mit der Grillfunktion können Sie in Ihrer Bauknecht Mikrowelle schnell und einfach leckeres Grillgut zubereiten. Der spezielle Edelstahl-Garraum verstärkt die Heizleistung zusätzlich, wodurch Sie nicht nur im Eiltempo bestes Grillgut zubereiten, sondern dank der hohen Temperaturen auch davon profitieren, dass sich die Grillelemente ganz von selbst reinigen.



### **Heißluft-Funktion**

Die Heißluft-Funktion Ihrer Bauknecht Mikrowelle sorgt für eine besonders gleichmäßige Temperaturentwicklung beim Kochen. So gelingt Ihnen das Zubereiten von Speisen wie Baisers, Rühr- und Biskuitkuchen, Aufläufen oder Geflügel und Braten kinderleicht. Im Kombibetrieb können Sie mehrere Funktionen miteinander kombinieren, wie z. B. Heißluft und Mikrowelle.

# Chefmenü

## Alle Rezepte



### Gemüse

Seite

- |  |  |             |
|--|--|-------------|
|  | 8. Kartoffeln                            | Gebacken    |
|  | 8. Kartoffelgratin                       | Gebacken    |
|  | 10. Ofenkartoffeln                       | Dampfgegart |
|  | 10. Kartoffelecken                       | Crisp       |
|  | 12. Gefrorenes Gemüse *                  | Dampfgegart |
|  | 12. Gemüsegratin mit gefrorenem Gemüse * | Gebacken    |
|  | 13. Tomaten                              | Gebacken    |
|  | 14. Paprika                              | Crisp       |
|  | 14. Aubergine                            | Crisp       |
|  | 15. Karotten                             | Dampfgegart |
|  | 16. Grüne Bohnen                         | Dampfgegart |
|  | 16. Brokkoli                             | Dampfgegart |
|  | 17. Blumenkohl                           | Dampfgegart |
|  | 18. Paprika                              | Dampfgegart |
|  | 18. Kürbis                               | Dampfgegart |
|  | 19. Mais am Kolben                       | Dampfgegart |



### Hähnchen

Seite

- |  |                     |             |
|--|---------------------|-------------|
|  | 20. Geröstet        |             |
|  | 20. Stücke          | Crisp       |
|  | 21. Keulen          | Crisp       |
|  | 22. Flügel          | Crisp       |
|  | 23. Filet           | Crisp       |
|  | 23. Filet           | Dampfgegart |
|  | 24. Filet mit Speck | Dampfgegart |
|  | 25. Kebab           | Gegrillt    |



### Fleisch

Seite

- |  |                               |             |
|--|-------------------------------|-------------|
|  | 26. Rind                      | Geröstet    |
|  | 27. Schwein                   | Geröstet    |
|  | 27. Lamm                      | Geröstet    |
|  | 28. Lammkotelett              | Gegrillt    |
|  | 29. Kalb                      | Geröstet    |
|  | 29. Rippchen                  | Crisp       |
|  | 30. Traditioneller Hackbraten | Gebacken    |
|  | 30. Fleischklösse             | Gebacken    |
|  | 31. Entrecote                 | Gegrillt    |
|  | 32. Gefrorene Hamburger *     | Crisp       |
|  | 32. Bratwurst                 | Crisp       |
|  | 34. HotDogs                   | Dampfgegart |
|  | 34. Speck/Bacon               | Crisp       |



### Fisch und Meeresfrüchte

Seite

- |  |                                  |             |
|--|----------------------------------|-------------|
|  | 36. Fischfilet                   | Dampfgegart |
|  | 37. Ganzer Fisch                 | Gebacken    |
|  | 37. Ganzer Fisch                 | Gekocht     |
|  | 38. Kotelett                     | Dampfgegart |
|  | 39. Kotelett                     | Crisp       |
|  | 39. Gefrorenes Gratin            | * Gebacken  |
|  | 40. Gefrorenes Paniertes Filet * | Crisp       |
|  | 40. Muscheln                     | Dampfgegart |
|  | 41. Vorgekochte Muscheln         | Crisp       |
|  | 42. Garnelen                     | Dampfgegart |
|  | 42. Garnelen                     | Crisp       |







### Gesund kochen

Seite

- |  |                   |         |
|--|-------------------|---------|
|  | 44. Pommes frites | * Crisp |
|--|-------------------|---------|










-  44. Gefrorene Fischstäbchen \* Crisp
-  45. Chorizo in Scheiben Gegrillt
-  46. Gefrorene Buffalo Wings Crisp
-  46. Gefrorene Hähnchen-Nuggets Crisp



## Pizza und Quiche




Seite

-  48. Gefrorene Pan-Pizza \* Crisp
-  49. Gefrorene Dünne Pizza \* Crisp
-  49. Hausgemachte Pizza Crisp
-  50. Gekühlte Pizza Crisp
-  50. Dünne vegetarische Pizza Crisp
-  52. Quiche Lorraine Crisp
-  52. Vorgebackene gefrorene Quiche \* Crisp



## Reis und Getreide





Seite

-  54. Reis Dampfgegart
-  55. Reisbrei Dampfgegart
-  55. Haferbrei Dampfgegart



## Pasta und Lasagne





Seite

-  56. Pasta Dampfgegart
-  56. Vegetarische Lasagne Dampfgegart
-  58. Lasagne Dampfgegart
-  58. Gefrorene Lasagne \*



## Brot

Seite

-  60. Brötchen
-  60. Brotlaib
-  62. Vorgebackene Brötchen
-  62. Gefrorene Brötchen \*



## Kuchen und Backwaren









Seite

-  64. Biskuitkuchen
-  64. Schokoladenkuchen Crisp
-  65. Karottenkuchen Crisp
-  66. Teegebäck Crisp
-  66. Muffins
-  67. Kekse
-  68. Brownies
-  69. Biskuitrolle
-  69. Schaumgebäck
-  70. Hausgemachter Obstkuchen
-  70. Vorgebackener gefrorener \* Crisp  
Obstkuchen



## Nachspeisen und Snacks

Seite

-  72. Backäpfel
-  73. Obstkompott Dampfgegart
-  73. Crème brûlée
-  74. Soufflé
-  74. Heiße Karamellsauce
-  76. Popcorn Crisp
-  76. Nüsse, geröstet Crisp
-  77. Kürbiskerne ohne Schale, geröstet

## Ofenkartoffeln

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

### Zutaten


- 1 kg Kartoffeln mit der Schale,
- jede 200-250 g,
- 200 ml frische süße Sahne,
- 2 Löffel Schmand,
- Schnittlauch.

Die Kartoffeln gut abwaschen und mit Papiertüchern abtrocknen.

Jede Kartoffel 3 Mal mit der Gabel einstechen.

Die Kartoffeln in Mikrowellen- und ofenfestes Geschirr geben.

Stellen Sie das Gericht in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf OFENKARTOFFELN (Rezept Nr. 1).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Danach in Hälften schneiden und mit Schmand und Schnittlauchröllchen garnieren.

## Kartoffelgratin

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

### Zutaten


- 800 kg Kartoffeln,
- jede 200-250 g,
- 200 ml frische süße Sahne,
- 100 g geriebener Käse,
- Salz,
- weißer Pfeffer,
- Muskatnuss.

Die Kartoffeln schälen und gründlich abwaschen.

In dünne Scheiben schneiden und in eine gefettete Backform setzen.

Süße Sahne, Salz, Pfeffer und Muskatnuss hinzufügen.

Mit Käse bestreuen und in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf KARTOFFELGRATIN (Rezept Nr. 2).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.



## Dampfgegarte Kartoffeln

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

### Zutaten


- 1 kg Kartoffeln,
- Olivenöl,
- Salz.

Die Kartoffeln schälen und gründlich abwaschen.

Legen Sie die Kartoffeln in den Dampfgegarbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie Wasser in den Dampfgegarbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Stellen Sie den Dampfgegarbehälter in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf KARTOFFELN DAMPFGEGART (Rezept Nr. 3).

Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Olivenöl und Salz abschmecken und servieren.

## Kartoffelecken

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp


### Zutaten

- 1 kg Kartoffeln,
- Olivenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Die Kartoffeln abwaschen, schälen und in 4 Stücke schneiden.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

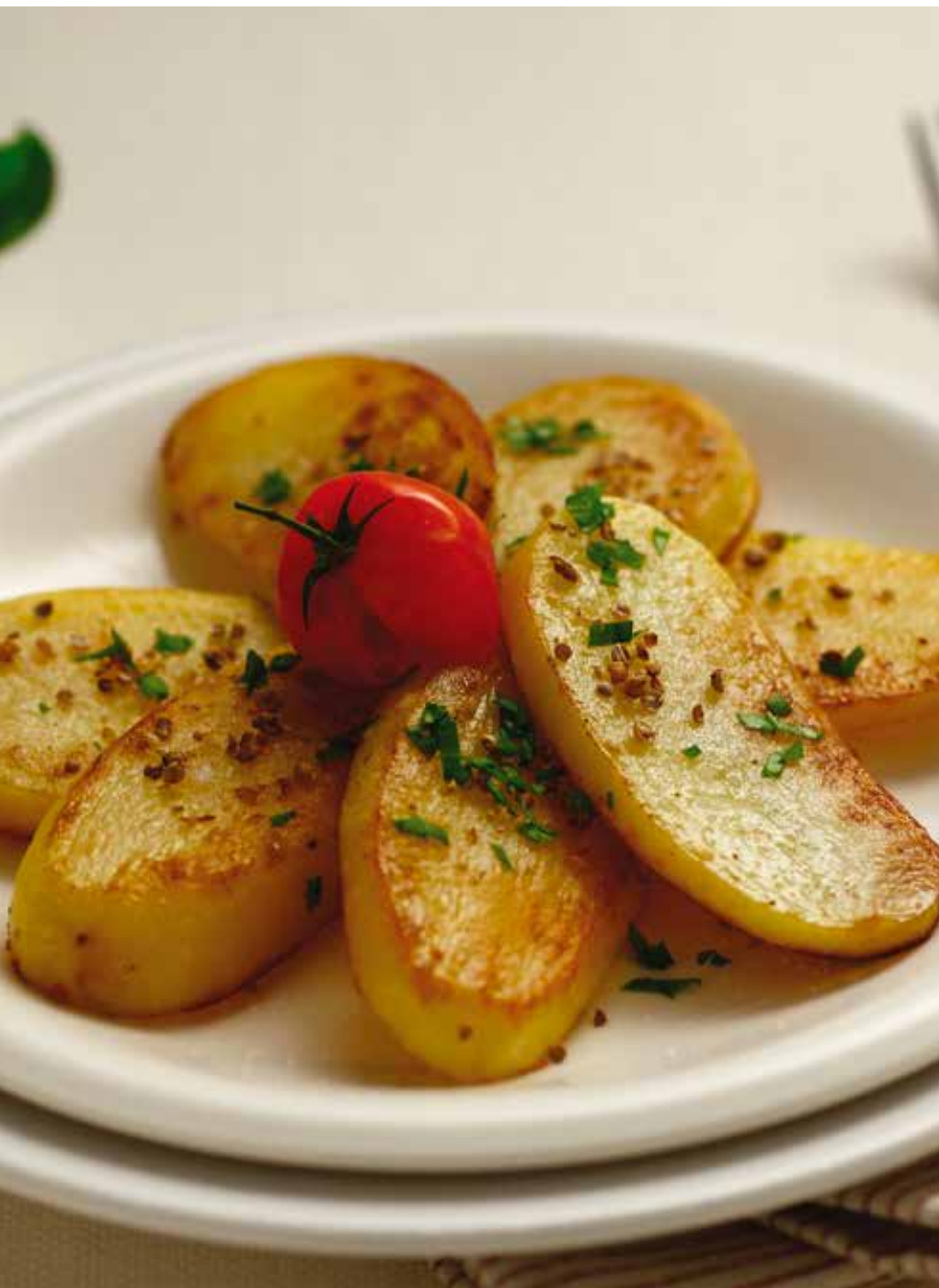
Die Crisp-Platte leicht einfetten und die Kartoffelschnitze darauf legen, Olivenöl auf die Kartoffelscheiben tropfen.

Stellen Sie die Crisp-Platte in den Ofen und drücken Sie die Chefmenü Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf KARTOFFELECKEN (Rezept Nr. 4).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Crisp-Platte herausnehmen und die Kartoffeln wenden. Platte wieder einsetzen.

Auf START erneut drücken, um den Garvorgang abzuschließen.



## Gefrorenes Gemüse

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart


### Zutaten

- 800 g gefrorenes Mischgemüse,
- 1 Lorbeerblatt,
- Salz,
- extra natives Olivenöl.

Legen Sie das gefrorene Gemüse in den Dampfgarbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie Wasser in den Dampfgarbehälter gemäß der Wasserdosierung, und geben Sie ein Lorbeerblatt in das Wasser.

Stellen Sie den Dampfgarbehälter in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf GEMÜSE GEFRORENES (Rezept Nr. 5).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Olivenöl und Salz abschmecken und servieren.

## Gemüsegratin mit gefrorenem Gemüse

---


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

### Zutaten

- 800 g gefrorenes Mischgemüse,
- 2 Esslöffel geriebener Käse,
- 1 Esslöffel Butter,
- 1 Esslöffel fein gehackter Schnittlauch,
- Pfeffer.

Nehmen Sie das Gemüse aus der Verpackung und legen Sie es auf eine Mikrowellen-feste Platte.

Mit Käse, Butter und Pfeffer bestreuen und in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf GEMÜSEGRATIN GEFRORENES (Rezept Nr. 6).

Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Die Oberseite mit Schnittlauchröllchen bestreuen und servieren.



# Gebackene Tomaten

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

## Zutaten

- 600 g frische Tomaten,
- 150 g geriebener Cheddar-Käse,
- 1 Teelöffel getrockneter Oregano,
- Salz,
- Pfeffer.


Die Tomaten abwaschen und in Hälften schneiden.

Das Innere der Tomaten mit einem Löffel vorsichtig herauslösen, um Platz für die Füllung zu schaffen.

Die Tomaten mit Salz und Oregano würzen und mit dem Käse füllen.

Legen Sie die gefüllten Tomaten auf eine Mikrowellen-feste Platte.

Stellen Sie die Platte auf den untersten Rost der Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf TOMATEN GEBACKEN (Rezept Nr. 7).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.



## Gefrorenes Gemüse

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart


### Zutaten

- 800 g gefrorenes Mischgemüse,
- 1 Lorbeerblatt,
- Salz,
- extra natives Olivenöl.

Legen Sie das gefrorene Gemüse in den Dampfgarbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie Wasser in den Dampfgarbehälter gemäß der Wasserdosierung, und geben Sie ein Lorbeerblatt in das Wasser.

Stellen Sie den Dampfgarbehälter in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf GEMÜSE GEFRORENES (Rezept Nr. 5).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Olivenöl und Salz abschmecken und servieren.

## Gemüsegratin mit gefrorenem Gemüse

---


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

### Zutaten

- 800 g gefrorenes Mischgemüse,
- 2 Esslöffel geriebener Käse,
- 1 Esslöffel Butter,
- 1 Esslöffel fein gehackter Schnittlauch,
- Pfeffer.

Nehmen Sie das Gemüse aus der Verpackung und legen Sie es auf eine Mikrowellen-feste Platte.

Mit Käse, Butter und Pfeffer bestreuen und in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf GEMÜSEGRATIN GEFRORENES (Rezept Nr. 6).

Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Die Oberseite mit Schnittlauchröllchen bestreuen und servieren.

# Gebackene Tomaten

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

## Zutaten

- 600 g frische Tomaten,
- 150 g geriebener Cheddar-Käse,
- 1 Teelöffel getrockneter Oregano,
- Salz,
- Pfeffer.

Die Tomaten abwaschen und in Hälften schneiden.

Das Innere der Tomaten mit einem Löffel vorsichtig herauslösen, um Platz für die Füllung zu schaffen.

Die Tomaten mit Salz und Oregano würzen und mit dem Käse füllen.

Legen Sie die gefüllten Tomaten auf eine Mikrowellen-feste Platte.

Stellen Sie die Platte auf den untersten Rost der Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren

Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf TOMATEN GEBACKEN (Rezept Nr. 7).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.



## Grüne Bohnen

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfggart


### Zutaten

- 500 g frische grüne Bohnen,
- Olivenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Die grünen Bohnen abwaschen und an beiden Seiten kipfeln. Legen Sie die grünen Bohnen in den Dampfggarbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfggarbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Den Deckel aufsetzen und den Dampfggarbehälter in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf GRÜNE BOHNEN (Rezept Nr. 11).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Olivenöl und Salz abschmecken und servieren.

## Brokkoli

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfggart

### Zutaten


- 500 g frische Brokkolispitzen.

Den Brokkoli abwaschen und die Spitzen in Hälften schneiden.

Legen Sie den Brokkoli in den Dampfggarbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfggarbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Den Deckel aufsetzen und den Dampfggarbehälter in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf BROKKOLI (Rezept Nr. 12).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Olivenöl und Salz abschmecken und servieren.

# Blumenkohl

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgar

## Zutaten


- 1 frischer Blumenkohl  
ca. 800 g,
- Olivenöl,
- Salz,

Den Blumenkohl abwaschen und die Röschen mit einem Messer abschneiden.

Legen Sie den Blumenkohl in den Dampfgarbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgarbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Den Deckel aufsetzen und den Dampfgarbehälter in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf BLUMENKOHL (Rezept Nr. 13).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Öl und Salz abschmecken und servieren.



## Paprika

---


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

### Zutaten

- 600 g Paprikaschoten,
- Olivenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Die Paprikaschoten abwaschen und den Deckel abschneiden. Alle Samenkörner entfernen und die Schoten in je 4 Teile schneiden. Legen Sie die Schotenstücke in den Dampfgegartbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen. Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgegartbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Den Deckel aufsetzen und den Dampfgegartbehälter in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf PAPRIKA (Rezept Nr. 14).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Mit Öl und Salz abschmecken und servieren.

## Kürbis

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

### Zutaten


- 800 g Kürbis,
- Olivenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Entfernen Sie die Haut des Kürbis mit einem Messer.

In Würfel schneiden und in den Dampfgegartbehälter geben - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgegartbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Den Deckel aufsetzen und den Dampfgegartbehälter in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf KÜRBIS (Rezept Nr. 15).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Mit Öl und Salz abschmecken und servieren.



# Mais am Kolben

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart


## Zutaten

- 300 g Maiskolben auf Butter,
- Salz.

Legen Sie die Maiskolben in den Dampfgarbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgarbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Den Deckel aufsetzen und den Dampfgarbehälter in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GEMÜSE (Kategorie 1) und dann auf MAIS AM KOLBEN (Rezept Nr. 16).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Die Butter auf den warmen Maiskolben verlaufen lassen, salzen und servieren.



## Brathähnchen

---


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Geröstet

### Zutaten

- 1 Huhn, circa 1 kg,
- getrocknete Rosmarin-  
nadeln,
- 2 Knoblauchzehen,

Das Huhn mit Öl einpinseln und mit Salz und Pfeffer würzen. Binden Sie mit Küchenseide die Schenkel am hinteren Ende zusammen. Stecken Sie die Flügel unter dem Rücken fest.

Würzen Sie das Huhn von innen und von außen mit Rosmarin und feingehacktem Knoblauch.

Legen Sie das Huhn in ein großes, Mikrowellen-festes Geschirr. Legen Sie das Geschirr in die Mikrowelle, drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl HUHN (Kategorie 2) und dann auf HUHN GERÖSTET (Rezept Nr. 1). Wählen Sie das Gewicht durch Drehen des mittleren Knopfs. Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Nach dem Signalton die Tür öffnen und das Huhn wenden. Die Tür schließen und den Garvorgang abschließen.

## Hähnchenflügel/Hähnchenschenkel


---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 600 g frische Hühner Teile  
(Flügel oder Schenkel),
- frische Salbeiblätter,
- Salz,
- Pfeffer,
- Pflanzenöl.

Würzen Sie die Hühnchenteile mit Salz, Pfeffer und fein gehacktem Salbei. Legen Sie die Hühnchenteile auf die Crisp-Platte.

Stellen Sie das Geschirr in die Mikrowelle, drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl HUHN (Kategorie 2) und dann auf HUHN STÜCKE (Rezept Nr. 2).

Wählen Sie das Gewicht durch Drehen des mittleren Knopfs.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und das Huhn wenden.


Die Tür schließen und den Garvorgang abschließen.

# Hähnchenschenkel

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

## Zutaten

- 900 g Hähnchenschenkel ein Bund frischer Majoran,
- ½ Zitrone,
- Pflanzenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Würzen Sie die Hühnerkeulen mit schwarzem Pfeffer, Majoran und Salz drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl HUHN (Kategorie 2) und dann auf HUHN KEULEN (Rezept Nr. 3).

Ölen Sie die Crisp-Platte ein und stellen Sie diese in die Mikrowelle. Drücken Sie dann START.

Legen Sie die gewürzten Hühnerkeulen nach dem Ende des Vorheizvorgangs auf die Platte. Die Oberseite mit Öl einpinseln Tür schließen und auf Start drücken, um den Garvorgang zu aktivieren. Nach dem Signalton (nach 12 Minuten) die Tür öffnen und die Hähnchenschenkel wenden.

Die Tür schließen und erneut auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

Am Ende des Garvorgangs die Hähnchenschenkel mit Zitronensaft beträufeln und servieren.




# Chicken Wings

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

## Zutaten

- 1000 g Chicken Wings (Hühnerflügel),
- 1 Teelöffel Sojasoße,
- 1 Löffel gemischte Kräuter,
- Pflanzenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Würzen Sie die Chicken Wings mit Kräutern, Sojasoße und Pfeffer.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl HUHN (Kategorie 2) und dann auf HUHN FLÜGEL (Rezept Nr. 4).

Die Crisp-Platte in die Mikrowelle stellen und auf START drücken zum Vorheizen.

Legen Sie die gewürzten Hühnerflügel nach dem Ende des Vorheizvorgangs auf die Platte. Die Oberseiten mit Öl einpinseln. Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton (nach 12 Minuten) die Tür öffnen und die Chicken Wings wenden.

Die Tür schließen und erneut auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.



# Knusprige Huhnfilets


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

## Zutaten

- 600 g Hühnerbrust, weißer gemahlener Pfeffer,
- Salz,
- extra natives Olivenöl.

Schneiden Sie jede Hühnerbrust in 3 Teile.

Würzen Sie diese Hühnerstücke mit gemahlenem Koriandersamen, Salz und Pfeffer.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl HUHN (Kategorie 2) und dann auf HUHN FILET (Rezept Nr. 5).

Ölen Sie die Crisp-Platte ein und stellen Sie diese in die Mikrowelle.

Drücken Sie dann START zum Vorheizen.

Geben Sie die gewürzten Hühnerstücke nach dem Ende des Vorheizvorgangs auf die Platte.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und die Huhnfilets wenden.

Die Tür schließen und erneut auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

# Gedünstete Huhnfilets

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfggart

## Zutaten

- 600 g Hühnerbrust,
- weißer gemahlener Pfeffer,
- Salz,
- extra natives Olivenöl.


Schneiden Sie das Huhnfilet in 1 cm große Scheiben.

Würzen Sie das Huhnfilet mit Salz und gemahlenem weißem Pfeffer.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgarbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Legen Sie das gewürzte Huhnfilet auf den mittleren Rost des Dampfgarbehälters und setzen Sie den Deckel darauf.

Stellen Sie den Dampfgarbehälter in die Mitte des Glasdreh Tellers.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl HUHN (Kategorie 2) und dann auf FILET DAMPFGEGART (Rezept Nr. 6).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, auf die Oberseite extra natives Olivenöl tröpfeln.

# Huhn Filet mit Bacon

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

## Zutaten


- 600 g Hühnerbrustfilet,
- 6 Scheiben Bacon,
- 1 kleine Zwiebel,
- weiße Pfefferkörner,
- frische Basilikumblätter

Schneiden Sie jede Hühnerbrust in 6 Streifen.

Zwiebel fein schneiden und auf die Streifen geben.

Die Baconstreifen halbieren und jeden Hühnchenstreifen in einen halben Baconstreifen einrollen.

Legen Sie die Filets auf die Crisp-Platte und würzen Sie mit den Pfefferkörnern.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl HUHN (Kategorie 2) und dann auf HUHN FILET MIT SPECK (Rezept Nr. 7).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Das Gericht mit frischen Basilikumblättern garnieren.





# Huhn Kebab (Hühnerspieße)

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gegrillt


## Zutaten

- 400 g Hühnerbrust,
- 1 rote Paprikaschote,
- 1 gelbe Paprikaschote,
- schwarzer Pfeffer,
- Salz,
- Muskatnuss,
- Oregano,
- 20 kleine Bambusspieße.

Das Huhn in kleine Würfel schneiden (ca. 2 cm Seitenlänge).

Die Hühnerwürfel in eine Schüssel geben und mit Pfeffer, Muskatnuss, Salz und einem Teelöffel Oregano würzen. 1/2 Stunde marinieren lassen. In der Zwischenzeit die Paprikaschoten in Würfel schneiden, die etwa so groß sind wie die Hühnerwürfel.

Spießen Sie jetzt abwechselnd Fleisch und Paprika auf die Bambusspieße. Legen Sie die Spieße auf eine Mikrowellen-feste Platte und setzen Sie diese in die Mikrowelle auf den höchste Grillrost.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl HUH (Kategorie 2) und dann auf HUH KEBAB (Rezept Nr. 8).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.



# Roastbeef

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Geröstet

## Zutaten

- 1 kg Rinderfilet (Roastbeef),
- Salz,
- Pfeffer,
- Pflanzenöl,
- Küchenseide.

Entfernen Sie das gesamte Fett vom Fleisch mit einem scharfen Messer. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Binden Sie das gewürzte Fleisch mit der Küchenseide so zusammen, dass es eine runde Form erhält.

Legen Sie das Fleisch in ein großes, Mikrowellen-festes Geschirr.

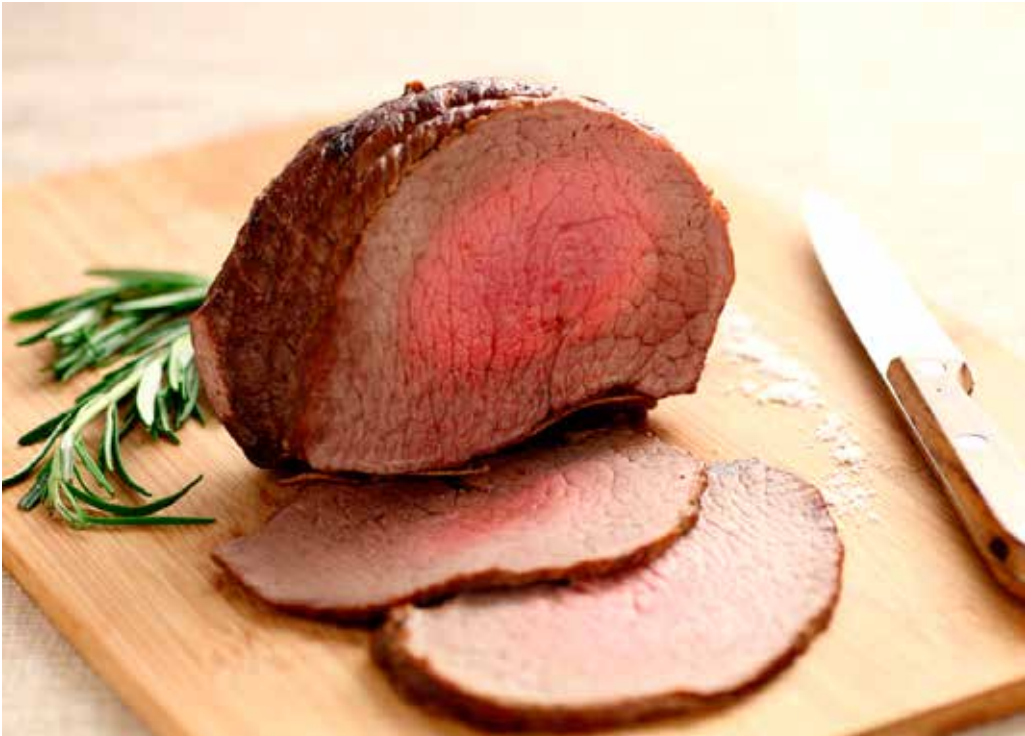
Stellen Sie das Geschirr in die Mikrowelle, drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf RIND GERÖSTET (Rezept Nr. 1).

Wählen Sie das Gewicht durch Drehen des mittleren Knopfs.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und das Fleisch wenden.

Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.




# Schweinebraten

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Geröstet

## Zutaten

- 1 kg Schweinelende,
- 1 Teelöffel getrockneter Salbei,
- getrockneter Rosmarin,
- Knoblauch,
- Salz,
- Pfeffer,
- Öl,
- Küchenseide.


Das Schweinefleisch mit den Kräutern, Salz und Pfeffer würzen. Binden Sie das Schweinefleisch mit Küchenseide zusammen. Legen Sie das Schweinefleisch in ein großes, Mikrowellen-festes Geschirr. Stellen Sie das Geschirr in die Mikrowelle, drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf SCHWEIN GERÖSTET (Rezept Nr. 2). Wählen Sie das Gewicht durch Drehen des mittleren Knopfs. Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Nach dem Signalton die Tür öffnen und das Schweinefleisch wenden. Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

# Lammbraten

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Geröstet

## Zutaten

- 1 kg feines Lammhack aus der
- Keule oder Schulter,
- 1 Bund frische Pfefferminze,
- Salz,
- Pfeffer,
- Öl.

Das Lammfleisch mit der fein gehackten Minze, Salz und Pfeffer würzen. Binden Sie das Lammfleisch mit Küchenseide zusammen. Legen Sie das Lammfleisch in ein großes, Mikrowellen-festes Geschirr. Stellen Sie das Geschirr in die Mikrowelle, drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf LAMM GERÖSTET (Rezept Nr. 3). Wählen Sie das Gewicht durch Drehen des mittleren Knopfs. Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Nach dem Signalton die Tür öffnen und das Lammfleisch wenden. Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

# Gegrillte Lammkotelett


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gegrillt

## Zutaten

- 800 g Lammkoteletts,
- Salz,
- Pfeffer,
- Olivenöl.

Die Koteletts auf eine Mikrowellen-feste Platte legen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Lammfleisch mit Öl einpinseln und auf den hohen Rost setzen. In die Mitte der Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf LAMMKOTELETT GEGRILLT(Rezept Nr. 4).

Wählen Sie das Gewicht durch Drehen des mittleren Knopfs.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und das Lammfleisch wenden.

Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.



# Kalbsbraten

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Geröstet


## Zutaten

- 1 kg Kalbslende,
- Salz,
- Pfeffer,
- Pflanzenöl,
- Küchenseide.

Das Kalbfleisch salzen und pfeffern.

Binden Sie das gewürzte Kalbfleisch mit der Küchenseide so zusammen, dass es eine runde Form erhält.

Legen Sie das Kalbfleisch in ein großes, Mikrowellen-festes Geschirr.

Stellen Sie das Geschirr in die Mikrowelle, drücken Sie die Chefmnü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3)

und dann auf KALB GERÖSTET (Rezept Nr. 5).

Wählen Sie das Gewicht durch Drehen des mittleren Knopfs.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und das Kalbfleisch wenden.

Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

# Rippchen


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

## Zutaten

- 1 kg frische Schweine-rippchen,
- Salz,
- Pfeffer,
- Öl.

Schneiden Sie alle Rippchen in gleich große Teile und würzen Sie mit Salz und Pfeffer.

Die Crisp-Platte einölen und in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmnü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf RIPPCHEN (Rezept Nr. 7).

Auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen.

Wenn der Vorgang beendet ist, die Rippchen in die vorgeheizte Crisp-Platte legen.

Die Crisp-Platte wieder in die Mikrowelle stellen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und die Rippchen wenden.


Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

## Traditioneller Hackbraten gebacken

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

### Zutaten

- 400 g feines Rinderhack,
- 1 Ei,
- 4 Esslöffel Semmelbrösel,
- 150 ml Milch,
- 1 Esslöffel Maismehl (oder Weizenmehl),
- Muskatnuss,
- Salz,
- Pfeffer.


Semmelbrösel, Milch und Maismehl mischen. 10 Minuten ruhen lassen. Nach 10 Minuten das feine Rinderhack, Muskatnuss, Salz, Pfeffer und Ei dazu geben. Geben Sie die Mischung in eine Brotform aus Pyrex (oder in eine Silikonform). Stellen Sie die Brotform in die Mikrowelle. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf HACKBRATEN (Rezept Nr. 8). Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Mit frischem Salat servieren.

## Fleischklöße gebacken

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

### Zutaten

- 800 g mageres Rinderhack,
- 1 Ei,
- 4 Esslöffel Semmelbrösel,
- 150 ml Milch,
- 1 Esslöffel gehackte Zwiebeln,
- 1 Esslöffel Maismehl, gemahlener Kreuzkümmelsamen,
- Salz,
- Pfeffer.

Die Semmelbrösel mit der Milch und dem Maismehl vermischen. 10 Minuten gehen lassen. Rinderhack, Eier, Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Zwiebeln in einer Schüssel gut vermischen. Den Hackbraten mit den Fingern zu nussgroßen Fleischklößen rollen. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf FLEISCHKLÖSSE (Rezept Nr. 9). Auf START drücken zum Vorheizen der Mikrowelle auf 200 °C. Die Fleischklöße in ein Keramikgeschirr legen, das zuvor mit Öl eingefettet wurde. Die Fleischklöße leicht mit Öl bepinseln. Nach dem Vorheizvorgang das Geschirr in die vorgeheizte Mikrowelle stellen. Auf START drücken zum Fortsetzen des Garvorgangs. Während des Garvorgangs die Fleischklöße drehen, wenn eine Farbänderung erkennbar ist.



## Entrecote gegrillt


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gegrillt

### Zutaten

- 2 - 4 Rinder-Entrecote,
- 1 Löffel gemischter Kräuter für den Grill,
- Salz,
- Pfeffer,
- Öl.

Das Entrecote mit Öl bepinseln und mit Kräutern und Pfeffer würzen. Das Entrecote in ein geeignetes Mikrowellen-festes Geschirr legen und dieses auf den hohen Rost setzen.

Den hohen Rost und das Gericht in die Mitte der kalten Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf ENTRECOTE GEGRILLT (Rezept Nr. 10).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und das Entrecote wenden.

Das Entrecote salzen.

Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

Mit Röstkartoffeln und Salat servieren.




## Gefrorene Hamburger

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 6 gefrorene Hamburger,
- Öl,
- Salz,
- Pfeffer.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf HAMBURGER GEFRORENE (Rezept Nr. 11).

Stellen Sie die leere Crisp-Platte in die Mikrowelle.

Auf Start drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen.

Während die Crisp-Platte vorheizt, die gefrorenen Hamburger aus der Verpackung nehmen.

Wenn der Vorgang beendet ist, die Hamburger auf die vorgeheizte Crisp-Platte legen und diese wieder in die Mikrowelle stellen, dann auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und die Hamburger wenden.

Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

Mit Tomatenscheiben und frischem Gemüse servieren.


## Bratwurst

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 600 g Bratwurst,
- Öl.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf BRATWURST (Rezept Nr. 12).

Die Crisp-Platte einölen und in die Mikrowelle stellen.

Auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen. Wenn der Vorgang beendet ist, die Bratwurst auf die vorgeheizte Crisp-Platte legen, die Platte wieder in die Mikrowelle stellen und auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und die Bratwurst wenden.

Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

Mit Senfsoße und Kartoffelbrei servieren.



## HotDogs


---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

### Zutaten

- 1 kg HotDogs (Würstchen),
- Mayonnaisesoße,
- Ketchup.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgarbehälter und setzen Sie den Deckel auf.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf HOTDOGS (Rezept Nr. 13).

Wenn das Wasser zu kochen beginnt, ertönt ein Signalton.

Öffnen Sie die Tür, nehmen Sie den Deckel ab und heben Sie den Dampfgarbehälter vorsichtig heraus.

Legen Sie die HotDogs vorsichtig in das kochende Wasser zum Garen.

Den Deckel aufsetzen und wieder in die Mikrowelle stellen.

Auf START drücken zum Beenden des Garvorgangs.

Mit Soßen nach Wunsch servieren.


## Bacon

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 12 Streifen Bacon.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH (Kategorie 3) und dann auf BACON (Rezept Nr. 14).

Stellen Sie die leere Crisp-Platte in die Mikrowelle und drücken Sie START um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen.

Während die Crisp-Platte vorheizt, trennen Sie die Baconstreifen voneinander,

gehen Sie vorsichtig vor, damit sie nicht zu stark gedehnt werden.

Wenn der Vorgang beendet ist, legen Sie die auf die vorgeheizte Crisp-Platte.

Die Crisp-Platte wieder in die Mikrowelle und auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach dem Signalton die Tür öffnen und den Speck wenden.

Die Tür schließen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.





# Fischfilet

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

## Zutaten


- 4 frische Fischfilets,
- 1 Lorbeerblatt,
- Olivenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Geben Sie die Fischfilets in den Dampfgegarbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgegarbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Geben Sie ein Lorbeerblatt in das Wasser.

Den Deckel aufsetzen und den Dampfgegarbehälter in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4) und dann auf FISCH FILET (Rezept Nr. 1).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Olivenöl und Salz abschmecken und servieren.





## Gebackener Fisch im Ganzen

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

### Zutaten


- 2 frische ganze Fische von je ca. 600 g,
- 1/2 Tasse Semmelbrösel,
- 1 kleiner Bund gemischte, frische Kräuter,
- 50 g Butter oder Olivenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Den ganzen Fisch gründlich abwaschen und mit einem Küchentuch abtrocknen.

Die Kräuter fein hacken und mit den Semmelbröseln in eine Schüssel geben, würzen Sie mit Salz und Pfeffer.

Legen Sie den Fisch in eine gefettete, Mikrowellen-feste Backform.

Geben Sie auf die Oberseite Semmelbrösel und Öl oder Butterflöckchen und stellen Sie die Form in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 49) und dann auf GANZER FISCH GEBACKEN (Rezept Nr. 2).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Ofenkartoffeln (gebacken) servieren.

## Gedünsteter Fisch im Ganzen

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gekocht


### Zutaten

- 1 ganzer Fisch mit ca. 1 kg Gewicht,
- 1 Zwiebel,
- Salz,
- Pfeffer.

Den Fisch gründlich abwaschen.

Füllen Sie 1l Wasser in den Dampfgarbehälter und fügen Sie eine geschnittene Zwiebel,

Salz und Pfeffer dazu, Deckel aufsetzen und in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FLEISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4) und dann auf GANZER FISCH GEKOCHT (Rezept Nr. 3).

Wenn das Wasser zu kochen beginnt, ertönt ein Signalton. Öffnen Sie die Tür, nehmen Sie den Deckel ab und heben Sie den Dampfgarbehälter vorsichtig aus der Mikrowelle.

Legen Sie den Fisch vorsichtig in das kochende Wasser zum Garen.

Den Deckel aufsetzen und wieder in die Mikrowelle stellen.

Auf START drücken zum Beenden des Garvorgangs.

Mit gekochten Kartoffeln servieren.

## Kotelett Dampfgegart

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

### Zutaten


- 800 frische Fischkotelets,
- 1 Lorbeerblatt,
- Olivenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Legen Sie die Fischkotelets in den Dampfgegarbehälter - mittlere Einschubleiste benutzen.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgegarbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige.

Geben Sie ein Lorbeerblatt in das Wasser.

Den Deckel aufsetzen und den Dampfgegarbehälter in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4) und dann auf KOTELETT (Dampfgegart) (Rezept Nr. 4).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.



## Kotelett Crisp


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 800 frische Lachskoteletts,
- Olivenöl,
- 1 Löffel gehackte Petersilie,
- 1 Knoblauchzehe,
- Salz,
- Pfeffer.

Die Fischkoteletts würzen mit gehackter Petersilie und Knoblauch, Salz und Pfeffer.

Die Crisp-Platte einölen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4) und dann auf KOTELETT (Crisp) (Rezept Nr. 5).

Geben Sie einen Löffel Öl auf die Crisp-Platte und stellen Sie diese in den Ofen.

Auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen.

Nach dem Vorheizvorgang die Fischkoteletts auf die vorgeheizte Crisp-Platte legen und diese wieder in die Mikrowelle stellen.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn die Oberseite gut gebräunt ist, die Tür öffnen, die Crisp-Platte heraus nehmen und die Koteletts wenden.

Wieder in den Ofen stellen und auf Start drücken, um den Garvorgang fortzusetzen.


## Gebackenes Gratin

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gebacken

### Zutaten

- 1 Fischgratin gefroren, ca. 800 g,
- Salz,
- Pfeffer.

Nehmen Sie das gefrorene Fischgratin aus der Verpackung und legen Sie es auf eine Mikrowellen-feste Platte.

Stellen Sie die Platte in den Ofen und drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4)

und dann auf GRATIN GEBACKEN (Rezept Nr. 6).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach Wunsch mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen.


## Gefrorenes Paniertes Filet

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 600 g gefrorene panierte Fischfilets,
- Olivenöl,
- Salz,
- Pfeffer.

Die Crisp-Platte einölen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4) und dann auf PANIERTES FILET GEFRORENES (Rezept Nr. 7).

Stellen Sie die Crisp-Platte in die Mikrowelle.

Auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen.

Nach dem Vorheizvorgang die Fischfilets auf die vorgeheizte Crisp-Platte legen und diese wieder in die Mikrowelle stellen.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn die Oberseite gut gebräunt ist, die Tür öffnen, die Crisp-Platte herausnehmen und die Filets wenden.

Die Platte wieder in die Mikrowelle stellen und auf START drücken, um den Garvorgang abzuschließen.

Wenn der Vorgang beendet ist, mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

## Muscheln

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart


### Zutaten

- 400 g frische Muscheln mit Schalen,
- ½ Glas Weißwein (optional),
- 1 Bund Petersilie,
- Pfeffer.

Geben Sie die frischen Muscheln unten in den Dampfgegartbehälter.

Geben Sie den Wein, die gehackte Petersilie und Wasser dazu, bis die Muscheln bedeckt sind.

Den Deckel aufsetzen und den Dampfgegartbehälter in die Mitte der Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4) und dann auf MUSCHELN (Rezept Nr. 8).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Crutons servieren.


# Vorgekochte Muscheln

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

## Zutaten

- 400 g vorgekochte Muscheln mit Schale,
- Olivenöl,
- Pfeffer.

Die Crisp-Platte einölen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4) und dann auf VORGEKOCHTE MUSCHELN (Rezept Nr. 9).

Stellen Sie die eingeölte Crisp-Platte in die Mikrowelle.

Auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen.

Legen Sie die Muscheln nach dem Vorheizen auf die vorgeheizte Crisp-Platte.

Wieder in den Ofen stellen und auf START drücken, um den Garvorgang zu aktivieren.

Wenn der Vorgang beendet ist, mit gemahlenem Pfeffer würzen und servieren.




## Garnelen

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

### Zutaten

- 400 g frische Garnelen,
- 3 Löffel Mayonnaise Soße,
- ½ Teelöffel Wasabi Paste (optional).

Legen Sie die frischen Garnelen auf den Boden des Dampfgarbehälters und geben Sie Wasser dazu, bis die Garnelen bedeckt sind. Den Deckel aufsetzen und in die Mitte der Mikrowelle stellen. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4) und dann auf GARNELEN (Rezept Nr. 10). Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Nach Wunsch mit Mayonnaisesoße und Wasabi servieren.


## Rohe Garnelen

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 500 g King Prawns Garnelen,
- Olivenöl,
- fein gehackte Petersilie,
- 1 Knoblauchzehe,
- Salz,
- Pfeffer.

Die Crisp-Platte einölen. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl FISCH/MEERESFRÜCHTE (Kategorie 4) und dann auf KING PRAWNS (Rezept Nr. 11). Stellen Sie die Crisp-Platte in die Mikrowelle. Auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen. Nach dem Vorheizvorgang die Garnelen auf die vorgeheizte Crisp-Platte legen, mit gehackter Petersilie und Knoblauch würzen und die Platte wieder in die Mikrowelle stellen. Auf START drücken zum Beenden des Garvorgangs. Wenn der Vorgang beendet ist, mit gemahlenem Pfeffer würzen und im eigenen Saft servieren.






## Pommes frites

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 500 g gefrorene, vorgegarte Pommes frites,
- Salz.

Geben Sie die Pommes frites auf die Crisp-Platte. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GESUND KOCHEN (Kategorie 5) und dann auf POMMES FRITES (Rezept Nr. 1). Stellen Sie die Crisp-Platte in die Mikrowelle und drücken Sie auf START zur Aktivierung des Garvorgangs. Mit Salz bestreuen und servieren.


## Gefrorene Fischstäbchen

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 500 g gefrorene Fischstäbchen,
- Pflanzenöl,
- 1 Zitrone,
- Salz.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GESUND KOCHEN (Kategorie 5) und dann auf FISCHSTÄBCHEN GEFRORENE (Rezept Nr. 2). Die Crisp-Platte einölen. Stellen Sie die Crisp-Platte in die Mikrowelle. Auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen. Legen Sie die Fischstäbchen nach dem Vorheizen auf die vorgeheizte Crisp-Platte. Wieder in die Mikrowelle stellen und auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Wenn die Oberseite gut gebräunt ist, die Tür öffnen, die Crisp-Platte herausnehmen und die Fischstäbchen wenden. Wieder in den Ofen stellen und auf START drücken, um den Garvorgang fortzusetzen.

# Chorizo in Scheiben


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Gegrillt

## Zutaten

- 300 g Chorizo,
- Bambus-Spieße.

Die Chorizo mit einem Messer 3 Mal seitlich tief einschneiden, um den Garvorgang zu verbessern.

Die Chorizo auf die Bambusspießchen stecken

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GESUND KOCHEN (Kategorie 5) und dann auf CHORIZO IN SCHEIBEN (Rezept Nr. 3).

Die Crisp-Platte in die Mikrowelle stellen und auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen.

Nach dem Vorheizvorgang die Chorizo auf die vorgeheizte Crisp-Platte legen und diese wieder in die Mikrowelle stellen.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn die Oberseite gut gebräunt ist, die Tür öffnen, die Crisp-Platte heraus nehmen und die Chorizo wenden.

Wieder in die Mikrowelle stellen und auf START drücken, um den Garvorgang fortzusetzen.




## Gefrorene Buffalo Wings

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 600 g vorgegarte Buffalo
- Wings,
- Salz.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GESUND KOCHEN (Kategorie 5) und dann auf GEFRORENE BUFFALO WINGS (Rezept Nr. 4). Die Crisp-Platte in die Mikrowelle stellen und auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen. Nach dem Vorheizvorgang die Flügel auf die vorgeheizte Crisp-Platte legen, diese wieder in die Mikrowelle stellen und auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Wenn die Oberseite gut gebräunt ist, die Tür öffnen, die Crisp-Platte heraus nehmen und die Buffalo Wings wenden. Wieder in die Mikrowelle stellen und auf START drücken, um den Garvorgang fortzusetzen.


## Gefrorene Hähnchen-Nuggets

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 600 g gefrorene Hähnchen-Nuggets,
- Salz.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl GESUND KOCHEN (Kategorie 5) und dann auf HÄHNCHEN NUGGETS GEFRORENE (Rezept Nr. 5). Die Crisp-Platte in die Mikrowelle stellen und auf START drücken, um die Crisp-Platte mit der Crisp-Funktion für 2:30 vorzuheizen. Nach dem Vorheizvorgang die Nuggets auf die vorgeheizte Crisp-Platte legen, diese wieder in die Mikrowelle stellen und auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Wenn die Oberseite gut gebräunt ist, die Tür öffnen, die Crisp-Platte heraus nehmen und die Nuggets wenden. Wieder in die Mikrowelle stellen und auf START drücken zur Fortsetzung des Garvorgangs. Wenn der Vorgang beendet ist, salzen und servieren.






## Gefrorene Pan-Pizza

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 800 g tiefgefrorene Pan-Pizza

Packen Sie die Pizza aus und legen Sie diese auf die Crisp-Platte. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PIZZA/QUICHE (Kategorie 6) und dann auf PAN-PIZZA GEFRORENE (Rezept Nr. 1). Legen Sie die Pizza in die Mikrowelle und drücken Sie auf START zur Aktivierung des Garvorgangs. In Stücke zerteilt mit frischem gemischtem Salat servieren.






## Gefrorene Dünne Pizza

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 1 dünne tiefgefrorene Pizza,
- getrockneter Oregano,
- Olivenöl.

Packen Sie die Pizza aus und legen Sie diese auf die Crisp-Platte. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PIZZA/QUICHE (Kategorie 6) und dann auf DÜNNE PIZZA GEFRORENE (Rezept Nr. 2). Legen Sie die Pizza in die Mikrowelle und drücken Sie auf START zur Aktivierung des Garvorgangs. Mit Olivenöl und Oregano abschmecken und servieren.


## Hausgemachte Pizza

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 225 g Weizenmehl,
- 5 g Trockenhefe,
- ½ Dose Tomatenpüree,
- 100 g gerauchter Schinken,
- 150 g geriebener Käse (oder Mozzarella),
- 2 Esslöffel Olivenöl,
- 1 Teelöffel getrockneter Oregano,
- 150 ml Wasser,
- 1 Prise Salz.

Für den Teig:

In einer Rührschüssel Hefe und Wasser vermischen. Salz und Öl zugeben und gut vermischen. Das Mehl zugeben und gut verkneten, bis der Teig weich ist. Mit einem Handtuch bedecken und 30 Minuten bei Zimmertemperatur gehen lassen. Den Teig mit einem Teigroller ausrollen und auf die leicht gefettete Crisp-Platte legen. Das Tomatenpüree gleichmäßig auf dem Teig verteilen und nach Geschmack Schinken, Käse und Oregano darauf verteilen. Stellen Sie die Crisp-Platte in die Mikrowelle. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PIZZA/QUICHE (Kategorie 6) und dann auf HAUSGEMACHTE PIZZA (Rezept Nr. 3). Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Mit Tomatenscheiben servieren.

## Gekühlte Pizza


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 1 gekühlte Pizza ca. 600 g,
- 2 Esslöffel geriebener Käse,
- 1 Esslöffel Olivenöl.

Packen Sie die Pizza aus und legen Sie diese auf die leicht gefettete Crisp-Platte.

Stellen Sie die Crisp-Platte in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PIZZA/QUICHE (Kategorie 6) und dann auf GEKÜHLTE PIZZA (Rezept Nr. 4).

Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit geriebenem Käse bestreuen und servieren.

## Vegetarische Pizza

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 150 g Mozzarella-Käse,
- 1 Karotte,
- 1/2 Tasse getrocknete Tomaten,
- 1/2 rote Paprikaschote,
- 1/2 gelbe Paprikaschote,
- 75 g Blauschimmelkäse,
- Olivenöl,
- 1 Zwiebel,
- 1 Tomate,

Für den Pizzateig:

- Hefe: 1,7 g Trockenhefe,
- 50 ml Wasser, Salz,
- 1 Esslöffel Öl,
- Weizenmehl: 80 g.

In einer Rührschüssel Hefe und Wasser vermischen.

Salz und Öl zugeben und gut vermischen.

Das Mehl zugeben und gut verkneten, bis der Teig weich ist.


Mit einem Handtuch bedecken und 30 Minuten bei Zimmertemperatur gehen lassen.

Den Teig mit einem Teigroller ausrollen und auf die leicht gefettete Crisp-Platte legen.

Mit Mozzarella-Käse und Blauschimmelkäse bestreuen.

Das Gemüse in Streifen schneiden und nach Wunsch oben auf die Pizza geben.

Stellen Sie die Crisp-Platte in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PIZZA/QUICHE (Kategorie 6) und dann auf VEGETARISCHE PIZZA (Rezept Nr. 5).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit frischem Oregano bestreuen und servieren.



## Quiche Lorraine


---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 1 Rolle frischer Blätterteig (ca. 250 g),
- 3 Eier,
- 150 ml Schmand,
- 200 g Schinken,
- 175 g Käse.

Die Crisp-Platte mit dem Blätterteig auslegen, dabei das Papier unten auf der Platte lassen.

Stellen Sie die Crisp-Platte in den Ofen und drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PIZZA/QUICHE (Kategorie 6) und dann auf QUICHE LORRAINE (Rezept Nr. 7). Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Den Teig vorbacken, bis der Signalton ertönt, dann die Crisp-Platte heraus nehmen.

Den Teig mit 200g Schinken und 175 g Käse füllen.

3 Eier mit 300 ml Schmand verquirlen und auf die Quiche geben.

Die Crisp-Platte wieder in die Mikrowelle stellen und erneut auf START drücken zur Beendigung des Garvorgangs.

## Vorgebackene gefrorene Quiche

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp


### Zutaten

- 1 gefrorene Quiche in der Größe der Crisp-Platte

Die Quiche auspacken.

Geben Sie die gefrorene Quiche auf die Crisp-Platte.

Hinweis: Die Quiche muss genau so groß sein wie die Crisp-Platte. Stellen Sie die Crisp-Platte mit der Quiche in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PIZZA/QUICHE (Kategorie 6) und dann auf QUICHE LORRAINE (Rezept Nr. 8).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.





# Reis

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart


## Zutaten

- 400 g Reis.

Vermischen Sie Reis und Wasser im Dampfgegarbehälter gemäß folgender Dosierung:

Wasser : Reis = 2:1 – befolgen Sie die Dosierung am Zubehör

Zubehör mit Deckel abdecken – der mittlere Rost darf nicht benutzt werden. In die Mitte des Drehtellers stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl REIS/GETREIDE (Kategorie 7) und dann auf REIS (Rezept Nr. 1).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, den Dampfgegarbehälter aus der Mikrowelle nehmen und 3-5 Minuten mit aufgesetztem Deckel stehen lassen.

Den Deckel abnehmen und vorsichtig mit einer Gabel umrühren.





## Reisbrei

---


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

### Zutaten

- 150 g Reis,
- 500 ml Milch.

Den Reis mit 300 ml Wasser im Dampfgegarbehälter vermischen.  
Deckel aufsetzen.

In die Mitte des Drehtellers stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl REIS/GETREIDE (Kategorie 7) und dann auf REISBREI (Rezept Nr. 2).

Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach der Display-Anzeige Milch hinzufügen und erneut auf Start drücken, um den Garvorgang fortzusetzen.

Wenn der Vorgang beendet ist, den Deckel abnehmen, alles gut umrühren und in 4 kleine Schüsseln verteilen.

## Haferbrei

---


Zutaten für 4 Portionen

### Zutaten

- 50 g Haferflocken,
- 250 ml Wasser,
- 250 ml Milch.

Die Haferflocken mit dem Wasser im Dampfgegarbehälter vermischen.  
Deckel aufsetzen.

In die Mitte des Drehtellers stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl REIS/GETREIDE (Kategorie 7) und dann auf HAFERBREI (Rezept Nr. 3).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Nach der Display-Anzeige Milch hinzufügen und erneut Start drücken, um den Garvorgang fortzusetzen.

Wenn der Vorgang beendet ist, den Deckel abnehmen, alles gut umrühren und in 4 kleine Schüsseln verteilen.

## Pasta


Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

### Zutaten

- 400 g Pasta  
(Beispiel Maccheroni n° 73),
- 400 g Tomatensoße für Pasta,
- 1 Chilischote,
- 2 Esslöffel Olivenöl.

Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgarbehälter gemäß der Wasser dosierungsanzeige.

Mit dem Deckel abdecken und in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PASTA/LASAGNE (Kategorie 8) und dann auf PASTA (Rezept Nr. 1).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn das Wasser zu kochen beginnt, ertönt ein Signalton.

Die Pasta zugeben und das Geschirr wieder in die Mikrowelle stellen.

Erneut Start drücken, um die Pasta zu kochen.

Nach dem Kochvorgang die Pasta in den mittleren Rost des

Dampfgarbehälters setzen, und das Wasser ablaufen lassen.

Die Soße mit der Mikrowellenfunktion 1 Minute erwärmen. Dazu zwei Mal Jet START drücken.

Die Soße auf die Pasta gießen, Chili und Öl dazu geben, gut vermischen und servieren.

## Vegetarische Lasagne


Zutaten für 4 Portionen

### Zutaten

- 12 Blätter Lasagne,
  - 100 g geriebener Käse.
- Vegetarische Soße:
- 1 Zwiebel, 6 Knoblauchzehen, 1 Karotte, 1 Aubergine, 400 g frische Mischpilze, Öl zum Braten, 600 g klein gehackte Tomaten, 4 Tassen Tomatensaft, 1 Rosmarinzwig (oder 1 Teelöffel getrockneter Rosmarin), 2 Lorbeerblätter, 3 Thymianzweige (oder 1 Teelöffel), 1 1/2 Esslöffel Honig, Salz.
- Käsesoße:
- 6 Tassen Milch, 2 Tassen Sahne 50 g Butter, 1 Tasse Mehl (1/2 Tasse reicht), 2 Tassen geriebener Käse, Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer.

Für die vegetarische Soße: Zwiebel, Knoblauch und Karotte schälen, schneiden und einzeln bereit stellen. Aubergine und Pilze abwaschen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch in Öl anbraten und in einen großen Soßentopf geben. Die Karotte und die fein gehackte Aubergine einzeln in Öl anbraten und in den Soßentopf geben. Die Pilze separat in Öl anbraten und in den Soßentopf geben. Die gehackten Tomaten und den Tomatensaft dazu geben. Rosmarin, Lorbeerblätter, Thymian Honig und Salz dazu geben. Zum Kochen bringen und dann bei geringer Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen, bis die Soße eindickt.

Für die Käsesoße: Milch und Sahne in einem Topf zum Kochen bringen. Die Butter in einem anderen großen Topf schmelzen. Von der Wärmequelle nehmen, das Mehl untermischen und alles mit dem Mixer schlagen, bis eine weiche Textur entsteht. Wieder auf die Wärmequelle stellen und immer wieder von der gekochten Milch dazu geben, bis sie aufgebraucht ist, dabei ständig weiter rühren. Mindestens 5 Minuten köcheln lassen. Wenn der Vorgang beendet ist, den geriebenen Käse hinzufügen, umrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zubereitung: Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PASTA(LASAGNE (Kategorie 8) und dann aufVEGETARISCHE LASAGNE (Rezept Nr. 2). Auf START drücken zur Aktivierung des Vorheizvorgangs. Ein Mikrowellen-festes Backblech einfetten und auf dem Boden die Käsesoße verteilen.

1 Blatt Lasagne darauf legen. 1/3 des Gemüses und 1/3 der restlichen Käsesoße hinzu fügen. So lange wiederholen, bis alle Zutaten aufgebraucht sind, dann die Oberseite mit gratiniertem Käse bestreuen.

Nach dem Vorheizvorgang die Lasagne in die Mikrowelle stellen.

Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, prüfen Sie, ob die Pasta weich sind und der Käse auf der Oberseite schön gebräunt ist.



# Lasagne

Zutaten für 4 Personen

## Zutaten

- 500 g frische Pasta für Lasagne,
- 180 g geriebener Parmesankäse,
- 200 g fein gehackter Käse (entweder Mozzarella, Scamorza oder Provola).

Fleischsoße:

- 500 g Rinderhack,
- 800 g Tomaten (aus der Dose oder frisch und fein gehackt),
- 1 Brühwürfel, 1 mittelgroße

Zwiebel, 30 g Butter, 6-7 Esslöffel Olivenöl, 1 Glas Rotwein, Sellerie, Karotte, Salz.

- Béchamelsoße (600 g): 50 g Butter, 60 g helles Weizenmehl, 1 Liter Vollmilch, Salz, Muskatnuss

Alternativ können Sie frische Lasagne verwenden (rechteckiger Behälter empfohlene Abmessung 31,5 x 21 cm)

Für die Fleischsoße

Schneiden Sie Sellerie, Karotte und Zwiebel klein und dünsten Sie diese in Öl und Butter an.

Das Fleisch hinzufügen und mitbraten, bis es bräunt.

Wein hinzufügen und einköcheln lassen, dann die Tomaten, den Brühwürfel und das Salz hinzufügen.

Decken Sie den Topf zu und lassen Sie die Soße bei schwacher Hitze etwa eine Stunde lang köcheln.

Für die Béchamelsoße

Die Butter schmelzen und das Mehl zugeben und gründlich mit dem Mixer einrühren, sodass sich keine Klümpchen bilden.

Geben Sie nach und nach die Milch dazu und lassen Sie die Soße unter Rühren eindicken.

Würzen Sie zum Schluss mit etwas Salz und geriebener Muskatnuss.

Zubereitung:


Die Innenseiten der Form leicht mit weicher Butter einstreichen.

Zwei Esslöffel der Fleischsoße auf den Boden der Form geben.

Dann die Schichten der Lasagne in folgender Reihenfolge einfüllen.

Erst Fleischsoße, dann Béchamelsoße, gehackten Käse einfüllen und mit geriebenem Parmesankäse bestreuen. Schichten Sie die Zutaten weiter, bis fast alle Zutaten aufgebraucht sind.

Schließen Sie die oberste Schicht mit Béchamelsoße ab und bestreuen Sie diese mit geriebenem Parmesan und einigen Butterflöckchen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl Pasta/Lasagne (Kategorie 8) und dann auf Lasagne (Rezept Nr. 3).

Auf Start drücken zum Vorheizen der Mikrowelle.

Nach dem Vorheizvorgang die Lasagne in die Mikrowelle stellen und auf Start drücken, um den Garvorgang zu aktivieren.

Wenn der Vorgang beendet ist, prüfen Sie, ob die Pasta weich sind und der Käse auf der Oberseite schön gebräunt ist.

Mit frischem gemischtem Salat servieren.

# Gefrorene Lasagne


Zutaten für 4 Portionen

## Zutaten

- 1200 g gefrorene Lasagne.

Holen Sie die gefrorene Lasagne aus dem Gefrierschrank.

Nehmen Sie die Aluminiumfolie/Verpackung ab. Legen Sie die Lasagne auf einen Mikrowellen-festes Blech und stellen Sie dieses auf den untersten Rost der Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl PASTA/LASAGNE (Kategorie 8) und dann auf GEFRORENE LASAGNE (Rezept Nr. 4)

Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, prüfen Sie, ob die Pasta weich sind und der Käse auf der Oberseite schön gebräunt ist. Mit frischem gemischtem Salat servieren.



## Brötchen

---

Zutaten für 4 Personen


### Zutaten

- 650 g glutenhaltiges Weizenmehl, (hoher Glutenanteil)
- 50 g frische Hefe oder 10 g, Trockenhefe,
- 4 dl Wasser
- 1 Teelöffel Öl,
- 1/2 Teelöffel Salz.

In einer Rührschüssel die Hefe mit dem Wasser (2 dl) mischen. Salz, Öl und Weizenmehl sowie das restliche Wasser dazu geben. Alle Zutaten etwa 5 Minuten lang mit dem Mixer mischen. Die Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und den Teig bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.

Den Teig heraus nehmen, auf eine gemehlte Arbeitsfläche legen und mit der Hand fünf lange Streifen formen. Jeden Streifen in 5 gleich große Rollen schneiden.

Die Rollen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Wieder mit dem Küchentuch abdecken und weitere 30 Minuten gehen lassen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl BROT (Kategorie 9) und dann auf BRÖTCHEN (Rezept Nr. 1).

Stellen Sie das Backblech mit dem Brot in die Mikrowelle. Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

## Brotlaib

---

Zutaten für 4 Personen

### Zutaten

- 1 kg Weizenmehl,
- 30 g frische Hefe oder 10 g Trockenhefe,
- 350 ml Wasser,
- 200 ml Milch,
- 20 g Salz,
- 10 g Zucker,
- 70 g Butter.


In einer Rührschüssel die Hefe mit dem Wasser vermischen.

Zucker, Salz, Butter, Milch, Wasser und Weizenmehl hinzu fügen. Alle Zutaten etwa 5 Minuten lang mit einem elektrischen Mixer mischen. Die Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und den Teig bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.

Wenn der Vorgang beendet ist, den Teig auf eine gemehlte Arbeitsfläche legen und mit der Hand zwei Brotlaibe formen.

Legen Sie die beiden Laibe auf Mikrowellen-feste, gebutterte Backformen oder Backbleche.

Mit dem Küchentuch abdecken und weitere 40-45 Minuten gehen lassen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl BROT (Kategorie 9) und dann auf BROTLAIB (Rezept Nr. 2). Stellen Sie das Backblech mit dem Brot in die Mikrowelle.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.





## Vorgebackene Brötchen

---


Zutaten für 4 Personen

### Zutaten

- 800 g Vakuum-verpackte Brötchen.

Nehmen Sie die vorgebackenen Brötchen aus der Verpackung und legen Sie diese auf eine Mikrowellen-feste Backform.

Stellen Sie die Backform in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl BROT (Kategorie 9) und dann auf VORGEBACKENE BRÖTCHEN (Rezept Nr. 3).

Stellen Sie das Backblech mit dem Brot in die Mikrowelle.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

## Gefrorene Brötchen

---


Zutaten für 4 Personen

### Zutaten

- 800 g gefrorene Brötchen.

Die gefrorenen Brötchen auspacken und in eine Mikrowellen-feste Backform setzen

Stellen Sie die Backform in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl BROT (Kategorie 9) und dann auf BRÖTCHEN GEFRORENE (Rezept Nr. 4).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.



## Biskuitkuchen

---

Zutaten für 4 Portionen


### Zutaten

- 250 g Zucker,
- 3 Eier,
- 250 g Weizenmehl,
- 15 g Backpulver,
- 75 g Butter oder Margarine,
- 150 g kaltes Wasser,
- Backpapier.

Die Eier mit dem Zucker mit einem Mixer 5-6 Minuten lang kräftig schlagen.

Die Butter bzw. Margarine schmelzen und in die Ei-Zucker-Mischung einrühren. Das Mehl mit dem Backpulver mischen und langsam zu der Ei-Zucker-Mischung dazu geben. Danach das Wasser zugeben.

Gießen Sie die Teigmischung auf den mit Backpapier ausgekleideten Boden der Pyrex-Glasform (Durchmesser 21 cm).

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf BISKUITKUCHEN (Rezept Nr. 1).

Auf START drücken, um den Garvorgang zu aktivieren

Wenn der Vorgang beendet ist, den Kuchen aus der Form nehmen und auf einen Grillrost setzen, damit er vollständig auskühlen kann.

## Schokoladenkuchen

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten


- 150 g Butter,
- 400 g Zucker,
- 200 g Weizenmehl,
- 3 Eier,
- 40 g Kakaopulver,
- 2 Esslöffel Puderzucker.

Schmelzen Sie die Butter in der Mikrowelle. 160 W für 3:30 Minuten.

Den Zucker mit den Eiern in einer Schüssel verschlagen.

Mehl und Kakaopulver dazu geben, und dann die Butter und den Puderzucker.

Die Crisp-Platte einfetten und die Teigmischung gleichmäßig darauf verteilen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf SCHOKOLADENKUCHEN (Rezept Nr. 2).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, aus der Mikrowelle nehmen und abkühlen lassen.


Mit Schlagsahne servieren.

# Karottenkuchen

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

## Zutaten

- 400 g geraspelte Karotten,
- 300 g Weizenmehl,
- 3 Teelöffel Backpulver,
- 280 g Streuzucker,
- 2 Teelöffel gemahlene
- Zimt,
- 3 Eier,
- 150 ml Rapsöl (oder anderes Pflanzenöl),
- Semmelbrösel.

Den Zucker mit den Eiern in einer Schüssel gut schlagen. Die restlichen Zutaten dazu geben und gut untermischen. Die Crisp-Platte einfetten und mit den Semmelbröseln bestreuen. Geben Sie die Mischung auf die Crisp-Platte. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf KAROTTENKUCHEN (Rezept Nr. 3) Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Wenn der Vorgang beendet ist, aus der Mikrowelle nehmen und abkühlen lassen.





## Teegebäck

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten


- 275 g Weizenmehl,
- 2 Teelöffel Backpulver,
- 50 g Butter oder Margarine bei Raumtemperatur,
- 2 dl Vollmilch,
- Margarine für die Crisp-Platte.

Die Eier mit dem Zucker mit einem Mixer 5-6 Minuten lang kräftig Geben Sie das Mehl in eine Rührschüssel. Geben Sie das Backpulver und das Salz hinzu.

Butter hinzu fügen und alles mit den Knethaken gründlich durcharbeiten. Milch dazu geben und mit dem Mixer schnell in den Teig einrühren.

Den Teig auf eine gemehlte Fläche legen und mit den Händen 6 kleine Stücke formen.

Den Kuchen auf die gefettete Crisp-Platte legen und die Oberseiten so einschneiden, dass 6 Kuchenstücke markiert sind.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf TEEGEBÄCK (Rezept Nr. 4)

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

## Muffins

---

Zutaten für 4 Portionen


### Zutaten

- 3 Tassen Weizenmehl,
- 200 g Zucker,
- 1 Teelöffel Backpulver,
- 2 Eier,
- 100 g Butter,
- 1 dl Milch,
- 100 g Blaubeeren.

Alle Zutaten in einer Schüssel mischen. Alles mit dem Mixer gut durcharbeiten.

Die Blaubeeren hinzugeben und gut mit einem Löffel oder einer Gabel im Teig verteilen.

Den Teig in Backpapierformen verteilen und diese auf ein Backblech setzen, das Mikrowellen-fest ist.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf MUFFINS (Rezept Nr. 5).

Stellen Sie das Backblech in die Mikrowelle.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

# Kekse

Zutaten für 4 Personen

## Zutaten

- 200 g Butter,
- 90 g Zucker,
- 220 g Weizenmehl,
- 80 g Maisstärke,
- ½ Teelöffel Back-Pulver,
- 1 Esslöffel Vanillezucker,
- bevorzugt Puderzucker.


Die Butter in der Mikrowelle 1 Minute lang bei 750 W weich machen. Mehl, Zucker, Maisstärke, Vanillezucker und Backpulver vermischen.

Butter hinzu fügen und gut kneten, bis ein weicher Teig entsteht.

Den Teig in gleiche Stücke zu je etwa 20 g teilen.

Die Stücke zu Kugeln formen und auf ein Backblech setzen, das mit Backpapier ausgekleidet ist.

Jede Kugel mit einer Gabel flach drücken.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf KEKSE (Rezept Nr. 6)

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.



# Brownies

Zutaten für 4 Personen

## Zutaten

- 120 g dunkle Schokolade,
- 120 g Butter,
- 3 Eier,
- 200 g Zucker,
- 100 g Mehl,
- 1 Teelöffel Backpulver,
- 50 g Walnüsse.

Brechen Sie die Schokolade in einer Mikrowellen-festen Schüssel in Stücke und schmelzen Sie diese mit 350 W für 3 Minuten.


120 g Butter in einer Mikrowellen-festen Schüssel 1 Minute und 15 Sekunden mit 350 W schmelzen.

3 Eier und 200 g Zucker lange mit dem Mixer verschlagen, bis die Masse schaumig wird.

Schokolade und Butter vorsichtig einrühren. Weizenmehl und Backpulver mischen und vorsichtig einrühren.

Jetzt 50 g Walnüsse klein hacken und in die Mischung geben.

Die Crisp-Platte mit Butter einfetten. Den Teig gleichmäßig auf der Crisp-Platte verteilen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf BROWNIES (Rezept Nr. 7)

Nach dem Vorheizvorgang den unteren Rost in den Ofen stellen und die Crisp-Platte auf den unteren Rost stellen.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, aus der Mikrowelle nehmen und abkühlen lassen.

Mit Schlagsahne oder Vanillezucker servieren.



## Biskuitrolle

Zutaten für 4 Personen

### Zutaten


- 3 Eier,
- 130 g Zucker,
- 130 g Weizenmehl,
- 2 Teelöffel Backpulver,
- ½ dl Wasser,
- Butter und Semmelbrösel zum Einfetten des Backblechs.

Die Eier mit dem Zucker mit einem elektrischen Mixer 2-3 Minuten lang kräftig schaumig schlagen.

Weizenmehl und Backpulver sieben und vorsichtig mit dem kalten Wasser verrühren.

1 Esslöffel Butter auf dem Backblech verteilen, dann 2 Esslöffel Semmelbrösel auf die Butter streuen, lose Semmelbrösel abschütteln.

Den Teig gleichmäßig auf dem Backblech verteilen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf BISKUITROLLE (Rezept Nr. 8)

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

## Schaumgebäck

Zutaten für 4 Portionen


### Zutaten

- 2 Eiweiß,
- 80 g Zucker,
- 110 g getrocknete geraspelte Kokosflocken,
- ½ Teelöffel Vanillezucker.

Die Eier mit dem Zucker mit einem elektrischen Mixer 5-6 Minuten lang kräftig schaumig schlagen.

Kokosflocken und Vanillezucker hinzufügen.

Mit 2 Löffeln aus dem Teig 16-24 Stücke formen und auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech setzen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf SCHAUMGEBÄCK (Rezept Nr. 9)

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, aus der Mikrowelle nehmen und vollständig abkühlen lassen.

## Hausgemachter Obstkuchen

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 375 g Weizenmehl,
- 175 g Butter,
- 75 g Zucker,
- 1 Ei,
- 50 ml Wasser,
- 25 g frische weiße Semmelbrösel,
- 500 g frisch geschälte Äpfel,
- 75 g Zucker.

Butter, Zucker, Mehl und Ei in eine Rührschüssel geben.

Wasser hinzu fügen und gut mixen, bis ein weicher Teig entsteht.

Die Crisp-Platte einfetten und mit der Hälfte des Teigs auslegen.

Den Teig mit Semmelbröseln, Äpfeln und Zucker füllen.

Den Rest des Teigs ausrollen und als Deckel auf die Äpfel setzen, dann mit Eigelb bepinseln.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf

auf die Auswahl KUCHEN/BACKWAREN (Kategorie 10) und dann auf

HAUSGEMACHTER OBSTKUCHEN (Rezept Nr. 10)

Stellen Sie die Crisp-Platte in die Mikrowelle.

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, kann er warm mit einer Eiskremkugel oder kalt mit Puderzucker bestreut serviert werden.

## Vorgebackener gefrorener Obstkuchen

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 1 vorgebackener gefrorener Obstkuchen,
- 1 Esslöffel Streuzucker,
- 1 Teelöffel Zimt.

Nehmen Sie den gefrorenen Obstkuchen aus dem Karton und aus der Kunststoffverpackung, falls vorhanden.

Setzen Sie den Obstkuchen auf die Crisp-Platte.

Stellen Sie die Crisp-Platte in die Mikrowelle.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren

Knopf auf die Auswahl Kuchen/Backwaren (Kategorie 10) und dann auf

Vorgebackenen gefrorenen Obstkuchen (Rezept Nr. 11).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit einer Zucker-Zimt-Mischung bestreuen und servieren.





# Backäpfel


Zutaten für 4 Personen

## Zutaten

- 4 frische Äpfel,
- 50 g Butter,
- 2 Löffel Streuzucker,
- Zimt.

Die Äpfel abwaschen, das Kerngehäuse und die Kerne entfernen. Jeden Apfel mit Zucker, Zimt und Butter füllen.

In Mikrowellen-festes Geschirr setzen und in die Mikrowelle geben.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl NACHSPEISEN/SNACKS (Kategorie 11) und dann auf BACKÄPFEL (Rezept Nr. 1).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit etwas Zimt bestreuen und warm servieren.




# Obstkompott

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Dampfgegart

## Zutaten

- 800 g frische Äpfel.


Schälen, das Kerngehäuse entfernen und in Stücke schneiden. Die Äpfel wiegen und in den Dampfrost setzen. Füllen Sie 100 ml Wasser in den Dampfgegarbehälter gemäß der Wasserdosierungsanzeige, und setzen Sie den Deckel auf. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl NACHSPEISEN/SNACKS (Kategorie 11) und dann auf OBSTKOMPOTT (Rezept Nr. 2). Stellen Sie den Dampfgegarbehälter in die Mikrowelle. Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Wenn der Vorgang beendet ist, mit der Gabel zerdrücken und in Tassen servieren.

# Crème brûlée

Zutaten für 4 Portionen

## Zutaten

- 100 g Sahne mit hohem Fettgehalt,
- 200 ml Milch,
- 2 Eier,
- 2 Eigelb,
- 3 Esslöffel Zucker,
- 1/2 Teelöffel Vanillezucker,
- 500 ml kochendes Wasser,
- brauner Zucker.

Die Sahne mit der Milch 2 Minuten lang in der Mikrowelle mit 650 W erhitzen. Die Eier und die Eigelbe mit dem Zucker und dem Vanillezucker schlagen. Die heiße Sahnemilch in die Eier einrühren und gut verschlagen. Die Masse auf 4 Mikrowellen-feste Tassen aufteilen. Die Tassen auf den unteren Rost in den Ofen setzen. Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl NACHSPEISEN/SNACKS(Kategorie 11) und dann auf CRÈME BRULÉE (Rezept Nr. 3). Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs. Wenn der Vorgang beendet ist, abkühlen lassen. Jede Tasse mit braunem Zucker bestreuen und wieder in die Mikrowelle stellen. Die Grillfunktion 2 Minuten lang aktivieren, um die Oberseite zu bräunen.

## Soufflé

---

Zutaten für 4 Personen

### Zutaten

- 6 Eigelb,
- 1 Teelöffel Rum,
- 10 g Butter,
- 30 g Zucker,
- 50 ml Milch,
- 50 g Weizenmehl,
- 2 Eiweiß.

Eine Backschüssel abwaschen und trocknen, und die Innenwände und den Boden mit Butter einfetten.

Den Zucker in die Schüssel geben und die Schüssel so drehen, dass alle Innenwände mit Zucker bedeckt sind.

Lösen Zucker ausschütten.

Eigelbe, Milch und Rum mischen.

Mehl sieben und gut vermischen.


Die Butter zergehen lassen und in die Mischung einrieseln lassen.

Mit einem Standardmixer die Eiweiße und den Zucker mixen.

1/3 der Eiweiße in die erste Mischung geben und gleichmäßig verrühren, Vorgang wiederholen und ein weiteres 1/3 in die Mischung geben.

Danach die gesamte Mischung in die Backschüssel gießen.

Die Schüssel auf den untersten Rost in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl NACHSPEISEN/SNACKS (Kategorie 11) und dann auf SOUFFLÉ (Rezept Nr. 4).

Auf Start drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Sofort servieren.

## Heiße Karamellsauce

---


Zutaten für 4 Personen

### Zutaten

- 50 g Butter,
- 100 g Zucker,
- 100 g dunkle Schokolade,
- 50 ml Sahne,
- 1 Esslöffel gesiebter,
- Kakao,
- 1 Teelöffel Vanillezucker.

Die Butter mit der Schokolade in einem Mikrowellen-festen Geschirr bei 650 W für 2 Minuten schmelzen.

Alle restlichen Zutaten hinzu fügen und das Geschirr in die Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl NACHSPEISEN/SNACKS (Kategorie 11) und dann auf HEISSE KARAMELLSAUCE (Rezept Nr. 5).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Mit Backobst oder einem Kuchen im Winter, und mit Eiskrem im Sommer servieren.





## Popcorn


---

Zutaten für 4 Personen

### Zutaten

- Popcorn (Körner) in Tüten  
- 100 g.

Die Popcorntüte in die Mitte der Mikrowelle stellen.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl NACHSPEISEN/SNACKS (Kategorie 11) und dann auf POPCORN (Rezept Nr. 6).

Auf START drücken zur Aktivierung des Garvorgangs.

Wenn der Vorgang beendet ist, je nach Geschmack mit Salz oder Zucker bestreuen.


## Nüsse, geröstet

---

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

### Zutaten

- 200 g Walnüsse.

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl NACHSPEISEN/SNACKS (Kategorie 11) und dann auf NÜSSE GERÖSTET (Rezept Nr. 7).

Stellen Sie die leere Crisp-Platte in die Mikrowelle.

Auf Start drücken zum Vorheizen der Crisp-Platte.

Wenn die Oberseite gut gebräunt ist, die Tür öffnen und die Platte heraus nehmen.

Setzen Sie Nüsse auf die Crisp-Platte und diese zurück in die Mikrowelle.

Auf Start drücken zum Fortsetzen des Garvorgangs.

Rühren Sie bei einer Aufforderung durch die Mikrowelle die Nüsse durch.




# Kürbiskerne geröstet

Zutaten für 4 Personen | Garfunktionen: Crisp

## Zutaten

- 200 g Kürbiskerne ohne Schale, geröstet

Drücken Sie die Chefmenü-Taste , und drehen Sie den mittleren Knopf auf die Auswahl NACHSPEISEN/SNACKS (Kategorie 11) und dann auf KÜRBISKERNE GERÖSTET (Rezept Nr. 8).

Stellen Sie die leere Crisp-Platte in die Mikrowelle.

Auf Start drücken zum Vorheizen der Crisp-Platte.

Wenn die Oberseite gut gebräunt ist, die Tür öffnen und die Platte heraus nehmen.

Setzen Sie Kürbiskerne auf die Crisp-Platte und diese zurück in die Mikrowelle.

Auf START drücken zum Fortsetzen des Garvorgangs.

Rühren Sie bei einer Aufforderung durch die Mikrowelle die Kürbiskerne durch.



„Entdecken Sie die Welt von Bauknecht:  
intelligente Produktneuheiten mit zertifizierter  
Qualität und ausgezeichnetem Design, die Sie  
in die Zukunft begleiten und Ihnen das Leben  
leichter machen.“

#### Für Deutschland

**Bauknecht Hausgeräte GmbH**  
Industriestr. 48  
70565 Stuttgart

[kundenservice@bauknecht.com](mailto:kundenservice@bauknecht.com)  
[www.bauknecht.de](http://www.bauknecht.de)

Tel.: 07 11/8 88 89 00 \*

Fax: 07 11/8 88 89 99 \*

Mo. bis Fr. von 8 bis 18 Uhr, Sa. von 8 bis 12 Uhr

#### **Notdienst für Gefriergeräte**

So. von 9 bis 12 Uhr

\* 0,09 Euro je angefangene Minute aus den Festnetzen;  
höchstens 0,42 Euro je angefangene Minute aus den  
Mobilfunknetzen.

#### Für Österreich

**Whirlpool Austria GmbH**  
Industriezentrum NÖ-Süd  
Straße 1, Objekt 50  
A-2351 Wiener Neudorf

[wien\\_service\\_infoline@whirlpool.com](mailto:wien_service_infoline@whirlpool.com)  
[www.bauknecht.at](http://www.bauknecht.at)

Tel.: 0 50/67 00 \*\*

Fax: 0 50/67 00-5 55

\*\* Österreichweit zum Ortstarif.