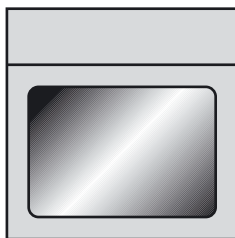


Constructa

CH 10250



DE Gebrauchsanweisung

Inhaltsverzeichnis

Worauf Sie achten müssen	5
Vor dem Einbau	5
Sicherheitshinweise	6
Ursachen für Schäden	7
Ihr neuer Backofen	8
Bedienfeld	8
Funktionswähler	8
Temperaturwähler	9
Heizarten	9
Backofen und Zubehör	11
Kühlgebläse	12
Vor der ersten Benutzung	12
Backofen erhitzen	12
Zubehör vorreinigen	12
Backofen erhitzen	12
So stellen Sie die Funktion ein	13
Pflege und Reinigung	14
Gerät außen	14
Backofen	14
Dichtung	16
Zubehör	16
Eine Störung, was tun?	16
Backofenlampe an der Decke auswechseln	16
Kundendienst	17
Verpackung und Altgerät	18
Tabellen und Tipps	19

Inhaltsverzeichnis

Kuchen und Gebäck	19
Tipps zum Backen	21
Fleisch, Geflügel, Fisch	22
Tipps zum Braten und Grillen	26
Aufläufe, Gratins, Toast	27
Tipps zum Energiesparen	27
Acrylamid in Lebensmitteln	28
Was können Sie tun	28
Prüfgerichte	29

Worauf Sie achten müssen

Lesen Sie bitte sorgfältig diese Gebrauchsanweisung. Nur dann können Sie Ihren Herd sicher und richtig bedienen.

Heben Sie die Gebrauchs- und die Montageanweisung gut auf. Wenn Sie das Gerät weitergeben, legen Sie die Anweisungen bei.

Diese Gebrauchsanweisung gilt für Sologeräte sowie für Mehrzweckgeräte. Wenn Ihr Backofen über eine Kochplatte verfügt, lesen Sie die Gebrauchsanweisung der Kochplatte für die Bedienung der Schalter.

Vor dem Einbau

Transportschäden

Prüfen Sie das Gerät nach dem Auspacken. Bei einem Transportschaden dürfen Sie das Gerät nicht anschließen.

Elektrischer Anschluss

Nur ein konzessionierter Fachmann darf das Gerät anschließen. Bei Schäden durch falschen Anschluss haben Sie keinen Anspruch auf Garantie.

Vergewissern Sie sich vor der ersten Inbetriebnahme Ihres Gerätes, dass Ihr Hausanschluss geerdet ist und allen gültigen Sicherheitsbestimmungen entspricht. Der Aufbau und Anschluss Ihres Gerätes sollte von einem autorisierten Techniker durchgeführt werden. Wird das Gerät ohne korrekten Anschluss der Erdungsklemme oder nach unsachgemäßem Anschluss in Betrieb genommen, kann dies, wenn auch unter sehr seltenen Umständen, zu schweren Körperverletzungen oder zum Tod führen. Der Hersteller haftet nicht für Schäden durch unsachgemäßen Gebrauch oder ungeeignete elektrische Anschlüsse.

Sicherheitshinweise

Dieses Gerät ist nur für den privaten Haushalt bestimmt.
Benutzen Sie den Herd ausschließlich zum Zubereiten von Speisen.

Heißer Backofen

Die Backofentür vorsichtig öffnen. Es kann heißer Dampf austreten.
Nie die heißen Backofen-Innenflächen und die Heizelemente berühren. Verbrennungsgefahr!
Halten Sie Kinder grundsätzlich fern.

Nie brennbare Gegenstände im Backofen aufbewahren. Brandgefahr!

Nie Anschlusskabel von Elektrogeräten in der heißen Backofentür einklemmen. Die Kabelisolierung kann schmelzen. Kurzschluss-Gefahr!

Besondere Sicherheit der Tür

Bei Rezepten mit langer Backdauer und hohen Temperaturen kann die Backofentür sehr heiß werden.

Wenn Sie in Ihrem Haushalt kleine Kinder leben, sollten Sie diese während des Betriebes des Backofen gut beaufsichtigen.
Sollten Sie für solche Fälle eine zusätzliche Sicherung wünschen, können wir Ihnen das Zubehör 217428729 (je nach Farbe) anbieten, das Sie bei unserem Kundendienst erwerben können.

Reparaturen

Unsachgemäße Reparaturen sind gefährlich. Stromschlag-Gefahr!
Nur ein von uns geschulter Kundendienst-Techniker darf Reparaturen durchführen.

Wenn das Gerät defekt ist, die Sicherung im Sicherungskasten ausschalten.
Rufen Sie den Kundendienst.

Hinweise zum Grillen

Grillen Sie immer im geschlossenen Backofen.

Ursachen für Schäden

Backblech oder Alufolie auf dem Backofenboden

Schieben Sie auf dem Backofenboden kein Backblech ein. Legen Sie ihn nicht mit Alufolie aus. Es entsteht ein Wärmestau. Die Back- und Bratzeiten stimmen nicht mehr und das Email wird beschädigt.

Wasser im Backofen

Gießen Sie nie Wasser in den heißen Backofen. Es können Emailschiäden entstehen.

Obstsaff

Belegen Sie das Blech bei sehr saftigem Obstkuchen nicht zu üppig. Obstsaff, der vom Backblech tropft, hinterlässt Flecken, die Sie nicht mehr entfernen können.

Auskühlen mit offener Backofentür

Lassen Sie den Backofen nur im geschlossenen Zustand auskühlen. Klemmen Sie nichts in der Backofentür ein. Auch wenn Sie die Backofentür nur einen Spalt breit öffnen, können benachbarte Möbelfronten mit der Zeit beschädigt werden.

Stark verschmutzte Backofendichtung

Ist die Backofendichtung stark verschmutzt, schließt die Backofentür bei Betrieb nicht mehr richtig. Die angrenzenden Möbelfronten können beschädigt werden. Halten Sie die Backofendichtung sauber.

Backofentür als Sitzfläche

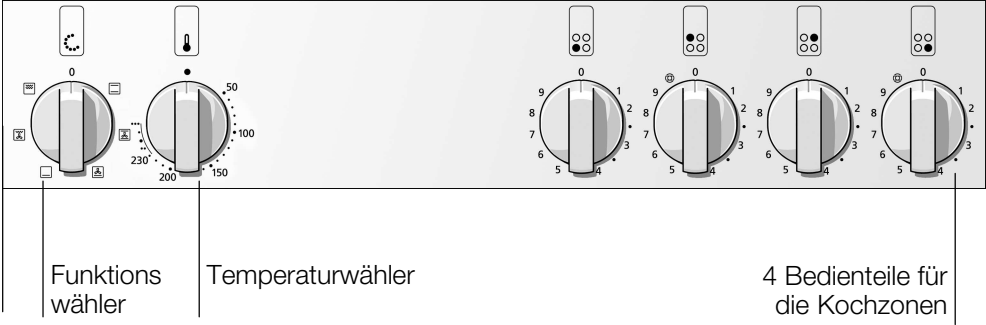
Stellen oder setzen Sie sich nicht auf die Backofentür.

Ihr neuer Backofen

Machen Sie sich hier mit Ihrem neuen Gerät vertraut! In der Folge werden wir Ihnen den Umgang mit den Bedienteilen näher bringen, damit Sie das Gerät auch sicher richtig bedienen können. Sie werden Informationen über die Heizarten und das mitgelieferte Zubehör erhalten.

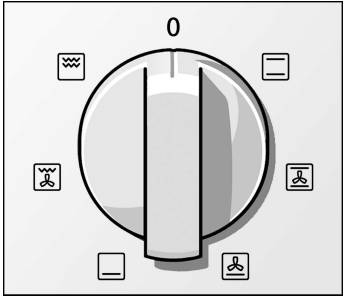
Bedienfeld

Vom Gerätetyp abhängige Unterschiede in den Details



Funktionswähler

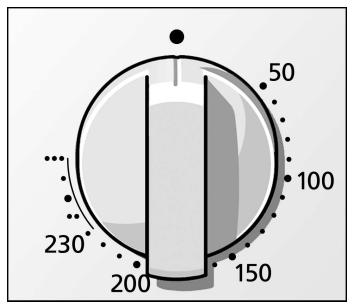
Mit dem Funktionswähler stellen Sie die Heizart für den Backofen ein.



Stellungen	
	Ober- und Unterhitze
	Heißluft
	Heißluft Intensiv
	Unterhitze
	Umluftgrillen
	Flachgrillen

Wenn Sie den Funktionswähler einstellen, leuchtet die Lampe im Backofen.

Temperaturwähler



Mit dem Temperaturwähler stellen Sie die Temperatur oder Grillstufe ein.

Temperatur

50-270

Temperaturbereich in °C

Grill

Stufe

•

Grill schwach

1

••

Grill mittel

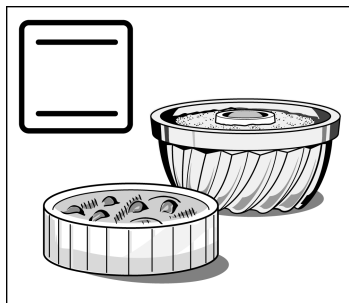
2

••• = 270

Grill stark

3

Heizarten

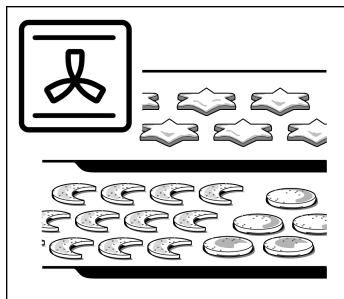


Für den Backofen stehen Ihnen verschiedene Heizarten zur Verfügung. So können Sie für jedes Gericht die optimale Zubereitungsart wählen.

Ober- und Unterhitze

Dabei kommt die Hitze gleichmäßig von oben und unten auf Kuchen oder Braten.

Rührkuchen in Formen und Aufläufe gelingen Ihnen damit am besten. Auch für magere Bratenstücke von Rind, Kalb und Wild ist Ober- und Unterhitze gut geeignet.

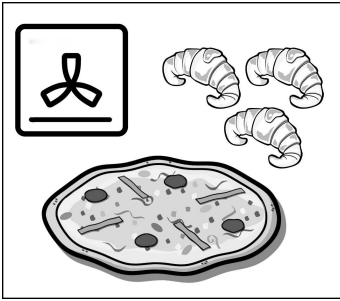


Heißluft

Ein Ventilator an der Rückwand verteilt die Wärme des Ringheizkörpers gleichmäßig im Backofen.

Die benötigten Backofentemperaturen sind niedriger als bei Ober- und Unterhitze.

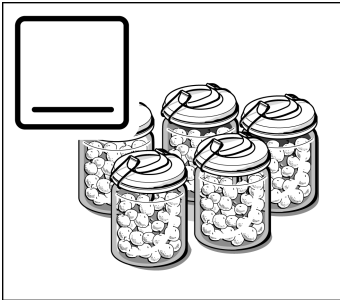
Zum Dörren ist Heißluft bestens geeignet.



Heißluft Intensiv

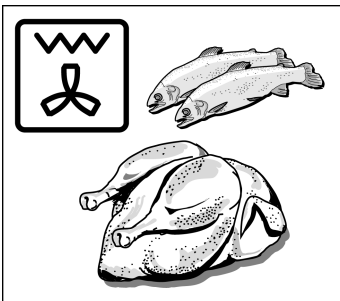
Dabei sind die Unterhitze und der Ringheizkörper in Betrieb.

Diese Heizart ist besonders gut geeignet für Tiefkühlprodukte. Tiefgekühlte Pizza, Pommes Frites oder süße Strudel gelingen Ihnen ohne Vorheizen ideal.



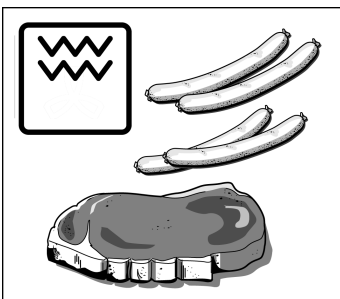
Unterhitze

Mit Unterhitze können Sie Gerichte von unten nachbacken oder -bräunen. Auch zum Einkochen ist sie bestens geeignet.



Umluftgrillen

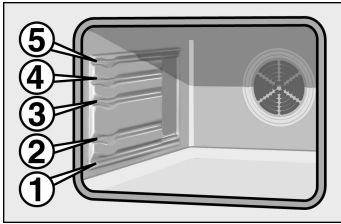
Grillheizkörper und Ventilator schalten sich abwechselnd ein und aus. In der Heizpause wirbelt der Ventilator die vom Grill abgegebene Hitze um die Speise. So werden Fleischstücke von allen Seiten knusprig braun.



Flachgrillen

Die ganze Fläche unter dem Grillheizkörper wird heiß. Sie können mehrere Steaks, Würstchen, Fische oder Toasts grillen.

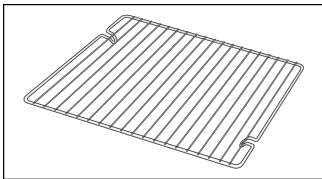
Backofen und Zubehör



Das Zubegehör kann in 5 verschiedenen Höhen in den Backofen geschoben werden.

Sie können das Zubegehör zu zwei Dritteln herausziehen, ohne dass es kippt. So lassen sich die Gerichte leicht entnehmen.

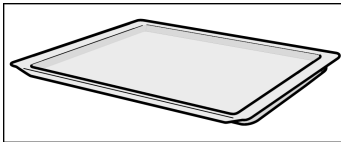
Zubegehör



Zubegehör können Sie beim Kundendienst oder im Fachhandel nachkaufen.

Rost

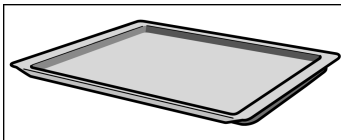
Für Geschirr, Kuchenformen, Braten, Grillstücke und Tiefkühlgerichte.



Alu-Backblech

Für Kuchen und Plätzchen.

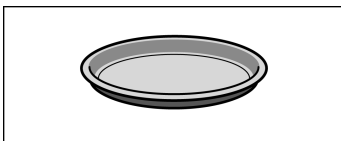
Das Backblech mit der Abschrägung zur Backofentür in den Backofen schieben.



Email-Backblech

für saftige Kuchen, Gebäck, Tiefkühlgerichte und große Braten. Sie kann auch als Fett-Auffanggefäß verwendet werden, wenn Sie direkt auf dem Rost grillen.

Die Universalpfanne mit der Abschrägung zur Backofentür in den Backofen schieben.



Pizzablech

ideal z.B. für Pizza, Tiefkühlprodukte und große runde Kuchen. Sie können das Pizzablech anstelle des Emailbackbleches verwenden. Stellen Sie das Blech auf den Rost.

Kühlgebläse

Der Backofen ist mit einem Kühlgebläse ausgestattet. Es schaltet sich bei Bedarf ein und aus. Die warme Luft entweicht über der Tür.

Vor der ersten Benutzung

In diesem Kapitel finden Sie alles was Sie tun müssen, bevor Sie zum ersten Mal kochen.

Heizen Sie den Backofen auf und reinigen Sie das Zubehör. Lesen Sie die Sicherheitshinweise im Kapitel "Worauf Sie achten müssen".

Backofen erhitzen

Um den Geruch nach Neugerät zu beseitigen, erhitzen Sie den Backofen in geschlossenem und leerem Zustand.

1. Stellen Sie den Funktionswähler auf .
2. Stellen Sie mit dem Temperaturwähler 240 °C ein. Schalten Sie den Funktionswähler nach 60 Minuten ab.

Zubehör vorreinigen

Bevor Sie das Zubehör benutzen, reinigen Sie es gründlich mit Spüllauge und einem Spültuch.

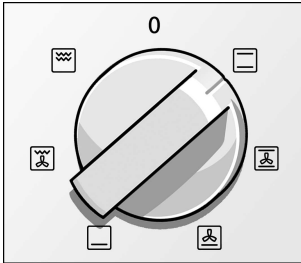
Backofen erhitzen

Um den Geruch nach Neugerät zu beseitigen, erhitzen Sie den Backofen in geschlossenem und leerem Zustand.

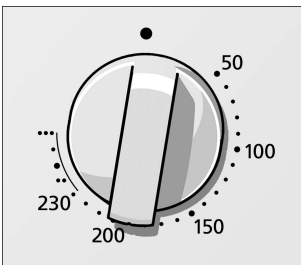
1. Stellen Sie den Funktionswähler auf .
2. Stellen Sie mit dem Temperaturwähler 240 °C ein. Schalten Sie den Funktionswähler nach 60 Minuten ab.

So stellen Sie die Funktion ein

Beispiel: Ober- und Unterhitze ☐, 190 °C



1. Stellen Sie über den Funktionswähler die gewünschte Heizart ein.



2. Passen Sie Temperatur und Grillstufe mit dem Temperaturwähler an.

Wenn das Gericht fertig ist

Schalten Sie den Funktionswähler ab.

Änderung der Einstellungen

Temperatur und Grillstufe können jederzeit geändert werden.

Pflege und Reinigung

Verwenden Sie keine Hochdruckreiniger oder Dampfstrahler.

Gerät außen

Wischen Sie das Gerät mit Wasser und etwas Spülmittel ab. Trocknen Sie es mit einem weichen Tuch nach.

Ungeeignet sind scharfe oder scheuernde Mittel. Wenn so ein Mittel auf die Vorderfront gelangt, wischen Sie es sofort mit Wasser ab.

Kleine Farbunterschiede an der Gerätefront ergeben sich durch verschiedene Materialien, wie Glas, Kunststoff oder Metall.

Geräte mit Edelstahlfront

Entfernen Sie Kalk-, Fett-, Stärke- und Eiweißflecken immer sofort. Unter solchen Flecken kann sich Korrosion bilden.

Benutzen Sie zur Reinigung Wasser und etwas Spülmittel. Trocknen Sie die Fläche mit einem weichen Tuch nach.

Backofen

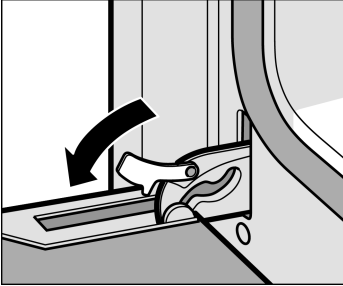
Verwenden Sie keine harten Scheuerkissen und Putzschwämme. Backofenreiniger dürfen Sie nur auf den Emailflächen des Backofens benutzen.

Zur leichteren Reinigung

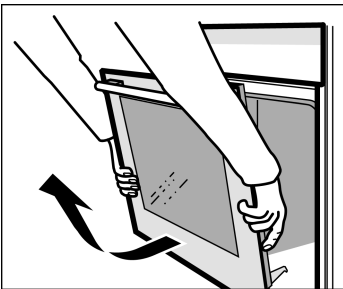
können Sie die Backofenlampe einschalten und die Backofentür aushängen.

Backofentür aushängen

Die Backofentür können Sie ganz einfach aushängen.



1. Backofentür ganz öffnen.
2. Die beiden Sperrhebel links und rechts umlegen.



3. Backofentür schräg stellen.
Mit beiden Händen links und rechts unten anfassen.
Noch etwas weiter schließen und herausziehen.

Die Backofentür nach der Reinigung in umgekehrter Reihenfolge wieder einbauen.

Emailflächen im Backofen reinigen

Verwenden Sie heiße Spüllauge oder Essigwasser.

Bei starker Verschmutzung verwenden Sie am besten Backofenreiniger. Benutzen Sie Backofenreiniger nur im kalten Backofen.

Übrigens:

Email wird bei sehr hohen Temperaturen eingebrannt. Dadurch können geringe Farbunterschiede entstehen. Das ist normal und hat keinen Einfluss auf die Funktion. Behandeln Sie solche Verfärbungen nicht mit harten Scheuerkissen oder scharfen Reinigern.

Kanten dünner Bleche lassen sich nicht voll emaillieren. Sie können deshalb rau sein. Der Korrosionsschutz ist gewährleistet.

Dichtung

Die Dichtung am Backofen reinigen Sie mit Spülmittel. Benutzen Sie nie scharfe oder scheuernde Reinigungsmittel.

Zubehör

Weichen Sie das Zubehör gleich nach dem Gebrauch mit Spülmittel ein. Speisereste lassen sich dann einfach mit einer Bürste oder einem Spülschwamm entfernen.

Eine Störung, was tun?

Tritt eine Störung auf, so liegt es oft nur an einer Kleinigkeit. Bevor Sie den Kundendienst rufen, achten Sie bitte auf folgende Hinweise.

Störung	Mögliche Ursache	Hinweise/Abhilfe
Das Gerät funktioniert nicht.	Sicherung defekt	Sehen Sie im Sicherungskasten nach, ob die Sicherung für den Herd in Ordnung ist.

Reparaturen dürfen Sie nur von geschulten Kundendienst-Technikern durchführen lassen.

Wenn Ihr Gerät unsachgemäß repariert wird, können für Sie erhebliche Gefahren entstehen.

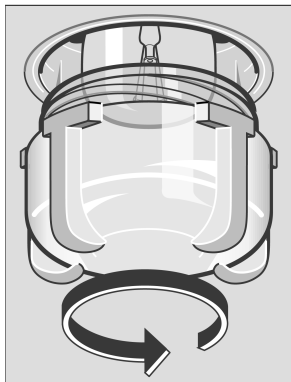
Backofenlampe an der Decke auswechseln

Wenn die Backofenlampe ausgefallen ist, muss sie ausgewechselt werden. Temperaturbeständige Ersatzlampen, erhalten Sie beim Kundendienst oder im Fachhandel.

Verwenden Sie nur diese Lampen.

So gehen Sie vor

1. Sicherung im Sicherungskasten ausschalten.



Glasabdeckung auswechseln

2. Ein Geschirrtuch in den kalten Backofen legen, um Schäden zu vermeiden.
3. Glasabdeckung durch Linksdrehen heraus-schrauben.
4. Backofenlampe durch den gleichen Lampentyp ersetzen.
5. Glasabdeckung wieder einschrauben.
6. Geschirrtuch herausnehmen und Sicherung wieder einschalten.

Wenn die Glasabdeckung der Backofenlampe beschädigt ist, muss sie ausgewechselt werden. Glasabdeckungen erhalten Sie beim Kundendienst. Geben Sie bitte die E-Nummer und die FD-Nummer Ihres Gerätes an.

Kundendienst

Wenn Ihr Gerät repariert werden muss, ist unser Kundendienst für Sie da. Anschrift und Telefonnummer der nächstgelegenen Kundendienststelle finden Sie im Telefonbuch. Auch die angegebenen Kundendienstzentren nennen Ihnen gern eine Kundendienststelle in Ihrer Nähe.

E-Nummer und FD-Nummer

Wenn Sie unseren Kundendienst anfordern, geben Sie bitte die E-Nummer und FD-Nummer des Gerätes an. Das Typenschild mit den Nummern finden Sie rechts, seitlich an der Backofentür. Damit Sie im Störfall nicht lange suchen müssen, können Sie gleich hier die Daten Ihres Gerätes eintragen.

E-Nr.	FD
Kundendienst ☎	

Verpackung und Altgerät

Ihr neues Gerät wurde auf dem Weg zu Ihnen durch die Verpackung geschützt. Alle eingesetzten Materialien sind umweltverträglich und wieder verwertbar. Bitte helfen Sie mit und entsorgen Sie die Verpackung umweltgerecht.

Altgeräte sind kein wertloser Abfall. Durch umweltgerechte Entsorgung können wertvolle Rohstoffe wiedergewonnen werden.

Bevor Sie das Altgerät entsorgen, machen Sie es unbrauchbar oder kennzeichnen Sie es mit einem Aufkleber "Achtung Schrott!"

Über aktuelle Entsorgungswege informieren Sie sich bitte bei Ihrem Fachhändler oder bei Ihrer Gemeindeverwaltung.

Tabellen und Tipps

Hier finden Sie eine Auswahl an Gerichten und die optimalen Einstellungen dazu. Sie können nachlesen, welche Heizart und Temperatur für Ihr Gericht am besten geeignet ist, welches Zubehör Sie verwenden und in welcher Höhe es eingeschoben werden soll. Sie bekommen viele Tipps zum Geschirr und zur Zubereitung, und eine kleine Pannenhilfe, falls doch einmal etwas schief geht.

Kuchen und Gebäck

Backformen

Am besten geeignet sind dunkle Backformen aus Metall.

Stellen Sie die Kuchenform auf den Rost.

Tabellen

Die Tabellenwerte gelten für das Einschieben in den kalten Backofen. So sparen Sie Energie. Wenn Sie vorheizen, verkürzen sich die angegebenen Backzeiten um 5 bis 10 Minuten.

In den Tabellen finden Sie für die verschiedenen Kuchen und Gebäcke die optimale Heizart. Temperatur und Backdauer sind von Menge und Beschaffenheit des Teiges abhängig. Deshalb sind in den Tabellen Bereiche angegeben. Versuchen Sie es zuerst mit dem niedrigeren Wert. Eine niedrigere Temperatur ergibt eine gleichmäßigere Bräunung. Wenn erforderlich, stellen Sie beim nächsten Mal höher ein.

Zusätzliche Informationen finden Sie unter “Tipps zum Backen” im Anschluss an die Tabellen.

Kuchen in Formen	Form auf dem Rost	Höhe	Heizart	Temperatur °C	Backdauer, Minuten
Rührkuchen einfach	Napf-/Kranz-/Kastenform	2		170-190	50-60
Rührkuchen fein (z.B. Sandkuchen)	Napf-/Kranz-/Kastenform	2		160-180	60-70
Mürbeteigboden mit Rand	Springform	1		180-200	25-35
Tortenboden aus Rührteig	Obstbodenform	2		160-180	20-30
Biskuittorte	Springform	2		160-180	30-40
Obst- oder Quarktorte, Mürbeteig*	dunkle Springform	1		170-190	70-90
Obstkuchen fein, aus Rührteig	Spring-/Napfform	2		160-180	50-60
Pikante Kuchen* (z.B. Quiche/Zwiebelkuchen)	Springform	1		160-180	60-70

* Kuchen ca. 20 Minuten im Gerät auskühlen lassen.

Kuchen auf dem Blech		Höhe	Heizart	Temperatur °C	Backdauer, Minuten
Rühr- oder Hefeteig mit trockenem Belag	Blech	2		170-190	20-30
Rühr- oder Hefeteig mit saftigem Belag (Obst)	Blech	3		170-190	40-50
Biskuitrolle (vorheizen)	Blech	3		170-190	15-20
Hefezopf mit 500 g Mehl	Blech	2		170-190	30-40
Stollen mit 500 g Mehl	Blech	3		150-170	60-70
Stollen mit 1 kg Mehl	Blech	3		150-170	90-100
Strudel, süß	Blech	2		180-200	55-65
Pizza	Blech	2		210-230	25-35

Brot und Brötchen		Höhe	Heizart	Temperatur °C	Dauer, Minuten
Hefebrot mit 1,2 kg Mehl*, (vorheizen)	Blech	2		270 200	8 40-50
Sauerteigbrot mit 1,2 kg Mehl*, (vorheizen)	Blech	2		270 200	8 35-45
Brötchen (z. B. Roggenbrötchen)	Blech	4		200-220	20-30

* Nie Wasser direkt in den heißen Backofen gießen.

Brot und Brötchen		Höhe	Heizart	Temperatur °C	Dauer, Minuten
Kleingebäck		Höhe	Heizart	Temperatur °C	Backdauer, Minuten
Plätzchen	Blech	3		150-170	10-20
Baiser	Blech	3		80-100	120-150
Windbeutel	Blech	2		190-210	30-40
Makronen	Blech	3		100-120	30-40
Blätterteig	Blech	3		170-190	20-30

* Zusätzliche Bleche erhalten Sie als Sonderzubehör im Fachhandel.

Tipps zum Backen

Sie wollen nach Ihrem eigenen Rezept backen.

Orientieren Sie sich an ähnlichem Gebäck in den Backtabellen.

So stellen Sie fest, ob der Rührkuchen durchgebacken ist.

Stechen Sie etwa 10 Minuten vor Ende, der im Rezept angegebenen Backzeit, mit einem Holzstäbchen an der höchsten Stelle in den Kuchen. Wenn kein Teig mehr am Holz klebt, ist der Kuchen fertig.

Der Kuchen fällt zusammen.

Verwenden Sie beim nächsten Mal weniger Flüssigkeit oder stellen Sie die Backofentemperatur um 10 Grad niedriger ein. Beachten Sie die angegebenen Rührzeiten im Rezept.

Der Kuchen ist in der Mitte hoch aufgegangen und am Rand niedriger.	Fetten Sie den Rand der Springform nicht ein. Nach dem Backen lösen Sie den Kuchen vorsichtig mit einem Messer.
Der Kuchen wird oben zu dunkel.	Schieben Sie ihn tiefer ein, wählen Sie eine niedrigere Temperatur und backen Sie den Kuchen etwas länger.
Der Kuchen ist zu trocken.	Stechen Sie mit einem Zahnstocher kleine Löcher in den fertigen Kuchen. Dann träufeln Sie Obstsaft oder Alkoholisches darüber. Wählen Sie beim nächsten Mal die Temperatur um 10 Grad höher und verkürzen Sie die Backzeiten.
Das Brot oder der Kuchen (z.B. Käsekuchen) sieht gut aus, ist aber innen klitschig (spintig, mit Wasserstreifen durchzogen).	Verwenden Sie beim nächsten Mal etwas weniger Flüssigkeit und backen Sie mit niedrigerer Temperatur etwas länger. Bei Kuchen mit saftigem Belag: Backen Sie erst den Boden vor. Bestreuen Sie ihn mit Mandeln oder Semmelbrösel und geben dann den Belag darauf. Beachten Sie bitte Rezepte und Backzeiten.
Beim Backen von saftigen Kuchen tritt Kondenswasser auf.	Beim Backen kann Wasserdampf entstehen. Er entweicht über der Tür. Der Wasserdampf kann sich am Bedienfeld oder an benachbarten Möbelfronten niederschlagen und als Kondenswasser abtropfen. Dies ist physikalisch bedingt.

Fleisch, Geflügel, Fisch

Geschirr

Sie können jedes hitzebeständige Geschirr verwenden.

Stellen Sie das Geschirr immer in die Mitte des Rostes.

Heißes Glasgeschirr stellen Sie am besten auf einem trockenen Küchentuch ab. Wenn die Unterlage nass oder kalt ist, kann das Glas springen.

Hinweise zum Braten

Das Bratergebnis ist abhängig von Art und Qualität des Fleisches.

Geben Sie zu magerem Fleisch 2 bis 3 Esslöffel Flüssigkeit, zu Schmorbraten 8 bis 10 Esslöffel, je nach Größe.

Wenden Sie Fleischstücke nach der Hälfte der Zeit.

Wenn der Braten fertig ist, sollte er noch 10 Minuten im abgeschalteten, geschlossenen Backofen ruhen. So kann sich der Fleischsaft besser verteilen.

Hinweise zum Grillen

Grillen Sie immer im geschlossenen Backofen.

Nehmen Sie möglichst gleich dicke Grillstücke. Sie sollten mindestens 2 bis 3 cm dick sein. So bräunen sie gleichmäßig und bleiben schön saftig. Salzen Sie Steaks erst nach dem Grillen.

Legen Sie die Grillstücke direkt auf den Rost. Ein einzelnes Grillstück wird am besten, wenn Sie es in den mittleren Bereich des Rostes legen. Schieben Sie zusätzlich die Email-Backblech in Höhe 1 ein. Der Fleischsaft wird aufgefangen und der Backofen bleibt sauberer.

Wenden Sie die Grillstücke nach zwei Drittel der angegebenen Zeit.

Der Grillheizkörper schaltet sich immer wieder ein und aus. Das ist normal. Wie oft das geschieht, richtet sich nach der eingestellten Grillstufe.

Fleisch

Die Tabellen gelten für das Einschieben in den kalten Backofen. Die Zeitangaben in den Tabellen sind Richtwerte. Sie sind von Qualität und Beschaffenheit des Fleisches abhängig.

Fleisch	Gewicht	Geschirr	Höhe	Heizart	Temperatur °C, Grillstufe	Dauer, Minuten
Rinderschmorbraten (z. B. Hochrippe)	1 kg	geschlossen	2		200-220	80
	1,5 kg		2		190-210	100
	2 kg		2		180-200	120
Rinderlende	1 kg	offen	2		210-230	70
	1,5 kg		2		200-220	80
	2 kg		2		190-210	90
Roastbeef, rosa*	1 kg	offen	1		210-230	40
Steaks, durchgegart		Rost***	5		3	20
Steaks, rosa		Rost***	5		3	15

Fleisch	Gewicht	Geschirr	Höhe	Heizart	Temperatur °C, Grillstufe	Dauer, Minuten
Schweinefleisch ohne Schwarte (z. B. Nacken)	1 kg	offen	1		190-210	100
	1,5 kg		1		180-200	140
	2 kg		1		170-190	160
Schweinefleisch mit Schwarte** (z. B. Schulter, Haxe)	1 kg	offen	1		180-200	120
	1,5 kg		1		170-190	150
	2 kg		1		160-180	180
Kasseler mit Knochen	1 kg	geschlossen	2		210-230	70
Hackbraten	750 g	offen	1		170-190	70
Würstchen	ca. 750 g	Rost***	4		3	15
Kalbsbraten	1 kg	offen	2		190-210	100
	2 kg		2		170-190	120
Lammkeule ohne Knochen	1,5 kg	offen	1		150-170	120

* Wenden Sie Roastbeef nach der Hälfte der Zeit. Wickeln Sie es nach dem Garen in Alufolie und lassen Sie es im Backofen 10 Minuten ruhen.

** Schneiden Sie bei Schweinefleisch die Schwarte ein und legen Sie es zuerst mit der Schwarte nach unten ins Geschirr.

*** Alu-backblech in Höhe 1 einschieben.

Geflügel

Die Tabelle gilt für das Einschieben in den kalten Backofen.

Die Gewichtsangaben in der Tabelle beziehen sich auf ungefülltes, bratfertiges Geflügel.

Wenn Sie direkt auf dem Rost grillen, schieben Sie die Alu-backblech in Höhe 1 ein.

Bei Ente oder Gans stechen Sie die Haut unter den Flügeln ein, dann kann das Fett ablaufen.

Wenden Sie ganzes Geflügel nach zwei Drittel der Grillzeit.

Geflügel wird besonders knusprig braun, wenn Sie es gegen Ende der Bratzeit mit Butter, Salzwasser oder Orangensaft bestreichen.

Geflügel	Gewicht	Geschirr	Höhe	Heizart	Temperatur °C	Dauer, Minuten
Hähnchenhälften 1 bis 4 Stück	je 400 g	Rost	2		200-220	40-50
Hähnchenteile	je 250 g	Rost	2		200-220	30-40
Hähnchen, ganz 1 bis 4 Stück	je 1 kg	Rost	2		190-210	50-80
Ente	1,7 kg	Rost	2		180-200	90-100
Gans	3 kg	Rost	2		170-190	110-130
Babypute	3 kg	Rost	2		180-200	80-100
2 Putenkeulen	je 800 g	Rost	2		190-210	90-110

Fisch

Die Tabelle gilt für das Einschieben in den kalten Backofen.

Fisch	Gewicht	Geschirr	Höhe	Heizart	Temperatur °C, Grillstufe	Dauer, Minuten
Fisch, gegrillt	à 300 g	Rost*	3		2	20-25
	1 kg		2		180-200	45-50
	1,5 kg		2		170-190	50-60
Fisch in Scheiben, z. B. Koteletts	à 300 g	Rost*	4		2	20-25

* Email-Backblech in Höhe 1 einschieben.

Tipps zum Braten und Grillen

Für das Gewicht des Bratens stehen keine Angaben in der Tabelle.

Wählen Sie die Angabe entsprechend dem nächstniedrigeren Gewicht und verlängern Sie die Zeit.

Wie können Sie feststellen, ob der Braten fertig ist?

Benutzen Sie ein Fleischthermometer (im Fachhandel erhältlich) oder machen Sie die "Löffelprobe". Drücken Sie mit dem Löffel auf den Braten. Fühlt er sich fest an, ist er fertig. Wenn er nachgibt, braucht er noch etwas Zeit.

Der Braten ist zu dunkel und die Kruste stellenweise verbrannt.

Überprüfen Sie die Einschubhöhe und die Temperatur.

Der Braten sieht gut aus, aber die Soße ist angebrannt.

Wählen Sie beim nächsten Mal ein kleineres Bratgeschirr oder geben Sie mehr Flüssigkeit zu.

Der Braten sieht gut aus, aber die Soße ist zu hell und wässrig.

Wählen Sie beim nächsten Mal ein größeres Bratgeschirr oder geben Sie weniger Flüssigkeit zu.

Beim Aufgießen des Bratens entsteht Wasserdampf.

Verwenden Sie Umluftgrillen statt Ober- und Unterhitze. Dabei wird der Bratenfond nicht so stark erwärmt und es entsteht weniger Wasserdampf.

Aufläufe, Gratins, Toast

Die Tabelle gilt für das Einschieben in den kalten Backofen.

Gericht	Geschirr	Höhe	Heizart	Temperatur °C, Grillstufe	Dauer Minuten
Aufläufe süß (z.B. Quarkauflauf mit Obst)	Auflaufform	2		180-200	40-50
Aufläufe pikant aus gegarten Zutaten (z.B. Nudelaufauf)	Auflaufform oder backblech	3		210-230	30-40
		3		210-230	20-30
Aufläufe pikant aus rohen Zutaten* (z.B. Kartoffelgratin)	Auflaufform oder backblech	2		150-170	50-60
		2		150-170	50-60
Toast bräunen	Rost	5		3	4-5
Toast überbacken	Rost **	4		3	5-8

* Der Auflauf darf nicht höher als 2 cm sein.

** Email-Backblech in Höhe 1 einschieben.

Tipps zum Energiesparen

- Heizen Sie den Backofen nur dann vor, wenn es im Rezept oder in der Tabelle der Gebrauchsanweisung so angegeben ist.
- Verwenden Sie dunkle, schwarz lackierte oder emaillierte Backformen. Sie nehmen die Hitze besonders gut auf.
- Mehrere Kuchen backen Sie am besten nacheinander. Der Backofen ist noch warm. Dadurch verkürzt sich die Backzeit für den zweiten Kuchen. Sie können auch zwei Kastenformen nebeneinander einschieben.
- Bei längeren Garzeiten können Sie den Backofen 10 Minuten vor Ende der Garzeit ausschalten und die Restwärme zum Fertigbaren nutzen.

Acrylamid in Lebensmitteln

Wie schädlich Acrylamid in Lebensmitteln ist, wird derzeit von Fachleuten diskutiert. Auf Basis der aktuellen Forschungsergebnisse haben wir für Sie diese Informationen zusammengestellt.

Wie entsteht Acrylamid?

Acrylamid in Lebensmitteln entsteht nicht durch Verunreinigung von außen. Es bildet sich vielmehr bei der Zubereitung im Lebensmittel selbst, vorausgesetzt dieses enthält Kohlenhydrate und Eiweiß- Bausteine. Wie das genau geschieht, ist noch nicht lückenlos geklärt. Aber es zeichnet sich ab, dass der Acrylamid-Gehalt stark beeinflusst wird durch

hohe Temperaturen
einen geringen Wassergehalt im Lebensmittel
eine starke Bräunung der Produkte.

Welche Speisen sind betroffen?

Acrylamid entsteht vor allem bei hocherhitzt zubereiteten Getreide- und Kartoffelprodukten wie z.B.

Kartoffelchips, Pommes frites,
Toast, Brötchen, Brot,
feinen Backwaren aus Mürbeteig (Kekse, Lebkuchen, Spekulatius).

Was können Sie tun

Hohe Acrylamid-Werte beim Backen, Braten und Grillen können Sie vermeiden.
Folgende Empfehlungen wurden dazu von aid¹ und BMVEL² herausgegeben:

Allgemeines

Halten Sie die Garzeiten möglichst kurz.

“Vergolden statt Verkohlen” - Bräunen Sie das Gargut goldbraun.

Je größer und dicker das Gargut ist, desto weniger Acrylamid enthält es.

Backen

Stellen Sie bei Ober- und Unterhitze die Temperatur auf max. 200 °C und bei Heißluft auf max. 180 °C.

Plätzchen: Stellen Sie bei Ober- und Unterhitze die Temperatur auf max. 190 °C, bei Heißluft auf max. 170 °C. Ei oder Eigelb im Rezept verringert die Bildung von Acrylamid.

Verteilen Sie Backofen-Pommes gleichmäßig und möglichst einlagig auf dem Blech. Um ein schnelles Austrocknen zu vermeiden, backen Sie mindestens 400 g pro Blech.

¹ aid Infobroschüre "Acrylamid" herausgegeben von aid und BMVEL, Stand 12/02, Internet:<http://www.aid.de>.

² Pressemitteilung 365 des BMVEL vom 4.12.2002, Internet:<http://www.verbraucherministerium.de>

Prüfgerichte

Nach Norm DIN 44547 und EN 60350

Backen

Die Tabellenwerte gelten für das Einschieben in den kalten Backofen.

Gericht	Zubehör und Hinweise	Höhe	Heizart	Temperatur °C	Backdauer Minuten
Spritzgebäck	Alu-Backblech	2		150-170	20-30
Small Cakes 20 Stück pro Blech (vorheizen)	Alu-Backblech	3		160-180	20-30
Wasserbiskuit	Springform	2		160-180	30-40
Hefebblechkuchen	Alu-Backblech	3		170-190	40-50
Gedeckter Apfelkuchen	Alu-Backblech + 2 Weißblech Springformen Ø 20 cm*	1		200-220	70-80

* Stellen Sie die Kuchen diagonal versetzt auf die Alu-Backblech.

Grillen

Die Tabellenwerte gelten für das Einschieben in den kalten Backofen.

Gericht	Zubehör	Höhe	Heizart	Grillstufe	Dauer Minuten
Toast bräunen (10 Min. vorheizen)	Rost	5		3	1-2
Beefburger 12 Stück*	Rost	4		3	25-30
* Nach 2/3 der Zeit wenden. Alu-Backblech in Höhe 1 einschieben.					

9000151265(1W03WZ) 00-8603

BSH Electrodomésticos España, S.A.

CIF. A 28 893 550

C/ Itaroa 1 • 31620 Huarte-Pamplona (Navarra) • ESPAÑA

Constructa on the Internet

You can visit our website at:

www.constructa.de