

# EFTERSMAK

Książka kucharska



## Spis treści

Wskazówki i porady 3

Producent zastrzega sobie możliwość wprowadzenia zmian bez wcześniejszego powiadomienia.

## Wskazówki i porady

**⚠** **OSTRZEŻENIE!** Patrz rozdział dotyczący bezpieczeństwa.

**i** Temperatury i czasy pieczenia podane w tabelach mają wyłącznie charakter orientacyjny. Zależą one od przepisu, jakości oraz ilości użytych składników.

### Pieczenie ciast i mięs

#### Ciasta

Produkt	Górna/dolna grzałka		Termoobieg		Czas (min)	Uwagi
	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika		
Ciasta ucierane	170	2	160	3 (2 i 4)	45 - 60	W foremce do ciasta
Krucze ciasto	170	2	160	3 (2 i 4)	20 - 30	W foremce do ciasta
Sernik	170	1	165	2	60 - 80	W 26 cm foremce do ciasta
Ciasto z jabłkami (szarlotka) <sup>1)</sup>	170	2	160	2 (po lewej i po prawej)	80 - 100	W dwóch 20 cm foremkach do ciasta ustawionych na ruszcie
Strudel	175	3	150	2	60 - 80	Na blasze do pieczenia ciasta

Produkt	Górna/dolna grzałka		Termoobieg		Czas (min)	Uwagi
	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika		
Tarta z dżemem	170	2	165	2 (po lewej i po prawej)	30 - 40	W 26 cm foremce do ciasta
Biszkopt	170	2	160	2	50 - 60	W 26 cm foremce do ciasta
Keks/ciasto owocowe <sup>1)</sup>	160	2	150	2	90 - 120	W 20 cm foremce do ciasta
Ciasto ze śliwkami <sup>1)</sup>	175	1	160	2	50 - 60	W formie do chleba
Małe ciasteczka – jeden poziomy	170	3	140 - 150	3	20 - 30	Na blasze do pieczenia ciasta
Małe ciasteczka – dwa poziomy	-	-	140 - 150	2 i 4	25 - 35	Na blasze do pieczenia ciasta
Małe ciasteczka – trzy poziomy	-	-	140 - 150	1, 3 i 5	30 - 45	Na blasze do pieczenia ciasta
Ciasteczka / ciasta przekładane – jeden poziomy	140	3	140 - 150	3	30 - 35	Na blasze do pieczenia ciasta
Ciasteczka / ciasta przekładane – dwa poziomy	-	-	140 - 150	2 i 4	35 - 40	Na blasze do pieczenia ciasta

Produkt	Górna/dolna grzałka		Termoobieg		Czas (min)	Uwagi
	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika		
Ciasteczka / ciasta przekładane – trzy poziomy	-	-	140 - 150	1, 3 i 5	35 - 45	Na blasze do pieczenia ciasta
Bezy – jeden poziomy	120	3	120	3	80 - 100	Na blasze do pieczenia ciasta
Bezy – dwa poziomy <sup>1)</sup>	-	-	120	2 i 4	80 - 100	Na blasze do pieczenia ciasta
Buteczki <sup>1)</sup>	190	3	190	3	12 - 20	Na blasze do pieczenia ciasta
Eklery – jeden poziomy	190	3	170	3	25 - 35	Na blasze do pieczenia ciasta
Eklery – dwa poziomy	-	-	170	2 i 4	35 - 45	Na blasze do pieczenia ciasta
Tarty płaskie	180	2	170	2	45 - 70	W 20 cm foremce do ciasta
Ciasto owocowe z dużą ilością owoców	160	1	150	2	110 - 120	W 24 cm foremce do ciasta
Biszkopt królowej Wiktorii	170	1	160	2 (po lewej i po prawej)	50 - 60	W 20 cm foremce do ciasta

*1) Nagrzewać wstępnie piekarnik przez 10 minut.*

## Chleb i pizza

Produkt	Górna/dolna grzałka		Termoobieg		Czas (min)	Uwagi
	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika		
Biały chleb <sup>1)</sup>	190	1	190	1	60 - 70	1 - 2 bochenki po 500 g
Chleb żytni	190	1	180	1	30 - 45	W formie do chleba
Butki <sup>1)</sup>	190	2	180	2 (2 i 4)	25 - 40	6 - 8 butek na blasze do pieczenia
Pizza <sup>1)</sup>	230 - 250	1	230 - 250	1	10 - 20	Na blasze do pieczenia ciasta lub głębokiej blasze
Babeczki <sup>1)</sup>	200	3	190	3	10 - 20	Na blasze do pieczenia ciasta

*1) Nagrzewać wstępnie piekarnik przez 10 minut.*

## Zapiekanki

Produkt	Górna/dolna grzałka		Termoobieg		Czas (min)	Uwagi
	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika		
Zapiekanka makaronowa	200	2	180	2	40 - 50	W formie
Zapiekanka warzywna	200	2	175	2	45 - 60	W formie
Quiche <sup>1)</sup>	180	1	180	1	50 - 60	W formie
Lasagne <sup>1)</sup>	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40	W formie

Produkt	Górna/dolna grzałka		Termoobieg		Czas (min)	Uwagi
	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika		
Cannelloni <sup>1)</sup>	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40	W formie

1) Nagrzewać wstępnie piekarnik przez 10 minut.

#### mięso

Produkt	Górna/dolna grzałka		Termoobieg		Czas (min)	Uwagi
	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika		
Wołowina	200	2	190	2	50 - 70	Na ruszcie
Wieprzowina	180	2	180	2	90 - 120	Na ruszcie
Cielęcina	190	2	175	2	90 - 120	Na ruszcie
Angielska pieczeń wołowa, lekko wypieczona	210	2	200	2	50 - 60	Na ruszcie
Angielska pieczeń wołowa, średnio wypieczona	210	2	200	2	60 - 70	Na ruszcie
Angielska pieczeń wołowa, dobrze wypieczona	210	2	200	2	70 - 75	Na ruszcie
Łopatka wieprzowa	180	2	170	2	120 - 150	Ze skórą
Goleń wieprzowa	180	2	160	2	100 - 120	2 sztuki
Jagnięcina	190	2	175	2	110 - 130	Udziec

Produkt	Górna/dolna grzałka		Termoobieg		Czas (min)	Uwagi
	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika		
Kurczak	220	2	200	2	70 - 85	W całości
Indyk	180	2	160	2	210 - 240	W całości
Kaczka	175	2	220	2	120 - 150	W całości
Gęś	175	2	160	1	150 - 200	W całości
Królik	190	2	175	2	60 - 80	W kawałkach
Zając	190	2	175	2	150 - 200	W kawałkach
Bażant	190	2	175	2	90 - 120	W całości

## Ryba

Produkt	Górna/dolna grzałka		Termoobieg		Czas (min)	Uwagi
	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika	Temperatura (°C)	Poziom piekarnika		
Pstrąg/dorada	190	2	175	2	40 - 55	3 - 4 ryby
Tuńczyk/łosoś	190	2	175	2	35 - 60	4 - 6 filetów

## Grill

Nagrzewać wstępnie piekarnik przez 3 minut.

Użyć czwartego poziomego piekarnika.

Ustawić maksymalną temperaturę.

Produkt	Ilość		Czas (min)	
	Sztuki	Ilość (kg)	1. strona	2. strona
Steki	4	0.8	12 - 15	12 - 14
Befsztyki	4	0.6	10 - 12	6 - 8
Kiełbaski	8	-	12 - 15	10 - 12
Kotlety wieprzowe	4	0.6	12 - 16	12 - 14
Kurczak (połówki)	2	1	30 - 35	25 - 30



Produkt	Ilość		Czas (min)	
	Sztuki	Ilość (kg)	1. strona	2. strona
Kebaby	4	-	10 - 15	10 - 12
Pierś z kurczaka	4	0.4	12 - 15	12 - 14
Hamburger	6	0.6	20 - 30	-
Filet rybny	4	0.4	12 - 14	10 - 12
Zapiekane kanapki	4 - 6	-	5 - 7	-
Tosty	4 - 6	-	2 - 4	2 - 3

### Grill z wentylatorem

Użyć pierwszego lub drugiego poziomu piekarnika.

Wołowina

Rozgrzać wstępnie piekarnik.

Aby obliczyć czas pieczenia, należy pomnożyć czas podany w poniższej tabeli przez liczbę centymetrów grubości filetu.

Produkt	Temperatura (°C)	Czas (min)
Pieczeń wołowa lub filet, lekko wypieczone	190 - 200	5 - 6
Pieczeń wołowa lub filet, średnio wypieczone	180 - 190	6 - 8
Pieczeń wołowa lub filet, dobrze wypieczone	170 - 180	8 - 10

### Wieprzowina

Produkt	Temperatura (°C)	Czas (min)
Łopatka, karczek, szynka 1 - 1,5 kg	160 - 180	90 - 120
Kotlety, żeberka, 1 - 1,5 kg	170 - 180	60 - 90
Klops, 0,75 - 1 kg	160 - 170	50 - 60
Golonka wieprzowa (podgotowana), 0,75 - 1 kg	150 - 170	90 - 120

### Cielęcina

Produkt	Temperatura (°C)	Czas (min)
Pieczeń cielęca, 1 kg	160 - 180	90 - 120
Gicz cielęca, 1,5 - 2 kg	160 - 180	120 - 150

## Jagnięcina

Produkt	Temperatura (°C)	Czas (min)
Pieczeń jagnięca, udziec jagnięcy, 1 - 1,5 kg	150 - 170	100 - 120
Karczek jagnięcy, 1 - 1,5 kg	160 - 180	40 - 60

## Drób

Produkt	Temperatura (°C)	Czas (min)
Porcje drobiu, po 0,2 - 0,25 kg	200 - 220	30 - 50
Kurczak, półowki, po 0,4 - 0,5 kg	190 - 210	35 - 50

Produkt	Temperatura (°C)	Czas (min)
Kurczak, pularda, 1 - 1,5 kg	190 - 210	50 - 70
Kaczka, 1,5 - 2 kg	180 - 200	80 - 100
Gęś, 3,5 - 5 kg	160 - 180	120 - 180
Indyk, 2,5 - 3,5 kg	160 - 180	120 - 150
Indyk, 4 - 6 kg	140 - 160	150 - 240

## Ryba (gotowanie na parze)

Produkt	Temperatura (°C)	Czas (min)
Cała ryba, 1 - 1,5 kg	210 - 220	40 - 60

## Rozmrażanie

Produkt	Ilość (kg)	Czas rozmrażania (min)	Dalszy czas rozmrażania (min)	Uwagi
Kurczak	1.0	100 - 140	20 - 30	Położyć kurczaka na odwróconym spodku i umieścić na dużym talerzu. Obrócić po upływie połowy czasu.
Mięso	1.0	100 - 140	20 - 30	Obrócić po upływie połowy czasu.
Mięso	0.5	90 - 120	20 - 30	Obrócić po upływie połowy czasu.
Pstrąg	1.50	25 - 35	10 - 15	-
Truskawki	3.0	30 - 40	10 - 20	-
Masło	2.5	30 - 40	10 - 15	-

Produkt	Ilość (kg)	Czas rozmrażania (min)	Dalszy czas rozmrażania (min)	Uwagi
Śmietana	2 x 2,0	80 - 100	10 - 15	Także lekko zmrożona śmietana daje się dobrze ubić.
Tort	1.4	60	60	-

**Suszenie - Termoobieg**

Zakryć blachy pergaminem lub papierem śniadaniowym.

Aby uzyskać lepszy rezultat, można zatrzymać proces w połowie czasu

suszenia, otworzyć drzwi i pozostawić na jedną noc w celu dokończenia suszenia.

Warzywa

W przypadku jednej blachy użyć trzeciego poziomu piekarnika.

W przypadku 2 blach użyć pierwszego i czwartego poziomu piekarnika.

Produkt	Temperatura (°C)	Czas (godz.)
Fasola	60 - 70	6 - 8
Papryka	60 - 70	5 - 6
Warzywa (kwaśne)	60 - 70	5 - 6
Grzyby	50 - 60	6 - 8
Zioła	40 - 50	2 - 3

Owoce

Produkt	Temperatura (°C)	Czas (godz.)	Poziom piekarnika	
			1 poziom	2 poziomy
Śliwki	60 - 70	8 - 10	3	1 / 4
Morele	60 - 70	8 - 10	3	1 / 4
Krojone jabłka	60 - 70	6 - 8	3	1 / 4
Gruszki	60 - 70	6 - 9	3	1 / 4

