

# nuestro estudio de cocina

**Anexo al manual de instrucciones**

[es] Recomendaciones de uso .....	2
[pt] Recomendações de uso .....	10

**Sometidos a un riguroso control en nuestro estudio de cocina** ..... 2

Pasteles y repostería.....2

Sugerencias y consejos prácticos para el horneado .....3

Carne, aves, pescado.....4

Consejos prácticos para asar convencionalmente y asar al grill.....5

Gratinados, soufflés, tostadas.....6

Productos preparados..... 6

Platos especiales..... 7

Descongelar ..... 7

Función Aire caliente eco ..... 7

**Comidas normalizadas.....9**

Hornear.....9

Asar al grill.....9

## Sometidos a un riguroso control en nuestro estudio de cocina

En este apartado figuran una selección de platos y los ajustes correspondientes. Se detallan los tipos de calentamiento y las temperaturas apropiados para los respectivos platos. También se indica información relativa a accesorios y la altura ideal de inserción. Asimismo figuran consejos sobre recipientes y el modo de preparación.

### Notas

- Los valores de la tabla son válidos para la preparación de alimentos con el interior del horno vacío y frío.  
Precalentar solamente cuando así se especifique en las tablas. Antes de proceder a su utilización, retirar todos los accesorios del interior del horno que no sean necesarios. Cubrir los accesorios con papel de hornear una vez precalentado el aparato.
- Los valores relativos al tiempo que figuran en las tablas son valores orientativos. Vienen determinados por la calidad y la composición de los alimentos.
- Utilizar el accesorio suministrado. Los accesorios adicionales están disponibles como accesorio especial en los comercios especializados o en el Servicio de Asistencia Técnica.  
Antes de su utilización, retirar del interior del horno los accesorios y recipientes que no sean necesarios.
- Utilizar siempre un paño apropiado para retirar los accesorios o los recipientes calientes del interior del horno.

## Pasteles y repostería

### Hornear a un nivel

Con Calor superior e inferior  se consigue el mejor horneado de pasteles.

Si se hornea con Aire caliente , se recomiendan las siguientes alturas para introducir los accesorios:

- Pasteles en moldes: altura 2
- Pasteles en la bandeja: altura 3

### Moldes para hornear

Los moldes metálicos para hornear de color oscuro son los más adecuados.

Si se utilizan moldes claros de metal fino o moldes de cristal los tiempos de cocción se alargan y los pasteles no se doran de manera uniforme.

En caso de utilizar moldes de silicona hay que seguir las indicaciones y recetas del fabricante de dichos moldes. Los moldes de silicona normalmente son más pequeños que los normales. La cantidad de masa y las indicaciones de la receta pueden variar.

### Tablas

En la tabla se encuentran los tipos de calentamiento óptimos para cada tipo de pastel o postre. La temperatura y el tiempo de cocción dependerán de la cantidad y la consistencia de la masa. Por esta razón, en las tablas de cocción siempre se reseñan márgenes de tiempo. Se ha de comenzar siempre probando con el más bajo. Con una temperatura más baja se consigue un dorado más uniforme. En caso necesario, se podrá aumentar en la siguiente ocasión.

Si se precalienta el horno, los tiempos de cocción se reducen en 5 ó 10 minutos.

Se ofrece información adicional en Sugerencias para hornear como anexo de las tablas.

Si se hornean varios pasteles al mismo tiempo, se pueden colocar los moldes juntos en la parrilla.

Pasteles para preparar en moldes	Molde sobre la parrilla	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Tiempo en minutos
Tarta	Molde para tartas de hojalata, Ø 31 cm.	1	<input type="checkbox"/>	220-240	40-50
Base de bizcocho, 6 huevos (precalentar)	Molde desarmable	2	<input type="checkbox"/>	150-170	40-50
Magdalenas	Bandeja de horno plana	3	<input type="checkbox"/>	150-160	30-45
Flan (baño María)	Molde para flan en recipiente con agua	1	<input type="checkbox"/>	200-210	65-75
Quiche	Molde para tartas de hojalata, Ø 31 cm.	1	<input type="checkbox"/>	220-230	40-50
Pasteles*	Molde para pasteles de hojalata, Ø 28 cm.	2	<input type="checkbox"/>	180-200	50-60

\* Para hornear más de un pastel a la vez, colocar varios moldes sobre la parrilla.

Pasteles en la bandeja de horno		Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Tiempo en minutos
Pizzas	Bandeja de horno	2	☐	200-220	25-35
Pasta de hojaldre	Bandeja de horno	3	☒	180-200	25-35
Börek	Bandeja universal	2	☐	190-200	40-55

Es posible adquirir una bandeja de horno adicional en el comercio especializado o en el Servicio de Asistencia Técnica.

Pan y panecillos		Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Tiempo en minutos
Pan de levadura con 1,2 kg de harina*, (precalentar)	Bandeja esmaltada	2	☐	270	8
				200	35-45
Panecillos (p. ej. de centeno)	Bandeja esmaltada	3	☐	200-220	20-20

\* No verter nunca agua directamente en el interior del horno caliente.

Repostería		Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Tiempo en minutos
Pastas y galletas	Bandeja esmaltada	3	☐	150-160	20-30
Merengues	Bandeja esmaltada	3	☒	80-90	180-210
Buñuelos de viento	Bandeja esmaltada	2	☐	190-210	30-40
Almendrados	Bandeja esmaltada	3	☐	110-130	30-40

Las bandejas adicionales pueden adquirirse como accesorios opcionales en comercios especializados.

## Sugerencias y consejos prácticos para el horneado

Si se quiere utilizar una receta propia.	Se puede orientar por un producto semejante que figure en la tabla de cocción.
Manera de comprobar si el pastel de masa batida ya está en su punto.	Unos 10 minutos antes de que finalice el tiempo de horneado señalado en la receta, pinchar el pastel en su punto más alto con un palillo de madera fino. Si el palillo sale limpio sin restos de masa, el pastel está listo.
La tarta quedó aplastada.	La próxima vez, emplear menos líquido o seleccionar una temperatura de horneado 10 grados inferior. Observar los períodos de tiempo reseñados en la receta para batir la masa.
La tarta se ha hinchado bien en el centro, pero hacia los bordes tiene menos altura.	No engrasar el molde. Una vez terminado el pastel, desprenderlo con cuidado del molde, con ayuda de un cuchillo.
El pastel sale demasiado dorado por arriba.	Colocar el pastel a una altura menor en el horno, seleccionar una temperatura de horneado más baja y dejarlo cocer durante más tiempo.
El pastel sale demasiado seco.	Pinchar varias veces con un palillo el pastel ya terminado. Verter sobre éste unas gotas de zumo de fruta o de alguna bebida alcohólica. La próxima vez, seleccionar una temperatura de horneado 10 grados superior y reducir el tiempo de horneado.
El pan o la repostería (por ejemplo, tarta de requesón) tienen una buena apariencia por fuera, pero por dentro están pastosos (húmedos, con zonas mojadas).	La próxima vez, emplear menos líquido y dejar el producto durante un poco más tiempo en el horno, a una temperatura inferior. En los pasteles con revestimiento jugoso, hornear primero la base. A continuación, esparcir sobre la base del pastel almendras picadas o pan rallado, antes de poner la guarnición. Observar las indicaciones de la receta y los tiempos de cocción.
Las pastas se han dorado de forma irregular.	Seleccionar una temperatura inferior; las pastas quedarán más uniformes. Hornear las pastas más delicadas con calor superior e inferior ☐ a un nivel. El papel de hornear que sobresale puede influir también en la circulación del aire. Cortarlo siempre a la medida de la bandeja.
El pastel de frutas está demasiado claro por la parte de abajo.	Poner en la próxima ocasión el pastel un nivel más abajo.
El jugo de fruta se sale.	La próxima vez, utilizar la bandeja universal si está disponible.
Las pastas pequeñas hechas con levadura pueden pegarse unas a otras durante el horneado.	Procurar dejar un espacio de unos 2 cm entre unas y otras. Así tendrán el espacio suficiente para crecer y dorarse por todos los lados.
Al hornear pasteles jugosos se produce agua de condensación.	Al hornear se puede generar vapor de agua. Una parte de este vapor se evapora por la manilla de la puerta del horno, pudiéndose condensar en el panel de mandos o en los frontales de los muebles adyacentes en forma de gotas de agua. Viene condicionado físicamente.

## Carne, aves, pescado

### Recipientes

Se puede usar cualquier recipiente resistente al calor. Para asados de gran tamaño se puede usar también la bandeja esmaltada.

Lo más adecuado es usar recipientes de cristal. Comprobar que la tapa de la cacerola encaja y cierra bien.

Si se utilizan recipientes esmaltados, se debe añadir más líquido.

Si se utilizan cacerolas de acero inoxidable, la carne no se dorará tanto e incluso podrá quedarse poco hecha. Si es así, alargar el tiempo de cocción.

Datos indicados en las tablas:  
Recipiente sin tapa = abierto  
Recipiente con tapa = cerrado

Colocar el recipiente siempre en el centro de la parrilla.

Los recipientes de cristal calientes deben ponerse sobre un paño de cocina seco. El cristal puede estallar si la base de apoyo está húmeda o fría.

### Asado

Añadir algo de líquido a las carnes magras. El recipiente deberá tener aprox. ½ cm de líquido.

Para los estofados habrá que añadir abundante líquido. El recipiente deberá tener aprox. 1 - 2 cm de líquido.

La cantidad de líquido dependerá siempre del tipo de carne y del material del recipiente. Cuando se usan recipientes esmaltados, se requerirá más líquido que cuando se usan recipientes de cristal.

Las cacerolas de acero inoxidable son adecuadas, aunque con limitaciones. La carne tarda mucho más en hacerse y se tuesta menos. En caso de usarlos, seleccionar una temperatura más alta o un mayor tiempo de cocción.

### Asar al grill

Asar al grill siempre con el horno cerrado.

Para asar al grill, precalentar el horno durante unos 3 minutos antes de introducir el producto en el interior del horno.

Colocar las piezas directamente sobre la parrilla. Si sólo se prepara una pieza, quedará mejor si se coloca en la parte central de la parrilla.

Poner la bandeja esmaltada a la altura 1. Así se recoge el jugo de la carne y el horno se mantiene más limpio.

No poner la bandeja de horno o la bandeja universal a la altura 4 ó 5. Debido al fuerte calor, ésta podría deformarse y dañar el interior del horno al extraerla.

En la medida de lo posible, tomar piezas del mismo grosor. Así se doran de forma homogénea y se conservan jugosas. Salar los filetes después de asarlos al grill.

Dar la vuelta a las piezas una vez transcurrido 2/3 del tiempo de cocción.

La resistencia del grill se va conectando y desconectando automáticamente. Esto es normal. La frecuencia dependerá del nivel de grill programado.

### Carne

Dar la vuelta a la carne cuando haya transcurrido la mitad del tiempo.

Cuando el asado esté listo, deberá reposar unos 10 minutos en el horno cerrado y desconectado. Así se puede repartir mejor el jugo de la carne.

Una vez finalizado el tiempo de cocción, envolver el roastbeef en papel de aluminio y dejar reposar en el horno durante 10 minutos.

Al hacer un asado de cerdo con corteza, cortar la corteza en forma de cruz y colocar el asado en el recipiente primero con la corteza hacia abajo.

Carne	Peso	Recipiente	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C, nivel de grill	Tiempo en minutos
Estofado de buey (p. ej. costillar)	1,0 kg	cerrado	2		220-240	90
	2,0 kg		2		200-220	130
Lomo de vaca	1,0 kg	abierto	2		210-230	70
	2,0 kg		2		190-210	90
Roastbeef, poco hecho	1,0 kg	abierto	1		210-230	40
Bistecs, bien hechos*		Parrilla	5		3	20
Bistecs, poco hechos*			5		3	15
Carne de cerdo con corteza de tocino (p. ej. espalda, pierna)	1,0 kg	abierto	1		180-200	120
	2,0 kg		1		160-180	180
Costillar de cerdo ahumado, con hueso	1,0 kg	cerrado	2		210-230	70
Asado de carne picada	de 750 g de carne	abierto	1		170-190	70
Salchichas	aprox. 750 g	Parrilla	4		3	15
Asado de ternera	1,0 kg	abierto	2		190-210	100
	2,0 kg		2		170-190	120
Pierna de cordero deshuesada	1,5 kg	abierto	1		150-170	110

\* Precalentar el horno durante 5 minutos.

## Aves

Los pesos de la tabla hacen referencia a aves sin relleno y listas para asar.

Colocar las aves enteras en la parrilla primero con la pechuga hacia abajo. Dar la vuelta una vez transcurrido  $\frac{2}{3}$  del tiempo estimado.

Dar la vuelta a las piezas de asado, el redondo de pavo o la pechuga de pavo una vez transcurrida la mitad del tiempo de cocción. Dar la vuelta a los trozos de ave tras  $\frac{2}{3}$  del tiempo.

Si se cocina pato o ganso, pinchar la piel por debajo de las alas para que se desprenda la grasa.

Las aves quedan muy doradas y crujientes si, más o menos al final del tiempo de cocción, se untan con mantequilla, agua con sal o zumo de naranja.

Si se asa al grill directamente sobre la parrilla, colocar la bandeja esmaltada a la altura 1.

Aves	Peso	Recipiente	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Tiempo en minutos
Mitades de pollo, de 1 a 4 piezas	de 400 g cada pieza	Parrilla	2		200-220	40-50
Pollo, entero de 1 a 4 unidades	de 1,0 kg cada unidad	Parrilla	2		190-210	50-80
Pato	1,7 kg	Parrilla	2		180-200	90-100
Pavo joven	3,0 kg	Parrilla	2		180-200	80-100

## Pescado

Dar la vuelta a las piezas de pescado tras  $\frac{2}{3}$  del tiempo.

A los pescados enteros no hace falta darles la vuelta. Meter en el horno el pescado entero en posición de nado con la aleta dorsal hacia arriba. Para que el pescado se mantenga estable, poner una patata cortada o un pequeño recipiente apto para hornear dentro del abdomen del pescado.

Si se hornean filetes de pescado, añadir unas cuantas cucharadas soperas de líquido para rehogar.

Si se asa al grill directamente sobre la parrilla, colocar la bandeja esmaltada a la altura 1.

Pescado	Peso	Recipiente	Altura	Tipo calentamiento	Temperatura en °C	Tiempo en minutos
Pescado, blanco / mixto (pieza entera) ej. dorada	600 g	Bandeja esmaltada	3		180-190	45-55
Pescado graso (piezas pequeñas) ej. salmón		Parrilla*	2		180-190	45-55
Merluza rellena	1,0 kg	Bandeja esmaltada	3		180-190	55-65

\* Introducir la bandeja esmaltada a la altura 1.

## Consejos prácticos para asar convencionalmente y asar al grill






En esta tabla no figuran los datos relacionados con el peso del asado.	Elegir las indicaciones correspondientes al menor peso e ir aumentando el tiempo según se necesite.
Cómo comprobar si el asado está en su punto.	Utilizar un termómetro para carne (disponible en comercios especializados) o hacer la "prueba de la cuchara". Presionar con una cuchara sobre el asado. Si está rígido, significa que está listo. Si está blando, necesita aún algo de tiempo.
El asado está demasiado oscuro y la corteza quemada por algunas partes.	Comprobar la altura a la que se ha colocado y la temperatura.
El asado tiene buen aspecto, pero la salsa se ha quemado.	Utilizar en la próxima ocasión una cacerola más pequeña o añadir más líquido.
El asado tiene buen aspecto, pero la salsa es demasiado clara y líquida.	Utilizar en la próxima ocasión una cacerola más grande y añadir menos líquido.
Al preparar el asado se produce vapor de agua.	Se trata de un efecto físico necesario y normal. Una gran parte de ese vapor de agua sale por la salida de vapor. El vapor de agua puede condensarse en el panel de mando o en los frontales de los muebles contiguos y escurrirse en forma de agua condensada.

## Gratinados, soufflés, tostadas

Colocar el recipiente siempre sobre la parrilla.

Para asar directamente sobre la parrilla sin recipientes, introducir la bandeja esmaltada a la altura 1. Así el horno se mantendrá más limpio.

El estado del gratinado dependerá del tamaño del recipiente y de la altura del gratinado. Los datos que aparecen en la tabla son solo valores orientativos.

Plato	Recipiente	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C, nivel de grill	Tiempo en minutos
Soufflés dulces (p. ej. soufflé de requesón con fruta)	Molde para soufflés	2		180-200	40-50
Gratinados sazonados, con ingredientes crudos* (p. ej. gratinado de patatas)	Molde para gratinar o bandeja esmaltada	2		160-180	50-70
		2		160-180	50-70
Dorar tostadas	Parrilla	5		3	4-5
Gratinar tostadas	Parrilla	3+1		170-180	8-12














\* El gratinado no deberá tener una altura superior a 2 cm.

## Productos preparados

Tener en cuenta las indicaciones del fabricante en el embalaje.

Al cubrir los accesorios con papel de hornear, asegurarse de que ese papel sea apto para elevadas temperaturas. Adaptar el tamaño del papel al tamaño del plato que se va a preparar.

El resultado obtenido dependerá directamente del tipo de alimento. Podrán existir irregularidades y diferencias de color en los productos crudos.

Plato	Accesorios	Altura	Tipo calentam.	Temperatura en °C	Duración en minutos
<b>Pizza, ultracongelada</b>					
Pizza con base fina	Bandeja universal	2		200-220	15-25
	Bandeja universal + parrilla	3+1		180-200	25-35
Pizza con base gruesa	Bandeja universal	2		170-190	30-40
	Bandeja universal + parrilla	3+1		170-190	25-35
Pizza-baguette	Bandeja universal	3		170-190	20-30
Minipizza	Bandeja universal	3		190-210	10-20
<b>Productos de patata, ultracongelados</b>					
Patatas fritas	Bandeja universal	3		190-210	20-30
	Bandeja universal + bandeja de horno	3+1		190-200	35-45
Tortitas de patata, patatas rellenas	Bandeja universal	3		200-220	15-25
<b>Productos de panadería, ultracongelados</b>					
Panecillos, baguettes	Bandeja universal	3		180-200	10-20
<b>Fritos, ultracongelados</b>					
Varitas de pescado	Bandeja universal	2		220-240	10-20
Palitos de pollo, nuggets	Bandeja universal	3		200-220	15-25
<b>Pastel de hojaldre, ultracongelado</b>					
Pastel de hojaldre	Bandeja universal	3		190-210	30-35

## Platos especiales

A bajas temperaturas se consigue un buen yogur cremoso así como una masa de levadura esponjosa.

Retirar primero los accesorios y las rejillas o raíles izquierdo y derecho del interior del horno.

### Preparar yogur

1. Hervir 1 litro de leche (3,5 % de materia grasa) y dejarla enfriar hasta que alcance los 40 °C.
2. Mezclar 150 g de yogur (a temperatura del frigorífico).

3. Verterlo en tazas o tarros y cubrirlos con film transparente.
4. Precalentar el interior del horno como se indica.
5. A continuación, colocar las tazas o los tarros sobre la base del interior del horno y preparar como se indica.

### Dejar levar la masa de levadura

1. Preparar la masa de levadura de la forma habitual. Verter la masa en un recipiente de cerámica resistente al calor y taponarlo.
2. Precalentar el interior del horno como se indica.
3. Apagar el aparato y dejar levar la masa en el interior del horno una vez apagado.

Plato	Recipientes	Altura	Tipo calentamiento	Temperatura	Tiempo
Yogur	Colocar las tazas o los tarros	en la base del interior del horno		Precalentar a 50 °C 50 °C	5 min. 8 h.
Dejar levar la masa de levadura	Colocar un recipiente resistente al calor	en la base del interior del horno		Precalentar a 50 °C, apagará el aparato e introducir la masa de levadura en el interior del horno.	5-10 min. 20-30 min.

## Descongelar

El tiempo de descongelación depende del tipo y de la cantidad de los alimentos.

Tener en cuenta las indicaciones del fabricante en el embalaje.

Extraer los alimentos congelados del envase y colocarlos en un recipiente apropiado sobre la parrilla.

Colocar el ave en un plato con la parte de la pechuga hacia abajo.

**Nota:** La lámpara de iluminación del horno no se enciende hasta alcanzar los 60 °C de temperatura. De este modo se consigue una regulación precisa óptima.

Plato	Accesorios	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura
<b>Productos congelados delicados</b> P. ej. tartas de nata, tartas de crema de mantequilla, tartas con glaseado de chocolate o azúcar, frutas, etc.	Parrilla	1		30 °C
<b>Otros productos congelados</b> Pollo, embutido y carne, pan y panecillos, pasteles y otros productos de repostería	Parrilla	1		50 °C

## Función Aire caliente eco

Con la función Aire caliente eco se puede obtener un ahorro significativo de energía al cocinar platos a un nivel. Los ciclos de cocción, horneado y asado no requieren precalentamiento.

### Notas

- Para asegurar la máxima eficacia de la función de ahorro de energía, el plato debe introducirse con el horno frío y vacío.
- Durante el ciclo de asado, la puerta del horno sólo debe abrirse si es estrictamente necesario, por ejemplo, para dar la vuelta a los alimentos. En el capítulo "Tablas y sugerencias", se recogen numerosos consejos y sugerencias para el horneado y el asado.

### Tabla

La siguiente tabla muestra una selección de los platos más apropiados para la función de ahorro de energía. En ella se detallan los ajustes de temperatura, accesorios y altura adecuados para cada plato.

La temperatura y la duración del tiempo de cocción pueden variar en función de la cantidad, el estado y la calidad de los alimentos. Por ello, dichos valores se indican en la tabla mediante rangos aproximados. Se recomienda empezar con el valor más bajo. Seleccionando una temperatura más baja, se obtendrá un gratinado más uniforme. Si el resultado no fuera el esperado, ajústese un nivel de temperatura superior la próxima vez.

Tipo de calentamiento = Aire caliente eco

Accesorio	Altura	Temperatura °C	Tiempo de cocción, minutos
<b>Pasteles y repostería</b>			
Triángulos de nuez	bandeja de horno plana	3	185-195 35-45
Pastel de masa bizcocho, fácil	parrilla + molde rectangular	2	170-180 55-65
Hojaldres de albaricoque	bandeja de horno plana	3	190-200 25-35
Bizcocho jaspeado	parrilla + molde rectangular	2	160-170 100-110

	<b>Accesorio</b>	<b>Altura</b>	<b>Temperatura °C</b>	<b>Tiempo de cocción, minutos</b>
Bizcocho de mantequilla	parrilla + molde rectangular	2	150-160	65-75
Rosco de Saboya	parrilla + molde	2	150-160	80-90
Brazo de gitano	bandeja de horno plana	3	160-170	15-25
Bizcocho de agua	parrilla + molde esmaltado oscuro	2	160-165	40-50
Bizcocho tradicional español, 3 huevos	parrilla + molde esmaltado oscuro	1	160-170	40-50
Pastel plano de levadura	bandeja de horno plana	3	160-170	35-45
Pastas y galletas	bandeja de horno plana	3	130-140	20-30
Tarta de manzana	bandeja universal profunda	3	170-180	55-65
Magdalenas	bandeja de horno plana	3	150-160	25-35
Pastelillos huecos rellenos de crema	bandeja universal profunda	3	200-210	35-45
Mediasnoches de mantequilla (12 unidades)	bandeja de horno plana	3	170-180	15-25
Pan (1 kg)	bandeja de horno plana	3	200-210	55-65
<b>Carnes</b>				
Asado de ternera (1,5 kg de aguja de ternera)	parrilla + recipiente cerrado	2	200-210	110-120
Asado de cerdo (1 kg)	parrilla + recipiente abierto	2	180-190	110-120
<b>Pescados</b>				
Dorada / lubina al horno (2 piezas, 350 g cada una)	bandeja universal profunda	2	180-190	30-40
Dorada a la sal (2 piezas, 450 g cada una)	bandeja de horno plana	3	180-190	40-50
Merluza (1 pieza, de 1 kg)	bandeja de horno plana	2	180-190	50-60
Truchas (2 piezas, 300 g cada una)	bandeja de horno plana	2	180-190	25-35
Rape (2 piezas, 400 g cada una)	bandeja de horno plana	2	180-190	30-40
<b>Comida precocinada congelada</b>				
Pizza congelada base fina	parrilla	2	210-220	20-25
Pizza base gruesa	parrilla	2	180-190	25-35
Patatas fritas para hornear	bandeja de horno plana	3	210-220	25-30
Alitas de pollo	bandeja de horno plana	3	200-210	15-25
Varitas de pescado	bandeja de horno plana	3	210-220	20-30
Mini hojaldres rellenos	bandeja de horno plana	3	180-190	15-25
Lasaña congelada (450 g)	parrilla	2	210-230	45-55
Lasaña (2 piezas de 450 g cada una)	parrilla	2	210-230	45-55
Palitos de mozzarella	bandeja de horno plana	2	230-240	12-22
Jalapeños	bandeja de horno plana	3	200-210	15-25
<b>Otros</b>				
Gratinado de patata	parrilla + recipiente abierto	2	155-165	70-75
Lasaña fresca	parrilla + recipiente abierto	2	175-180	50-60



# Comidas normalizadas

Estas tablas han sido elaboradas para institutos de pruebas con el fin de facilitar los controles y pruebas de los distintos aparatos.

Conforme a EN 50304/EN 60350 (2009) e IEC 60350.

## Hornear

Galletas de mantequilla:

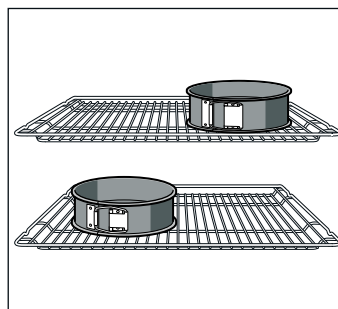
Las bandejas que se han introducido en el horno al mismo tiempo no tienen por qué estar listas en el mismo momento.

Pastel de manzana recubierto en 1 nivel:


Colocar moldes desmontables oscuros separados entre sí.








Pastel de manzana recubierto en 2 niveles:

Colocar moldes desmontables oscuros superpuestos.



Pasteles en moldes desmontables de hojalata:

Hornear con Calor superior e inferior  en 1 nivel. Utilizar la bandeja esmaltada en lugar de la parrilla y colocar encima los moldes desmontables.



Plato	Accesorios y consejos y advertencias	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Tiempo en minutos
Galletas de mantequilla (precalentar*)	Bandeja de horno plana	2		160-170	20-30
	Bandeja universal profunda	3		150-160	20-30
Pastelitos 20 piezas	Bandeja esmaltada	3		150-170	20-35
Bizcocho de agua (precalentar*)	Molde desmontable	1		170-180	35-45
Pastel plano de levadura	Bandeja esmaltada	2		160-180	30-40
Pastel de manzana recubierto	2 parrillas + 2 moldes desmontable de hojalata Ø 20 cm.	1+3		170-180	60-70
	Bandeja esmaltada + 2 moldes desmontable de hojalata Ø 20 cm.	1		190-210	70-90

\* No utilizar el calentamiento rápido para precalentar el hornor.

Las parrillas y las bandejas de horno pueden adquirirse como accesorios opcionales en comercios especializados.

## Asar al grill

Si los alimentos se colocan directamente sobre la parrilla, introducir la bandeja esmaltada en la altura 1. De este modo se recoge el jugo de la carne y el horno se mantiene más limpio.

Plato	Accesorios	Altura	Tipo de calentamiento	Nivel de grill	Tiempo en minutos
Dorar tostadas (precalentar 10 min.)	Parrilla	5		3	1/2-2
Hamburguesa de ternera, 12 unidades* (no precalentar)	Parrilla + bandeja esmaltada	4+1		3	25-30

\* Dar la vuelta una vez transcurrido 2/3 del tiempo.

<b>Testado para si no nosso estúdio de cozinha .....</b>	<b>10</b>	Pratos especiais.....	15
Bolos e biscoitos .....	10	Descongela.....	15
Sugestões e conselhos práticos para cozinhar no forno.....	11	Função Ar quente eco.....	15
Carne, aves, peixe.....	12	<b>Refeições de teste .....</b>	<b>17</b>
Conselhos para assar e grelhar .....	13	Cozer.....	17
Gratinados, soufflés, torradas .....	14	Grelhar.....	17
Alimentos preparados.....	14		

## Testado para si no nosso estúdio de cozinha

Nesta secção encontrará uma selecção de pratos, bem como as regulações ideais para prepará-los. Indicamos-lhe o tipo de aquecimento e a temperatura mais adequados para o prato que pretende preparar. Ficará a saber quais os acessórios adequados e em que nível devem ser introduzidos. Encontrará também conselhos sobre os recipientes e sobre o modo de preparação.

### Notas

- Os valores constantes das tabelas aplicam-se sempre à introdução no interior frio e vazio do aparelho.  
Pré-aqueça o forno apenas quando houver uma referência nesse sentido nas tabelas. Apenas deve forrar os acessórios com papel antiaderente após o pré-aquecimento.
- Os tempos indicados nas tabelas são meros valores de referência. Variam em função da qualidade e do tipo de alimento.
- Utilize os acessórios fornecidos. Poderá adquirir acessórios adicionais numa loja especializada ou junto do Serviço de Assistência Técnica.  
Antes da utilização, retire os acessórios e recipientes que não necessita do interior do aparelho.
- Use sempre uma pega para retirar acessórios ou recipientes quentes do interior do aparelho.

## Bolos e biscoitos

### Cozer num nível

Com calor superior e inferior consegue-se uma melhor cozedura de bolos.

Se cozer utilizando o modo Ar quente , recomenda-se os seguintes níveis para introduzir os acessórios:

- Bolos em formas: nível 2
- Bolos no tabuleiro: nível 3

### Formas

As mais adequadas são as formas escuras de metal para bolos.

Se utilizar formas claras de metal fino ou formas de vidro, o tempo de cozedura prolonga-se e o bolo não aloura tão uniformemente.

Se pretender utilizar formas de silicone, siga as indicações e receitas do fabricante das formas. As formas de silicone costumam ser mais pequenas do que as normais. As quantidades de massa e as indicações da receita podem divergir.

### Tabelas

Na tabela são apresentados os tipos de aquecimento ideais para cada tipo de bolo ou sobremesa. A temperatura e o tempo de cozedura dependem da quantidade e da consistência da massa. Por esta razão, nas tabelas de cozedura são sempre apresentadas margens de tempo. Deve sempre começar-se por experimentar o tempo mais curto. Com uma temperatura mais baixa, consegue-se uma cozedura mais uniforme. Da próxima vez, caso seja necessário, deve aumentar os valores.

Se pré-aquecer o forno, os tempos de cozedura devem reduzir-se cerca de 5 ou 10 minutos.

*São disponibilizadas informações adicionais em Sugestões para cozedura, como anexo das tabelas.*

Se cozer vários bolos ao mesmo tempo, podem juntar-se as formas sobre a grelha.

Bolos com preparação em formas	Forma sobre a grelha	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C	Tempo em minutos
Tarte	Forma de folha-de-flandres para tartes, Ø 31 cm.	1		220-240	40-50
Base de pão-de-ló, 6 ovos (pré-aquecimento)	Forma desmontável	2		150-170	40-50
Madalenas	Tabuleiro de forno plano	3		150-160	30-45
Pudim (em banho-maria)	Forma para pudim em recipiente com água	1		200-210	65-75
Quiche	Forma de folha-de-flandres para tartes, Ø 31 cm.	1		220-230	40-50
Bolos*	Forma de folha-de-flandres para bolos, Ø 28 cm.	2		180-200	50-60

\* Para cozer mais de um bolo de cada vez, colocar várias formas sobre a grelha.

<b>Bolos com preparação no tabuleiro do forno</b>		<b>Nível</b>	<b>Tipo de aquecimento</b>	<b>Temperatura em °C</b>	<b>Tempo em minutos</b>
Pizzas	Tabuleiro de forno	2	☐	200-220	25-35
Massa folhada	Tabuleiro de forno	3	☒	180-200	25-35
Börek	Tabuleiro universal	2	☐	190-200	40-55

É possível adquirir um tabuleiro de forno adicional num estabelecimento especializado ou através do Serviço de Assistência Técnica.

<b>Pão e pãezinhos</b>		<b>Nível</b>	<b>Tipo de aquecimento</b>	<b>Temperatura em °C</b>	<b>Tempo em minutos</b>
Pão de fermento com 1,2 kg de farinha* (pré-aquecimento)	Tabuleiro esmaltado	2	☐	270	8
				200	35-45
Pãezinhos (p. ex. de centeio)	Tabuleiro esmaltado	3	☐	200-220	20-20

\* Nunca deitar água directamente no interior do forno quente.

<b>Doçaria</b>		<b>Nível</b>	<b>Tipo de aquecimento</b>	<b>Temperatura em °C</b>	<b>Tempo em minutos</b>
Bolinhos e biscoitos	Tabuleiro esmaltado	3	☐	150-160	20-30
Suspiros	Tabuleiro esmaltado	3	☒	80-90	180-210
Sonhos	Tabuleiro esmaltado	2	☐	190-210	30-40
Bolos de amêndoa	Tabuleiro esmaltado	3	☐	110-130	30-40

É possível adquirir os tabuleiros adicionais como acessórios opcionais em estabelecimentos especializados.

## Sugestões e conselhos práticos para cozinhar no forno

Se pretender utilizar uma receita própria.	Pode utilizar como referência um alimento semelhante que esteja indicado na tabela de cozedura.
Forma de verificar se o bolo de massa batida já está no ponto.	Cerca de 10 minutos antes de terminar o tempo de cozedura assinalado na receita, espetar um palito de madeira fino no ponto mais alto do bolo. Se ao retirar o palito este estiver limpo, sem restos de massa, o bolo está pronto.
A tarte ficou achatada.	Da próxima vez, pôr menos líquido ou seleccionar uma temperatura de cozedura 10 graus inferior. Cumprir os períodos de tempo indicados na receita para bater a massa.
A tarte cresceu no centro, mas os extremos têm menos altura.	Não untar a forma. Quando o bolo estiver cozido, separá-lo cuidadosamente da forma com a ajuda de uma faca.
O bolo fica demasiado cozido por cima.	Colocar o bolo num nível inferior no forno, seleccionar uma temperatura de cozedura mais baixa e deixá-lo cozer durante mais tempo.
O bolo fica demasiado seco.	Espetar um palito várias vezes no bolo já cozido. Verter umas gotas de sumo de fruta ou de alguma bebida alcoólica sobre o mesmo. Da próxima vez, seleccionar uma temperatura de cozedura 10 graus superior e reduzir o tempo de cozedura.
O pão ou doçaria (por exemplo, tarte de requeijão) tem bom aspecto por fora, mas por dentro está pastoso(a) (húmido(a), com zonas molhadas).	Da próxima vez, pôr menos líquido e deixar o alimento um pouco mais de tempo no forno, a uma temperatura inferior. Nos bolos com cobertura molhada, cozer primeiro a base. Depois, espalhar sobre a base do bolo amêndoas picadas ou pão ralado, antes de guarnecer. Cumprir as indicações da receita e os tempos de cozedura.
Os bolinhos ficaram cozidos de forma irregular.	Seleccionar uma temperatura inferior; os bolinhos ficam mais uniformes. Cozer os bolinhos mais delicados com calor superior e inferior ☐ a um nível. O excesso de papel vegetal também pode influenciar a circulação do ar. Cortá-lo sempre à medida do tabuleiro.
O bolo de frutas ficou com a base demasiado clara.	Da próxima vez, colocar o bolo num nível inferior.
O sumo da fruta espalha-se.	Da próxima vez, se estiver disponível, utilizar o tabuleiro universal.
Os bolinhos feitos com fermento podem pegar-se uns aos outros durante a cozedura.	Tentar deixar um espaço de cerca de 2 cm entre os bolinhos. Desta forma, terão espaço suficiente para crescer e ficar cozidos em toda a volta.
A cozedura de bolos molhados produz água de condensação.	A cozedura pode criar vapor de água. Uma parte deste vapor é extraída pelo puxador da porta do forno, podendo condensar-se no painel de comandos ou nas partes frontais dos móveis adjacentes, em forma de gotas de água. Este fenómeno tem influência física.

## Carne, aves, peixe

### Recipientes

Pode utilizar-se qualquer recipiente resistente ao calor. Para assar pedaços de grande tamanho pode também utilizar-se o tabuleiro esmaltado.

O mais adequado é utilizar recipientes de vidro. Verificar se a tampa do tacho encaixa e fecha bem.

Se forem utilizados recipientes esmaltados, deve juntar-se mais líquido.

Se forem utilizados tachos de aço inoxidável, a carne não fica tão dourada, podendo ainda ficar mal cozinhada. Se tal acontecer, aumentar o tempo de cozedura.

Dados de referência nas tabelas:

Recipiente sem tampa = aberto

Recipiente com tampa = fechado

Colocar o recipiente sempre no centro da grelha.

Os recipientes de vidro quentes devem ser colocados sobre um pano de cozinha seco. O vidro pode estalar se a base de apoio estiver húmida ou fria.

### Assar

No caso de carne magra, adicione um pouco de líquido. O fundo do recipiente deve ficar coberto até ½ cm de altura.

No caso de carne para estufar, adicione líquido abundante. O fundo do recipiente deve ficar coberto até 1 - 2 cm de altura.

A quantidade de líquido depende do tipo de carne e do material do recipiente. Se cozinhar carne numa assadeira esmaltada, é necessário um pouco mais de líquido do que num recipiente de vidro.

As assadeiras de aço inox são apropriadas apenas em determinadas condições. A carne coze mais lentamente e fica menos tostada. Regule uma temperatura superior e/ou prolongue o tempo de cozedura.

### Grelhar

Grelhar sempre com o forno fechado.

Para grelhar, pré-aquecer o forno durante cerca de 3 minutos, antes de introduzir o alimento no forno.

Colocar os pedaços directamente sobre a grelha. Se apenas se preparar um pedaço, o resultado será melhor se se utilizar a parte central da grelha

Colocar o tabuleiro esmaltado no nível 1. Assim, o sumo da carne é recolhido e o forno mantém-se mais limpo.

Não colocar o tabuleiro de forno ou o tabuleiro universal no nível 4 ou 5. Com o calor intenso, estes podem ficar deformados e danificar o interior do forno ao serem retirados.

Tanto quanto possível, ter pedaços com a mesma espessura. Desta forma, ficam dourados de forma homogénea e mantêm-se suculentos. Salgar os bifes/filetes depois de grelhados.

Virar os pedaços depois de ter passado ⅔ do tempo de cozedura.

A resistência do grelhador liga e desliga automaticamente. Isto é normal. A frequência com que tal acontece depende do nível de grelhador programado.

### Carne

Decorrido metade do tempo, vire as peças de carne.

Quando o assado estiver pronto, deverá deixá-lo repousar durante mais 10 minutos, com o forno fechado e desligado. Deste modo, o suco da carne ficará melhor distribuído.

Depois de pronto, embrulhe o rosbife em papel de alumínio e deixe-o repousar no forno, durante 10 minutos.

Se assar carne de porco com courato, faça cortes em cruz no courato e coloque o assado no recipiente com o courato virado para baixo.

Carne	Peso	Recipiente	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C, nível do grelhador	Tempo em minutos
Carne de vaca estufada (p. ex. costeletas)	1,0 kg	fechado	2		220-240	90
	2,0 kg		2		200-220	130
Lombo de vaca	1,0 kg	aberto	2		210-230	70
	2,0 kg		2		190-210	90
Rosbife, mal passado	1,0 kg	aberto	1		210-230	40
Bifes, bem passados*		Grelha	5		3	20
Bifes, mal passados*			5		3	15
Carne de porco com toucinho (p. ex. lombo, perna)	1,0 kg	aberto	1		180-200	120
	2,0 kg		1		160-180	180
Costeletas de porco fumadas, com osso	1,0 kg	fechado	2		210-230	70
Assado de carne picada	750 g de carne	aberto	1		170-190	70
Salsichas	aprox. 750 g	Grelha	4		3	15
Vitela assada	1,0 kg	aberto	2		190-210	100
	2,0 kg		2		170-190	120
Perna de borrego desossada	1,5 kg	aberto	1		150-170	110

\* Pré-aquecer o forno durante 5 minutos.

## Aves

Os pesos da tabela fazem referência a aves sem recheio e preparadas para assar.

Colocar as aves inteiras sobre a grelha, primeiro com o peito para baixo. Virar depois de terem passado  $\frac{2}{3}$  do tempo.

Virar a carne do assado, pedaços de peru ou o peito de peru, depois de metade do tempo de cozedura ter passado. Virar os pedaços de carne de aves depois de terem passado  $\frac{2}{3}$  do tempo.

Se cozinhar pato ou ganso, furar a pele debaixo das asas para libertar a gordura.

As aves ficam muito douradas e estaladiças se, perto do final do tempo de cozedura, untar com manteiga, água com sal ou sumo de laranja.

Se assar directamente sobre a grelha, colocar o tabuleiro esmaltado no nível 1.

Aves	Peso	Recipiente	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C	Tempo em minutos
Metades de frango, de 1 a 4 pedaços	400 g cada pedaço	Grelha	2		200-220	40-50
Frango inteiro, de 1 a 4 unidades	1,0 kg cada unidade	Grelha	2		190-210	50-80
Pato	1,7 kg	Grelha	2		180-200	90-100
Peru jovem	3,0 kg	Grelha	2		180-200	80-100

## Peixe

Virar os pedaços de peixe, depois de terem passado  $\frac{2}{3}$  do tempo.

Não é necessário virar peixes inteiros. Colocar o peixe inteiro no forno, em posição de nadar, com a barbatana dorsal para cima. Para que o peixe se mantenha estável, colocar uma batata cortada, ou um pequeno recipiente que possa ir ao forno, dentro do abdómen do peixe.

Se cozer filetes de pescada, junte algumas colheres de sopa de líquido para refogar.

Se assar directamente sobre a grelha, colocar o tabuleiro esmaltado no nível 1.

Peixe	Peso	Recipiente	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C	Tempo em minutos
Peixe de carne branca/mista (inteiro), p. ex., dourada	600 g	Tabuleiro esmaltado	3		180-190	45-55
Peixe gordo (pequeno), p. ex., salmão		Grelha*	2		180-190	45-55
Pescada recheada	1,0 kg	Tabuleiro esmaltado	3		180-190	55-65

\* Introduzir o tabuleiro esmaltado no nível 1.

## Conselhos para assar e grelhar

A tabela não contém indicações sobre o peso do assado. Siga as indicações correspondentes ao peso próximo mais baixo e prolongue o tempo.

Pretende verificar se o assado está pronto. Utilize um termómetro para carne (pode ser adquirido no comércio da especialidade) ou faça o "teste da colher". Com uma colher, faça pressão sobre o assado. Se o assado estiver rijo, isso significa que está pronto. Se ele ceder, isso significa que ainda é necessário mais algum tempo.

O assado ficou demasiado escuro e a pele está queimada em alguns pontos. Verifique o nível do tabuleiro e a temperatura.

O assado tem bom aspecto, mas o molho está queimado. Da próxima vez, escolha uma assadeira mais pequena ou adicione mais líquido.

O assado tem bom aspecto, mas o molho está claro e aguado. Da próxima vez, escolha uma assadeira maior e adicione menos líquido.

Quando adiciona líquido ao assado forma-se vapor de água. Trata-se de um processo físico e é normal que isso aconteça. Grande parte do vapor de água escapa pela saída de vapor. Pode depositar-se no painel de comandos, que está mais frio, ou nas frentes dos móveis adjacentes e depois pingar sob a forma de água de condensação.

## Gratinados, soufflés, torradas

Colocar o recipiente sempre sobre a grelha.

Para assar directamente sobre a grelha sem recipientes, introduzir o tabuleiro esmaltado no nível 1. Assim, mantém-se o forno limpo.

O estado do gratinado dependerá do tamanho do recipiente e do nível a que se encontra. Os dados apresentados na tabela são apenas valores de referência.

Prato	Recipiente	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C, nível do grelhador	Tempo em minutos
Soufflés doces (p. ex. soufflé de requeijão com fruta)	Forma para soufflés	2		180-200	40-50
Gratinados temperados, com ingredientes crus* (p. ex. gratinado de batatas)	Forma para gratinar ou tabuleiro esmaltado	2		160-180	50-70
		2		160-180	50-70
Dourar torradas	Grelha	5		3	4-5
Tostar torradas	Grelha	3+1		170-180	8-12

\* O gratinado não deve ter uma altura superior a 2 cm.

## Alimentos preparados

Ter em conta as indicações do fabricante na embalagem.

Ao tapar os acessórios com papel vegetal, garantir que este papel se adapta a temperaturas elevadas. Adaptar o tamanho do papel ao tamanho do prato que se vai preparar.

O resultado final dependerá directamente do tipo de alimento. Poderá haver irregularidades e diferenças de cor nos alimentos crus.

Prato	Acessórios	Nível	Tipo aquecim.	Temperatura em °C	Tempo em minutos
<b>Pizza ultracongelada</b>					
Pizza com base fina	Tabuleiro universal	2		200-220	15-25
	Tabuleiro universal + grelha	3+1		180-200	25-35
Pizza com base grossa	Tabuleiro universal	2		170-190	30-40
	Tabuleiro universal + grelha	3+1		170-190	25-35
Pizza-baguete	Tabuleiro universal	3		170-190	20-30
Minipizza	Tabuleiro universal	3		190-210	10-20
<b>Alimentos de batata ultracongelados</b>					
Batatas fritas	Tabuleiro universal	3		190-210	20-30
	Tabuleiro universal + tabuleiro de forno	3+1		190-200	35-45
Biscoitos de batata, batatas recheadas	Tabuleiro universal	3		200-220	15-25
<b>Alimentos de padaria ultracongelados</b>					
Pãezinhos, baguetes	Tabuleiro universal	3		180-200	10-20
<b>Fritos ultracongelados</b>					
Douradinhos de peixe	Tabuleiro universal	2		220-240	10-20
Palitos de frango, nuggets	Tabuleiro universal	3		200-220	15-25
<b>Bolo de massa folhada ultracongelado</b>					
Bolo de massa folhada	Tabuleiro universal	3		190-210	30-35

## Pratos especiais

A baixas temperaturas consegue-se um óptimo iogurte cremoso, bem como uma massa de levedura fofa.

Retirar, em primeiro lugar, os acessórios e as grelhas ou calhas do lado esquerdo e direito, do interior do forno.

### Preparar iogurte

1. Ferver 1 litro de leite (3,5 % de matéria gorda) e deixar arrefecer até atingir os 40 °C.
2. Misturar 150 g de iogurte (à temperatura do frigorífico).

3. Vertê-lo para taças ou boiões e cobri-los com película aderente.
4. Pré-aquecer o forno seguindo as indicações.
5. Em seguida, colocar as taças ou boiões sobre a base do interior do forno e confeccionar segundo as indicações.

### Deixar crescer a massa de levedura

1. Preparar a massa de levedura da forma habitual. Verter a massa num recipiente de cerâmica resistente ao calor e tapá-lo.
2. Pré-aquecer o forno seguindo as indicações.
3. Desligar o aparelho e deixar crescer a massa no interior do forno, depois de desligado.

Prato	Recipientes	Altura	Tipo aquecimento	Temperatura	Tempo
iogurte	Colocar as taças ou os pequenos boiões	na base do interior do forno	☒	Pré-aquecer a 50 °C 50 °C	5 min. 8 h.
Deixar crescer a massa de levedura	Colocar um recipiente resistente ao calor	na base do interior do forno	☒	Pré-aquecer a 50 °C, desligar o aparelho e colocar a massa de levedura no forno.	5-10 min. 20-30 min.

## Descongelar

O tempo de descongelamento depende do tipo e da quantidade dos alimentos.

Ter em conta as indicações do fabricante na embalagem.

Retirar os alimentos congelados da embalagem e colocá-los num recipiente apropriado sobre a grelha.

Colocar a ave num prato com o peito virado para baixo.

**Nota.** A lâmpada do forno não se acende enquanto este não atingir uma temperatura de 60 °C. Deste modo, consegue obter-se a regulação exacta ideal.

Prato	Acessórios	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura
<b>Alimentos congelados delicados</b> P. ex., tartes de nata, tartes de creme de manteiga, tartes com glacé de chocolate ou açúcar, frutas, etc.	Grelha	1	☒	30 °C
<b>Outros alimentos congelados</b> Frango, enchidos e carne, pão e pãezinhos, bolos e outros alimentos de doçaria	Grelha	1	☒	50 °C

## Função Ar quente eco

Com a função Ar Quente eco ☒ é possível obter-se uma poupança significativa de energia ao cozinhar pratos a um determinado nível de temperatura. Os tempos de cozedura não requerem pré-aquecimento.

### Notas

- Para assegurar a máxima eficácia da função de poupança de energia, o prato deve ser introduzido com o forno frio e vazio.
- Durante o tempo de cozedura, a porta do forno só deve ser aberta quando for estritamente necessário (por exemplo, para virar os alimentos). No capítulo "Tabelas e sugestões", são dados numerosos conselhos e sugestões para cozinhar.

### Tabela

A tabela seguinte mostra uma selecção dos pratos que melhor se adequam à função de poupança de energia. Aqui é possível encontrar informação detalhada sobre as regulações de temperatura, acessórios e altura adequados a cada prato.

A temperatura e o tempo de cozedura podem variar consoante a quantidade, estado e qualidade dos alimentos. Por isso, estes valores são indicados na tabela em intervalos aproximados. Deve começar pelo valor mais baixo. Com uma temperatura mais baixa, obterá uma cozedura mais uniforme. Se o resultado não for o esperado, seleccionar um nível de temperatura superior na próxima utilização.

Tipo de aquecimento = ☒ Ar quente eco

	Acessório	Nível	Temperatura °C	Tempo de cozedura, minutos
<b>Bolos e doçaria</b>				
Triângulos de nozes	tabuleiro de forno plano	3	185-195	35-45
Bolo de massa de pão-de-ló, fácil	grelha + forma rectangular	2	170-180	55-65
Folhados de alperce	tabuleiro de forno plano	3	190-200	25-35
Bolo mármore	grelha + forma rectangular	2	160-170	100-110

	<b>Acessório</b>	<b>Nível</b>	<b>Temperatura °C</b>	<b>Tempo de cozedura, minutos</b>
Bolo de manteiga	grelha + forma rectangular	2	150-160	65-75
Bolo de Sabóia	grelha + forma	2	150-160	80-90
Torta	tabuleiro de forno plano	3	160-170	15-25
Bolo de água	grelha + forma esmaltada escura	2	160-165	40-50
Bolo tradicional espanhol, 3 ovos	grelha + forma esmaltada escura	1	160-170	40-50
Bolo de tabuleiro com fermento	tabuleiro de forno plano	3	160-170	35-45
Bolinhos e biscoitos	tabuleiro de forno plano	3	130-140	20-30
Tarte de maçã	tabuleiro universal fundo	3	170-180	55-65
Madalenas	tabuleiro de forno plano	3	150-160	25-35
Pastéis recheados com creme	tabuleiro universal fundo	3	200-210	35-45
Bicos-de-pato de manteiga (12 unidades)	tabuleiro de forno plano	3	170-180	15-25
Pão (1 kg)	tabuleiro de forno plano	3	200-210	55-65
<b>Carnes</b>				
Vitela assada (1,5 kg de acém de vitela)	grelha + recipiente fechado	2	200-210	110-120
Porco assado (1 kg)	grelha + recipiente aberto	2	180-190	110-120
<b>Peixe</b>				
Dourada/robalo no forno (2 unidades, 350 g cada uma)	tabuleiro universal fundo	2	180-190	30-40
Dourada ao sal (2 unidades, 450 g cada uma)	tabuleiro de forno plano	3	180-190	40-50
Pescada (1 unidade de 1 kg)	tabuleiro de forno plano	2	180-190	50-60
Trutas (2 unidades, 300 g cada uma)	tabuleiro de forno plano	2	180-190	25-35
Tamboril (2 unidades, 400 g cada uma)	tabuleiro de forno plano	2	180-190	30-40
<b>Comida pré-cozinhada congelada</b>				
Pizza congelada base fina	grelha	2	210-220	20-25
Pizza com base grossa	grelha	2	180-190	25-35
Batatas fritas no forno	tabuleiro de forno plano	3	210-220	25-30
Asinhas de frango	tabuleiro de forno plano	3	200-210	15-25
Douradinhos de peixe	tabuleiro de forno plano	3	210-220	20-30
Minifolhados recheados	tabuleiro de forno plano	3	180-190	15-25
Lasanha congelada (450 g)	grelha	2	210-230	45-55
Lasanha (2 unidades de 450 g cada uma)	grelha	2	210-230	45-55
Palitos de mozzarella	tabuleiro de forno plano	2	230-240	12-22
Jalapeños	tabuleiro de forno plano	3	200-210	15-25
<b>Outros</b>				
Gratinado de batata	grelha + recipiente aberto	2	155-165	70-75
Lasanha fresca	grelha + recipiente aberto	2	175-180	50-60



## Refeições de teste

Estas tabelas foram elaboradas para institutos de ensaio, a fim de facilitar os ensaios e testes dos diversos aparelhos.

Em conformidade com as normas EN 50304/EN 60350 (2009) ou IEC 60350.

### Cozer

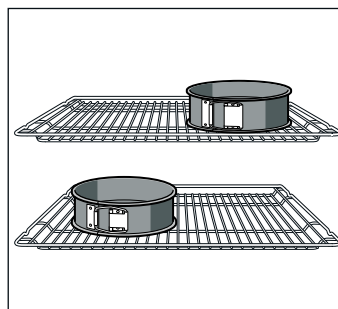
Biscoitos de manteiga:

Os tabuleiros que foram colocados no forno em simultâneo não têm de estar prontos ao mesmo tempo.

Bolo de maçã com cobertura em 1 nível:

Colocar formas desmontáveis escuras separadas entre si.

Bolo de maçã com cobertura em 2 níveis:  
Colocar formas desmontáveis escuras sobrepostas.



Bolos em formas de folha-de-flandres desmontáveis:  
Cozer com calor superior e inferior em 1 nível. Utilizar o tabuleiro esmaltado em vez da grelha e colocar por cima as formas desmontáveis.

Prato	Acessórios, conselhos e advertências	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C	Tempo em minutos
Biscoitos de manteiga (pré-aquecimento*)	Tabuleiro de forno plano	2		160-170	20-30
	Tabuleiro universal fundo	3		150-160	20-30
Bolinhos 20 unidades	Tabuleiro esmaltado	3		150-170	20-35
Bolo de água (pré-aquecimento*)	Forma desmontável	1		170-180	35-45
Bolo de tabuleiro com fermento	Tabuleiro esmaltado	2		160-180	30-40
Bolo de maçã com cobertura	2 grelhas + 2 formas desmontáveis de folha-de-flandres Ø 20 cm.	1+3		170-180	60-70
	Tabuleiro esmaltado + 2 formas desmontáveis de folha-de-flandres Ø 20 cm.	1		190-210	70-90

\* Não utilizar o aquecimento rápido para pré-aquecer o forno.

É possível adquirir as grelhas e os tabuleiros de forno como acessórios opcionais em estabelecimentos especializados.

### Grelhar

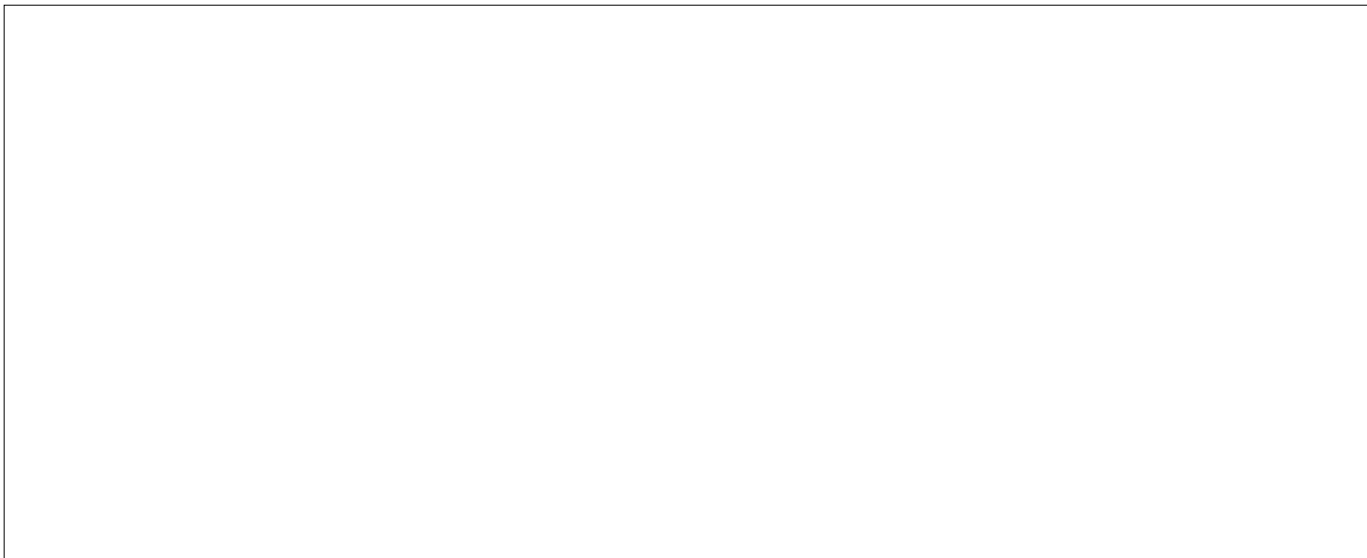
Se os alimentos forem directamente colocados sobre a grelha, introduzir o tabuleiro esmaltado no nível 1. Deste modo, o sumo da carne é recolhido e o forno mantém-se mais limpo.

Prato	Acessórios	Nível	Tipo de aquecimento	Nível do grelhador	Tempo em minutos
Dourar torradas (pré-aquecimento de 10 min.)	Grelha	5		3	1/2-2
Hambúrguer de vitela, 12 unidades* (sem pré-aquecimento)	Grelha + tabuleiro esmaltado	4+1		3	25-30

\* Virar depois de terem passado 2/3 do tempo.







9000837640

BSH Electrodomésticos España, S.A.  
Ronda del Canal Imperial de Aragón, 18-20  
50197 Zaragoza, SPAIN  
[www.balay.es](http://www.balay.es)

05 950801