

# nuestro estudio de cocina

**Anexo al manual de instrucciones**

[es] Recomendaciones de uso .....	2
[pt] Recomendações de uso .....	8

**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

**Comidas normalizadas.....7**

Hornear..... 7

Asar al grill ..... 7

## 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

#### 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 repostería. 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.

Los tiempos de cocción se reducen en 5 ó 10 minutos si se precalienta el horno.

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

Pasteles en moldes	Molde	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Duración en minutos
Pasteles de masa de bizcocho, fácil	Molde corona/molde rectangular	2	☐	160-180	50-60
Base de tarta, masa de bizcocho	Tartera	3	☐	160-180	20-30
Base de bizcocho, 6 huevos (precalentar)	Molde desarmable	2	☐	160-180	40-50
Tarta de frutas o requesón, base de pastaflora*	Molde desarmable	1	☐	170-190	70-90

\* Dejar que el pastel se enfríe durante unos 20 minutos en el horno apagado y cerrado.

Pasteles preparados en la bandeja	Accesorios	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Duración en minutos
Masa bizcocho	Bandeja esmaltada	2	☐	170-190	20-30
Pastaflora con capa jugosa, fruta	Bandeja esmaltada	2	☐	170-190	60-70
Quiche suiza	Bandeja esmaltada	1	☐	210-230	40-50
Brazo de gitano (precalentar)	Bandeja esmaltada	2	☐	170-190	15-20
Trenza levadura con 500 g de harina	Bandeja esmaltada	2	☐	170-190	25-35
Bollo con 1 kg de harina	Bandeja esmaltada	3	☐	140-160	90-100
Pastel de hojaldre, dulce	Bandeja esmaltada	2	☐	190-210	55-65
Pizza	Bandeja esmaltada	2	☐	210-230	25-35
Börek	Bandeja esmaltada	2	☐	190-200	40-55

Pastas pequeñas	Accesorios	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Duración en minutos
Pastas y galletas	Bandeja esmaltada	3	<input type="checkbox"/>	160-180	15-25
Pastas de té (precalentar)	Bandeja esmaltada	3	<input type="checkbox"/>	140-150	30-40
Almendrados	Bandeja esmaltada	2	<input type="checkbox"/>	100-120	30-40
Merengues	Bandeja esmaltada	3	<input type="checkbox"/>	80-100	100-150
Pastel de hojaldre	Bandeja esmaltada	3	<input type="checkbox"/>	200-220	20-30

### Pan y panecillos

Precalentar el horno para elaborar pan salvo que se indique lo contrario.

No echar nunca agua en el horno caliente.

Pan y panecillos	Accesorios	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Duración en minutos
Pan de levadura con 1,2 kg de harina	Bandeja esmaltada	2	<input type="checkbox"/>	270 200	5 30-40
Torta de pan	Bandeja esmaltada	2	<input type="checkbox"/>	270	10-15
Panecillos (no precalentar)	Bandeja esmaltada	3	<input type="checkbox"/>	200-220	20-30
Panecillos de masa de levadura, dulce	Bandeja esmaltada	3	<input type="checkbox"/>	180-200	15-20

### 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 <input type="checkbox"/> 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 evacua 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	Accesorios y recipientes	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C, nivel de grill	Duración en minutos
<b>Carne de buey</b>						
Estofado de buey	1,0 kg	cerrado	2	☐	210-230	100
	2,0 kg		2	☐	190-210	140
Roastbeef, medio hecho	1,0 kg	abierto	2	☐	230-250	60
Bistec, 3 cm de grosor, medio hecho		parrilla + bandeja esmaltada	5+1	☐	3	15
<b>Carne de ternera</b>						
Asado de ternera	1,0 kg	abierto	2	☐	190-210	110
	2,0 kg		2	☐	170-190	150
Pierna de ternera	1,5 kg	abierto	2	☐	210-230	140
<b>Carne de cerdo</b>						
Asado con corteza (p. ej. espalda, pierna)	1,0 kg	abierto	2	☐	230-250	130
	2,0 kg		2	☐	210-230	180
Asado de cerdo, magro	1,0 kg	abierto	2	☐	200-220	120
	2,0 kg		2	☐	180-200	160
Lacón con hueso	1,0 kg	cerrado	2	☐	200-220	70
<b>Carne de cordero</b>						
Pierna de cordero sin hueso, medio hecha	1,5 kg	abierto	2	☐	180-200	120
<b>Carne picada</b>						
Asado de carne picada	de 500 g de carne	abierto	2	☐	200-220	70

Carne	Peso	Accesorios y recipientes	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C, nivel de grill	Duración en minutos
<b>Salchichas</b>						
Salchichas		parrilla + bandeja esmaltada	4+1		3	15

### 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.

Ave	Peso	Accesorios y recipientes	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C	Duración en minutos
Pollo, entero	1,2 kg	Parrilla	2		220-240	60-80
Capón, entero	1,6 kg	Parrilla	2		200-220	80-90
Pollo, mitades	de 500 g cada una	Parrilla	2		210-230	50-60
Pato, entero	2,0 kg	Parrilla	2		200-220	100-120
Ganso, entero	3,5-4,0 kg	Parrilla	2		200-220	120-140
Muslos de ganso	de 400 g cada uno	Parrilla	3		230-250	40-50
Pavo pequeño, entero	3,0 kg	Parrilla	2		210-230	80-100
Carne de pavo enrollada	1,5 kg	abierto	2		200-220	110-130




### 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	Accesorios y recipientes	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura en °C, nivel de grill	Duración en minutos
<b>Gratinados</b>					
Soufflé	Molde para gratinar	2		170-190	35-45
Lasaña	Molde para gratinar	2		180-200	45-50
<b>Gratinado</b>					
Gratinado de patatas con ingredientes crudos, máx. 4 cm de alto	Molde para gratinar	2		160-180	70-90
<b>Tostadas</b>					
12 unidades, gratinadas	Parrilla	4		3	5-8

## 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 de calentamiento	Temperatura en °C	Duración en minutos
<b>Pizza, ultracongelada</b>					
Pizza con base fina	Bandeja esmaltada	2		190-210	15-25
Pizza con base gruesa	Bandeja esmaltada	2		180-200	20-30
Pizza-baguette	Bandeja esmaltada	3		180-200	20-30
Minipizza	Bandeja esmaltada	3		190-210	10-20
<b>Productos de patata, ultracongelados</b>					
Patatas fritas	Bandeja esmaltada	3		190-210	20-30
Tortitas de patata, patatas rellenas	Bandeja esmaltada	3		210-230	15-25
<b>Productos de panadería, ultracongelados</b>					
Panecillos, baguettes	Bandeja esmaltada	3		170-190	10-20
<b>Fritos, ultracongelados</b>					
Varitas de pescado	Bandeja esmaltada	2		220-240	10-20
Palitos de pollo, nuggets	Bandeja esmaltada	3		200-220	15-25
<b>Pastel de hojaldre, ultracongelado</b>					
Pastel de hojaldre	Bandeja esmaltada	3		200-220	35-40

## 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. Precalear 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 taparlo.
2. Precalear 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		Precalear a 100 °C encender solamente la lámpara de iluminación del horno	15 min. 8 h.
Dejar levar la masa de levadura	Colocar un recipiente resistente al calor	en la base del interior del horno		Precalear a 50 °C, apagará el aparato e introducir la masa de levadura en el interior del horno.	5-10 min. 20-30 min.

## 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

El cuadro de cocción siguiente ha sido calculado exclusivamente para la colocación de los alimentos en el horno frío.

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

\* Colocar los pasteles en diagonal sobre los accesorios.

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 calentamiento	Nivel de grill	Tiempo en minutos
Dorar tostadas (precalear 10 min.)	Parrilla	5		3	1/2-2
Hamburguesa de ternera, 12 unidades* (no precalear)	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>8</b>	Alimentos preparados .....	12
Bolos e biscoitos .....	8	Pratos especiais.....	13
Sugestões e conselhos práticos para a cozedura .....	9	<b>Refeições de teste</b> .....	<b>13</b>
Carne, aves, peixe.....	10	Cozer.....	13
Conselhos para assar e grelhar .....	11	Grelhar .....	13
Gratinados, soufflés, torradas .....	12		

## 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

### 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

Nas tabelas encontrará o tipo de aquecimento ideal para os diferentes bolos e produtos de pastelaria. A temperatura e o tempo de cozedura variam em função da quantidade e qualidade da massa. Por isso, a tabela contém intervalos de referência. Experimente primeiro o valor mais baixo. Uma temperatura mais baixa permite obter um tostado mais uniforme. Se necessário, regule uma temperatura superior da próxima vez.

Com pré-aquecimento, os tempos de cozedura reduzem-se 5 a 10 minutos.

Poderá encontrar informações adicionais em "Sugestões para cozer bolos" a seguir às tabelas.

Bolos em formas	Forma	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C	Tempo em minutos
Bolos com massa de pão-de-ló, fácil	Forma de coroa/forma rectangular	2		160-180	50-60
Base de tarte, massa de pão-de-ló	Tarteira	3		160-180	20-30
Base de pão-de-ló, 6 ovos (pré-aquecimento)	Forma desmontável	2		160-180	40-50
Tarte de fruta ou requeijão, base de massa mole*	Forma desmontável	1		170-190	70-90

\* Deixar arrefecer o bolo durante cerca de 20 minutos dentro do forno desligado e fechado.

Bolos com preparação no tabuleiro	Acessórios	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C	Tempo em minutos
Massa de pão-de-ló	Tabuleiro esmaltado	2		170-190	20-30
Massa mole com cobertura molhada, fruta	Tabuleiro esmaltado	2		170-190	60-70
Tarte de queijo suíça	Tabuleiro esmaltado	1		210-230	40-50
Torta (pré-aquecimento)	Tabuleiro esmaltado	2		170-190	15-20
Trança com fermento com 500 g de farinha	Tabuleiro esmaltado	2		170-190	25-35
Pão doce com 1 kg de farinha	Tabuleiro esmaltado	3		140-160	90-100
Bolo de massa folhada, doce	Tabuleiro esmaltado	2		190-210	55-65
Pizza	Tabuleiro esmaltado	2		210-230	25-35
Börek	Tabuleiro esmaltado	2		190-200	40-55



<b>Bolinhos</b>	<b>Acessórios</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		160-180	15-25
Bolinhos de chá (pré-aquecimento)	Tabuleiro esmaltado	3		140-150	30-40
Bolos de amêndoa	Tabuleiro esmaltado	2		100-120	30-40
Suspiros	Tabuleiro esmaltado	3		80-100	100-150
Bolo de massa folhada	Tabuleiro esmaltado	3		200-220	20-30

### **Pão e pãezinhos**

Pré-aquecer o forno para cozer pão, salvo indicação em contrário.

Nunca deitar água no forno quente.

<b>Pão e pãezinhos</b>	<b>Acessórios</b>	<b>Nível</b>	<b>Tipo de aquecimento</b>	<b>Temperatura em °C</b>	<b>Tempo em minutos</b>
Pão com fermento com 1,2 kg de farinha	Tabuleiro esmaltado	2		270 200	5 30-40
Pudim de pão	Tabuleiro esmaltado	2		270	10-15
Pãezinhos (sem pré-aquecimento)	Tabuleiro esmaltado	3		200-220	20-30
Pãezinhos de massa com fermento, doce	Tabuleiro esmaltado	3		180-200	15-20

### **Sugestões e conselhos práticos para a cozedura**

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 outra pastelaria (por exemplo, tarte de requeijão) têm bom aspecto por fora, mas por dentro estão pastosos (húmidos, 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 disponível, utilizar o tabuleiro universal.
Os bolinhos feitos com fermento podem pegar-se uns aos outros durante a cozedura.	Tente 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 bifés/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	Acessórios e recipientes	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C, nível do grelhador	Tempo em minutos
<b>Carne de vaca</b>						
Carne de vaca estufada	1,0 kg	fechado	2	☐	210-230	100
	2,0 kg		2	☐	190-210	140
Rosbife, meio passado	1,0 kg	aberto	2	☐	230-250	60
Bife, 3 cm de espessura, meio passado		Grelha + tabuleiro esmaltado	5+1	☐	3	15
<b>Carne de vitela</b>						
Vitela assada	1,0 kg	aberto	2	☐	190-210	110
	2,0 kg		2	☐	170-190	150
Perna de vitela	1,5 kg	aberto	2	☐	210-230	140
<b>Carne de porco</b>						
Assado com toucinho (p. ex. lombo, perna)	1,0 kg	aberto	2	☐	230-250	130
	2,0 kg		2	☐	210-230	180
Porco assado, magro	1,0 kg	aberto	2	☐	200-220	120
	2,0 kg		2	☐	180-200	160
Lacón galego com osso	1,0 kg	fechado	2	☐	200-220	70
<b>Carne de borrego</b>						
Perna de borrego sem osso, meio passada	1,5 kg	aberto	2	☐	180-200	120
<b>Carne picada</b>						
Assado de carne picada	500 g de carne	aberto	2	☐	200-220	70

Carne	Peso	Acessórios e recipientes	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C, nível do grelhador	Tempo em minutos
<b>Salsichas</b>						
Salsichas		Grelha + tabuleiro esmaltado	4+1		3	15

### 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	Acessórios e recipientes	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C	Tempo em minutos
Frango, inteiro	1,2 kg	Grelha	2		220-240	60-80
Capão, inteiro	1,6 kg	Grelha	2		200-220	80-90
Frango, metades	de 500 g cada uma	Grelha	2		210-230	50-60
Pato, inteiro	2,0 kg	Grelha	2		200-220	100-120
Ganso, inteiro	3,5-4,0 kg	Grelha	2		200-220	120-140
Pernas de ganso	de 400 g cada uma	Grelha	3		230-250	40-50
Peru pequeno, inteiro	3,0 kg	Grelha	2		210-230	80-100
Carne de peru enrolada	1,5 kg	aberto	2		200-220	110-130

### 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	Acessórios e recipientes	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura em °C, nível do grelhador	Tempo em minutos
<b>Gratinados</b>					
Soufflé	Forma para gratinar	2		170-190	35-45
Lasanha	Forma para gratinar	2		180-200	45-50
<b>Gratinado</b>					
Gratinado de batatas com ingredientes crus, máx. 4 cm de altura	Forma para gratinar	2		160-180	70-90
<b>Torradas</b>					
12 unidades, gratinadas	Grelha	4		3	5-8

## 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 de aquecimento	Temperatura em °C	Tempo em minutos
<b>Pizza ultracongelada</b>					
Pizza com base fina	Tabuleiro esmaltado	2		190-210	15-25
Pizza com base grossa	Tabuleiro esmaltado	2		180-200	20-30
Pizza-baguete	Tabuleiro esmaltado	3		180-200	20-30
Minipizza	Tabuleiro esmaltado	3		190-210	10-20
<b>Alimentos de batata ultracongelados</b>					
Batatas fritas	Tabuleiro esmaltado	3		190-210	20-30
Biscoitos de batata, batatas recheadas	Tabuleiro esmaltado	3		210-230	15-25
<b>Alimentos de padaria ultracongelados</b>					
Pãezinhos, baguetes	Tabuleiro esmaltado	3		170-190	10-20
<b>Fritos ultracongelados</b>					
Douradinhos de peixe	Tabuleiro esmaltado	2		220-240	10-20
Palitos de frango, nuggets	Tabuleiro esmaltado	3		200-220	15-25
<b>Bolo de massa folhada ultracongelado</b>					
Bolo de massa folhada	Tabuleiro esmaltado	3		200-220	35-40

## 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	Nível	Tipo de aquecimento	Temperatura	Tempo
iogurte	Colocar as taças ou os pequenos boiões	na base do interior do forno		Pré-aquecer a 100 °C acender apenas a lâmpada do forno	15 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.

## 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

A tabela de cozedura seguinte foi calculada exclusivamente a partir da colocação dos alimentos com o forno frio.

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

\* Colocar os bolos na diagonal sobre os acessórios.

É possível adquirir as grelhas e os tabuleiros de forno como acessórios opcionais em lojas especializadas.

### 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	½-2
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.







9000837662

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