

Opomba:

Pribor je možno uporabljati pri:

- samostojnih aparatih širine 500 mm proizvedenih od leta 2000 dalje,
- samostojnih aparatih širine 600 mm proizvedenih od leta 2002 dalje,
- vgradnjih aparatih proizvedenih od leta 2003 dalje.

Odločili ste se za zdrav način priprave hrane. Kuhanje v naši parni posodi vam to omogoča.

Kuhanje v pari je primerno zlasti za **dietno pripravo jedi**, saj poleg maščob, ki so v samem živilu drugih ne dodajamo. Primerno je za kuhanje zelenjave, rib, manjših kosov perutnine, jajc, kruhovih cmokov. **Zelenjava se ne razkuha, ostane cela (kompaktna) in ne spremeni barve**, prav tako cmoki. **Jedi ohranijo veliko vitaminov, aromo in lasten okus.** Kuhano zelenjavo lahko punudite tudi kot prilogo k ostalim jedem.

Sestavni deli posode za kuhanje v pari:**Pokrov posode****Perforiran vložek**
(nanj nalagamo živila)**Globok emajliran pekač**
(vanj nalijemo vodo)

Dimenzije posode:
širina 405 mm, višina 185 mm, globina 360 mm

Pred prvo uporabo:

Obstaja možnost, da boste pri prvi uporabi parne posode, zaznali kiselkasti vonj, ki pa ne vpliva na kvaliteto pripravljene hrane v parni posodi. Tega je možno odpraviti, če pred prvim kuhanjem, ravnate tako, da pečico nastavite na sistem spodnje grelo+ventilator ☒ z izbrano temperaturo 180°C. Na tej nastavitvi, segrevajte prazno pečico 10 min. Vstavite parni pekač, v katerega ste predhodno nalili 1 l vode, na 2. vodilo (1. vodilo; pri aparatih tipa EV2...,EVP2...,E2...,EI2...,K2...) in segrevajte 1 uro. Ostanek vode zavržite.

Postopek kuhanja v pari:



slika 1



slika 2



slika 3



slika 4

- **V globok pekač** nalijete **600-700 ml pitne vode** - odvisno od dolžine kuhanja in vrste jedi.
- **Perforiran vložek** vstavite v globok pekač. Jedi, ki jih želite kuhati v pari, položite neposredno na perforiran vložek. Globok pekač pokrijete **s pokrovom**.
- Prazno pečico predhodno segrevate 10 minut na $T=140^{\circ}\text{C}$ pri sistemu spodnje grelo+ventilator ☒.

POZOR! Notranost pečice in vodila so vroča - uporabljajte zaščitne rokavice. Posodo vstavite tako, da je steklena stena posode spredaj, kar omogoča boljšo vizualno kontrolo med kuhanjem.

Vstavljanje parne posode v pečico

- Parno posodo vstavite v **2. vodilo** (šteto od spodaj) predgrete pečice. Na omenjenem sistemu in temperaturi nadaljujete s kuhanjem v pari (pri aparatih tipa EV2...,EVP2...,E2...,EI2...,K2...).
- Parno posodo postavite v **1. vodilo** (šteto od spodaj) **na rešetko**, predgrete pečice (pri aparatih tipa EV2...,EVP2...,E2...,EI2...,K2...).

⚠ Kuhanje v pari je dovoljeno le na sistemu spodnje grelo + ventilator ☒ pri temperaturi 140°C.

- Ob koncu kuhanja previdno odprite vrata pečice (izhod pare).

Izvleček parne posode iz pečice

Z zaščitnimi rokavicami vzamete posodo za parno kuhanje iz pečice.

- Če je vodilo izvlečno, potegnite posodo skupaj z vodili iz pečice do konca (slika 1). Posodo nato spredaj rahlo privzdignite iz vodil (slika 2) in jo povlecite proti sebi za približno 8 cm (slika 3), tako da jo lahko primete ob strani pod robom globokega pekača, najprej na eni in nato še na drugi strani (slika 4).



slika 5

- Če je parna posoda na rešetki, jo nekoliko potegnite skupaj z rešetko iz pečice (slika 5), tako da jo lahko primete ob strani pod robom globokega pekača, najprej na eni in nato še na drugi strani.



slika 6

- Posodo dvignite ter odložite na delovni pult, ki ga prej zaščitite.
- **POZOR! Pokrov posode dvignite tako, da para izstopi na zadnjem delu posode, da se ne opečete s paro (Slika 6).**
- Parne posode ne odlagajte na vrata pečice. Z ustreznim kuhinjskim priborom poberite kuhane jedi iz perforiranega vložka.

Tabela kuhanja v parni posodi

Živilo	Priprava in količina v gramih	Voda za kuhanje v pari v gl. pekaču v ml	Čas kuhanja v pari v minutah
Cvetača	cela - 2 glavi, 500g/gl.	600	38 - 44
Cvetača	v kosih - 1000g	600	36 - 42
Cvetača zamrznjena	v kosih - 1000g	600	38 - 42
Brokoli	v kosih - 1000g	600	36 - 42
Brokoli zamrznjen	v kosih - 1000g	600	38 - 42
Korenje vzdolžno	narezano - 700g	700	38 - 45
Fižol	zeleni - 800g	700	40 - 45
Krompir	narezan na krhlje 1000g	700	42 - 47 - odvisno od starosti
Špargeljni - beluši	- 800g	700	38 - 45 - odvisno od debeline
Jajca	trdo kuhana 15 kom	600	28 - 32
Ribe - postrvi	cele - 2 kom 300g/kom	600	40 - 43
Perutnina - kurja bederca	cele - 4 kom 200g/kom	600	42 - 45
Kruhovi cmočki s slanino	celi - 12 kom	700	35 - 42
Paprika	narezana na kose - trakove 1000g	600	35 - 40 - odvisno od starosti

Čiščenje in nega posode za kuhanje v pari:

- Zamrznjenenih jedi ne odmrzujte pred kuhanjem v pari.
- Kadar kuhate različno zelenjavo hkrati, tisto, ki ima daljši čas kuhanja, bolj natančno narežite. Priporočamo, da skupna masa zelenjave ne presega 1000g, ker lahko para le tako neovirano izhaja skozi luknjice vložka in obkroža živila.
- Pri kuhanju rib priporočamo, da očiščenim ribam notranjost zapolnite s svežimi začimbami npr. česnom, peteršiljem.

Pred vsakim kuhanjem v pari morajo biti vsi deli parne posode temeljito očiščeni. Ne uporabljajte grobih, agresivnih čistil. Globok pekač in perforiran vložek lahko perete v pomivalnem stroju. Za pokrov posode pa priporočamo, da ga čistite z vileda krpo namočeno v raztopino detergenta za ročno pranje posode. Sperete ga s čisto vodo. Vsi deli posode morajo biti pred uporabo temeljito sprani z vodo in obrisani s suho krpo. Če se v gl. pekaču nabere vodni kamen ga skušajte odstraniti z raztopino kisa.