Miele

Dampfgaren

Das Kochbuch

Vorwort

Liebe Geniesserin,
lieber Geniesser,

gute Gespräche und schöne Momente entstehen, wenn wir zum Essen zusammenkommen. Gemeinsamer Genuss verbindet – insbesondere dann, wenn er auf allen Ebenen überzeugt. Im Alltag ebenso wie bei besonderen Gelegenheiten.

Ihr neuer Dampfgarer bietet Ihnen genau dieses Potenzial: Als wahres Allround-Talent bereiten Sie mit ihm nicht nur Gewohntes schnell und gesund zu, sondern auch kulinarische Menüs auf höchstem Niveau.

Dieses Buch möchte Ihnen dabei eine echte Hilfe sein. In unserer Miele Versuchsküche treffen täglich Wissen und Neugier, Routine und Unerwartetes aufeinander – daraus haben wir für Sie hilfreiche Tipps ebenso wie gelingsichere Rezepte entwickelt. Mehr Rezepte, Inspiration und spannende Themen entdecken Sie übrigens in unserer Miele@mobile App.

Haben Sie Fragen oder Wünsche? Wir freuen uns auf den Austausch mit Ihnen. Unsere Kontaktdaten finden Sie am Ende des Buchs.

Wir wünschen Ihnen ganz besondere Genuss-Momente.

Ihre Miele Versuchsküche

Inhalt

Vorwort ... 3

Zu diesem Kochbuch ... 7

Bevor Sie beginnen ... 8

Wichtige Hinweise zu den Rezepten ... 9

Betriebsarten ... 11

Spezialanwendungen ... 12

Menügaren ... 13

Wissenswertes ... 14

Mengen und Masse ... 15

Miele Zubehör ... 17

Miele Pflegeprodukte ... 18

Beilagen & Gemüse ... 19
Antipastigemüse ... 20
Apfelrotkohl ... 21
Dim Sum mit Pak-Choi-Füllung ... 22
Fenchel mit Walnussvinaigrette ... 23
Fenchelgemüse ... 24
Gemüsesoufflé ... 25
Gnocchi ... 26
Hummus ... 27
Kartoffelauflauf mit Speck ... 28
Kartoffelklösse ... 29
Kartoffelpüree ... 30
Kartoffelsoufflé ... 31
Kürbisrisotto ... 32
Linsensalat ... 33
Karotten mit glasierten Schalotten ... 34
Pilaw ... 35
Pilzhefeklösse mit Kürbissauce ... 36
Polenta Schweizer Art ... 38
Schafskäse im Zucchinimantel ... 39
Schmorgurken ... 40
Semmelknödel ... 41
Tomaten griechisch ... 42
Zucchinischiffchen gefüllt ... 43

Inhalt

Fisch ... 44
Dorade mit Gemüse ... 45
Fischcurry mit Pfirsich ... 46
Forelle im Weissweinsud ... 47
Lachs mit Lauch und Weissweinsauce ... 48
Muscheln in Sauce ... 49
Seeteufel mit Steinpilzsauce ... 50
Thunfisch auf Tomatenreis ... 51

Fleisch ... 52
Hackfleischtätschli mit Chinakohl ... 53
Pouletbrustfilet mit getrockneten Tomaten ... 54
Pouletgeschnetzeltes mit Peperoni ... 55
Kalbsfilet mit Kräutern ... 56
Kohlrouladen ... 57
Lamm geschmort mit Backpflaumen ... 59
Lammlachs mit grünen Bohnen ... 60
Trutenbrust gefüllt ... 61
Rindsfilet ... 63
Rindsfilet pochiert mit Gemüse ... 64
Rindshaschee ... 65
Rindsschmortopf ... 66
Saucisson ... 68
Schweinsmedaillon mit Champignon-Apfel-Gemüse ... 69
Tafelspitz mit Apfel-Meerrettich-Sauce ... 70
Tafelspitz Wiener Art ... 71
Tikka Masala mit Reis ... 72

Suppen & Eintöpfe ... 74
Bohneneintopf mit Lamm ... 75
Fischtopf ... 76
Gulaschsuppe ... 77
Hühnersuppe ... 78
Kartoffelsuppe ... 79
Kürbissuppe Australischer Art ... 80
Karottencremesuppe ... 81
Reisfleisch ... 82
Suppe mit Frühlingsgemüse ... 83

Dessert ... 84
Beerenpudding ... 85
Christmas Pudding ... 86
Crema Catalana ... 88
Dampfnudeln mit Aprikosenkompott ... 89

Inhalt

Germknödel ... 91
Griesssoufflé ... 92
Caramel-Köpfli ... 93
Caramel-Dattel-Kuchen ... 94
Kirschkompott mit Amaretto ... 95
Kochbirnen ... 96
Limetten-Käsekuchen ... 97
Mokkaflan ... 98
Quarkknödel ... 99
Quarksoufflé ... 100
Quittenmousse ... 101
Rotweinbirnen pochiert ... 102
Treacle Sponge Pudding ... 103
Walnuss-Schokoladen-Pudding ... 104

Sterilisieren & mehr ... 105

Sterilisieren im Miele Dampfgarer ... 106

Entsaften im Miele Dampfgarer ... 109

Auftauen im Miele Dampfgarer ... 111

Blanchieren im Miele Dampfgarer ... 114

Erhitzen im Miele Dampfgarer ... 115

Garen im Miele Dampfgarer ... 117

Wissenswert: Dampfgaren – damals und heute

In China hat das Garen im Dampf eine lange Tradition. In der Heimat des Dampfgarens kommen schon seit mehr als 1000 Jahren doppelwandige Kochgefässe zum Einsatz, in denen die Speisen getrennt von der Flüssigkeit gegart werden. In Europa fasste die Garmethode in den 70er–Jahren Fuss: In der Gastronomie kamen erstmals professionelle Dampfgargeräte zum Einsatz. Ein wenig später drang die Technologie dann auch in die Privathaushalte vor. Heute entdecken im Zuge einer bewussteren Ernährung immer mehr Menschen die Vorteile dieser schonenden Zubereitungsart für sich.

Dampfgaren mit Miele

Der Dampfgarer von Miele ist ein wahres Allround–Talent und die ideale Ergänzung zu Backofen und Kochstelle. Ob Sie einzelne Beilagen oder ein komplettes Menü in einem Garprozess zubereiten möchten – Ihren Anforderungen an das Dämpfen sind keine Grenzen gesetzt. Mehr noch: Mit dem Miele Dampfgarer können Sie auch auftauen, erwärmen, blanchieren, sterilisieren, entsaften und desinfizieren.

Das Prinzip des Miele Dampfgarers ist so einfach wie wirkungsvoll: Anders als beim Kochen liegen die Speisen nicht im Wasser – deshalb laugen sie nicht aus und der Mineralstoffverlust bleibt gering.

Die zum Garen benötigte Wassermenge wird ausserhalb des Garraums erhitzt. In den Garraum strömt lediglich reiner Dampf, der die Speisen von allen Seiten sanft umschliesst. Dabei können die Lebensmittel nicht oxidieren, da der Dampf den Sauerstoff aus dem Garraum verdrängt. Farben, Aromen und Vitamine bleiben deshalb optimal erhalten.

Durch die gradgenaue, elektronische Temperaturregelung und die individuelle Temperatureinstellung wird jedes Lebensmittel stets mit der am besten geeigneten Temperatur gegart. So gelingen Ihnen auch empfindliche Speisen, wie z. B. Fisch, Pasteten oder Soufflés. Die schnelle Wärmeübertragung und der automatisch ablaufende Garvorgang sorgen für eine punktgenaue Zubereitung – Anbrennen oder Überkochen ausgeschlossen.

Komfortabel: Der vollautomatische Garvorgang

Ihr Dampfgarer besitzt eine intelligente Elektronik – damit geniessen Sie höchsten Bedienkomfort. Den Garvorgang müssen Sie nicht beaufsichtigen, denn er läuft vollautomatisch ab. Die eingestellte Temperatur wird exakt gehalten, ein Nachregulieren ist überflüssig. Zudem kann im Dampfgarer nichts anbrennen oder überkochen. Lehnen Sie sich entspannt zurück: Nach Ablauf der Garzeit schaltet das Gerät automatisch ab.

Garzeiten und Vorheizen

Die einzustellende Garzeit ist unabhängig davon, welche Menge einer Speise Sie zubereiten und ob es sich um frische oder tiefgekühlte Speisen handelt. Wie das funktioniert? *Erst wenn die eingestellte Temperatur erreicht ist, läuft die Garzeit.* Dies bedeutet, dass frische Lebensmittel genau so lang garen wie ihre tiefgefrorenen Pendants – lediglich die Aufheizzeit variiert. Diese wird jedoch vom Gerät selbsttätig angepasst, so dass Sie sich darum keine Gedanken machen müssen.

Gelingen auch im Dampfgarer: Eigene Rezepte

Auch eigene Kreationen, die Sie bisher z. B. auf der Kochstelle zubereitet haben, gelingen Ihnen im Miele Dampfgarer ganz leicht. Orientieren Sie sich dazu einfach an den Gartabellen am Ende dieses Buches. Sie enthalten Angaben zur Temperatur, den Garzeiten sowie zum benötigten Gargeschirr.

Mit diesen Tabellen können Sie Ihre eigenen Rezepte ganz einfach übertragen. Nach nur wenigen Versuchen werden Sie den Miele Dampfgarer genauso selbstverständlich nutzen wie Ihre anderen Kochgeräte.

Zu den Garzeiten

– Ist unter einem Rezept eine Zeitspanne angegeben, so bezieht sich diese entweder auf den Gargrad oder auf die Beschaffenheit des Lebensmittels. Wählen Sie kürzere Zeiten für kleinere Stücke oder ein bissfesteres Ergebnis und längere Zeiten für grössere Stücke oder ein weicheres Ergebnis.
– Bei den Automatikprogrammen (Funktion ist abhängig vom Modell) ist die mittlere Programmdauer angegeben. Die tatsächliche Dauer hängt bei vielen Programmen vom gewünschten Gargrad ab. Wählen Sie vor Start des Automatikprogrammes einfach die gewünschte Einstellung.

Zu den Zutaten

– Steht hinter der einzelnen Zutat ein Komma (,), beschreibt der dahinterstehende Text das Lebensmittel. Es kann in den meisten Fällen in diesem Zustand gekauft werden. Z. B. Weizenmehl, Type 405; Eier, Grösse M; Milch, 3,5 % Fett.
– Steht hinter der einzelnen Zutat ein Geradstrich (|), bezieht sich die Beschreibung auf die Verarbeitung des Lebensmittels, die in der Regel beim Kochen selbst durchgeführt wird. Dieser Verarbeitungsschritt wird im Zubereitungstext nicht mehr erwähnt. Z. B. Käse, würzig | gerieben; Zwiebeln | fein gewürfelt; Milch, 3,5 % Fett | lauwarm
– Bei Fleisch ist immer das Verarbeitungsgewicht angegeben, wenn es nicht gesondert gekennzeichnet ist.
– Bei Obst und Gemüse ist grundsätzlich das ungeschälte Gewicht angegeben.
– Auch wenn der Verarbeitungsschritt im Zubereitungstext nicht genannt wird, wird vorausgesetzt, dass Obst und Gemüse vor dem Zerkleinern gesäubert oder gewaschen und ggf. geschält werden.

Zu den Rezepten mit Automatikprogramm

Zu jedem Automatikprogramm gibt es ein passendes Rezept. Die verfügbaren Automatikprogramme variieren je nach Modell. Falls Ihr Dampfgarer nicht über das entsprechende Automatikprogramm verfügt, können Sie alle Rezepte auch anhand der manuellen Einstellungen zubereiten. Die Zubereitungsschritte berücksichtigen beide Zubereitungsweisen.

Zum Gargeschirr

– Das zu verwendende Gargeschirr ist in jedem Rezept angegeben. Die Grösse der Garbehälter ist abhängig vom verwendeten Dampfgarer-Modell.
– Für den Dampfgarer: Schieben Sie die Auffangschale immer in die unterste Einschubebene, wenn Sie in gelochten Garbehältern garen.
– Für den Dampfgarer mit Mikrowelle: Schieben Sie die Glasschale (Auffangschale) immer in die Ebene 1 (unterste Einschubebene).

Besonderheiten zu den einzelnen Dampfgarer-Modellen

Dieses Kochbuch wird Dampfgarern mit unterschiedlicher Funktion beigelegt. Wenn die Einstellangaben voneinander abweichen, werden die zu wählenden Einstellungen in den Rezepten in dieser Reihenfolge angegeben:

– Dampfgarer und Dampfgarer mit Mikrowelle
– (Druckdampfgarer) in runden Klammern

Ihr Miele Dampfgarer kann mehr

Dampfgaren

Zum schonenden Garen von Lebensmitteln.

Die meisten Speisen werden bei 100 °C zubereitet. So können Sie z. B. Gemüse und Kartoffeln, Suppen und Eintöpfe, Aufläufe und Hülsenfrüchte garen, ohne dass Farbe, Form, Struktur und Geschmack beeinträchtigt werden. Besondere Vorteile bietet das Dämpfen von Reis, da dieser nach Wunsch locker und körnig bleibt. Auch bei der Zubereitung von Babykost kann der Dampfgarer Sie sinnvoll unterstützen.

Fisch eignet sich hervorragend zum Dampfgaren. Während er bei zu hohen Temperaturen schnell seine zarte Konsistenz verliert, bleiben bei der Zubereitung im Dampfgarer Geschmack und Konsistenz erhalten, da Sie die Temperaturen präzise zwischen 40 und 100 °C einstellen können. Auch Meeresfrüchte und Krustentiere gelingen Ihnen so perfekt – ein Stück Gourmetküche für zu Hause.

Geflügel, Fleisch und Wurstwaren können Sie ebenfalls im Miele Dampfgarer zubereiten. Bei Temperaturen zwischen 90 und 100 °C erhalten Sie ein Stück Fleisch von besonders zarter, mürber Konsistenz. Auch mageres Geflügel, das sonst leicht trocken wird, bleibt schön saftig.

Sous-vide

Bitte beachten, Funktion ist abhängig vom Modell. Bei diesem schonenden Verfahren werden Lebensmittel in einer Vakuumverpackung langsam und bei niedrigen, konstanten Temperaturen gegart. Durch die Vakuumierung verdunstet während des Garvorgangs keine Feuchtigkeit und alle Aromastoffe bleiben enthalten. Freuen Sie sich auf das Ergebnis: ein geschmacksintensives und gleichmässig gegartes Lebensmittel.

Noch mehr Rezepte für das Sous-vide-Garen und weitere spannende Themen entdecken Sie in unserer Miele@mobile App.

Druck-Dampfgaren

Bitte beachten, Funktion ist abhängig vom Modell. In der halben Garzeit zubereiten: Diese Zeitersparnis können Sie bei der Zubereitung von z. B. hitzeunempfindlichem Gemüse, Hülsenfrüchten und vielen Fleischsorten geniessen, denn beim Druck-Dampfgaren werden Temperaturen bis zu 120 °C erreicht. Geschmack und Vitamine bleiben dabei genauso erhalten wie beim Dampfgaren ohne Druck. Welche Speisen für das Druck-Dampfgaren geeignet sind, erfahren Sie in den Rezepten sowie den Gartabellen am Ende dieses Buches.

Spezialanwendungen

Auftauen

Auftauen im Dampfgarer geht viel schneller als bei Raumluft: Bei 50–60 °C tauen Sie alle üblichen Tiefkühlwaren wie Gemüse, Obst, Fisch, Fleisch, Geflügel und Fertiggerichte schonend auf. Auch eingefrorene Milchprodukte oder Gebäck machen Sie so schnell wieder verzehrfertig.

Erhitzen

Optisch und geschmacklich wie frisch gegart: Profis sprechen beim Erwärmen im Dampfgarer nicht umsonst von “Regenerieren”. Das Erhitzen rundet die qualitativ unübertroffene Speisenzubereitung im Miele Dampfgarer sinnvoll ab. Bereits gegarte Speisen – bei Bedarf auch mehrere Tellergerichte gleichzeitig – erwärmen Sie am besten bei einer Temperatur von 100 °C. In ca. 8 Minuten ist das Gericht erwärmt und der Teller gleich mit. So haben Sie Zeit, alles in Ruhe zu geniessen.

Blanchieren

Sie möchten Obst oder Gemüse einfrieren? Durch Blanchieren sorgen Sie für optimalen Qualitätserhalt während der Lagerung in Tiefkühlschrank oder -truhe. Blanchiert wird für 1 Minute bei 100 °C. Durch das kurzzeitige Erhitzen werden die in Obst und Gemüse enthaltenen Enzyme reduziert, die während der Gefrierlagerung Aromen und Vitamine abbauen.

Entsaften

Ihr Dampfgarer kann auch entsaften! So gewinnen Sie Fruchtsäfte, z. B. für Getränke oder Gelees. Besonders geeignet sind alle Beerenfrüchte. Der Dampf erweicht die Zellwände der Früchte und bringt sie schliesslich zum Platzen, wobei der Saft entweicht. In den Gartabellen am Ende dieses Buches finden Sie die dafür empfohlenen Einstellungen.

Sterilisieren

Sterilisieren ohne lästiges Umfüllen von heissen Flüssigkeiten: Diesen Komfort bietet Ihnen Ihr Miele Dampfgarer. Sterilisieren können Sie Obst, Gemüse, Fleisch und Wurst. Und auch das Entkeimen der Gläser übernimmt der Dampfgarer. Beachten Sie hierzu bitte auch die Informationen in der Gebrauchsanweisung.

Sie können nicht alles auf einmal tun?

Der Miele Dampfgarer schon!

Im Miele Dampfgarer können Sie auf bis zu drei Ebenen gleichzeitig garen und so z. B. ein komplettes Gericht aus Fisch, Reis und Gemüse zubereiten. Üblicherweise wählen Sie dazu eine Temperatur von 100 °C.

So unterschiedlich die einzelnen Speisen auch sein mögen – durch die ständige Zufuhr von frischem Dampf ist eine Geruchs- oder Geschmacksübertragung ausgeschlossen. So können Sie problemlos auch süsse und herzhafte Speisen zusammen zubereiten. Der Dampf sorgt ausserdem für ein gleichmässiges Garergebnis auf allen Ebenen und spart bei voll bestücktem Garraum Zeit und Energie gegenüber dem Garen auf der Kochstelle oder im Backofen.

Beim automatischen Menügaren müssen Sie lediglich bis zu drei Menükomponenten im Display Ihres Dampfgarers auswählen und den Anweisungen folgen. Der Dampfgarer gibt vor, zu welchem Zeitpunkt welche Komponente in den Garraum gegeben werden muss und informiert Sie durch ein akustisches Signal. Alle Komponenten gleichzeitig servierbereit: Mit dem Miele Dampfgarer gelingt Ihnen dies mühelos.

Menügaren können Sie übrigens auch ohne Spezialanwendung: Starten Sie mit dem Lebensmittel mit der längsten Garzeit. Während des Garvorgangs können Sie problemlos weitere Speisen zufügen. Steht auf Ihrem Speiseplan beispielsweise “Rotbarsch mit Reis und Broccoli”, muss der Reis 20 Minuten, der Rotbarsch 6 Minuten und der Broccoli 4 Minuten garen. Zuerst wird der Reis eingeschoben und für 14 Minuten gegart. Schieben Sie nach Ablauf dieser Zeit den Rotbarsch ein und garen Sie Reis und Fisch zusammen für weitere 2 Minuten. Dann ergänzen Sie den Broccoli und garen alle drei Zutaten gemeinsam für weitere 4 Minuten.

Ungeahnte Möglichkeiten

Sie werden erstaunt sein, was ein Miele Dampfgarer noch alles kann: Frühstückseier werden auf die Minute genau gekocht. Schokolade lässt sich bei 90 °C schmelzen, ohne dass sie anbrennt oder verklumpt. Sterilisiergläser und Babyflaschen lassen sich in nur 15 Minuten bei 100 °C desinfizieren. Sie werden so keimfrei wie beim herkömmlichen Auskochen. Desserts wie z. B. locker luftige Soufflés gelingen mühelos. Bei 40 °C können Sie ausserdem Joghurt zubereiten und Hefeteig aufgehen lassen.

Dampfreduktion

Wenn mit einer Temperatur ab ca. 80 °C gegart wurde, öffnet sich kurz vor Ende der Garzeit die Tür des Dampfgarers automatisch einen kleinen Spalt, damit Dampf aus dem Garraum entweichen kann.

Mengenunabhängiges Garen

Egal ob Sie für eine oder vier Personen kochen – die Garzeiten in Ihrem Dampfgarer bleiben gleich. Die Garzeit beginnt erst abzulaufen, wenn der Garraum ausreichend vorgeheizt und damit die gewünschte Temperatur erreicht ist.

Ihre Lieblingsrezepte im Miele Dampfgarer

Um eigene Rezepte im Dampfgarer zuzubereiten, nutzen Sie bitte die Gartabellen im Anhang dieses Buches. Grundsätzlich gilt:

Bei 100 °C haben die Speisen im Miele Dampfgarer die gleiche Garzeit wie auf der Kochstelle. Damit übertragen Sie Ihre Lieblingsrezepte mühelos und komfortabel. Einfach loslegen und geniessen – im Miele Dampfgarer gelingt Ihnen alles perfekt.

TL = Teelöffel

EL = Esslöffel

g = Gramm

kg = Kilogramm

ml = Milliliter

Msp. = Messerspitze

1 Teelöffel entspricht ungefähr:

– 3 g Backpulver
– 5 g Salz/Zucker/Vanillezucker
– 5 g Mehl
– 5 ml Flüssigkeit

1 Esslöffel entspricht ungefähr:

– 10 g Mehl/Speisestärke/Paniermehl
– 10 g Butter
– 15 g Zucker
– 10 ml Flüssigkeit
– 10 g Senf

Küchen-ABC

Begriff	Erklärung
Ausgelöst	Fisch oder Fleisch, welches sich nicht mehr an Gräte oder Knochen befindet.
Bardieren	Das Umwickeln von Fleisch, Geflügel oder Fisch mit dünnen Speckscheiben, um ein Austrocknen während des Garens zu vermeiden.
Küchenfertig	Lebensmittel, welche bereits geputzt, aber noch nicht zubereitet sind. Zum Beispiel Fleisch, bei dem Fett und Sehnen entfernt sind, Fisch, der entschuppt und ausgenommen ist oder Obst und Gemüse, welches bereits gesäubert und geschält ist.
Pochieren	Garen von Lebensmitteln in heisser, nicht kochender Flüssigkeit.

Beste Ergebnisse erreichen Sie beim Dampfgaren mit dem richtigen Zubehör – Miele bietet Ihnen dazu eine umfangreiche Auswahl an. Jedes Teil ist in Mass und Funktion speziell auf die Miele Geräte abgestimmt und intensiv nach Miele Standard getestet. Alle Produkte erhalten Sie ganz einfach im Miele Webshop, über das Miele Kundentelefon oder im Fachhandel.

Ungelochte Garbehälter

Für die Zubereitung von Speisen in Saucen, Fonds und Wasser, wie zum Beispiel Reis, Suppen oder Eintöpfe, eignen sich besonders unsere ungelochten Garbehälter.

Dabei können Sie zwischen unterschiedlichen Tiefen und Grössen wählen: Die flachen Garbehälter dienen der Zubereitung von kleineren Mengen oder von Speisen, die nicht komplett mit Flüssigkeit bedeckt werden müssen. Die tieferen Garbehälter eignen sich zur Zubereitung grösserer Mengen oder von Lebensmitteln, die komplett mit Flüssigkeit bedeckt sein müssen, zum Beispiel Eintöpfe, Schmorfleisch oder Suppen.

Gelochte Garbehälter

Zum direkten Dampfgaren oder Blanchieren von Lebensmitteln eignen sich die gelochten Garbehälter ideal. Durch die Perforation kann der Dampf das Lebensmittel von allen Seiten erreichen. Deshalb sollten Lebensmittel möglichst flach und nicht überlagernd in den Garbehältern platziert werden.

Miele Pflegeprodukte

Mit einer regelmässigen Reinigung und Pflege werden Sie eine optimale Funktion und Langlebigkeit Ihrer Geräte geniessen können. Die Original Miele Pflegeprodukte sind bestens auf die Geräte abgestimmt. Beziehen Sie diese Produkte einfach über den Miele Webshop, das Miele Kundentelefon oder den Fachhandel.

Entkalkungstabletten

Zum Entkalken von Wasserleitungen und -behältern hat Miele spezielle Entkalkungstabletten entwickelt. Damit entkalken Sie Ihr Gerät nicht nur höchst effektiv, sondern auch besonders materialschonend.

MicroCloth Kit

Fingerabdrücke und leichte Verschmutzungen entfernen Sie mit diesem Set mühelos – es besteht aus einem Universal-, einem Glas- und einem Hochglanztuch. Die höchst strapazierfähigen Tücher aus fein gewebten Mikrofasern haben eine besonders hohe Reinigungsleistung.

Kartoffeln, Reis oder Nudeln sind bei den meisten Gerichten unentbehrliche Beilagen. Selten nur sind sie der geschmackliche Mittelpunkt, und dennoch ist die Wahl der Beilage oft massgeblich für die gesamte Speise. Der Zubereitungsvielfalt sind kaum Grenzen gesetzt. Alle drei Beilagen besitzen einen hohen Nährwert und sind wichtige Bestandteile der vollwertigen Ernährung. Und alle drei vereinen einhellig unterschiedlichste Kulturen, Bräuche und Traditionen an einem Tisch.

Beilagen & Gemüse

Antipastigemüse

Zubereitungszeit:
35–40 Minuten + mindestens 3 Stunden zum Durchziehen
Für 4 Portionen

Für das Gemüse
2 Peperoni (à 200 g), gelb | in Streifen
2 Peperoni (à 200 g), rot | in Streifen
1 Aubergine (à 200 g) | in Scheiben
2 Zucchini (à 200 g) | in Scheiben
500 g Champignons

Für die Marinade
6 EL Olivenöl
4 EL Weinessig
4 EL Weisswein, trocken
1 Knoblauchzehe | gehackt
Salz
Pfeffer
1 Prise Zucker
2 EL Kräuter der Provence | fein gehackt

Zubehör
Garbehälter gelocht

Zubereitung
Paprika, Aubergine, Zucchini und Champignons in einen gelochten Garbehälter geben und garen.

Aus Olivenöl, Weinessig, Weisswein, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Zucker und Kräutern eine Marinade herstellen.

Das Gemüse auf einer Platte anrichten, mit der Marinade übergiessen und mindestens 3 Stunden durchziehen lassen.

Einstellung
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 3–4 Minuten

Apfelrotkohl

Zubereitungszeit:
165 (95) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
125 g Zwiebeln | gewürfelt
50 g Schweinsschmalz
700 g Rotkohl | in Streifen
150 ml Apfelsaft
50 ml Weinessig
1 Lorbeerblatt
3 Nelken
25 g Zucker
Salz
Pfeffer
1 Apfel | gewürfelt
30 g Preiselbeeren
50 ml Rotwein

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Zwiebeln und Schweineschmalz in einen ungelochten Garbehälter geben, abdecken und gemäss Garschritt 1 dünsten.

Rotkohl mit Apfelsaft, Weinessig, Lorbeerblatt, Nelken und Zucker zu den Zwiebeln geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und gemäss Garschritt 2 weiter garen.

Apfel, Preiselbeeren und Rotwein zu den übrigen Zutaten geben und gemäss Garschritt 3 fertig garen.

Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 4 (2) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 60 (30) Minuten

Garschritt 3
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 60 (30) Minuten

Tipp

Anstelle der Preiselbeeren Johannisbeergelee verwenden.

Dim Sum mit Pak-Choi-Füllung

Zubereitungszeit:
75 Minuten
Für 4 Portionen

Für den Teig
200 g Weizenmehl, Type 405
1 Prise Salz
100 ml Wasser

Für die Füllung
800 g Pak Choi
1 Bund Lauchzwiebeln (à 150 g) | in feine Ringe
2 Knoblauchzehen | in feine Scheibchen
20 g Ingwer | gerieben
50 g Cashewkerne, gesalzen | gehackt
4 EL Sojasauce
3 TL Sesamöl, dunkel
2 TL Waldhonig
2 TL Limettensaft
Salz
Pfeffer

Zum Ausrollen
1 EL Weizenmehl, Type 405

Zubehör
2 Garbehälter gelocht
Reibe, fein

Zubereitung
Für den Dim–Sum–Teig Weizenmehl, Salz und Wasser zu einem glatten Teig verkneten, zu einer Kugel formen und zugedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen Pak Choi putzen und 4 grosse Aussenblätter zur Seite legen. Vom übrigen Pak Choi die weissen Rippen entfernen und die Blätter in sehr schmale Streifen schneiden. Pak Choi, Lauchzwiebeln und Knoblauch in einen gelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Ingwer und Cashewkerne nach dem Garen mit dem Gemüse mischen und mit Sojasauce, Sesamöl, Waldhonig, Limettensaft, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Teig in 12 Portionen teilen, die Teigkugeln auf Weizenmehl jeweils sehr dünn, kreisförmig ausrollen und in Form ziehen (Ø etwa 14 cm). Etwa 2 Teelöffel Füllung mittig auf die Teigkreise geben, Teig darüber zusammenschlagen und zu kleinen Beuteln drehen. 2 gelochte Garbehälter mit den übrigen Pak-Choi-Blättern auslegen, 3-4 Dim Sum jeweils auf ein Blatt setzen und gemäss Garschritt 2 dämpfen.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 5 (2) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 35–40 Minuten

Fenchel mit Walnussvinaigrette

Zubereitungszeit:
40 (30) Minuten
Für 4 Portionen

Für den Fenchel
4 Fenchel (à 250 g) | nur die Knolle
150 ml Weisswein, trocken
50 ml Wermut, trocken
100 ml Gemüsebouillon
1 Lorbeerblatt
5 Pfefferkörner

Für die Vinaigrette
50 g Walnüsse
1 Ei, Grösse M
1 Prise Salz
3 EL Olivenöl
2 EL Nussöl
1 EL Balsamicoessig, weiss
1 TL Senf
1 EL Petersilie | gehackt
1 EL Fenchelkraut | gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Fenchel vierteln und den Strunk grosszügig herausschneiden. In einen ungelochten Garbehälter geben.

Aus Weisswein, Wermut und Gemüsebouillon einen Sud bereiten und zum Fenchel geben. Mit Lorbeerblatt und Pfefferkörnern würzen und garen.

Walnüsse in einer Pfanne anrösten und grob hacken. Ei hart kochen und hacken.

Aus allen übrigen Zutaten eine Vinaigrette zubereiten und über den Fenchel geben. Walnüsse und Ei darüberstreuen und warm servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 12–15 (6–8) Minuten

Fenchelgemüse

Zubereitungszeit:
50–55 (45) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
2 Fenchel
2 Karotten | in ½ cm dicke Scheiben
1 Stange Lauch, klein | in 1 cm dicke Ringe
2 Stangen Staudensellerie | in ½ cm dicke Stücke
1 TL Zitronensaft
½ TL Salz
½ TL Zucker
2 Zwiebeln | gewürfelt
2 EL Butter
Pfeffer
150 g Crème double

Zubehör
Garbehälter gelocht
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Fenchel vierteln und den Strunk keilförmig herausschneiden. Das Fenchelkraut fein hacken und zum Garnieren zur Seite stellen.

Karotten, Lauch und Staudensellerie in einen gelochten Garbehälter geben und den Fenchel obenauf legen.

Zitronensaft, Salz und Zucker verrühren und über den Fenchel geben. Den Garbehälter in den Garraum schieben und einen ungelochten Garbehälter darunter stellen, um den Gemüsesud aufzufangen.

In einem Kochtopf Zwiebeln in Butter andünsten und mit 150 ml Gemüsesud auffüllen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Crème double einrühren. Das Fenchelgemüse anrichten und mit Fenchelkraut dekoriert servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 10–12 (5–6) Minuten

Gemüsesoufflé

Zubereitungszeit:
85–90 (75–80) Minuten
Für 4 Portionen

Für die Blumenkohlmasse
500 g Blumenkohl | in Röschen
4 Eier, Grösse M
Salz
Pfeffer
Muskat

Für die Soufflé förmchen
1 EL Butter

Für die Sauce
2 Schalotten | gewürfelt
20 g Butter
20 g Weizenmehl, Type 405
20 ml Weisswein, trocken
100 ml Gemüsefond
100 g Rahm
Pfeffer

Zum Garnieren
1 EL Petersilie | gehackt

Zubehör
Garbehälter gelocht
Stabmixer
4 Soufflé förmchen
Rost

Zubereitung
Blumenkohl in einen gelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Blumenkohl abkühlen lassen und mit einem Stabmixer pürieren. Eier trennen und Eiweiss für später auffangen. Eigelb unter die Blumenkohlmasse rühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Eiweiss mit dem Schwingbesen steif schlagen und unter die Blumenkohlmasse unterheben.

Soufflé förmchen fetten, Masse einfüllen und gemäss Garschritt 2 garen.

In einem Kochtopf Schalotten in Butter andünsten. Weizenmehl dazugeben und mit Weisswein ablöschen.

Mit Gemüsefond glatt rühren, Rahm unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gemüsesoufflé auf einem Teller anrichten, mit der Sauce umgiessen und mit Petersilie garnieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 14 (6) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 90 °C
Garzeit: 15–18 Minuten

Tipps
– Anstelle des Blumenkohls Broccoli oder Karotten verwenden.
– Als Ersatz für Soufflé förmchen Tassen verwenden.

Gnocchi

Zubereitungszeit:
70 (55) Minuten
Für 4 Portionen

Für die Gnocchi
600 g Kartoffeln, mehligkochend, klein
50 g Weizenmehl, Type 405
50 g Hartweizengriess
1 Ei, Grösse M | nur das Eigelb
1 TL Salz
½ Bund Basilikum (à 15 g) | Blätter fein gehackt
½ Bund Petersilie, glatt (à 30 g) | fein gehackt
5 Zweige Oregano | Blätter fein gehackt
50 g Tomaten, getrocknet, in Öl eingelegt | püriert
1 TL Tomatenmark
30 g Weizenmehl, Type 405

Zum Bearbeiten
1 EL Weizenmehl, Type 405

Für die Form
1 EL Butter

Für die Salbeibutter
50 g Butter
20 Salbeiblättchen
Salz

Zubehör
Garbehälter gelocht
Kartoffelpresse
Sieb

Zubereitung
Kartoffeln waschen und im gelochten Garbehälter gemäss Garschritt 1 weich dämpfen.

Kartoffeln kurz abkühlen lassen, pellen und noch heiss durch eine Kartoffelpresse drücken. Mit Weizenmehl, Hartweizengriess, Eigelb und Salz zu einem Teig verkneten. Teig halbieren, eine Hälfte mit Kräutern verkneten, die zweite mit getrockneten Tomaten und Tomatenmark. In jeder Teighälfte Weizenmehl mit unterkneten.

Teighälften auf Weizenmehl zu je einer Rolle (etwa 60 cm lang) formen und in je 30 Gnocchi schneiden. Mit einer leicht bemehlten Gabel auf einer Schnittseite etwas flach drücken.

Gelochten Garbehälter fetten und gemäss Garschritt 2 garen.

Butter in einer Pfanne schmelzen. Salbeiblättchen darin kurz anrösten, leicht salzen.

Salbeibutter zu den Gnocchi servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 28 (15) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 10 Minuten

Hummus

Zubereitungszeit:
65 (30) Minuten + 12 Stunden zum Einweichen
Für 4 Portionen

Zutaten
200 g Kichererbsen, getrocknet
2 Knoblauchzehen | geschält
½ TL Kreuzkümmel, gemahlen
3 EL Zitronensaft
4 EL Sesammus (Tahin)
¼ TL Paprikapulver, rosenscharf
1 TL Salz
Pfeffer
1 EL Olivenöl

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Sieb
Stabmixer

Zubereitung
Kichererbsen verlesen und mit reichlich kaltem Wasser bedeckt über Nacht einweichen.

Kichererbsen und Einweichwasser in einen ungelochten Garbehälter geben, sodass die Kichererbsen mit Wasser bedeckt sind. Knoblauchzehen hinzufügen, mit Kreuzkümmel würzen und garen.

Kichererbsen auf einem Sieb abgiessen, 125 ml Garflüssigkeit auffangen und beides abkühlen lassen.

Kichererbsen mit Garflüssigkeit, Zitronensaft und Tahin mit einem Stabmixer pürieren. So viel Garflüssigkeit dazu geben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Mit Paprikapulver, Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzig abschmecken.

Mit Olivenöl beträufeln und servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 50 (15) Minuten

Tipp
Noch feiner wird das Hummus, wenn man das äussere helle Häutchen der Kichererbse vor dem Pürieren abzieht.

Kartoffelauflauf mit Speck

Zubereitungszeit:
50 Minuten
Für 4 Portionen

Für den Frühstücksspeck mit Zwiebeln
100 g Frühstücksspeck | in Streifen
1 Zwiebel | in Streifen
2 Knoblauchzehen | in Scheiben

Für den Kartoffelauflauf
500 g Kartoffeln, festkochend | in ½ cm dicke Scheiben
1 Peperoni, rot | in dünne Streifen
1 Peperoni, grün | in dünne Streifen
1 Zweig Rosmarin | nur die Nadeln, gezupft und fein gehackt
6 Eier, Grösse L
Salz
Pfeffer

Für die Form
1 EL Butter

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Frühstücksspeck in einer beschichteten Pfanne mit Zwiebeln knusprig braten und am Ende Knoblauch zugeben. Pfanne zur Seite stellen.

Ungelochten Garbehälter fetten. Kartoffeln und Frühstücksspeck mit Zwiebeln inklusive Bratfett hinein geben, verteilen und gemäss Garschritt 1 garen.

Rosmarin mit Eiern, Salz und Pfeffer verquirlen und mit Paprika zu der Kartoffelmasse geben. Garbehälter abdecken und gemäss Garschritt 2 stocken lassen.

Auflauf heiss oder kalt in Stücke geschnitten servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 5 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 25 Minuten

Kartoffelklösse

Zubereitungszeit:
105–110 Minuten
Für 4 Portionen

Für die Kartoffelklösse
1 kg Kartoffeln, mehligkochend
2 Eier, Grösse M
Salz
Muskat
50 g Weizenmehl, Type 405
50 g Kartoffelstärke

Für die Form
1 EL Butter

Zubehör
Garbehälter gelocht
Kartoffelpresse

Zubereitung
Kartoffeln waschen und in einem gelochten Garbehälter gemäss Garschritt 1 garen.

Kartoffeln noch heiss pellen und direkt durch die Kartoffelpresse drücken.

Eier zu dem Kartoffelteig geben und mit Salz und Muskat würzen. Weizenmehl und Kartoffelstärke unterrühren.

Aus dem Teig eine Rolle formen, in 12 Stücke teilen und zu Klössen formen.

Gelochten Garbehälter fetten, Klösse hineinsetzen und gemäss Garschritt 2 garen.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 28–34 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 15–18 Minuten

Kartoffelpüree

Zubereitungszeit:
40–45 (30–35) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
1 kg Kartoffeln, mehligkochend | geschält und geviertelt
250 g Rahm
100 ml Gemüsebouillon
20 g Butter
Salz
Pfeffer

Zum Garnieren
1 EL Petersilie | fein gehackt

Zubehör
Garbehälter gelocht
Garbehälter ungelocht
Kartoffelpresse

Zubereitung
Kartoffeln in einen gelochten Garbehälter geben. Rahm und Gemüsebouillon in einen ungelochten Garbehälter unter die Kartoffeln schieben und garen.

Kartoffeln durch die Kartoffelpresse geben und mit der Flüssigkeit aus Rahm und Gemüsebouillon glatt rühren. Butter unterheben und das Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Petersilie darüberstreuen und servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 15–17 (5–6) Minuten

Tipp

Anstelle der Flüssigkeit 25 g getrocknete, eingeweichte Steinpilze mit der Einweichflüssigkeit mitgaren. Anschliessend Pilze fein hacken und unter das Püree heben.

Kartoffelsoufflé

Zubereitungszeit:
80–85 (75–80) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
300 g Kartoffeln, mehligkochend | gewürfelt
3 Eier, Grösse M
30 g Kerbel | grob gehackt
150 g Schmand
100 g Erbsen, tiefgekühlt
Salz
Pfeffer
Muskat
50 g Parmesankäse, gerieben

Für die Form
1 EL Butter
1 EL Speisestärke

Zubehör
Garbehälter gelocht
Kartoffelpresse
4 Souffléförmchen

Zubereitung
Kartoffeln im gelochten Garbehälter gemäss Garschritt 1 garen.

Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken.

Eier trennen, das Eiweiss für später auffangen. Eigelb, Kerbel, Schmand und Erbsen verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Eiweiss steif schlagen und unterheben.

Souffléförmchen fetten, mit Speisestärke bestreuen und die Masse einfüllen. Parmesankäse darüberstreuen.

Souffléförmchen in den Garbehälter stellen und gemäss Garschritt 2 garen.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 9–10 (4–5) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 90 °C
Garzeit: 30–35 Minuten

Tipp

Als Ersatz für Souffléförmchen Tassen verwenden.

Kürbisrisotto

Zubereitungszeit:
30 Minuten
Für 6 Portionen

Zutaten
300 g Risottoreis
60 g Butter
2 Knoblauchzehen | fein gewürfelt
1 Zwiebel, klein | fein gewürfelt
70 ml Weisswein
625 ml Hühnerbouillon
500 g Kürbisfleisch | in 1 cm grosse Würfel
85 g Parmaschinken (Prosciutto) | fein gehackt
1 Zitrone | nur die Schale
20 g Oregano, frisch | fein gehackt
75 g Spinatblätter, frisch
50 g Parmesan, gerieben
70 g Mascarpone
Salz
Pfeffer

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Risottoreis, Butter, Knoblauch, Zwiebel, Weisswein, Hühnerbouillon, Kürbis, Parmaschinken und Zitronenschale in einen ungelochten Garbehälter geben. Automatikprogramm starten oder gemäss Garschritt 1 der manuellen Einstellungen garen.

Spinat, Parmesan und Mascarpone unter den Risottoreis heben.

Automatikprogramm:
Gemäss Automatikprogramm fertig garen.

Manuell:
Gemäss Garschritt 2 fertig garen.

Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Einstellung
Automatikprogramm
Reis | Rundkornreis | Kürbisrisotto
Programmdauer: 20 Minuten

Manuell
Garschritt 1
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 19 Minuten

Garschritt 2
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 1 Minuten

Linsensalat

Zubereitungszeit:
25 Minuten
Für 6 Portionen

Für den Salat
1 Zwiebel | gehackt
180 g Karotten | in schmale 5 cm lange Streifen
50 g Aprikosen, getrocknet | zerkleinert
200 g Linsen, rot
1 Kardamomkapsel
1 Lorbeerblatt
1 Zimtstange
2–3 Msp. Koriander, gemahlen
Salz
Pfeffer
300 ml Gemüsebouillon

Für das Dressing
150 g Naturjoghurt, 3,5 % Fett
2 TL Olivenöl
1 TL Limettensaft
Pfeffer
2 TL Honig
½ Kopf Pflücksalat (à 350 g) | in feine Streifen

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Zwiebeln, Karotten und Aprikosen mit Linsen in einem ungelochten Garbehälter mischen. Gewürze zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen, Gemüsebouillon darüber giessen und dämpfen.

Naturjoghurt mit Olivenöl und Limettensaft verrühren und mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken.

Linsensalat leicht abkühlen lassen, Kardamomkapsel, Lorbeerblatt und Zimtrinde entfernen.

Pflücksalat unterheben und noch warm mit Dressing beträufelt servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 10–12 Minuten

Karotten mit glasierten Schalotten

Zubereitungszeit:
25 Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
500 g Karotten | in Scheiben
4 Schalotten | geschält und halbiert
2 EL Butter
Salz
Pfeffer
1 EL Petersilie | gehackt

Zubehör
Garbehälter gelocht
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Karotten in einen gelochten Garbehälter geben.

Schalotten mit der Butter in einen ungelochten Garbehälter geben und abdecken. Beide Garbehälter gleichzeitig garen.

Karotten zu den Schalotten geben, mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit Petersilie bestreut servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 6 (3) Minuten

Pilaw

Zubereitungszeit:
35 (20) Minuten
Für 6 Portionen

Zutaten
4 Schalotten | fein gewürfelt
2 Knoblauchzehen | gehackt
200 g Karotten | in feine Scheiben
1 Chilischote, rot | in Ringe
3 Kardamomkapseln
1 Lorbeerblatt
250 g Bulgur
Salz
600 ml Gemüsebouillon
3 EL Butter
2 EL Petersilie, glatt | gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Schalotten, Knoblauch, Karotten und Chilischote in einen ungelochten Garbehälter geben.

Kardamomkapseln leicht andrücken, mit Lorbeerblatt und Bulgur zu den anderen Zutaten in den Garbehälter geben, Gemüsebouillon darüber giessen und garen.

Gewürze aus dem Pilaw entfernen, mit einer Gabel auflockern.

Butter und Petersilie unterheben und heiss servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 20 (6) Minuten

Pilzhefeklösse mit Kürbissauce

Zubereitungszeit:
60 Minuten
Für 4 Portionen

Für die Klösse
20 g Hefe, frisch
150 ml Milch, 3,5% Fett | lauwarm
300 g Weizenmehl, Type 405
1 Prise Zucker
1 TL Salz
1 Ei, Grösse M | nur das Eigelb
30 g Butter | weich

Für die Pilzmasse
400 g Champignons | klein geschnitten
2 EL Butter
1 Zwiebel, klein | gehackt
Salz
Pfeffer
Muskat
15 g Petersilie | gehackt

Für die Kürbissauce
1 Hokkaidokürbis (à 1 kg)
1 Zwiebel, klein | gehackt
150 ml Apfelsaft
150 ml Gemüsebouillon
250 ml Garflüssigkeit

Zum Bearbeiten
2 EL Weizenmehl, Type 405

Für die Form
1 EL Butter

Zum Verfeinern
100 g Crème fraîche

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Garbehälter gelocht
Sieb, fein
Stabmixer

Zubereitung
Weizenmehl in eine Schüssel sieben, Butter und Salz hinzugeben. Hefe in Milch auflösen und hinzufügen. Zucker, Eigelb und Butter hinzugeben und in etwa 7 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Teig zu einer Kugel formen. In einer offenen Schüssel in den Garraum geben und gemäss Garschritt 1 gehen lassen.

Für die Pilzmasse Champignons portionsweise in heisser Butter andünsten bis die Flüssigkeit vollständig verdampft ist. Bei der letzten Portion Zwiebel mit andünsten, mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen, zwei Drittel der Petersilie unterheben und abkühlen lassen.

Kürbis schälen, halbieren und Kerne sowie faseriges Innere entfernen. Fruchtfleisch würfeln und mit Zwiebel, Apfelsaft und Gemüsebouillon in einen ungelochten Garbehälter geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Garbehälter in den oberen Teil des Garraums schieben.

Arbeitsfläche mit Mehl ausstreuen. Hefeteig in 8 Portionen teilen und zu Kugeln formen. Kugeln flach drücken und zu Teigflächen mit einem Durchmesser von 13 cm ausrollen. 1 gehäuften EL Pilzmasse auf jede Teigfläche geben und zur Kugel formen. Zugedeckt nochmals 15 Minuten gehen lassen.

Gelochten Garbehälter fetten und Kugeln hineinsetzen. Garbehälter unter den Garbehälter mit dem Kürbisgemüse in den Garraum schieben und gemäss Garschritt 2 garen.

Kürbis abtropfen lassen, dabei Flüssigkeit auffangen. Kürbis mit Garflüssigkeit im Garbehälter mit dem Stabmixer fein pürieren und mit Crème fraîche verfeinern. Abschmecken und nach Bedarf mehr Garflüssigkeit unterrühren.

Kürbissauce zu den Pilzhefeklössen servieren, mit restlichen Pilzen und Petersilie garnieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 40 °C
Garzeit: 20 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 20 Minuten

Polenta Schweizer Art

Zubereitungszeit:
15-35 Minuten
Für 1 Porzellanform, 2 Liter Fassungsvermögen

Zutaten
500 ml Geflügelfond
500 ml Milch, 3,5 % Fett
2 TL Salz
1 Msp. Pfeffer
20 g Butter
250 g Polenta (fein, mittel, grob)

Zubehör
Porzellanform, 2 Liter
Rost

Zubereitung
Geflügelfond, Milch, Salz, Pfeffer und Butter in die Porzellanform füllen. Porzellanform auf dem Rost in den Garraum geben. Automatikprogramm starten oder gemäss Garschritt 1 der manuellen Einstellungen garen.

Automatikprogramm:
Gemäss Programmablauf Polenta in die Flüssigkeit einrühren und gemäss Programmablauf umrühren.

Manuell:
Polenta unter Rühren in die Flüssigkeit einrieseln lassen und gemäss Garschritt 2 weiter garen.

Nach der Hälfte der Garzeit umrühren und fertig garen.

Anschliessend Polenta nochmals gut umrühren.

Einstellung
Automatikprogramm
Getreide | Polenta Schweizer Art | Polenta fein / mittel / grob /
Programmdauer je nach gewählter Polentasorte:
7 / 23 / 29 Minuten (fein / mittel / grob)

Manuell
Garschritt 1
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 3 Minuten

Garschritt 2
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit:
Polenta fein: 4 Minuten
Polenta mittel: 20 Minuten
Polenta grob: 26 Minuten

Tipp
Statt Geflügelfond Wasser verwenden.

Schafskäse im Zucchinimantel

Zubereitungszeit:
35–40 Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
1 Zucchini (à 200 g)
200 g Schafskäse
Salz
Pfeffer
1 EL Olivenöl

Zubehör
Garbehälter gelocht

Zubereitung
Zucchini längs in dünne Scheiben schneiden und in einen gelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Schafskäse in 2 cm breite Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zucchini aus dem Garbehälter entnehmen. Schafskäse mit den Zucchini umwickeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Olivenöl beträufeln und in einem gelochten Garbehälter in den Garraum geben und gemäss Garschritt 2 garen.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 1 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 3 Minuten

Schmorgurken

Zubereitungszeit:
55–60 (50–55) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
2 Zwiebeln | gewürfelt
200 g Speck, mager | gewürfelt
6 Schmorgurken (à 500 g)
400 g Schmand
1 EL Dill | gehackt
1 Prise Zucker
Salz
Pfeffer

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Zwiebeln und Speck in einen ungelochten Garbehälter geben, abdecken und gemäss Garschritt 1 dünsten.

Schmorgurken schälen, halbieren, mit einem Löffel die Kerne herausnehmen und Schmorgurken in dünne Scheiben schneiden. Schmorgurken und Schmand zu Speck und Zwiebeln geben.

Mit Dill, Zucker, Salz und Pfeffer würzen und gemäss Garschritt 2 garen.

Nach dem Garen nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 4 (2) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 15–20 Minuten

Tipp

Anstelle der Schmorgurken Salatgurken verwenden.

Semmelknödel

Zubereitungszeit:
110–115 Minuten
Für 4 Portionen

Für die Semmelknödel
8 Brötchen | in ½ cm grosse Würfel
500 ml Milch, 3,5 % Fett
1 Zwiebel | gewürfelt
20 g Butter
2 Eier, Grösse M
1 EL Petersilie | gehackt

Zum Einfetten
Butter

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Garbehälter gelocht

Zubereitung
Milch in einem ungelochten Garbehälter gemäss Garschritt 1 erwärmen.

Milch über die Brötchen geben und eine halbe Stunde ziehen lassen.

Zwiebel mit Butter in einen ungelochten Garbehälter geben, mit Aluminiumfolie abdecken und gemäss Garschritt 2 dünsten.

Gedünstete Zwiebel, Eier und Petersilie zu den Brötchen geben und vermischen.

Aus dem Teig mit angefeuchteten Händen 12 Semmelknödel formen, gelochten Garbehälter fetten, Semmelknödel hineinsetzen und gemäss Garschritt 3 garen.

Einstellung
Garschritt 1
95 °C; 2–3 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 4 (2) Minuten

Garschritt 3
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 15–18 Minuten

Tomaten griechisch

Zubereitungszeit:
25-30 Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
4 Tomaten | quer halbiert
2 Knoblauchzehen | fein gehackt
Salz
Pfeffer
4 Stängel Basilikum | fein gehackt
100 g Schafskäse | klein gewürfelt

Zubehör
Garbehälter gelocht

Zubereitung
Tomaten mit der Schnittfläche nach oben in einen gelochten Garbehälter setzen.

Knoblauch auf die Schnittfläche der Tomaten streichen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Basilikum auf die Tomatenhälften verteilen.

Schafskäse auf die Tomaten legen und garen.

Einstellung
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 3–4 Minuten

Zucchinischiffchen gefüllt

Zubereitungszeit:
40 Minuten
Für 4 Portionen

Für die Füllung
1 Zwiebel, rot | gehackt
1 Knoblauchzehe | gehackt
½ Spitzpeperoni (à 80 g), rot | klein gewürfelt
40 g Oliven, schwarz ohne Stein | gehackt
75 g Oliven, grün ohne Stein | gehackt
150 g Feta | zerbröselt
6 Thymianzweige | Blättchen abgezupft
100 g Schmand
Pfeffer
2 TL Zitronensaft

Für die Zucchini
4 Zucchini (à 320 g)
Salz

Zum Garnieren
1 EL Petersilie | gehackt
2 Thymianzweige | Blättchen abgezupft

Zubehör
Garbehälter gelocht

Zubereitung
Zwiebel, Knoblauch, Spitzpeperoni, Oliven, Feta und Thymian mit Schmand vermischen. Mit Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Zucchini ungeschält längs halbieren und mit einem kleinen Löffel aushöhlen. Zucchinischiffchen innen leicht salzen, Fetamasse einfüllen, in den gelochten Garbehälter setzen und garen.

Mit Petersilie und Thymian garnieren und servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 10–12 Minuten

Tipp

Anstelle der Zucchini Spitzpeperoni verwenden.

Fisch

Fischmahlzeiten sind ein Balsam für Körper und Seele: Seefisch trägt mit einem reichen Gehalt an Jod, Vitaminen und hochwertigen Eiweissen sowie gesundheitsfördernden Omega-3-Fettsäuren zur körperlichen Fitness bei und verbessert auch Konzentrationsfähigkeit, Merkvermögen und Gemütsverfassung. Als kalorienarme Kost, vielseitig und raffiniert, erfahren Fischgerichte Komplimente von allen Seiten. Bei so viel Genuss freut es zu hören, dass die deutsche Gesellschaft für Ernährung zwei Fischmahlzeiten pro Woche empfiehlt.

Dorade mit Gemüse

Zubereitungszeit:
50 Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
1 Orange, unbehandelt
2 Knoblauchzehen | zerdrückt
1 Bund Basilikum (à 30 g) | fein gehackt
3 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer
250 g Zucchini | in 5 cm lange, dünne Stifte
250 g Staudensellerie | in 5 cm lange, dünne Stifte
400 g Karotten | in 5 cm lange, dünne Stifte
4 Doraden (à 450 g), küchenfertig

Zubehör
2 Garbehälter gelocht

Zubereitung
Orange heiss waschen, trocknen, Schale fein abreiben und Saft auspressen. Knoblauch mit Basilikum, Orangenschale, 3–4 EL Orangensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren.

Zucchini, Staudensellerie und Karotten in 2 gelochte Garbehälter verteilen, leicht salzen und pfeffern.

Jeweils 1 EL Basilikumsauce in den Bauch der Dorade träufeln und aussen mit Salz würzen. Doraden auf das Gemüse legen und garen.

Doraden und Gemüse mit übriger Basilikumsauce servieren.

Einstellung
Temperatur: 90 °C
Garzeit: 25–30 Minuten

Fischcurry mit Pfirsich

Zubereitungszeit:
50–55 Minuten
Für 4 Portionen

Für den Fisch
400 g Wels, küchenfertig | gewürfelt
3 EL Sojasauce
1 EL Limettensaft
Salz
Pfeffer

Für das Curry
10 g Ingwer | fein gerieben
1 Knoblauchzehe | fein gehackt
1 Chilischote | entkernt und fein geschnitten
2 EL Kokosraspel
200 ml Kokosmilch
2 EL Curry
1 Bund Lauchzwiebeln (à 150 g) | in feine Ringe
2 Pfirsiche, reif | enthäutet | gewürfelt

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Wels mit Sojasauce, Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Alle Zutaten, ausser Lauchzwiebeln und Pfirsiche, in einen ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Lauchzwiebeln und Pfirsiche zu den restlichen Zutaten geben und alles zusammen gemäss Garschritt 2 garen.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 10 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 5 Minuten

Forelle im Weissweinsud

Zubereitungszeit:
35–40 Minuten
Für 4 Portionen

4 Forellen, ganz (à 250 g), küchenfertig
450 ml Weisswein, trocken
150 ml Balsamicoessig, weiss
150 ml Wasser
1 Zitrone, ungespritzt | die Schale
120 g Karotten | in Scheiben
Salz
Pfeffer
4 Zweige Petersilie
4 Zweige Thymian
1 TL Pfefferkörner, schwarz
7 Nelken

Zum Garnieren
75 g Butter
1 Zitrone, unbehandelt | in Scheiben

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Forellen in einen ungelochten Garbehälter geben, Weisswein, Balsamicoessig, Wasser, Zitroneschalen, Karotten, Kräuter und Gewürze über die Forellen verteilen und garen.

Nach dem Garen Butter in 6 EL Sud erhitzen, über die Forellen geben und mit Zitronenscheiben garnieren.

Einstellung
Temperatur: 90 °C
Garzeit: 12–15 Minuten

Lachs mit Lauch und Weissweinsauce

Zubereitungszeit:
45 (40) Minuten
Für 4 Portionen

Für den Lachs mit Lauch
2 Stangen Lauch (à 200 g) | in dünne Ringe
2 Schalotten
1 EL Butter
500 g Lachsfilet, küchenfertig
Salz
Pfeffer

Für die Weissweinsauce
125 ml Weisswein, trocken
4 EL Fischsud
30 g Butter | kalt

Zum Garnieren
1 EL Dill | gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Lauch und Schalotten mit Butter in einen ungelochten Garbehälter geben, abdecken und gemäss Garschritt 1 garen.

Lachsfilet in 4 Portionen schneiden und auf den Lauch und die Schalotten legen. Mit Salz und Pfeffer würzen und gemäss Garschritt 2 garen.

Weisswein mit Fischsud in einem Kochtopf erhitzen, Butter in Flocken unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen und zum Lachsfilet mit Lauch geben.

Mit Dill garnieren und servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 4 (2) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 6 Minuten

Muscheln in Sauce

Zubereitungszeit:
40 Minuten
Für 4 Portionen

Für die Sauce
2 Schalotten | fein gewürfelt
3 Knoblauchzehen | fein gewürfelt
1 Tomate, gross | fein gewürfelt
125 ml Weisswein
350 ml Tomaten, passiert
180 g Frühstücksspeck | in Streifen
1 Prise Safran
1 Spritzer Tabasco
1 Zitrone | ein grosser Schnitz
3 Stängel Petersilie
6 Zweige Thymian

Für die Muscheln
700 g Muscheln, küchenfertig
Salz
Pfefferkörner schwarz | frisch gemahlen

Zum Garnieren
2 EL Petersilie | gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Küchengarn

Zubereitung
Schalotten, Knoblauch, Tomate, Weisswein, passierte Tomaten, Frühstücksspeck, Safran, Tabasco und Zitronenschnitz in einen ungelochten Garbehälter geben.

Petersilie und Thymian zusammenbinden und dazu geben und den Garbehälter abdecken. Automatikprogramm starten oder gemäss Garschritt 1 der manuellen Einstellungen garen.

Automatikprogramm:
Gemäss Programmablauf Muscheln zur Sauce geben und offen weiter garen.

Manuell:
Gemäss Garschritt 2 Muscheln zur Sauce geben und offen weiter garen.

Die Kräuter entnehmen, die Zitrone auspressen, mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Mit Petersilie garniert servieren.

Einstellung
Automatikprogramm
Muscheln | Muscheln in Sauce
Programmdauer: 30 Minuten

Manuell
Garschritt 1
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 25 Minuten

Garschritt 2
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 5 Minuten

Seeteufel mit Steinpilzsauce

Zubereitungszeit:
45 (40) Minuten + 12 Stunden zum Einweichen
Für 4 Portionen

Zutaten
30 g Steinpilze, getrocknet
100 g Schalotten | gewürfelt
20 g Butter
4 Seeteufelfilets (à 150 g) | gehäutet
1 Zitrone | nur den Saft
150 ml Gemüsebouillon
2 EL Weisswein, trocken
150 g Schmand
50 g Rahm
Salz
Pfeffer

Zubehör
2 Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Steinpilze über Nacht einweichen, anschliessend abtropfen lassen und klein schneiden.

Schalotten mit Butter in einen ungelochten Garbehälter geben, abdecken und gemäss Garschritt 1 dünsten.

Steinpilze dazugeben und 2 Minuten ziehen lassen.

Seeteufel mit Zitronensaft säuern. Mit Gemüsebouillon und Weisswein in einen weiteren ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 2 garen. Seeteufel warm stellen.

Auf der Kochzone aus Sud, Schalotten, Schmand und Rahm eine Sauce bereiten. Mit Salz und Pfeffer würzen und über den Seeteufel geben.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 4 (2) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 90 °C
Garzeit: 8–10 Minuten

Thunfisch auf Tomatenreis

Zubereitungszeit:
55 (105) Minuten + 4 Stunden zum Marinieren
Für 4 Portionen

Für die Marinade
1 Bund Zitronenthymian (à 30 g)
2 Knoblauchzehen
2 Schalotten
80 ml Olivenöl
5 Pfefferkörner, schwarz

Für den Thunfisch
4 Thunfischsteaks (à 125 g), küchenfertig

Für den Tomatenreis
500 g Tomaten
200 g Langkornreis
1 TL Senfkörner
250 ml Gemüsefond
1 EL Tomatenmark
Salz
Pfeffer
100 g Erbsen, tiefgekühlt

Zum Garnieren
5 Stängel Basilikum | gehackt

Zubehör
Garbehälter gelocht
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Blättchen von Zitronenthymian abzupfen. Einige Blättchen zum Garnieren zur Seite stellen. Knoblauch und Schalotten schälen, zusammen mit Zitronenthymian fein hacken und mit Olivenöl und Pfefferkörnern verrühren.

Thunfisch in die Marinade geben und zugedeckt 4 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Tomaten über Kreuz einritzen, in einen gelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 dämpfen.

Tomaten kurz abkühlen lassen, häuten und würfeln.

Langkornreis, Senfkörner und Gemüsefond mit Tomatenmark in einen ungelochten Garbehälter geben, mit Salz und Pfeffer würzen und gemäss Garschritt 2 garen.

Tomaten und Erbsen unter den Langkornreis heben, Thunfisch darauf legen, leicht salzen, alles mit der Marinade beträufeln und gemäss Garschritt 3 garen.

Zitronenthymian und Basilikum darüber streuen und servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 95 °C
Garzeit: 1 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 12 (6) Minuten

Garschritt 3
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 10 Minuten

Fleisch

Fleischgerichte aus dem Miele Dampfgarer sind besonders zart, saftig und delikat, dazu gelingsicher. Die Nährstoffe – hochwertiges Eiweiss, Vitamine und Mineralstoffe im Geflügel, B-Vitamine im Schweinefleisch und der hohe Eisenanteil beim Rind – bleiben weitgehend erhalten. Beim Dampfgaren von Fleisch entsteht ein Extrakt aus Fleisch und Fett, der sich hervorragend als Saucenfond eignet. Ist eine Bräunung erwünscht, müssen die Fleischstücke auf der Kochstelle angebraten und mit Dampf zu Ende gegart werden.

Hackfleischtätschli mit Chinakohl

Zubereitungszeit:
40 Minuten
Für 4 Portionen

Für die Hackfleischtätschli
15 g Ingwerwurzel | zerdrückt
2 Knoblauchzehen | zerdrückt
750 g Hackfleisch, vom Schwein
1 TL Chinesisches 5-Gewürze-Pulver
½ TL Zimt, gemahlen
2 EL Sojasauce
Salz

Für den Chinakohl
100 g Karotten | in feine Stifte
1 Chinakohl (à 750 g) | in Blätter geteilt
200 g Chinesische Eiernudeln (Ei-
er Mie Nudeln)

Zubehör
Garbehälter gelocht
Garbehälter ungelocht
Sieb

Zubereitung
Ingwer und Knoblauch mit Hackfleisch, Chinesisches 5-Gewürze-Pulver, Zimt und Sojasauce verkneten, mit Salz würzen und daraus 32 Tätschli formen.

Karotten und Chinakohl in einem gelochten Garbehälter verteilen, Hackfleischtätschli darauf geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Chinesische Eiernudeln mit Salz in einen ungelochten Garbehälter geben. Soviel Wasser angiessen, dass die Chinesische Eiernudeln bedeckt sind. Zu den Hackfleischtätschli in den Garraum geben und gemäss Garschritt 2 garen.

Chinesische Eiernudeln auf einem Sieb abtropfen lassen. Mit Chinakohl, Karotten und Hackfleischtätschli in Schalen anrichten und servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 6–7 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 6–7 Minuten

Pouletbrustfilet mit getrockneten Tomaten

Zubereitungszeit:
35–40 Minuten
Für 4 Portionen

Für die Pouletbrustfilets
4 Pouletbrustfilets (à 150 g), küchenfertig
Salz

Für die Frischkäsefüllung
75 g Frischkäse, Doppelrahmstufe
30 g Crème fraîche
15 g Basilikum
15 g Oregano
Salz
Pfeffer
Koriander
50 g Tomaten, getrocknet, in Öl eingelegt

Zubehör
Sieb
Garbehälter gelocht
4 Holzspiesse

Zubereitung
Bei den Pouletbrustfilets seitlich eine Tasche einschneiden und salzen.

Frischkäse, Crème fraîche, Basilikum und Oregano verrühren und mit Salz, Pfeffer und Koriander würzen.

Die Tomaten in einem Sieb gut abtropfen lassen, fein schneiden und unter die Frischkäsefüllung rühren.

Frischkäsefüllung in die Pouletbrustfilets füllen und bei Bedarf mit einem Holzspiess schliessen.

In einen gelochten Garbehälter geben und garen.

Einstellung
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 8 Minuten

Pouletgeschnetzeltes mit Peperoni

Zubereitungszeit:
55–60 Minuten + 15 Minuten zum Marinieren
Für 4 Portionen

Für das Pouletgeschnetzeltes
3 Pouletbrustfilets (à 150 g), küchenfertig
2 Peperoni, rot | in schmale Streifen

Für die Marinade
3 EL Öl
2 TL Paprikapulver, rosenscharf
3 TL Curry

Für die Sauce
100 g Rahm
100 g Crème fraîche
Salz
Pfeffer
Curry

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Pouletbrustfilets in 1 cm breite Streifen schneiden. Peperoni mit dem Fleisch in einen ungelochten Garbehälter geben.

Aus Öl, Paprikapulver und Curry eine Marinade herstellen und das Fleisch 15 Minuten darin ziehen lassen.

Rahm und Crème fraîche verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Über das Fleisch und Gemüse giessen und garen.

Nach dem Garen erneut mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken.

Einstellung
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 12–14 Minuten

Kalbsfilet mit Kräutern

Zubereitungszeit:
55 (35) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
600 g Kalbsfilet, küchenfertig
Salz
Zitronenpfeffer
½ Bund Petersilie (à 30 g)
½ Bund Kerbel (à 15 g)
½ Bund Basilikum (à 15 g)
½ Bund Estragon (à 15 g)
2 TL Kapern
100 ml Weisswein, trocken
100 ml Gemüsebouillon
¼ Zitrone, unbehandelt | nur die Schale | gerieben
100 g Rahm
1 EL Wasser
1 EL Speisestärke

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Reibe fein
Sieb

Zubereitung
Kalbsfilet mit Salz und Zitronenpfeffer einreiben und in einen ungelochten Garbehälter legen.

Kräuter waschen, trockentupfen, Blättchen abzupfen und zur Seite stellen. Die Stängel der Kräuter mit Kapern zum Kalbsfilet geben, Weisswein und Gemüsebouillon angiessen und garen.

Inzwischen Kräuterblättchen fein hacken und mit der Zitronenschale mischen.

Nach dem Garen Kalbsfilet herausnehmen und warm stellen. Den entstandenen Sud durch ein Sieb in einen Kochtopf giessen, Rahm zufügen und aufkochen. Etwa 5 Minuten köcheln lassen, dann abschmecken. Speisestärke mit Wasser anrühren und Sauce nach Bedarf leicht andicken.

Kalbsfilet in Kräutern mit Zitronenschale wenden.

Das Kalbsfilet aufschneiden und mit der Sauce servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 25–30 (15) Minuten

Kohlrouladen

Zubereitungszeit:
85 Minuten
Für 4 Portionen

Für den Weisskabis
1 Weisskabis (à 1,2 kg)

Für die Füllung
2 Brötchen
1 Zwiebel | fein gewürfelt
30 g Bratbutter
450 g Hackfleisch, halb Rind, halb Schwein
1 Ei, Grösse M
2 Knoblauchzehen | fein gehackt
Salz
Pfeffer
Majoran
2 TL Petersilie | gehackt

Für das Gemüse
4 Schalotten | fein gewürfelt
2 Knoblauchzehen | fein gehackt
2 Peperoni (à 175 g), gelb | grob gewürfelt
2 Peperoni (à 175 g), rot | grob gewürfelt
100 g sauren Rahm
1 Zitrone | nur der Saft

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Stabmixer

Zubereitung
Weisskabis vom Strunk befreien und im ungelochten Garbehälter gemäss Einstellung blanchieren.

Äussere Blätter ablösen und auf der Arbeitsfläche auslegen.

Für die Füllung Brötchen in etwas Wasser aufweichen, gut ausdrücken und passieren.

Zwiebel in Bratbutter anbraten.

Hackfleisch, Brötchenmasse, Ei, Knoblauch, Gewürze, Petersilie und Zwiebel gut vermischen.

Weisskabisblätter flach drücken und Füllung darauf verteilen. Weisskabisblätter seitlich einschlagen und aufrollen.

Schalotten, Knoblauch und Peperoni in einen ungelochten Garbehälter geben, Kohlrouladen mit dem Verschluss nach unten auf das Gemüsebett legen und Automatikprogramm starten oder gemäss manuellen Einstellungen garen.

Kohlrouladen aus dem ungelochten Garbehälter nehmen und warm stellen.

Sauren Rahm und Zitronensaft zu dem Gemüse geben, mit einem Stabmixer pürieren und mit Salz abschmecken.

Automatikprogramm und Manuell:
Kohlrouladen in die Paprikasauce legen und gemäss Garschritt fertig garen.

Einstellung
Automatikprogramm und Manuell
Weisskabis blanchieren
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Dauer: 10-15 Minuten

Einstellung
Automatikprogramm
Kohlrouladen garen
Fleisch | Rind | Kohlroulade
Programmdauer: 30 Minuten

Manuell
Kohlrouladen garen
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 30 Minuten

Automatikprogramm und Manuell
Fertig Garen
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 5 Minuten

Lamm geschmort mit Backpflaumen

Zubereitungszeit:
100 (70) Minuten
Für 4 Portionen

Für das Lamm
800 g Lammgigot (Knochen), küchenfertig | gewürfelt

Zum Anbraten
4 EL Bratbutter

Für den Lammfond
3 Zwiebeln, rot | in Schnitzen
Salz
½ TL Zimt, gemahlen
½ TL Kreuzkümmel, gemahlen
½ TL Koriander, gemahlen
½ TL Cayennepfeffer, gemahlen
150 ml Lammfond
3 Lorbeerblätter

Für die Backpflaumen
600 g Karotten | in Scheiben
1 Zitrone, unbehandelt | in Achtel
250 g Backpflaumen

Für den Couscous
200 g Couscous

Für den Sesamjoghurt
30 g Sesam
2 Knoblauchzehen | zerdrückt
300 g Naturjoghurt, 3,5 % Fett

Zum Garnieren
2 Zweige Koriander, frisch

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Bratbutter in einer Pfanne erhitzen und Lamm portionsweise rundherum scharf anbraten.

Lamm mit Zwiebeln in einen ungelochten Garbehälter geben, mit Salz, Zimt, Kreuzkümmel, Koriander und Cayennepfeffer würzen. Lammfond angiessen, Lorbeerblätter zugeben und Lamm gemäss Garschritt 1 garen.

Für den Sesamjoghurt etwas Saft der Zitrone zur Seite stellen.

Nach dem Garen Karotten und Zitrone mit Backpflaumen zum Lamm geben und gemäss Garschritt 2 garen.

Nach dem Garen Couscous zufügen und gemäss Garschritt 3 weich garen.

Inzwischen Sesam in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Knoblauch mit Naturjoghurt und Sesam verrühren und mit Salz und Saft der Zitrone abschmecken.

Nach dem Garen Lorbeerblätter entfernen, mit Salz und Gewürzen abschmecken, mit Korianderzweigen garnieren und mit Sesamjoghurt servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 35 (17) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 20 (8) Minuten

Garschritt 3
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 5 (2) Minuten

Lammlachs mit grünen Bohnen

Zubereitungszeit:
50 Minuten
Für 4 Portionen

Für die Bohnen
750 g grüne Bohnen
1 Bund Bohnenkraut (à 30 g)
1 Zwiebel, rot | fein gehackt
Salz
30 g Butter
100 ml Lammfond
250 g Kirschtomaten

Für die Lammlachse
4 Lammlachse (à 150 g), küchenfertig
2 Knoblauchzehen | zerdrückt
Pfeffer

Zum Anbraten
3 EL Olivenöl

Für den Bratenfond
4 EL Balsamicoessig
100 ml Lammfond

Zum Binden
1 EL Wasser
1 EL Speisestärke

Zum Abschmecken
1 Prise Zucker

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Bohnen mit Bohnenkraut und Zwiebel in einen ungelochten Garbehälter geben und salzen. Butterflöckchen darauf verteilen, mit Lammfond angiessen und gemäss Garschritt 1 garen.

Lammlachse mit Knoblauch, Salz und Pfeffer einreiben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Lammlachse rundherum anbraten. Lammlachse aus der Pfanne nehmen. Bratenfond mit Balsamicoessig und Lammfond ablöschen.

Lammlachse und Kirschtomaten zu den Bohnen geben, mit Bratenfond beträufeln und Garschritt 2 garen.

Sauce der Bohnen in einen Kochtopf giessen und aufkochen. Mit Balsamicoessig, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, Speisestärke mit Wasser anrühren und Sauce damit leicht andicken.

Mit Lammlachsen und Bohnengemüse servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 10 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 8–10 Minuten

Trutenbrust gefüllt

Zubereitungszeit:
120 (90) Minuten
Für 6 Portionen

Für die Aprikosenmasse
1 Zwiebel | gehackt
120 g Aprikosen, getrocknet | gewürfelt
1 EL Butter
50 ml Sherry, trocken
Salz
Cayennepfeffer

Für die Trutenbrust
1 Trutenbrust (à 1,5 kg), küchenfertig

Für das Gemüse
1 kg Karotten | in dicke Scheiben
2 Bund Lauchzwiebeln (à 150 g) | in feine Ringe
Pfeffer

Für die Füllung
100 g Frischkäse, Doppelrahmstufe
1 TL Honig
100 g Frühstücksspeck, in Streifen

Zum Anbraten
3 EL Sonnenblumenöl

Für den Bratenfond
100 ml Sherry, trocken
100 ml Hühnerbouillon
100 g Rahm
30 ml Sherry, trocken
1 EL Wasser
1 EL Speisestärke

Zubehör
2 Garbehälter ungelocht
Frischhaltefolie
Küchengarn
Fleischklopfer

Zubereitung
Zwiebel und Aprikosen mit Butter, Sherry, Salz und Cayennepfeffer in einem ungelochten Garbehälter mischen und gemäss Garschritt 1 garen.

Die Trutenbrust so aufschneiden, dass eine möglichst grosse flache Fleischscheibe entsteht. Mit Hilfe eines Fleischklopfers zwischen Frischhaltefolie flacher klopfen, salzen und pfeffern.

Karotten und Lauchzwiebeln in einen ungelochten Garbehälter geben, salzen und pfeffern.

Aprikosenmasse leicht abkühlen lassen, mit Frischkäse vermischen und mit Salz, Cayennepfeffer und Honig abschmecken. Auf den Braten streichen und diesen mit Speckstreifen belegen. Braten aufrollen, mit Küchengarn festbinden und rundherum in heissem Sonnenblumenöl scharf anbraten.

Die gefüllte Trutenbrust auf das Gemüse im Garbehälter setzen. Bratensatz mit Sherry und Hühnerbouillon ablöschen, über das Gemüse geben und gemäss Garschritt 2 garen.

Bratenfond in einen Kochtopf giessen, Rahm zufügen und aufkochen. 5 Minuten einköcheln lassen, mit Salz, Pfeffer und Sherry abschmecken. Speisestärke mit Wasser anrühren und Sauce damit binden.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 4 (2) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 80–90 (55–60) Minuten

Rindsfilet

Zubereitungszeit:
40–90 Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
450–650 g Rindsfilet, küchenfertig | Stück oder Medaillons
3 EL Öl
250 g sauren Rahm
70 g Mayonnaise
3 TL Meerrettich Creme
2 TL Senf, grobkörnig
3–4 Tomaten, getrocknet | fein gehackt
Salz
Pfeffer
1–2 Baguette-Brötchen | längs halbiert

Zum Garnieren
100 g Rucola

Zubehör
Küchengarn
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Rindsfilet (Stück oder Medaillons) so zusammenbinden, dass gleichmässig dicke Stücke entstehen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Rindsfilet (Stück oder Medaillons) goldbraun anbraten, in einen ungelochten Garbehälter geben und gemäss Automatikprogramm oder manuellen Einstellungen garen.

Rindsfilet (Stück oder Medaillons) nach dem Garen 5–10 Minuten ruhen lassen. Zwischenzeitlich sauren Rahm, Mayonnaise, Meerrettich Creme, Senf, Tomaten, Salz und Pfeffer verrühren und auf die Baguettehälften streichen.

Rindsfilet (Medaillons) in sehr dünne Scheiben schneiden und auf das Baguette-Brötchen legen. Mit Rucola garnieren.

Einstellung
Automatikprogramm
Fleisch | Rind | Rindsfilet | Stück / Medaillons
Programdauer Stück: 60 Minuten
Programdauer Medaillons: 20 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur für alle Fleischgrössen:
53 / 63 / 75 °C | Rare / Medium / Done
Garzeit:
Für ein Stück: 70 / 60 / 50 Minuten | Rare / Medium / Done
Für Medaillons 1 cm Dicke: 10 Minuten
Für Medaillons 2 cm Dicke:
30 / 20 / 20 Minuten | Rare / Medium / Done
Für Medaillons 3 cm Dicke:
40 / 30 / 30 Minuten | Rare / Medium / Done

Tipp

Der Gargrad ist abhängig von der Dicke des Fleischstückes. Bei dünnen Fleischstücken zunächst eine niedrigere Gardauer wählen.

Rindsfilet pochiert mit Gemüse

Zubereitungszeit:
50 (45) Minuten
Für 2 Portionen

Für das Gemüse
250 ml Rindsbouillon
200 g Karotten | in mundgerechte Stücke
200 g Blumenkohl | in Röschen
2 Zucchini (à 200 g) | in mundgerechte Stücke
8 Lauchzwiebeln | ohne das Grüne
100 g Kefen

Für das Rindsfilet
500 g Rindsfilet, küchenfertig
Petersilie | gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Rindsbouillon in einem ungelochten Garbehälter mit Karotten und Blumenkohl gemäss Garschritt 1 garen.

Zucchini, Lauchzwiebeln und Kefen dazugeben und gemäss Garschritt 2 garen.

Gemüse aus dem Gemüsesud nehmen und warm stellen.

Rindsfilet in 1 cm dicke Scheiben schneiden und in dem entstandenen Sud gemäss Garschritt 3 pochieren.

Fleisch mit dem Gemüse anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 8 (4) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 4 Minuten

Garschritt 3
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 4 (2) Minuten

Rindshaschee

Zubereitungszeit: 250 Minuten
Für 8 Portionen

Zutaten
30 g Butter
3 EL Öl
1,2 kg Rindfleisch, küchenfertig | gewürfelt
Salz
Pfeffer
500 g Zwiebeln | fein gewürfelt
2 Lorbeerblätter
4 Nelken
1 EL Zucker, braun
2 EL Weizenmehl, Type 405
1,2 l Rindsbouillon
70 ml Essig

Zubehör
Garbehälter, ungelocht

Zubereitung
Butter in einer Pfanne erhitzen. Sobald sich die Blasen zurückbilden, Öl hinzufügen und erhitzen.

Rindfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und von allen Seiten anbraten.

Zwiebeln, Lorbeerblätter, Nelken und Zucker hinzufügen und weitere 3 Minuten braten.

Rindfleisch mit Weizenmehl bestäuben und weitere 2–3 Minuten braten.

Rindsbouillon und Essig unter ständigem Rühren hinzufügen, so dass eine glatte Sauce entsteht.

Rindfleisch in einen ungelochten Garbehälter geben und garen.

Mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Einstellung
Automatikprogramm
Fleisch | Rind | Rindshaschee
Programmdauer: 180 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 180 Minuten

Rindsschmortopf

Zubereitungszeit:
150 Minuten
Für 4 Portionen

Für das Rindfleisch
60 g Weizenmehl, Type 405
Pfeffer | frisch gemahlen
1 kg Rindfleisch (Schulter) | klein gewürfelt
3 EL Öl
1 Zwiebel, gross | in feine Ringe
1 Stange Lauch, gross | in feine Ringe
350 g Karotten | gewürfelt
3 Stangen Sellerie | gewürfelt
250 g Champignons | geviertelt
2–3 Zweige Thymian
2 Lorbeerblätter
200 ml Rindsbouillon
200 ml Schwarzbier
2 EL Ketchup

Für die Klösse
100 g Weizenmehl, Type 405
3 g Backpulver
50 g Bratbutter
1 TL Petersilie | gehackt
½ TL Schnittlauch | geschnitten
Salz
Pfefferkörner, frisch gemahlen
4–5 EL Wasser | kalt

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Weizenmehl mit Pfeffer würzen und Rindfleisch darin wenden.

Die Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen und Rindfleisch in kleinen Portionen nacheinander von allen Seiten anbraten und zur Seite stellen.

Die andere Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel für 3 Minuten darin anbraten. Lauch, Karotten und Sellerie hinzufügen und für weitere 5 Minuten braten.

Champignons, Thymian und Lorbeerblätter hinzufügen.

Rindfleisch, Rindsbouillon, Schwarzbier und Ketchup zugeben, kurz aufkochen und in einen ungelochten Garbehälter geben und abdecken. Automatikprogramm starten oder gemäss Garschritt 1 der manuellen Einstellungen garen.

Zwischenzeitlich Weizenmehl und Backpulver in eine Schüssel geben, Bratbutter, Petersilie und Schnittlauch hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und Wasser einrühren und einen weichen Teig herstellen.

Den Teig in 8 Portionen teilen und mit bemehlten Händen zu kleinen Kugeln formen.

Automatikprogramm:
Gemäss Programmablauf Rindsschmortopf kurz umrühren, die Klösse hinzufügen und mit etwas Sud begiessen und weiter garen.

Manuell:
Rindsschmortopf kurz umrühren, die Klösse hinzufügen und mit etwas Sud begiessen. Gemäss Garschritt 2 fertig garen.

Einstellung
Automatikprogramm
Suppen & Eintöpfe | Rindsschmortopf
Programmdauer: 120 Minuten

Manuell
Garschritt 1
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 90 Minuten

Garschritt 2
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 30 Minuten

Fleisch

Saucisson

Zubereitungszeit:
25 Minuten

Zutaten
100-750 g Saucisson

Zubehör
Garbehälter gelocht

Zubereitung
Saucisson in einen gelochten Garbehälter geben und garen.

Einstellung
Automatikprogramm
Wurstwaren | Saucisson
Einstellung je nach Menge wählen:
100-200 g
200-300 g
300-400 g
400-750 g
Programmdauer: 10-20 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 95 °C
Garzeit: 10-20 Minuten

Schweinsmedaillon mit Champignon-Apfel-Gemüse

Zubereitungszeit:
60 Minuten + 3 Stunden zum Marinieren
Für 4 Portionen

Für die Marinade
1 Zwiebel, rot | gehackt
4 EL Calvados
2 TL Senf, mittelscharf
150 ml Apfelsaft
150 ml Fleischbouillon
Pfeffer, schwarz

Für die Schweinsmedaillons
8 Schweinsmedaillons (à 75 g)

Für das Champignon-Apfel-Gemüse
700 g Champignons, braun, klein
4 Äpfel, säuerlich | in Schnitzen

Zum Anbraten
1 EL Bratbutter

Zum Verfeinern und Binden der Marinade
150 g Rahm
Salz
Pfeffer, frisch gemahlen
1 EL Wasser
1 EL Speisestärke
1 TL Petersilie, gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Sieb

Zubereitung
Für die Marinade Zwiebel mit Calvados, Senf, Apfelsaft, Fleischbouillon und Pfeffer verrühren. Schweinsmedaillons in die Marinade geben und zugedeckt 3 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Champignons und Äpfel in einem ungelochten Garbehälter verteilen.

Schweinsmedaillons aus der Marinade nehmen, in einem Sieb gut abtropfen lassen.

Bratbutter in einer Pfanne erhitzen und Schweinsmedaillons in 2 Portionen von beiden Seiten kurz scharf anbraten.

Inzwischen Marinade mit Rahm verrühren, salzen und über das Champignon-Apfel-Gemüse giessen. Schweinsmedaillons darauf setzen, mit Bratensatz übergiessen, mit Pfeffer würzen und garen.

Die entstandene Sauce in einen Kochtopf giessen, Schweinsmedaillons und Champignon-Apfel-Gemüse kurz im Garraum warm stellen. Sauce aufkochen, Speisestärke mit Wasser anrühren und Sauce damit leicht andicken und abschmecken.

Mit Schweinsmedaillons, Champignon-Apfel-Gemüse und Petersilie servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 10–12 Minuten

Tafelspitz mit Apfel-Meerrettich-Sauce

Zubereitungszeit:
155–165 (80–90) Minuten
Für 4 Portionen

Für den Tafelspitz
200 g Karotten | gewürfelt
200 g Knollensellerie | gewürfelt
50 g Petersilienwurzel | gewürfelt
800 g Tafelspitz, küchenfertig
2 TL Salz
5 Pfefferkörner
2 Lorbeerblätter

Für das Gemüse
250 g Kartoffeln, klein, festkochend | in ovale Stücke
250 g Bundkarotten | in ovale Stücke
250 g Kohlrabi | in ovale Stücke

Für die Sauce
2 Äpfel, säuerlich | grob gerieben
200 g Sauerrahm
1 Bund Schnittlauch (à 20 g) | in Röllchen
1 EL Meerrettich, gerieben
Pfeffer

Zubehör
2 Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Karotten, Knollensellerie und Petersilienwurzel mit Tafelspitz, Salz, Pfefferkörnern und Lorbeerblättern in einen ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Nach Ablauf der Garzeit von dem entstandenen Sud 6 EL entnehmen, dabei bleibt der Garbehälter mit dem Tafelspitz im Garraum. Sud zu den Kartoffeln, Bundkarotten und Kohlrabi in einen ungelochten Garbehälter geben.

Diesen Garbehälter zu dem ersten Garbehälter in den Garraum schieben und gemäss Garschritt 2 garen.

Äpfel mit Sauerrahm verrühren. Schnittlauch und Meerrettich dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Fleisch gegen die Fasern in dünne Scheiben schneiden und mit Gemüse und Sauce anrichten.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 110–120 (45–50) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 15 (8) Minuten

Tafelspitz Wiener Art

Zubereitungszeit:
160 Minuten
Für 10 Portionen

Zutaten
2 kg Tafelspitz, am Stück, küchenfertig
2 Zwiebeln | halbiert
1 Bund Suppengrün | grob zerkleinert
15 g Liebstöckel
7 Pfefferkörner
2 Lorbeerblätter
5 Wacholderbeeren
Salz

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Tafelspitz mit der Fettseite nach unten in einen ungelochten Garbehälter legen.

Zwiebeln mit der Schnittfläche nach unten in einer Eisenpfanne ohne Fett stark anrösten.

Suppengrün, Kräuter, Zwiebeln und Gewürze zum Tafelspitz geben und garen.

Den Tafelspitz vor dem Schneiden etwas ruhen lassen.

Einstellung
Automatikprogramm
Fleisch | Rind | Tafelspitz Wiener Art
Programmdauer: 150 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 150 Minuten

Tikka Masala mit Reis

Zubereitungszeit:
60 Minuten + 30 Minuten zum Marinieren
Für 4 Portionen

Für das Poulet
4 Knoblauchzehen | fein gewürfelt
2,5 cm Ingwer | fein gewürfelt
1 Chili, rot, gross | fein gewürfelt
2 TL Kreuzkümmel, gemahlen
2 TL Koriander, gemahlen
1 TL Kurkuma
1 TL Paprikapulver
1 TL Garam Masala
1 TL Salz
1½ EL Öl
100 g Naturjoghurt
500 g Pouletbrustfilet, küchenfertig | gewürfelt
2 Zwiebeln | in Streifen
1 EL Öl
1 EL Butter
1 Dose Tomaten, gehackt (à 400 g)
1 EL Tomatenmark
1 EL Mango Chutney
100 ml Rahm

Für den Reis
300 g Basmatireis
450 ml Wasser

Zum Garnieren
½ Bund Koriander | gehackt

Zubehör
2 Garbehälter ungelocht
Stabmixer

Zubereitung
Knoblauch, Ingwer und Chili zusammen mit Gewürzen, Salz und Öl in einem Stabmixer zu einer Paste verarbeiten.

Mit Naturjoghurt verrühren und Pouletbrustfilet für mindestens 30 Minuten darin marinieren.

Zwiebeln in Öl und Butter für 10–12 Minuten glasig dünsten. Das Pouletbrustfilet und die Marinade zugeben und weitere 3–4 Minuten bei mittlerer Hitze garen.

Tomaten, Tomatenmark, Mango Chutney und Rahm hinzufügen, kurz aufkochen, in einen ungelochten Garbehälter geben und abdecken. Automatikprogramm starten oder gemäss Garschritt 1 der manuellen Einstellungen garen.

Basmatireis in einen ungelochten Garbehälter geben, mit Wasser übergiessen.

Automatikprogramm:
Gemäss Programmablauf Basmatireis dazu geben und weiter garen.

Manuell:
Basmatireis dazu geben und gemäss Garschritt 2 fertig garen.

Mit Koriander garnieren.

Einstellung
Automatikprogramm
Fleisch | Geflügel | Poulet | Tikka Masala mit Reis
Programmdauer: 30 Minuten

Manuell
Garschritt 1
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 15 Minuten

Garschritt 2
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 15 Minuten

Suppen & Eintöpfe

Bereits der Name besagt, wie praktisch seine Zubereitung ist: Ein Topf für alle Zutaten genügt, und Fleisch, Gemüse, Kartoffeln & Co. garen gemeinsam zu einem schmackhaften, sättigenden Hauptgericht heran. Die einfache Zubereitung erweist sich auch beim Kochen für viele Personen als nützlich. Dabei sind Eintöpfe herrlich vielseitig und schmecken als vegetarische Variante genauso gut wie mit Fleisch, Wurst, Fisch oder Muscheln. In vielen Kulturen sind sie – mal deftig, mal edel – fester Bestandteil des Speiseplans.

Bohneneintopf mit Lamm

Zubereitungszeit:
55–60 (45–50) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
500 g Lammfleisch, küchenfertig | klein gewürfelt
2 EL Sonnenblumenöl
1 Zwiebel | gehackt
200 ml Gemüsebouillon
400 g Kartoffeln, festkochend | gewürfelt
200 g grüne Bohnen | halbiert
3 Karotten (à 60 g) | gewürfelt
1 Zweig Rosmarin | nur die Nadeln, gehackt
300 ml Gemüsebouillon
Salz
Pfeffer

Zum Garnieren
2 Lauchzwiebeln | in feine Ringe

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Lammfleisch mit Sonnenblumenöl in einer Pfanne anbraten. Nach kurzer Zeit Zwiebel dazu geben und anbraten. Mit Gemüsebouillon ablöschen.

Lammfleisch mit Sud in einen ungelochten Garbehälter geben. Kartoffeln, grüne Bohnen, Karotten und Rosmarin hinzugeben und gemäss Garschritt 1 garen.

Nach dem Garen die restliche Gemüsebouillon hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und gemäss Garschritt 2 weiter garen.

Lauchzwiebeln kurz vor dem Servieren darüberstreuen.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 15 (7–8) Minuten

Garschritt 1
Temperatur: 95 °C
Garzeit: 2 Minuten

Tipp

Statt Lammfleisch Rindfleisch, Mettklösschen oder -würstchen verwenden.

Fischtopf

Zubereitungszeit:
35–40 Minuten
Für 4 Portionen

Für den Fisch
500 g Rotbarschfilet, küchenfertig
2 EL Zitronensaft
Salz
200 g Karotten | gewürfelt
200 g Erbsen

Für die Sauce
100 g Crème fraîche
100 g Rahm
2 EL Weisswein, trocken
1 EL Speisestärke
Pfeffer
Zucker
1 EL Dill | fein gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Rotbarschfilet mit Zitronensaft einreiben und mit Salz würzen.

Rotbarschfilet in einen ungelochten Garbehälter geben. Karotten und Erbsen zum Fisch geben und gemäss Garschritt 1 garen.

In der Zwischenzeit alle weiteren Zutaten zu einer Sauce verrühren und nach Ende der Garzeit über den Fisch giessen und gemäss Garschritt 2 weiter garen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 8 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 4 Minuten

Gulaschsuppe

Zubereitungszeit:
125 Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
250 g Kartoffeln, festkochend
25 g Bratbutter
200 g Zwiebeln | fein gewürfelt
250 g Rindfleisch (Schulter) | in 1–1,5 cm grosse Würfel
20 g Weizenmehl, Type 405
20 g Tomatenmark
Salz
Pfeffer
20 g Paprikapulver, edelsüss
3 Knoblauchzehen | gehackt
1 EL Majoran, getrocknet
1 Msp. Kümmel, gemahlen
1 EL Essig
1 l Gemüsefond

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Kartoffeln schälen, in etwa 1 x 1 cm grosse Würfel schneiden und in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, damit sie nicht braun werden.

In einer Pfanne Bratbutter erhitzen und Zwiebeln darin langsam rösten, bis sie eine goldbraune Farbe bekommen.

Zwiebeln in einen ungelochten Garbehälter geben, Rindfleisch, Weizenmehl, Tomatenmark, sowie alle Gewürze und Essig dazu geben.

Mit dem Gemüsefond aufgiessen, gut durchrühren und Automatikprogramm starten oder gemäss Garschritt 1 der manuellen Einstellungen garen.

Automatikprogramm:
Gemäss Programmablauf Kartoffeln dazu geben und fertig garen.

Manuell:
Kartoffeln gemäss Garschritt 2 dazu geben und fertig garen.

Mit Salz abschmecken.

Einstellung
Automatikprogramm
Fleisch | Rind | Gulaschsuppe
Programmdauer: 105 Minuten

Manuell
Garschritt 1
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 60 Minuten

Garschritt 2
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 45 Minuten

Hühnersuppe

Zubereitungszeit:
125 (90) Minuten
Für 6 Portionen

Zutaten
1 Suppenhuhn (à 1,5 kg), küchenfertig
200 ml Wasser
1 kg Suppengemüse
120 g Suppennudeln
800 ml Wasser
Salz
Pfeffer
1 EL Petersilie | gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Sieb

Zubereitung
Suppenhuhn mit Wasser in einen ungelochten Garbehälter geben.

Suppengemüse putzen, schälen, die Hälfte in grobe Stücke schneiden und zum Suppenhuhn geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Restliches Suppengemüse fein zerkleinern, Lauch in Ringe, Karotten und Sellerieknolle in feine Stifte schneiden und zur Seite stellen.

Nach Ende der Garzeit das Suppenhuhn aus der Flüssigkeit nehmen, Bouillon durch ein Sieb giessen und zurück in den ungelochten Garbehälter füllen.

Fleisch lösen, in mundgerechte Stücke schneiden und zusammen mit dem Suppengemüse, den Suppennudeln und dem restlichen Wasser in den ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 2 garen. Wenn die Suppe zu dickflüssig ist, die Wassermenge erhöhen.

Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Petersilie bestreuen und servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 50 (25) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 10 Minuten

Tipp

Anstelle des Suppenhuhns eine Maispoularde verwenden.

Kartoffelsuppe

Zubereitungszeit:
50 (45) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
180 g Lauch | in Ringe
250 g Kartoffeln, mehligkochend | gewürfelt
500 ml Gemüsebouillon
Salz
Pfeffer
100 g Rahm
2 TL Basilikum | gehackt
2 TL Petersilie | gehackt
2 TL Schnittlauch | gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Stabmixer

Zubereitung
Lauch und Kartoffeln mit der Gemüsebouillon in einen ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Suppe im Garbehälter mit dem Stabmixer pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rahm unterrühren und gemäss Garschritt 2 erwärmen.

Basilikum, Petersilie und Schnittlauch mischen, über die Suppe geben und servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 16 (8) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 95 °C
Garzeit: 2 Minuten

Kürbissuppe Australischer Art

Zubereitungszeit:
35 Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
1 kg Kürbisfleisch | gewürfelt
400 g Süsskartoffeln | gewürfelt
2 Zwiebeln | gewürfelt
250 ml Hühnerbouillon
Salz
Pfeffer

Zum Garnieren
250 g Chorizo | klein gewürfelt
250 ml sauren Rahm
10 g Koriandergrün | gehackt

Zubehör
Garbehälter gelocht

Zubereitung
Kürbisfleisch, Süsskartoffeln und Zwiebeln in einen gelochten Garbehälter geben und garen.

Chorizo anbraten.

Das Gemüse pürieren, Hühnerbouillon und etwa 250 ml der aufgefangenen Flüssigkeit hinzugeben, verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Suppe in eine vorgewärmte Suppenschüssel füllen. Mit saurer Sahne, Chorizo und Koriandergrün garnieren.

Einstellung
Automatikprogramm
Suppen & Eintöpfe | Kürbissuppe
Programmdauer: 25 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 25 Minuten

Karottencremesuppe

Zubereitungszeit:
45–50 (40) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
500 g Karotten | gewürfelt
50 g Zwiebeln | gewürfelt
½ Knoblauchzehe | fein gehackt
40 g Butter
750 ml Gemüsebouillon
1 TL Paprikapulver, edelsüss
125 g sauren Rahm
Salz
Pfeffer

Zum Garnieren
1 EL Petersilie | gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Stabmixer

Zubereitung
Karotten, Zwiebeln und Knoblauch mit Butter, Gemüsebouillon und Paprikapulver in einen ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Zutaten mit einem Stabmixer im Garbehälter pürieren. Sauren Rahm unterheben und die Karottecremesuppe gemäss Garschritt 2 erwärmen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit Petersilie bestreuen und servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 12–15 (6–8) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 95 °C
Garzeit: 2 Minuten

Reisfleisch

Zubereitungszeit:
90 Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
250 g Zwiebeln | fein gewürfelt
2 EL Bratbutter
2 EL Paprikapulver
1 EL Tomatenmark
250 g Rindfleisch (Schulter) | in 1 cm grosse Würfel
250 g Tomaten, passiert
1 EL Weissweinessig
1 Knoblauchzehe | fein gehackt
1 TL Majoran
Kümmel
Salz
Pfeffer
½ Peperoni (à 175 g), rot | klein gewürfelt
½ Peperoni (à 175 g), gelb | klein gewürfelt
250 g Langkornreis
500 ml Gemüsebouillon

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Zwiebeln in einer Pfanne in Bratbutter anbraten.

Paprikapulver und Tomatenmark in die Zwiebeln einrühren.

Rindfleisch in einen ungelochten Garbehälter geben. Zwiebeln, passierte Tomaten, Weissweinessig, Knoblauch und Gewürze zufügen. Automatikprogramm starten oder gemäss Garschritt 1 der manuellen Einstellungen garen.

Automatikprogramm:
Gemäss Programmablauf Peperoni mit Langkornreis und Gemüsebouillon dazu geben und fertig garen.

Manuell:
Peperoni mit Langkornreis und Gemüsebouillon dazu geben und gemäss Garschritt 2 fertig garen.

Einstellung
Automatikprogramm
Suppen & Eintöpfe | Reisfleisch
Programmdauer: 70 Minuten

Manuell
Garschritt 1
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 45 Minuten

Garschritt 2
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 25 Minuten

Suppe mit Frühlingsgemüse

Zubereitungszeit:
55 (50) Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
150 g Knollensellerie | in feine Streifen
3 Karotten (à 60 g) | in feine Streifen
200 g Lauchzwiebeln | in Rauten
100 g Kefen
600 ml Gemüsebouillon
1 Ei, Grösse M
1 EL Semmelbrösel
Salz
Pfeffer
Muskat
1 EL Kerbel | gehackt
1 EL Petersilie | gehackt

Zum Garnieren
1 EL Petersilie | gehackt

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Knollensellerie, Karotten, Lauchzwiebeln und Kefen zusammen mit der Hälfte der Gemüsebouillon in einen ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 garen.

Nach Ende der Garzeit restliche Gemüsebouillon hinzufügen und gemäss Garschritt 2 weiter garen.

Ei, Semmelbrösel, Salz, Pfeffer, Muskat und gehackte Kräuter miteinander vermischen, in die Frühlingssuppe geben und gemäss Garschritt 3 fertig garen.

Frühlingssuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen und servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 10 (5) Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 95 °C
Garzeit: 2 Minuten

Garschritt 3
Temperatur: 95 °C
Garzeit: 2 Minuten

Dessert

Was wäre ein Menü ohne ein schmeichelndes Finale? Das Dessert ist das Dankeschön an die Gäste, die Liebkosung an die Familie, die Selbstbelohnung für die Köchin oder den Koch. Ob gesund mit frischen Früchten, ob spritzig mit Alkohol, ob süss mit Zucker und Rahm: das Dessert verwöhnt mit Phantasie und sinnlichen Überraschungen. Sein Auftritt wird um so begeisterter begrüsst, je kreativer es angerichtet und dekoriert ist. Nehmen Sie sich ein wenig Zeit für die Feinheiten!

Beerenpudding

Zubereitungszeit:
105 Minuten
Für 6 Portionen

Für den Teig
225 g Zwieback
50 g Butter
40 g Honig, flüssig
300 ml Milch, 3,5 % Fett

Für die Beeren
200 g Erdbeeren | in Viertel
125 g Himbeeren
125 g Brombeeren
1 Apfel, klein, säuerlich | klein gewürfelt
1 Vanilleschote | nur das Vanillemark
40 g Zucker

Für die Glace
6 Kugeln Vanilleeis

Für die Form
1 EL Butter

Zubehör
Puddingform mit Deckel, etwa 1,25 l Inhalt
Rost

Zubereitung
Zwieback zerdrücken oder grob mahlen. Butter mit Honig schmelzen und mit Milch unter den Zwieback rühren.

Erdbeeren und Apfel mit Beeren, Vanillemark und Zucker mischen.

Puddingform fetten, ¾ des Teigs hinein geben und an den Rändern seitlich hochdrücken. Beeren einfüllen und leicht andrücken. Mit übrigem Teig abdecken und den Rand gut festdrücken.

Puddingform mit Deckel verschliessen. Auf dem Rost in den Garraum schieben und garen.

Nach dem Garen mindestens 15 Minuten in der Form ruhen lassen.

Auf einen Teller stürzen, in Portionen teilen und mit Glace servieren.

Einstellung
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 60 Minuten

Tipp

Anstelle der Puddingform eine höhere, feuerfeste Auflaufform verwenden. Zum Verschliessen der Auflaufform das Backpapier doppelt falten, auf die Form legen und mit Küchengarn festbinden.

Christmas Pudding

Zubereitungszeit:
380 Minuten + 24 Stunden zum Marinieren
Für 4 Portionen

Für den Christmas Pudding
170 g Weizenmehl, Type 405
¾ TL Zimt
¾ TL Mixed Spices
115 g Semmelbrösel
115 g Bratbutter
115 g Zucker, braun
30 g Mandeln, ganz
115 g Rosinen
115 g Korinthen
115 g Sultaninen
55 g Kirschen, kandiert
55 g Früchte, kandiert
1 Apfel, klein | gerieben
1 Zitrone, unbehandelt | nur die Schale
1 Orange, unbehandelt | nur die Schale
½ Orange | nur den Saft
2 EL Weinbrand
2 Eier, Grösse M
1 EL Gerstenmalz, flüssig
75 ml Schwarzbier, z. B. Guinness

Für die Keramikschüssel
1 EL Butter

Zubehör
Keramikschüssel, 1,2 Liter Fassungsvermögen
Backpapier
Aluminiumfolie
Rost

Zubereitung
Weizenmehl und Gewürze in eine grosse Schüssel sieben. Semmelbrösel, Bratbutter, Zucker, Mandeln, Früchte, Abrieb der Zitrusfrüchte und Orangensaft hinzufügen. In der Mitte der Schüssel eine Mulde formen und Weinbrand, geschlagene Eier und Gerstenmalz hinzugeben. Nach und nach das Schwarzbier hinzufügen und verrühren, bis ein zähflüssiger Teig entstanden ist. Schüssel abdecken und über Nacht ruhen lassen.

Keramikschüssel fetten, Teig hineingeben und flach drücken. Schüssel mit Backpapier und Aluminiumfolie abdecken, auf dem Rost in den Garraum schieben und gemäss Einstellungen garen.

Schüssel mit neuem Backpapier und neuer Aluminiumfolie abdecken und an einem kühlen, dunklen und trockenen Ort bis zur gewünschten Verwendung lagern.

Vor dem Servieren erwärmen.

Einstellung
Automatikprogramm
Variante Garen:
Dessert | Christmas Pudding | Garen
Programmdauer: 360 Minuten
oder Variante Erhitzen:
Dessert | Christmas Pudding | Erhitzen
Programmdauer: 105 Minuten

Manuell
Variante Garen
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 360 Minuten

Variante Erhitzen
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 360 Minuten

Tipp

In Grossbritannien wird der Christmas Pudding traditionell zum Weihnachtsfest gegessen und 6–12 Monate im Voraus zubereitet und gelegentlich mit Weinbrand getränkt.

Dessert

Crema Catalana

Zubereitungszeit:
50–55 Minuten + 4 Stunden zum Kühlen
Für 6 Portionen

Zutaten
450 g Rahm
1 TL Vanillezucker
4 Eier, Grösse M | nur das Eigelb
2 EL Mandeln, gehackt
3 EL brauner Zucker

Zubehör
6 Souffléförmchen
Rost

Zubereitung
Rahm in einem Kochtopf bis kurz vor dem Kochen erhitzen.

Von der Kochzone nehmen und Vanillezucker, Eigelb und Mandeln unterrühren.

Die Masse in Souffléförmchen füllen, abdecken, auf dem Rost in den Garraum schieben und garen.

Abkühlen lassen und für etwa 4 Stunden kühlen. Mit braunem Zucker bestreuen.

Grill vorheizen.

4 Minuten auf dem Grill caramelisieren.

Einstellung
Temperatur: 90 °C
Garzeit: 30–35 Minuten

Tipp

Als Ersatz für Souffléförmchen Tassen verwenden.

Dampfnudeln mit Aprikosenkompott

Zubereitungszeit:
90 Minuten
Für 6 Portionen

Für den Teig
21 g Hefe, frisch
125 ml Milch, 3,5 % Fett | lauwarm
250 g Weizenmehl, Type 405
35 g Zucker
1 Prise Salz
1 Ei, Grösse M | nur das Eigelb
40 g Butter | weich

Für das Aprikosenkompott
500 g Aprikosen | entsteint | in Viertel
20 g Zucker
½ Vanilleschote | nur das Vanillemark
50 ml Aprikosennektar

Für das Milchgemisch
100 ml Milch, 3,5 % Fett
25 g Zucker
20 g Butter

Zum Bearbeiten
1 EL Weizenmehl, Type 405

Für die Streusel
25 g Butter
8 g Vanillezucker
1 EL Zucker

Zubehör
Sieb, fein
Schüssel, backofentauglich
Rost
2 Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Weizenmehl in eine Schüssel sieben, Zucker, Salz, Eigelb, und Butter hinzugeben. Hefe in Milch auflösen und hinzufügen.

Zutaten in etwa 7 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Teig zu einer Kugel formen und in einer offenen Schüssel auf dem Rost in den Garraum schieben und gemäss Garschritt 1 gehen lassen.

Für das Aprikosenkompott Aprikosen mit Zucker, Vanillemark und Aprikosennektar in einen ungelochten Garbehälter geben und mischen.

Für das Milchgemisch Milch, Zucker und Butter in einen weiteren ungelochten Garbehälter geben. Hefeteig aus dem Garraum nehmen und in 6 Portionen teilen. Zum Bearbeiten Weizenmehl ausstreuen und darauf Kugeln formen und zugedeckt 15 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Milchgemisch im Garraum gemäss Garschritt 2 erhitzen.

Teigkugeln dicht an dicht in die heisse Milch setzen und den Garbehälter abdecken. Zusammen mit den Aprikosen in den Garraum schieben und gemäss Garschritt 3 gleichzeitig garen.

Aprikosenkompott herausnehmen, Dampfnudeln gemäss Garschritt 4 weiter garen.

Butter mit Vanillezucker zerlassen. Dampfnudeln damit bestreichen und mit Zucker bestreuen.

Mit Aprikosenkompott servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 40 °C
Garzeit: 15 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 5 Minuten

Garschritt 3
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 20 Minuten

Garschritt 4
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 10 Minuten

Germknödel

Zubereitungszeit:
65–70 Minuten
Für 8 Portionen

Für den Teig
42 g Hefe, frisch
250 ml Milch, 3,5 % Fett | lauwarm
500 g Weizenmehl, Type 405
1 TL Zucker
1 Prise Salz
50 g Margarine | weich

Für die Sauce
4 EL Pflaumenmus (Powidl)
250 g Rahm
8 g Vanillezucker
½ TL Zimt, gemahlen
1 Prise Salz

Für die Form
1 EL Butter

Zubehör
Sieb, fein
Schüssel, backofentauglich
Rost
Garbehälter gelocht

Zubereitung
Weizenmehl in eine Schüssel sieben, Butter und Salz hinzugeben. Hefe in Milch auflösen und hinzufügen. Zucker, Eigelb und Butter hinzugeben und in etwa 7 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Teig zu einer Kugel formen. In einer offenen Schüssel auf dem Rost in den Garraum geben und gemäss Garschritt 1 gehen lassen.

Teig in 8 Stücke teilen, zu Klössen formen und zugedeckt 15 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Gelochten Garbehälter fetten, Klösse hinzugeben und gemäss Garschritt 2 garen.

Pflaumenmus, Rahm, Vanillezucker, Zimt und Salz in einem Kochtopf auf der Kochzone unter ständigem Rühren kurz aufkochen und als Sauce dazu servieren.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 40 °C
Garzeit: 15 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 14 Minuten

Tipp

Tiefgekühlte Germknödel 15 Minuten bei Raumtemperatur auftauen lassen und anschliessend, wie im Rezept beschrieben, garen.

Griesssoufflé

Zubereitungszeit:
70–75 Minuten
Für 8 Portionen

Für das Milchgemisch
1 Vanilleschote
250 ml Milch, 3,5 % Fett
50 g Butter

Für die Griessmasse
50 g Hartweizengriess
5 Eier, Grösse M
60 g Zucker

Für die Form
1 EL Butter
1 EL Zucker

Zubehör
Garbehälter ungelocht
8 Soufflélförmchen
Rost

Zubereitung
Vanilleschote der Länge nach mit einem Messer halbieren und Vanillemark auskratzen.

Milch, Butter, Vanillemark und Vanilleschote in einen ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 erhitzen.

Milchgemisch aus dem Garraum nehmen. Hartweizengriess unter Rühren einstreuen und 1–2 Minuten ruhen lassen.

Nochmals umrühren und gemäss Garschritt 2 garen. Nach der Hälfte der Garzeit einmal umrühren.

Griessmasse aus dem Garraum nehmen, in eine Schlüssel füllen, umrühren und abgedeckt abkühlen lassen. Anschliessend Vanilleschote entfernen.

Eier trennen, Eiweiss auffangen. Eigelb unter die Griessmasse rühren. Mit einem Schwingbesen Eiweiss mit Zucker steif schlagen und unter die Griessmasse heben.

Soufflélförmchen fetten und mit Zucker ausstreuen. Griessmasse einfüllen, Soufflélförmchen auf dem Rost in den Garraum schieben und gemäss Garschritt 3 garen.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 5 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 1 Minuten

Garschritt 3
Temperatur: 90 °C
Garzeit: 25–30 Minuten

Tipp
Als Ersatz für Soufflélförmchen Tassen verwenden.

Caramel-Köpfli

Zubereitungszeit:
25 Minuten
Für 8 Porzellanförmchen à 100 ml oder 6 Porzellanförmchen à 150 ml

Für den Caramel
100 g Zucker
50 ml Wasser

Für die Vanille-Köpfli
500 ml Milch, 3,5 % Fett
1 Vanilleschote | längs aufgeschnitten
4 Eier, Grösse M

Zum Garnieren
200 ml Rahm | geschlagen

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Rost

Zubereitung
Zucker und Wasser in einer Pfanne caramelisieren, flüssigen Caramel auf Porzellanförmchen verteilen.

Automatikprogramm:
Gemäss Programmablauf Milch und Vanilleschote in einen ungelochten Garbehälter geben und erwärmen.

Manuell:
Milch und Vanilleschote in einen ungelochten Garbehälter geben und Gemäss Garschritt 1 erwärmen.

Nach dem Garen Vanilleschote entfernen.

Eier mit Zucker schaumig schlagen, nach und nach die heisse Vanillemilch unterrühren. Auf die Porzellanförmchen verteilen.

Auf dem Rost in den Garraum einschieben und gemäss Automatikprogramm oder gemäss Garschritt 2 und 3 der manuellen Einstellungen weiter garen.

Caramel-Köpfli zwei bis drei Stunden in den Kühlschrank stellen.

Zum Servieren auf einen Teller stürzen und nach Belieben mit Rahm garnieren.

Einstellung
Automatikprogramm
Dessert | Caramel-Köpfli
Programmdauer:
Für 8 Porzellanförmchen à 100 ml:
17 Minuten
Für 6 Porzellanförmchen à 150 ml:
18 Minuten

Manuell
Garschritt 1
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 3 Minuten

Garschritt 2
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 85 °C
Garzeit:
Für 8 Porzellanförmchen à 100 ml:
9 Minuten
Für 6 Porzellanförmchen à 150 ml:
12 Minuten

Garschritt 3
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 40 °C
Garzeit: 5 Minuten

Caramel-Dattel-Kuchen

Zubereitungszeit:
60-100 Minuten, je nach Form
Für 12 Portionen (Garbehälter oder Muffinförmchen)

Für den Teig
275 g Datteln, getrocknet, entsteint | fein gehackt
1 TL Natron
250 ml Wasser | kochend
25 g Butter
160 g Zucker, braun
2 Eier, Grösse M
½ TL Vanilleessenz
3 g Backpulver
195 g Weizenmehl, Type 405

Für die Caramelsauce
225 g Zucker, braun
250 g Rahm
40 g Butter

Zubehör
Garbehälter ungelocht (als grosse Form)
Backpapier
oder 12 Muffinförmchen, Ø 5 cm
Rost

Zubereitung
Datteln mit Natron in eine Schüssel geben und kochendes Wasser darüber giessen. Zum Abkühlen zur Seite stellen.

Butter und Zucker in einer grossen Schüssel schaumig schlagen, nach und nach Eier und Vanilleessenz unterrühren. Das mit Backpulver vermischte Weizenmehl, Datteln und Flüssigkeit zufügen.

Ungelochten Garbehälter mit Backpapier auslegen oder 12 Muffinförmchen bereit stellen und den Teig hinein geben. Abdecken und auf dem Rost in den Garraum schieben und garen.

Für die Caramelsauce Zutaten in einem Kochtopf bei mittlerer Hitze unter Rühren erwärmen. Für 3 Minuten köcheln, bis sich eine zähflüssige Masse bildet.

Den noch warmen Caramel-Dattel-Kuchen mit Caramelsauce servieren.

Einstellung
Automatikprogramm
Dessert | Caramel Dattel-Kuchen | ein grosser / mehrere kleine
Programmdauer:
Für die grosse Form (Garbehälter ungelocht): 70 Minuten
Für die Muffinförmchen: 30 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit:
Für die grosse Form (Garbehälter ungelocht): 70 Minuten
Für die Muffinförmchen: 30 Minuten

Kirschkompott mit Amaretto

Zubereitungszeit:
75 Minuten
Für 4 Portionen

Zutaten
2 kg Sauerkirschen | entsteint
200 ml Kirschnektar
200 ml Rotwein, trocken
300 g brauner Zucker
1 TL Zimt, gemahlen
50 ml Amaretto

Zubehör
4 Sterilisiergläser mit Deckel, Sterilisierring und Klammern

Zubereitung
Sterilisiergläser heiss ausspülen und Sauerkirschen in Schichten hineinlegen.

Kirschnektar mit Rotwein, braunem Zucker und Zimt aufkochen, mit Amaretto abschmecken.

Heisse Flüssigkeit über die Sauerkirschen giessen, so dass diese bedeckt sind. Ränder der Sterilisiergläser trocken wischen, wenn nötig. Sterilisiergläser mit Sterilisierring, Deckel und Klammern gut verschliessen und garen.

Sterilisiergläser herausnehmen, abkühlen lassen, Klammern entfernen und auf Dichtheit prüfen. Undichte Sterilisiergläser rasch verbrauchen. Sterilisiergläser dunkel und kühl lagern.

Einstellung
Temperatur: 85 °C
Garzeit: 40 Minuten

Kochbirnen

Zubereitungszeit:
35 - 85 Minuten
Für 12 Portionen

Für den Sud
2 Zimtstangen
3 Nelken
½ Zitrone | nur die Schale
1 Lorbeerblatt
400 ml Rotwein
300 ml Wasser
400 ml Johannisbeersaft
100 g Zucker

Für die Kochbirnen
1 kg Kochbirnen

Zubehör
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Für den Sud Zutaten in einen Kochtopf geben und zum Kochen bringen.

Die Birnen schälen, dabei die Stiele nicht entfernen. Die Birnen können entweder im Ganzen, als Hälften oder Viertel gegart werden.

Die Birnen in einen ungelochten Garbehälter geben, mit dem Sud übergiessen, sodass die Birnen komplett bedeckt sind. Birnen in den Garraum geben und Automatikprogramm starten oder gemäss manuellen Einstellungen garen.

Automatikprogramm:

Gemäss Grösse und Schnittform der Birnen Programmablauf wählen.

Manuell:

Gemäss Grösse und Schnittform der Birnen Garzeit wählen.

Kochbirnen in den Garraum geben und garen.

Einstellung
Automatikprogramm
Obst | Kochbirnen
Programmdauer: 21–75 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit:
ganze Birnen: 50 / 70 / 75 Minuten | klein / mittel / gross
Birnenhälften: 35 Minuten
Birnenviertel: 27 Minuten

Tipp

Für ein optimales Ergebnis Kochbirnen über Nacht im Sud im Kühlschrank ziehen lassen.

Limetten-Käsekuchen

Zubereitungszeit:
75 Minuten + 120 Minuten zum Kühlen
Für 12 Stücke (Springform) oder 6 Portionen (Souffléförmchen)

Zutaten
200 g Kekse, Vollkorn
100 g Butter | flüssig
750 g Frischkäse
225 g Zucker
4 Eier, Grösse M
4 Limetten | Saft und abgeriebene Schale

Zum Garnieren
1 Mango | geschält, in Scheiben
3 Passionsfrüchte | nur das Fruchtfleisch

Zubehör
Stabmixer
Backpapier
Springform, Ø 26 cm
oder 6 Souffléförmchen
Rost

Zubereitung
Kekse mit einem Stabmixer zerkleinern, Butter hinzufügen und gut vermischen. Auf dem mit Backpapier ausgelegten Boden einer Springform oder in die Souffléförmchen verteilen, andrücken und kalt stellen.

Frischkäse, Zucker, Eier, Limettenschale und -saft verrühren und auf dem Keksboden verteilen.

Springform oder Souffléförmchen abdecken, auf dem Rost in den Garraum schieben und garen.

Abdeckung abnehmen und für etwa 2 Stunden kalt stellen.

Vor dem Servieren mit Mangoscheiben und Passionsfrucht garnieren.

Einstellung
Automatikprogramm
Dessert | Käsekuchen |
ein grosser / mehrere kleine

Programmdauer:
Für die Springform: 60 Minuten
Für die Souffléförmchen: 20 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit:
Für die Springform: 60 Minuten
Für die Souffléförmchen: 20 Minuten

Mokkaflan

Zubereitungszeit:
45 Minuten
Für 4 Portionen

Für die Moccamilch
200 ml Milch, 3,5 % Fett
100 g Rahm
6 g Espressopulver, instant

Für die Flanmasse
1 Ei, Grösse M
3 Eier, Grösse M | nur das Eigelb
60 g brauner Zucker

Zum Servieren
4 EL Kaffeelikör
250 g Himbeeren

Zubehör
Garbehälter ungelocht
Sieb
4 Souffléförmchen
Rost

Zubereitung
Milch und Rahm mit Espressopulver verrühren, in einen ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 erhitzen.

Ei, Eigelb und braunen Zucker mit einem Schwingbesen verquirlen und Moccamilch unter Rühren langsam hinzufügen. Flanmasse durch ein Sieb in Souffléförmchen giessen, abdecken, auf dem Rost in den Garraum schieben und gemäss Garschritt 2 garen.

Souffléförmchen aus dem Garraum nehmen und abkühlen lassen.

Vor dem Servieren die Moccaflans auf Teller stürzen, mit Kaffeelikör beträufeln und mit Himbeeren anrichten.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 5 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 20 Minuten

Tipp
Als Ersatz für Souffléförmchen Tassen verwenden.

Quarkknödel

Zubereitungszeit:
50 Minuten + 60 Minuten zum Kühlen
Für 10 Portionen

Für die Quarkknödel
200 g Butter
1 EL Puderzucker
1 EL Rum
1 TL Zitronenschale, gerieben
750 g Magerquark
2 Eier, Grösse M
180 g Semmelbrösel
1 Prise Salz

Für die Semmelbrösel
150 g Butter
250 g Semmelbrösel

Für die Form
1 EL Butter

Zubehör
Garbehälter gelocht

Zubereitung
In einer Schüssel Butter mit Puderzucker, Rum und Zitronenschale schaumig rühren.

Magerquark, Eier, Semmelbrösel und Salz dazugeben und gut verrühren.

Die Quarkmasse für mindestens 1 Stunde kalt stellen.

Automatikprogramm starten oder Garraum vorheizen.

Aus der Quarkmasse 20 Knödel formen. Gelochten Garbehälter fetten und Quarkknödel hinein setzen und garen.

Für die Semmelbrösel Butter in einer Pfanne erhitzen und Semmelbrösel zugeben. Unter ständigem Rühren die Brösel goldbraun rösten.

Zum Servieren Semmelbrösel über die Knödel geben.

Einstellung
Automatikprogramm
Dessert | Quarkknödel
Programmdauer: 25 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 95 °C
Garzeit: 25 Minuten

Quarksoufflé

Zubereitungszeit:
30–35 Minuten
Für 8 Portionen

Zutaten
280 g Speisequark 20 % Fett
4 Eier, Grösse M
1 TL Zitronenschale, gerieben
80 g Zucker

Für die Form
1 EL Butter
1 EL Zucker

Zubehör
8 Souffléförmchen
Rost

Zubereitung
Eier trennen und Eiweiss für später auffangen. Quark mit dem Eigelb verrühren und Zitronenschale dazugeben.

Mit einem Schwingbesen Eiweiss mit Zucker steif schlagen und unter die Quarkmasse heben.

Souffléförmchen fetten und mit Zucker ausstreuen. Quarkmasse einfüllen und auf dem Rost in den Garraum schieben und garen.

Einstellung
Temperatur: 90 °C
Garzeit: 20–25 Minuten

Tipp

Als Ersatz für Souffléförmchen Tassen verwenden.

Quittenmousse

Zubereitungszeit:
35 (30) Minuten + 12 Stunden zum Kühlen
Für 5 Portionen

Zutaten
600 g Quitten | gewürfelt
1 Zitrone | nur den Saft
4 Blatt Gelatine, weiss
8 g Vanillezucker
50 g Zucker
100 g sauren Rahm
250 g Rahm

Zum Garnieren
5 TL Quittengelee
50 g Schokolade, weiss | geraspelt

Zubehör
Garbehälter gelocht
Sieb
Stabmixer

Zubereitung
Fruchtfleisch der Quitten mit Zitronensaft mischen. In einen gelochten Garbehälter geben und weich garen.

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Quitten mit dem Stabmixer fein pürieren, nach Belieben durch ein Sieb streichen. Mit Vanillezucker und Zucker abschmecken. Gelatine ausdrücken und in der warmen Masse auflösen. Sauren Rahm unterrühren. Creme kühl stellen, bis sie zu gelieren beginnt.

Rahm mit einem Schwingbesen steif schlagen und unter die Creme heben.

Quittenmousse über Nacht im Kühlschrank fest werden lassen.

Zum Servieren Nocken von der Quittenmousse abstechen.

Mit Quittengelee anrichten und mit Schokolade überstreuen.

Einstellung
Temperatur: 100 (120) °C
Garzeit: 10 (5) Minuten

Rotweinbirnen pochiert

Zubereitungszeit:
45 Minuten + 12 Stunden zum Kühlen
Für 4 Portionen

Für den Rotweinsud
1 Orange, unbehandelt | den Saft und 2–3 dünne Streifen von der Orangenschale
500 ml Rotwein, trocken
60 g brauner Zucker
¼ TL Zimt, gemahlen

Für die Vanille-Köpfli
75 g Zucker
1 Vanilleschote | nur das Vanillemark
50 g Rahm

Für die Birnen
4 Birnen, fest

Zum Servieren
250 g Mascarpone
100 g Magerquark

Zubehör
2 Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Saft der Orange, Rotwein, braunen Zucker, Zimt und Orangenschalen in einen ungelochten Garbehälter geben und gemäss Garschritt 1 erhitzen.

Für die Vanillecreme Zucker, Vanillemark und Rahm in einem ungelochten Garbehälter verrühren.

Birnen schälen, die Stiele nicht entfernen. Birnen im Ganzen in den Rotweinsud geben.

Die beiden Garbehälter mit der Vanillecreme und den Birnen im Rotweinsud gleichzeitig gemäss Garschritt 2 garen.

Nach dem Garen Vanillecreme aus dem Garraum nehmen und abkühlen lassen.

Rotweinbirnen einmal im Sud wenden und gemäss Garschritt 3 weiter pochieren, bis sie weich sind.

Nach dem Pochieren Orangenschalen aus dem Rotweinsud entfernen. Rotweinbirnen im Sud über Nacht in den Kühlschrank stellen, ebenso die Vanillecreme.

Vor dem Servieren Mascarpone und Magerquark mit der Vanillecreme verrühren. Rotweinbirnen mit etwas Rotweinsud beträufeln und mit der Vanillecreme anrichten.

Einstellung
Garschritt 1
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 5 Minuten

Garschritt 2
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 8 Minuten

Garschritt 3
Temperatur: 100 °C
Garzeit: 8 Minuten

Treacle Sponge Pudding

Zubereitungszeit:
70 - 120 Minuten, je nach Form
Für 6 Portionen (Schüssel oder Förmchen)

Für die Form
1 EL Butter

Für den Pudding
3 EL Zuckersirup, hell
125 g Weizenmehl, Type 405
5 g Backpulver
125 g Butter | weich
3 Eier, Grösse M
125 g Zucker
1 EL Zuckerrübensirup
3 EL Zuckersirup, hell

Zubehör
1 grosse Keramikschüssel (1 Liter)
6 Förmchen à 150 ml
Backpapier
Aluminiumfolie
Küchengarn
Garbehälter ungelocht

Zubereitung
Keramikschüssel oder Förmchen fetten. Zuckersirup hinein geben.

Weizenmehl und Backpulver in eine grosse Schüssel sieben, Butter, Eier, Zucker und Zuckerrübensirup hinzugeben, in 2 Minuten zu einem glatten Teig verrühren und in die Keramikschüssel oder die Förmchen geben. Mit der Unterseite eines Löffels glatt streichen.

Aus Backpapier einen Kreis bzw. mehrere Kreise ausschneiden, grösser als der obere Rand der Keramikschüssel oder der Förmchen. Den Kreis/die Kreise zweimal mittig falten und auf die Keramikschüssel/Förmchen platzieren. Mit Aluminiumfolie abdecken, seitlich abklappen und mit Küchengarn um den Schüsselrand befestigen.

Die Keramikschüssel/Förmchen in einen ungelochten Garbehälter stellen und garen.

Die Puddings mit einem Messer vom Rand lösen, kopfüber auf vorgewärmte Teller stürzen und Zuckersirup darüber giessen.

Sofort servieren.

Einstellung
Automatikprogramm
Dessert | Treacle Sponge Pudding | ein grosser / mehrere kleine
Programmdauer:
Für die Keramikschüssel: 90 Minuten
Für die Förmchen: 40 Minuten

Manuell
Betriebsart: Dampfgaren
Temperatur: 100 °C
Garzeit:
Für die Keramikschüssel: 90 Minuten
Für die Förmchen: 40 Minuten

Walnuss-Schokoladen-Pudding

Zubereitungszeit:
65–70 Minuten
Für 8 Portionen

Für den Pudding
100 g Schokolade, dunkel
5 Eier, Grösse M
80 g Butter
80 g Zucker
8 g Vanillezucker
80 g Walnüsse, gemahlen
80 g Paniermehl

Für die Form
1 EL Butter
1 EL Puderzucker

Zubehör
8 Souffléförmchen
Rost

Zubereitung
Schokolade schmelzen und Eier trennen. Eiweiss für später auffangen. Butter, Zucker und Vanillezucker schaumig rühren, Eigelb zugeben und verrühren.

Schokolade abkühlen lassen und mit Walnüssen und Paniermehl unter die Masse heben.

Eiweiss mit einem Schwingbesen steif schlagen und unter die Masse heben.

Souffléförmchen fetten und mit Puderzucker ausstreuen.

Masse in die Souffléförmchen füllen und auf dem Rost in den Garraum schieben und garen.

Einstellung
Temperatur: 90 °C
Garzeit: 30 Minuten

Tipp

Als Ersatz für Souffléförmchen Tassen verwenden.

Der Dampfgarer wäre kein würdiges Miele Produkt, besässe er nicht mehrere komfortable Zusatznutzen. So ist er ein wertvoller Helfer beim Haltbarmachen, ob beim Blanchieren vor der Gefrierlagerung oder beim Sterilisieren. Nach der Tiefkühlung ist Gefriergut beim Auftauen im Dampfgarer erneut bestens aufgehoben. Und beim Erhitzen bereits gegarter Speisen beweist das Gerät mit kurzen, sanften Regenerierphasen einmal mehr sein Talent.

Sterilisieren im Miele Dampfgarer

Das Sterilisieren dient dem Haltbarmachen und Bevorraten verschiedenster Lebensmittel. Da sich Obst, Gemüse und Fleisch gleichermassen zum Sterilisieren eignen, wissen sowohl Gartenbesitzer nach reicher Ernte als auch Grossfamilien und alle gastlichen Haushalte die Vorteile des Sterilisierens zu schätzen. Ein Obst- und Gemüsevorrat wird idealerweise zur Saisonzeit angelegt, wenn die meisten Vitamine und Mineralstoffe enthalten und die Preise am niedrigsten sind. Eine vorausschauende Vorratshaltung erübrigt später manchen zusätzlichen Einkauf und zeugt von der Fürsorge für Familie und Gäste. Indem es biochemische und mikrobiologische Prozesse, die die Lebensmittel mit der Zeit zum Verderb bringen, hemmt oder sogar ausschaltet, erhält das Sterilisieren den Geschmack und verlängert bei sachgerechtem Umgang die Haltbarkeit der Nahrung.

Sterilisieren

Verwenden Sie nur einwandfreie, frische Lebensmittel ohne Druckstellen und faule Stellen.

Gläser

Verwenden Sie nur einwandfreie, sauber gespülte Gläser und Zubehör. Sie können Gläser mit Twist-Off-Deckel sowie mit Glasdeckel und Gummidichtung verwenden. Achten Sie darauf, dass die Gläser die gleiche Grösse haben, damit alles gleichmässig sterilisiert wird. Reinigen Sie den Glasrand nach dem Einfüllen des Sterilisiergutes mit einem sauberen Tuch und heissem Wasser und verschliessen Sie die Gläser.

Obst

Verlesen Sie Obst sorgfältig, waschen Sie es kurz, aber gründlich und lassen Sie es abtropfen. Beerenobst sehr vorsichtig waschen, es ist sehr empfindlich und wird schnell zerdrückt. Entfernen Sie ggf. Schalen, Stiele, Kerne oder Steine. Zerkleinern Sie grösseres Obst. Schneiden Sie z. B. Äpfel in Schnitzen. Soll grösseres Steinobst mit Stein (Pflaumen, Aprikosen) sterilisiert werden, stechen Sie die Früchte mehrere Male mit einer Gabel oder einem Holzstäbchen an, da sie sonst platzen.

Gemüse

Waschen, putzen und zerkleinern Sie Gemüse. Blanchieren Sie Gemüse vor dem Sterilisieren, damit es seine Farbe behält. (siehe Kapitel “Blanchieren im Miele Dampfgarer”).

Füllmenge

Füllen Sie die Lebensmittel nur locker in das Glas bis maximal 3 cm unter den Rand. Die Zellwände werden zerstört, wenn das Lebensmittel gepresst wird. Stossen Sie das Glas sanft auf ein Tuch, damit sich der Inhalt besser verteilt. Füllen Sie die Gläser mit Flüssigkeit auf. Das Sterilisiergut muss bedeckt sein. Verwenden Sie bei Obst eine Zuckerlösung, bei Gemüse nach Belieben eine Salz- oder Essiglösung.

Fleisch und Wurst

Braten oder kochen Sie das Fleisch vor dem Einfüllen knapp gar. Nehmen Sie zum Auffüllen den Bratenfond, der mit Wasser verlängert werden kann, oder die Bouillon, in der das Fleisch gekocht

wurde. Achten Sie darauf, dass der Glasrand frei von Fett ist. Gläser mit Wurst dürfen nur zur Hälfte befüllt werden, da die Masse während des Sterilisierens hochsteigt.

Tipps

Nutzen Sie die Nachwärme, indem Sie die Gläser erst 30 Minuten nach dem Ausschalten aus dem Garraum entnehmen. Lassen Sie dann die Gläser mit einem Tuch bedeckt ca. 24 Stunden langsam abkühlen.

Vorgehensweise

– Schieben Sie den Rost in die unterste Einschubebene.
– Stellen Sie die gleich grossen Gläser auf den Rost. Die Gläser dürfen sich nicht berühren.

Sterilisieren im Miele Dampfgarer

Einkochgut	Temperatur in °C	Zeit* in Minuten
Beerenobst		
Johannisbeeren	80	50
Stachelbeeren	80	55
Preiselbeeren	80	55
Steinobst		
Kirschen	85	55
Mirabellen	85	55
Pflaumen	85	55
Pfirsiche	85	55
Reineclauden	85	55
Kernobst		
Äpfel	90	50
Apfelmus	90	65
Quitten	90	65
Gemüse		
Bohnen	100	120
Dicke Bohnen	100	120
Gurken	90	55
Fleisch		
Vorgekocht	90	90
Gebraten	90	90

* Diese Angaben beziehen sich auf 1-l-Gläser. Bei ½-l-Gläsern verkürzen Sie die Gesamtzeit um 15 Minuten. Bei ¼-l-Gläsern verkürzen Sie die Gesamtzeit um 20 Minuten.

Sie können in Ihrem Gerät weiches Obst entsaften, z. B. Beerenobst und Kirschen. Überreifes Obst ist zur Saftgewinnung bestens geeignet; je reifer das Obst, desto ergiebiger und aromatischer wird der Saft.

Vorbereitung

Verlesen und waschen Sie das zu entsaftende Obst. Schneiden Sie schadhafte Stellen heraus. Entfernen Sie die Stiele von Weintrauben und Sauerkirschen, da sie Bitterstoffe enthalten. Beeren müssen Sie nicht entstielen.

Tipps

Mischen Sie zur Geschmacksabrundung mildes mit herbem Obst. Die Saftmenge und das Aroma werden zum Teil verbessert, wenn dem Obst Zucker zugesetzt wird und dieser einige Stunden einziehen kann. Wir empfehlen auf 1 kg süsses Obst 50–100 g Zucker, auf 1 kg herbes Obst 100–150 g Zucker. Wollen Sie den gewonnenen Saft aufbewahren, füllen Sie ihn heiss in saubere Flaschen ab und verschliessen diese sofort.

Vorgehensweise

– Legen Sie das vorbereitete Obst in einen gelochten Garbehälter.
– Platzieren Sie darunter einen ungelochten Garbehälter oder die Auffangschale, um den Saft aufzufangen.

Einstellungen

Temperatur: 100 °C

Dauer: 40–70 Minuten

Entsaften im Miele Dampfgarer

Entsaften	Temperatur* in °C	Zeit* in Minuten
Weiche Früchte		
z. B. Beerenobst	100	40–70
Mittelharte Früchte		
z. B. Äpfel, Birnen	120	30–45
Harte Früchte		
z. B. Quitten	120	40–50

* Die Werte gelten für Dampfgarer und Druckdampfgarer.

Das Tiefgefrieren von Lebensmitteln ist die natürlichste und vielleicht bequemste Art der Haltbarmachung. Beim Einfrieren entstehen nur geringe Vitaminverluste, Mineralstoffe bleiben sogar vollständig erhalten. Da Mikroorganismen beim Gefrieren nicht gänzlich abgetötet werden, sollte das Tiefkühlgut nach seiner Entnahme zügig zubereitet und verzehrt werden. Je nach Art und Grösse des Lebensmittels erfolgt die Weiterverarbeitung in gefrorenem, an- oder aufgetautem Zustand. Beim Auftauen ist Ihnen der Dampfgarer auf sanfte Weise behilflich. Wählen Sie die Betriebsart “Auftauen” (abhängig vom Modell). Stellen Sie die Temperatur und Zeit gemäss der Auftautabelle ein. Halten Sie bitte auch die Ausgleichszeiten ein, sie dienen der gleichmässigen Wärmeverteilung.

Bitte beachten Sie:

– Verwenden Sie möglichst flache Gefriergefässe, sie verkürzen die Auftauzeit erheblich.
– Frieren Sie kleinere, bedarfsgerechte Portionen ein. Mehrere kleine Portionen lassen sich schonender und schneller auftauen als eine grosse Portion.
– Gefriergüter gleicher Art und Grösse (z. B. mehrere Pouletschenkel) können zusammen aufgetaut werden, ohne dass sich die Temperatureinstellung oder die Auftauzeit gegenüber nur einem Auftaugut verändert, sofern sie einzeln eingefroren werden.
– Nehmen Sie die Lebensmittel zum Auftauen aus der Gefrierverpackung (Ausnahme Brot und Gebäck), und legen Sie sie auf einen flachen Teller oder in den flachen Garbehälter.
– Sie können das Auftaugut nach der Hälfte der Zeit wenden und es voneinander lösen. Dies gilt insbesondere für dicke Auftaustücke (z. B. Bratenstücke).
– Lassen Sie nach Ablauf der Zeit das Auftaugut noch einige Zeit bei Zimmertemperatur stehen. Diese Ausgleichszeit (siehe Tabelle “Auftaugut”) ist notwendig, damit das Auftaugut bis ins Innerste auftauen kann.

Auftauen im Miele Dampfgarer

Auftaugut	Gewicht in Gramm	Temperatur* in °C	Auftauzeit* in Minuten	Ausgleichs-zeit* in Minuten
Milch/Milchprodukte				
Käse in Scheiben	125	60	15	10
Quark	250	60	20–25	10–15
Rahm	250	60	20–25	10–15
Weichkäse	100	60	15	10–15
Obst				
Apfelmus	250	60	20–25	10–15
Apfelstücke	250	60	20–25	10–15
Aprikosen	500	60	25–28	15–20
Erdbeeren	300	60	8–10	10–12
Himbeeren/Johannisbeeren	300	60	8	10–12
Kirschen	150	60	15	10–15
Pfirsiche	500	60	25–28	15–20
Pflaumen	250	60	20–25	10–15
Stachelbeeren	250	60	20–22	10–15
Gemüse				
z. B. Grünkohl, Rotkohl, Spinat; im Block gefroren	300	60	20–25	10–15
Fisch				
Fischfilets	400	60	15	10–15
Forellen	500	60	15–18	10–15
Hummer	300	60	25–30	10–15
Krabben	300	60	4–6	5
Fleisch				
Braten	in Scheiben	60	8–10	15–20
Hackfleisch	250	50	15–20	10–15
	500	50	20–30	10–15
Gulasch	500	60	30–40	10–15
	1000	60	50–60	10–15
Leber	250	60	20–25	10–15
Hasenrücken	500	50	30–40	10–15

Auftauen im Miele Dampfgarer

Auftaugut	Gewicht in Gramm	Temperatur* in °C	Auftauzeit* in Minuten	Ausgleichs-zeit* in Minuten
Rehrücken	1000	50	40–50	10–15
Schnitzel/Kotelett/Bratwurst	800	60	25–35	15–20
Geflügel				
Poulet	1000	60	40	15–20
Pouletschenkel	150	60	20–25	10–15
Pouletschnitzel	500	60	25–30	10–15
Trutenschenkel	500	60	40–45	10–15
Fertiggerichte				
Fleisch, Gemüse, Beilage	480	60	20–25	10–15
Eintopf, Suppen	480	60	20–25	10–15
Gebäck				
Blätterteig-Gebäck	–	60	10–12	10–15
Hefeteig-Gebäck	–	60	10–12	10–15
Rührteig-Gebäck-Kuchen	400	60	15	10–15
Brötchen/Brot				
Brötchen	–	60	30	2
Graubrot, geschnitten	500	60	75	20
	250	60	40	15
	125	60	20	10
Vollkornbrot, geschnitten	250	60	65	15
Weissbrot, geschnitten	150	60	30	20

* Die Werte gelten für Dampfgarer und Druckdampfgarer.

Blanchieren im Miele Dampfgarer

Das Blanchieren dient der Vorbereitung zum Haltbarmachen von Gemüse und Obst. Die kurze Wärmebehandlung beim Blanchieren setzt die in pflanzlichen Lebensmitteln enthaltenen Enzyme ausser Kraft und beugt damit Farb- und Geschmacksveränderung sowie stärkerem Vitaminabbau vor. Damit die Lebensmittel nicht nachgaren, sollten sie unmittelbar nach dem Blanchieren in Eiswasser abgekühlt werden.

So wird es gemacht:

Gemüse oder Obst putzen, waschen, grosse Sorten zerkleinern (Blumenkohl und Broccoli in Röschen, Lauch, Karotten und Kohlrabi geschnitten) und in einem gelochten Garbehälter in den Dampfgarer geben. Bei einer Temperatur von 100 °C beträgt die Blanchierdauer für alle Lebensmittel ca. 1 Minute. Geben Sie diese nach dem Blanchieren zum schnellen Abkühlen in Eiswasser.

Blanchiert werden sollten:

Äpfel, Aprikosen, Birnen, Pfirsich, Blumenkohl, Bohnen (grün oder gelb), Broccoli, Erbsen, Grünkohl, Kohlrabi, Karotten, Spargel, Spinat, Lauch

Nicht blanchiert werden sollten:

Beerenobst, Kräuter

Erhitzen können Sie in gelochten oder ungelochten Garbehältern sowie Serviergeschirr. Beim Erhitzen mit Serviergeschirr haben Sie den Vorteil, dass das Geschirr gleichzeitig erwärmt und die Temperatur gehalten wird. Je nach Art des Serviergeschirrs kann sich die Zeit des Erhitzens verändern.

Es empfiehlt sich, Saucen separat zu erwärmen. Ausnahmen sind Speisen, die in Saucen zubereitet werden (z. B. Gulasch).

Lebensmittel	**für Dampfgarer Zeit in Minuten* bei 100 °C**	**für Druckdampfgarer Zeit in Minuten* bei 95 °C**
Gemüse		
z. B. Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Bohnen	6–7	3–4
Beilagen		
z. B. Nudeln, Reis	3–4	4–5
Kartoffeln, längs halbiert	12–14	4–5
Klösse	15–17	4–5
Fleisch und Geflügel		
z. B. Braten in Stücke, 1½ cm dick	5–6	5–6
Rouladen, in Stücke geschnitten	5–6	5–6
Gulasch	5–6	5–6
Lammragout	5–6	5–6
Hacktätschli in Kapernsauce	13–15	5-6
Pouletschnitzel	7–8	5-6
Trutenschnitzel	7–8	5-6
Fisch		
Fischfilet, 2 cm dick	6–7	3–4
Fischfilet, 3 cm dick	7–8	3–4
Tellergerichte		
z. B. Spaghetti, Tomatensauce	13–15	4–5
Schweinebraten, Kartoffeln, Gemüse	12–14	5-6
Gefüllte Paprikaschote (halbiert), Reis	13–15	5-6
Pouletgeschnetzeltes, Reis	7–8	5-6
Gemüsesuppe	2–3	4–5
Cremesuppe	3–4	4–5

Erhitzen im Miele Dampfgarer

Lebensmittel	für Dampfgarer Zeit in Minuten* bei 100 °C	für Druckdampfgarer Zeit in Minuten* bei 95 °C
Klare Suppe	2–3	4–5
Eintopf	4–5	5-6

* Die Zeiten gelten für Lebensmittel, die auf einem Teller erhitzt werden. Damit kein Dampf auf dem Geschirr kondensiert, decken Sie die Speisen mit einem tiefen Teller ab.

Die Garzeit eines Lebensmittels ist unter anderem abhängig von der Frische, Qualität, Stückgrösse, Herkunft und von dem gewünschten Gargrad. Da bei Gemüse und Obst die Stückgrössen und der Zerkleinerungsgrad sehr unterschiedlich ausfallen können, wird in dieser Kategorie von einer mittleren Stückgrösse und einem mittleren Gargrad “bissfest” ausgegangen. Hülsenfrüchte können je nach Sorte auf sehr unterschiedliche Art und Weise weiterverarbeitet werden. Aus diesem Grund sind die Garzeiten für Erbsen, Bohnen und Linsen so ausgelegt, dass das Lebensmittel gar ist, aber noch in seiner Form erhalten bleibt.

Die in der Tabelle angegebenen Zeiten sind Richtwerte. Wir empfehlen, zunächst die kürzere Garzeit zu wählen. Sie können bei Bedarf nachgaren. Die Garzeit beginnt erst nach Erreichen der eingestellten Temperatur.

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Garbehälter gelocht	Garbehälter ungelocht
Gemüse						
Artischocken	100	32–38	120	12–14	•	
Blumenkohl, ganz	100	27–28	100	27–28	•	
Blumenkohl, Röschen	100	8	120	2	•	
Bohnen, grün	100	10–12	120	2	•	
Broccoli, Röschen	100	3–4	100	3–4	•	
Speisekarotten, zerkleinert	100	6	120	1	•	
Bundkarotten, ganz	100	7–8	120	3	•	
Bundkarotten, halbiert	100	6–7	120	3	•	
Bundkarotten, zerkleinert	100	4	120	1	•	
Chicorée, halbiert	100	4–5	100	4–5	•	
Chinakohl, geschnitten	100	3	120	1	•	
Erbsen	100	3	100	3	•	
Kefen	100	5–7	100	5–7	•	
Fenchel, halbiert	100	10–12	120	4–5	•	

Garen im Miele Dampfgarer

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Garbehälter gelocht	Garbehälter ungelocht
Fenchel, in Streifen	100	4–5	120	2	•	
Grünkohl, geschnitten	100	23–26	120	4–6	•	
Kartoffeln festkochend, geschält, ganz	100	27–29	100	27–29	•	
Kartoffeln festkochend, geschält, halbiert	100	21–22	120	9	•	
Kartoffeln festkochend, geschält, geviertelt	100	16–18	120	6	•	
Kartoffeln vorwiegend festkochend, geschält, ganz	100	25–27	100	25–27	•	
Kartoffeln vorwiegend festkochend, geschält, halbiert	100	19–21	120	7	•	
Kartoffeln vorwiegend festkochend, geschält, geviertelt	100	17–18	120	5	•	
Kartoffeln mehligkochend, geschält, ganz	100	26–28	100	26–28	•	
Kartoffeln mehligkochend, geschält, halbiert	100	19–20	120	7	•	
Kartoffeln mehligkochend, geschält, geviertelt	100	15–16	120	5	•	
Gschwellti, festkochend	100	30–32	100	30–32	•	
Kohlrabi, in Stifte	100	6–7	120	2	•	

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Gargehälter gelocht	Gargehälter ungelocht
Kürbis, gewürfelt	100	2–4	100	2–4	•	
Maiskolben	100	30–35	120	15	•	
Mangold, geschnitten	100	2–3	100	2–3	•	
Peperoni, gewürfelt oder in Streifen	100	2	100	2	•	
Pilze	100	2	100	2	•	
Lauch), geschnitten	100	4–5	120	1	•	
Lauch, Stangen halbiert	100	6	100	6	•	
Romanesco, ganz	100	22–25	100	22–25	•	
Romanesco, Röschen	100	5–7	120	2	•	
Rosenkohl	100	10–12	120	3–4	•	
Randen, ganz	100	53–57	120	24–26	•	
Rotkohl, geschnitten	100	23–26	120	4	•	
Schwarzwurzel, ganz, daumendick	100	9–10	120	3–4	•	
Sellerieknolle, in Stifte	100	6–7	120	2	•	
Spargel, grün	100	7	100	7	•	
Spargel, weiss, daumendick	100	9–10	100	9–10	•	
Spinat	100	1–2	100	1–2		•
Spitzkohl, geschnitten	100	10–11	120	2–3	•	
Staudensellerie, geschnitten	100	4–5	120	1–2	•	
Räbe, geschnitten	100	6–7	120	2–3	•	

Garen im Miele Dampfgarer

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Gargehälter gelocht	Gargehälter ungelocht
Weisskabis, geschnitten	100	12	120	2	•	
Wirz, geschnitten	100	10–11	120	2	•	
Zucchini, Scheiben	100	2–3	100	2–3	•	
Hülsenfrüchte						
Bohnen, nicht eingeweicht, im Verhältnis mit Wasser 1:3						
Kidneybohnen	100	130–140	100	130–140		•
Rote Bohnen (Azuki-Bohnen)	100	95–105	100	95–105		•
Schwarze Bohnen	100	100–120	120	15–16		•
Wachtelbohnen	100	115–135	100	115–135		•
Weisse Bohnen	100	80–90	100	80–90		•
Bohnen, eingeweicht, mit Wasser bedeckt						
Kidneybohnen	100	55–65	120	7		•
Rote Bohnen (Azuki-Bohnen)	100	20–25	120	3		•
Schwarze Bohnen	100	55–60	120	7		•
Wachtelbohnen	100	55–65	120	7		•
Weisse Bohnen	100	34–36	120	7		•
Erbsen, nicht eingeweicht, im Verhältnis mit Wasser 1:3						
Gelbe Erbsen	100	110–130	100	110–130		•
Grüne Erbsen, geschält	100	60–70	100	60–70		•
Erbsen, eingeweicht, mit Wasser bedeckt						
Gelbe Erbsen	100	40–50	120	11		•
Grüne Erbsen, geschält	100	27	120	9		•
Linsen, nicht eingeweicht, im Verhältnis mit Wasser 1:2						

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Garbehälter gelocht	Garbehälter ungelocht
Braune Linsen	100	13–14	100	13–14		•
Rote Linsen	100	7	100	7		•
Obst						
Äpfel, in Stücken	100	1–3	100	1–3		•
Birnen, in Stücken	100	1–3	100	1–3		•
Kirschen, süss und sauer	100	2–4	100	2–4		•
Mirabellen	100	1–2	100	1–2		•
Nektarinen/Pfirsiche, in Stücken	100	1–2	100	1–2		•
Pflaumen	100	1–3	100	1–3		•
Quitten, gewürfelt	100	6–8	120	3–4		•
Rhabarber, in Stücken	100	1–2	100	1–2		•
Stachelbeeren	100	2–3	100	2–3		•
Hühnereier						
Eier, Grösse M, weich	100	4	100	4	•	
Eier, Grösse M, mittel	100	6	100	6	•	
Eier, Grösse M, hart	100	10	100	10	•	
Eier, Grösse L, weich	100	5	100	5	•	
Eier, Grösse L, mittel	100	6–7	100	6–7	•	
Eier, Grösse L, hart	100	12	100	12	•	
Sonstiges						
Schokolade schmelzen	65	20	65	20		•

Garen im Miele Dampfgarer

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Garbehälter gelocht	Garbehälter ungelocht
Gemüse blanchieren	100	1	100	1	•	
Obst blanchieren	100	1	100	1	•	
Zwiebeln dünsten	100	4	120	2		•
Speck auslassen	100	4	120	2		•
Flüssigkeiten erhitzen, Tasse/Becher	100	2	100	2		•
Joghurt herstellen, Joghurtgläser	40	300	40	300	•	
Hefeteig gehen lassen, Behälter/Schüssel	40	mind. 15	40	mind. 15	•	
Tomaten häuten	95	1	95	1	•	
Peperoni häuten	100	4	100	4	•	
Feuchte Tücher erwärmen	70	2	70	2	•	
Honig entkristallisieren	60	90	60	90	•	
Äpfel konservieren	50	5	50	5	•	
Eierstich	100	4	120	2		•
Getreide (im Verhältnis mit Wasser)						
Amarant (1:1,5)	100	15–17	120	8		•
Bulgur (1:1,5)	100	9	120	4		•
Grünkern, ganz (1:1)	100	18–20	120	9		•
Grünkern, geschrotet (1:1)	100	7	120	4		•
Hafer, ganz (1:1)	100	18	120	9		•
Hafer, geschrotet (1:1)	100	7	120	4		•

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Gar-behälter gelocht	Gar-behälter ungelocht
Hirse (1:1,5)	100	10	100	10		•
Polenta (1:3)	100	10	100	10		•
Quinoa (1:1,5)	100	15	120	7		•
Roggen, ganz (1:1)	100	35	120	18		•
Roggen, geschrotet (1:1)	100	10	120	5		•
Weizen, ganz (1:1)	100	30	120	15		•
Weizen, geschrotet (1:1)	100	8	120	4		•
Klösse						
Dampfnudeln	100	30	100	30	•	
Hefeklösse	100	20	100	20	•	
Kartoffelklösse im Kochbeutel, bedeckt mit Wasser	100	20	100	20		•
Semmelknödel im Kochbeutel, bedeckt mit Wasser	100	18–20	100	18–20		•
Nudeln						
Bandnudeln, bedeckt mit Wasser	100	14	120	8		•
Suppennudeln, bedeckt mit Wasser	100	8	100	8		•
Reis (im Verhältnis mit Wasser)						
Basmatireis (1:1,5)	100	15	120	7		•
Parboiled Reis (1:1,5)	100	23–25	120	11		•
Vollkornreis (1:1,5)	100	26–29	120	13		•
Wildreis (1:1,5)	100	26–29	120	13		•

Garen im Miele Dampfgarer

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Garbehälter gelocht	Garbehälter ungelocht
Rundkornreis (im Verhältnis mit Flüssigkeit)						
Milchreis (1:2,5)	100	30	100	30		•
Risottoreis (1:2,5)	100	18–19	120	11		•
Bindemittel						
Gelatine	90	1	90	1		•
Mehlklösse	100	3	100	3		•
Sago						
1 x umrühren	100	20	–	–		•
ohne Umrühren	–	–	120	6		•
Fisch und Schalentiere						
Aal	100	5–7	100	5–7	•	
Barschfilet	100	8–10	100	8–10	•	
Crevetten	90	3	90	3	•	
Doradenfilet	85	3	85	3	•	
Forelle, 250 g	90	10–13	90	10–13	•	
Garnelen	90	3	90	3	•	
Heilbuttfilet	85	4–6	85	4–6	•	
Jakobsmuscheln	90	5	90	5	•	
Dorsch	100	6	100	6	•	
Karpfen, 1,5 kg	100	18–25	100	18–25	•	
King Prawns	90	4	90	4	•	
Lachsfilet	100	6–8	100	6–8	•	
Lachssteak	100	8–10	100	8–10	•	
Lachsforelle	100	14–17	100	14–17	•	•
Langusten	95	10–15	95	10–15	•	
Miesmuscheln	90	12	90	12	•	•
Pangasiusfilet	85	3	85	3	•	

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Gar-behälter gelocht	Gar-behälter ungelocht
Rotbarschfilet	100	6–8	100	6–8	•	
Schellfischfilet	100	4–6	100	4–6	•	
Schollenfilet	85	4–5	85	4–5	•	
Seeteufelfilet	85	8–10	85	8–10	•	
Seezungenfilet	85	3	85	3	•	
Steinbuttfilet	85	5–8	85	5–8	•	
Thunfischfilet	85	5–10	85	5–10	•	
Venusmuscheln	90	4	90	4	•	•
Zanderfilet	85	4	85	4	•	
Fleisch und Wurstwaren						
Rindshaxe, bedeckt mit Wasser	100	110–120	120	45–50		•
Brühwürstchen	90	6–8	90	6–8	•	•
Gnagi	100	135–145	120	75–80		•
Pouletbrustfilet	100	8–10	100	8–10	•	•
Haxe	100	105–115	120	58–63		•
Hohrücken, bedeckt mit Wasser	100	110–120	120	38–43		•
Kalbsgeschnetzeltes	100	3–4	100	3–4	•	
Ripplischeiben	100	6–8	120	3–4	•	•
Lammragout	100	12–16	120	6–8		•
Trutenrouladen	100	12–15	100	12–15	•	
Trutenschnitzel	100	4–6	100	4–6	•	•
Maispoularde	100	60–70	120	30		•
Querrippe, bedeckt mit Wasser	100	130–140	120	50–55		•
Rindsgulasch	100	105–115	120	30–35		•

Garen im Miele Dampfgarer

Gargut	für Dampfgarer		für Druckdampfgarer		Gargeschirr	
	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Temperatur in °C	Garzeit in Minuten	Garbehälter gelocht	Garbehälter ungelocht
Suppenhuhn, bedeckt mit Wasser	100	80–90	120	40		•
Tafelspitz	100	110–120	120	45–50		•
Weisswurst	90	6–8	90	6–8	•	•

Miele AG
Limmatstrasse 4
8957 Spreitenbach

Miele SA
Sous-Riette 23
1023 Crissier

Telefon: 0848 848 048
www.miele.ch/contact

www.miele.ch

Miele

M.-Nr. 11 240 730 / 01

de-CH