

# OptiGrill & Bake XL

More recipes on our websites



2100127336

# OptiGrill & Bake XL



Tefal T-fal Rowenta



ARNO

# OptiGrill & Bake XL

## Baking Tray XL Accessory

TO BE USED WITH OPTIGRILL MANUAL MODE, FROM REHEAT TO HIGH TEMPERATURE

WIRD MIT DEM MANUELLEN MODUS DES OPTIGRILLS VERWENDET, VOM AUFWÄRMEN  
BIS ZUM BACKEN BEI HOHER TEMPERATUR

A UTILISER AVEC OPTIGRILL EN MODE MANUEL, POUR DU RÉCHAUFFAGE A DE LA CUISSON  
HAUTE TEMPÉRATURE

4 TEMPERATURE SETTINGS / TEMPERATUREEINSTELLUNGEN / NIVEAUX DE TEMPÉRATURES



REHEAT



LOW



MEDIUM



HIGH



## SLUOKSNIUOTŲ DARŽOVIŲ GRATINAS

6 asmenims | ruošimo trukmė: 20 min | Gaminimo laikas: 25 min.

**400 g** cukinijų - **400 g** baklažanų, tokio pat dydžio kaip ir cukinijos - **4** pomidorai - Druskos ir pipirų - **4** valgomieji šaukštai pomidorų padažo - **1** skiltelė česnako, susmulkinta - **3** valgomasis šaukštas alyvuogių aliejaus - Savo nuožiūra – raudonėlių, kmynų, pesto ir baziliko

1. Daržoves supjaustykite maždaug 3 mm griežinėliais.
2. Sumaišykite prieskonių sudedamąsias dalis. Pagardinkite druska ir pipirais.
3. Kepimo priede pakaitomis susluoksniuokite baklažanus, cukinijas ir pomidorus. Pagardinkite druska ir pipirais.
4. Užpilkite padažą ir tolygiai paskirstykite šepetėliu.
5. Prieš įjungdami „OptiGrill“ įdėkite priedą su paruoštu kepti patiekalu. Įjunkite kepsninę. Spustelėkite PGM, pasirinkite raudoną nustatymą ir spustelėkite OK. Kepkite 25 minutes.

**Patarimai:** Sluoksniuodami įdėkite ožkų pieno sūrio griežinėlių.

## BULVYČIŲ

4-6 porcijos | Paruošimo laikas: 2 min. | Gaminimo laikas: 30–35 min.

**800 g** g šaldytų bulvyčių

1. Įdėkite kepmo skardos priedą į savo „OptiGrill“.
2. Įjunkite kepsninę. Pasirinkite rankinį režimą, pasirinkite raudoną nustatymą ir spustelėkite OK. 6–8 minutes leiskite įkaisti.
3. Atidarykite kepsninę ir įdėkite bulvytes. Kepkite 30 minutes. Apverskite įpusėjus kepimo laikui. Pridėkite 5–10 minučių priklausomai nuo norimo apskrudimo.

## LAŠIŠA IR ŽALIEJI SMIDRAI

4 asmenims | ruošimo trukmė: 15 min | Gaminimo laikas: 15–20 min.

**4** lašišos filė - **½** šaukštelio kario miltelių - Susmulkintų laiškinų česnakų (nebūtina) - **1** šaukštelis sojų padažo - **1** valgomojo šaukšto alyvuogių aliejaus - **12** žalių smidrų, nuluptų ir supjaustytų gabalėliais - **125 g** šviežių nedidelių pievagrybių - **300 g** saldžiųjų bulvių, nuluptų ir supjaustytų 1,5 cm dydžio kubeliais - **½** valgomojo šaukšto šviežios kalendros, susmulkintos - Žiupsnelis aitriosios paprikos miltelių - **1** valgomasis šaukštas alyvuogių aliejaus

1. Sumaišykite ir vienoje kepimo priedo pusėje sudėkite pirmąsias penkias sąraše nurodytas sudedamąsias dalis.
2. Dubenyje sumaišykite ir kitoje kepimo priedo pusėje sudėkite likusias sudedamąsias dalis.
3. Prieš įjungdami „OptiGrill“ įdėkite priedą su paruoštu kepti patiekalu. Įjunkite kepsninę. Spustelėkite PGM, pasirinkite raudoną nustatymą ir spustelėkite OK. Kepkite 15–20 minučių.

**Patarimai:** Alyvuogių aliejų pakeiskite sezamų aliejumi

## TRAPUSIS OBUOLIŲ IR RABARBARŲ PYRAGAS

8-10 asmenims | ruošimo trukmė: 10 min. | Gaminimo laikas: 20 min.

**7** obuoliai, nulupti, be sėklų ir supjaustyti kubeliais - **150 g** šviežių arba šaldytų aviečių - **95 g** miltų - **65 g** maltų migdolų - **65 g** minkšto sviesto - Vanilės ekstrakto

1. Dubenyje pirštų galiukais stambiai sumaišykite sviestą, miltus, maltus migdolos ir vanilę, kol sumaišysite trupancią tešlą.
2. Kepimo priedo dugne sudėkite vaisius.
3. Ant vaisių sudėkite tešlą.
4. Prieš įjungdami „OptiGrill“ įdėkite priedą su paruoštu kepti patiekalu. Įjunkite kepsninę. Spustelėkite PGM, pasirinkite oranžinį nustatymą ir spustelėkite OK. Kepkite 20 minučių.

**Patarimai:** Avietes pakeiskite vyšniomis arba mėlynėmis

## DĀRŽENŲ GRATĒNA KĀRTOJUMS

6 cilvēkiem | Sagatavošanas laiks: 20 min. | Gatavošanas laiks: 25 min

**400 g** cukinī - **400 g** baklažānu, tādā pašā izmērā kā cukinī - **4** tomāti - Sāls un pipari - **4** ēdamkarotes tomātu mērces - **1** daiviņa ķiploka, sasmalcināta - **3** ēdamkarotes olīveļļas - Pēc jūsu izvēles oregano, kumīns, pesto un baziliks

1. Sagrieziet dārzeņus aptuveni 3 mm biezās šķēlēs.
2. Sajauciet garšvielas. Pievienojiet sāli un piparus.
3. Izkārtējiet baklažānus, cukinī un tomātus pamišus cepšanas piederumā. Pievienojiet sāli un piparus.
4. Pārlejiet mērci un vienmērīgi izklājiet ar birstīti.
5. Piederumu ar cepšanai sagatavoto produktu ievietojiet OptiGrill, pirms to ieslēgt. Ieslēdziet grilu. Nospiediet PGM, izvēlieties sarkano iestatījumu un nospiediet OK. Gatavojiet 25 minūtes.

**Padomi:** Kārtojuma pievienojiet kazas siera šķēlītes.

## FRĪ KARTUPEĻI

4-6 porcijām | Sagatavošanas laiks: 2 min | Gatavošanas laiks: 30 līdz 35 min

**800 g** saldēti frī kartupeļi

1. Ievietojiet gatavošanas paplāti OptiGrill.
2. Ieslēdziet grilu. Iestatiet manuālo režīmu, izvēlieties sarkano iestatījumu un nospiediet OK. Uzkaršējiet 6–8 minūtes.
3. Atveriet grilu un ielieciet kartupeļus. Gatavojiet 30 minūtes. Apgrieziet pēc puses no gatavošanas laika. Palieliniet gatavošanas laiku par 5–10 minūtēm atkarībā no vēlamā apbrūninājuma.

## LASIS UN SPARĢEĻI

4 cilvēkiem | Sagatavošanas laiks: 15 min. | Gatavošanas laiks: 15 līdz 20 min

**4** laša filejas - **½** tējkarotes karija pulvera - Sasmalcināti maurloki (pēc izvēles) - **1** tējkarote sojas mērces - **1** ēdamkarote olīveļļas - **12** sparģeļi, nomizoti un sagriezti gabalos - **125 g** svaigu šampinjonu - **300 g** saldo kartupeļu, nomizoti un sagriezti 1,5 cm kubiņos - **½** ēdamkarote svaiga koriandra, sasmalcināta - Šķipsna čili pulvera - **1** ēdamkarote olīveļļas

1. Sajauciet pirmos piecas sarakstā esošos produktus un novietojiet vienā cepšanas piederuma pusē.
2. Sajauciet pārējos produktus bļodā un izvietojiet cepšanas piederuma otrā pusē.
3. Ievietojiet piederumu ar sagatavoto produktu savā OptiGrill, pirms to ieslēgt. Ieslēdziet grilu. Nospiediet PGM, izvēlieties sarkano iestatījumu un nospiediet OK. Gatavojiet 15 līdz 20 minūtes.

**Padomi:** Aizstājiet olīveļļu ar sezama eļļu.

## ĀBOLU UN AVENŲ DRUMSTALU DESERTS (KRAMBLS)

8-10 cilvēkiem | Sagatavošanas laiks: 10 min. | Gatavošanas laiks: 20 min

**7** āboli, nomizoti, ar izņemtiem kauliņiem un sagriezti kubiņos - **150 g** svaigu vai saldētu avenu - **95 g** miltu - **65 g** maltu mandeļu - **65 g** mīksta sviesta - Vanīļas ekstrakts

1. Bļodā samaisiet sviestu, miltus, maltās mandeļus un vaniļu, izmantojot pirkstus, līdz izveidojas drumstalu mīkla.
2. Uzlieciet augļus un ogas uz cepšanas piederuma.
3. Pārklājiet ar drumstalu mīklu.
4. Piederumu ar cepšanai sagatavoto produktu ievietojiet OptiGrill, pirms to ieslēgt. Ieslēdziet grilu. Nospiediet PGM, izvēlieties oranžo iestatījumu un nospiediet OK. Gatavojiet 20 minūtes.

**Padomi:** Aizstājiet avenas ar ķiršiem vai mellenēm.

## VEGETABLE GRATIN STACK

6 People | Preparation time: 20 mins | Cooking time: 25 min

**400 g** courgettes - **400 g** aubergines that are the same size as the courgettes - **4** tomatoes - Salt and pepper - **4** tbsp tomato sauce - **1** clove of garlic, chopped - **3** tbsp olive oil - Your choice of oregano, cumin, pesto and basil

1. Cut the vegetables into around 3 mm slices.
2. Mix the seasoning ingredients. Season with salt and pepper.
3. Layer the aubergine, courgette and tomatoes alternately in the baking accessory. Season with salt and pepper.
4. Pour the sauce over it and distribute evenly with a brush.
5. Place the accessory containing the preparation in your OptiGrill before turning it on. Turn on the grill. Select Manual Program, select the red setting and press OK. Cook for 25 minutes.

**Tips:** Add slices of goat cheese to the stack.

## FRENCH FRIES

For 4-6 servings | Preparation Time: 2 min | Cooking time: 30-35 min

**800 g** of frozen fries

1. Place the baking tray accessory in your OptiGrill.
2. Turn on the grill. Select Manual Program, select the red setting and press OK. Preheat for 6-8 minutes.
3. Open the grill and place the fries. Cook for 30 minutes. Turn halfway through cooking. Increase by 5-10 minutes depending on the desired browning.

## SALMON AND GREEN ASPARAGUS

4 People | Preparation time: 15 mins | Cooking time: 15 to 20 min

**4** salmon fillets - **½** tsp curry powder - Chopped chives (optional) - **1** tsp soy sauce - **1** tbsp olive oil - **12** green asparagus, peeled and cut into pieces - **125 g** fresh small Paris mushrooms - **300 g** sweet potato, peeled and cut into 1.5 cm cubes - **½** tbsp fresh coriander, chopped - Pinch of chilli powder - **1** tbsp olive oil

1. Mix the first five ingredients on the list and put them on one side of the baking accessory.
2. Mix the other ingredients in a bowl and put them on the other side of the baking accessory.
3. Place the accessory containing the preparations in your OptiGrill before turning it on. Turn on the grill. Select Manual Program, select the red setting and press OK. Cook for 15 to 20 minutes.

**Tip:** Swap the olive oil for sesame oil.

## APPLE AND RASPBERRY CRUMBLE

8-10 People | Preparation time: 10 mins | Cooking time: 20 min

**7** apples, peeled, de-seeded and diced - **150 g** fresh or frozen raspberries - **95 g** flour - **65 g** ground almonds - **65 g** softened butter - Vanilla extract

1. In a bowl, roughly mix the butter, flour, ground almonds and vanilla together with your fingertips until you have a crumbly dough.
2. Put the fruit in the bottom of the baking accessory.
3. Cover the fruit with crumble.
4. Place the accessory containing the preparation in your OptiGrill before turning it on. Turn on the grill. Select Manual Program, select the orange setting and press OK. Cook for 20 minutes.

**Tip:** Swap the raspberries for cherries or blueberries.

## TIAN DE LÉGUMES

6 Personnes | Temps de préparation : 20 min. | Durée de cuisson : 25 min

**400 g** de courgettes - **400 g** d'aubergines de la même taille que la courgette - **4** belles tomates - Sel, poivre - **4** cuillères à soupe de sauce tomate - **1** gousse d'ail hachée - **3** cuillères à soupe d'huile d'olive - Origan, cumin, pesto, basilic au choix

1. Coupez les légumes en rondelles de 3 mm environ.
2. Mélangez les ingrédients de l'assaisonnement. Assaisonnez de sel et de poivre.
3. Dans l'accessoire de cuisson, disposez en alternance aubergines, courgettes et tomates. Assaisonnez de sel et de poivre.
4. Versez la sauce dessus et répartissez avec un pinceau.
5. Placez l'accessoire contenant la préparation dans votre OptiGrill avant de le mettre en marche. Mettez le gril en marche. Sélectionnez le Mode Manuel, sélectionnez le réglage de couleur rouge et appuyez sur OK. Faites cuire pendant 25 minutes.

**Astuce :** Ajoutez des rondelles de fromage de chèvre dans le tian.

## FRITES

Pour 4-6 personnes | Temps de préparation : 2 min | Durée de cuisson : 30 à 35 min

**800g** de frites surgelées

1. Placez l'accessoire four dans votre OptiGrill.
2. Mettez le grill en marche. Sélectionnez le Mode Manuel, sélectionnez le réglage de couleur rouge et appuyez sur OK. Préchauffez pendant 6-8 minutes.
3. Ouvrez le grill et déposez les frites. Faites cuire pendant 30 minutes. Retournez les frites à mi-cuisson. Attendez 5-10 minutes supplémentaires selon le résultat souhaité.

## SALMON ET ASPERGES VERTES

4 Personnes | Temps de préparation : 15 min. | Durée de cuisson : 15 à 20 min

**4** beaux pavés de saumon - **½** cuillère à café de curry en poudre - Ciboulette ciselée (optionnel) - **1** cuillère à café de sauce soja - **1** cuillère à soupe d'huile d'olive - **12** asperges vertes épluchées et coupées en tronçons - **125 g** de petits champignons de Paris frais - **300 g** de patate douce épluchée et coupée en dés de 1,5 cm - **½** cuillère à soupe de coriandre fraîche hachée - **1** pointe de couteau de piment en poudre - **1** cuillère à soupe d'huile d'olive

1. Mélangez les 5 premiers ingrédients de la liste et les mettre sur un côté dans l'accessoire de cuisson.
2. Mélangez les autres ingrédients dans un bol et versez sur l'autre côté de l'accessoire de cuisson.
3. Placez l'accessoire contenant les préparations dans votre OptiGrill avant de le mettre en marche. Mettez le gril en marche. Sélectionnez le Mode Manuel, sélectionnez le réglage de couleur rouge et appuyez sur OK. Faites cuire pendant 15 à 20 minutes.

**Astuce :** Remplacez l'huile d'olive par de l'huile de sésame

## CRUMBLE AUX POMMES ET FRAMBOISES

8-10 Personnes | Temps de préparation : 10 min. | Durée de cuisson : 20 min

**7** pommes épluchées, épépinées et coupées en cubes - **150 g** de framboises fraîches ou surgelées - **95 g** de farine - **65 g** de poudre d'amandes - **65 g** de beurre mou - Extrait de vanille

1. Dans un saladier, mélangez grossièrement du bout des doigts le beurre, la farine, la poudre d'amandes et la vanille jusqu'à obtenir une pâte sableuse.
2. Mettez les fruits dans le fond de l'accessoire de cuisson.
3. Recouvrez les fruits de crumble.
4. Placez l'accessoire contenant la préparation dans votre OptiGrill avant de le mettre en marche. Mettez le gril en marche. Sélectionnez le Mode Manuel, sélectionnez le réglage de couleur orange et appuyez sur OK. Faites cuire pendant 20 minutes.

**Astuce :** Remplacez les framboises par des cerises ou des myrtilles

## ОВОЩНОЙ ГРАТЕН ИЗ ЦУКИНИ И БАКЛАЖАНОВ

6 порции | Время на подготовку: 20 мин | Время приготовления: 25 минут

**400 г** цукини - **400 г** баклажанов того же размера, что и цукини - **4** помидора - Соль и перец - **4** ст. л. томатного соуса - **1** измельченный зубчик чеснока - **3** ст. л. оливкового масла - Орегано, тмин, песто и базилик на ваш выбор

1. Нарезайте овощи кольцами толщиной примерно 3 мм.
2. Смешайте приправы. Приправьте солью и перцем.
3. Поочередно кладите баклажаны, цукини и помидоры в противень для запекания. Приправьте солью и перцем.
4. Сверху налейте соус и распределите его равномерно при помощи кисточки.
5. Поместите противень с ингредиентами в OptiGrill перед включением. Включите гриль. Выберите ручной режим, выберите красную настройку и нажмите ОК. Готовьте в течение 25 минут.

**Советы:** Добавьте ломтики козьего сыра между овощами.

## КАРТОФЕЛЯ ФРИ

На 4–6 порции | Время на подготовку: 2 мин | Время приготовления: 30-35 минут

**800 г** замороженного картофеля фри

1. Поместите противень для запекания в OptiGrill.
2. Включите гриль. Выберите ручной режим, выберите красный индикатор самой высокой температуры и нажмите ОК. Выполните предварительный прогрев в течение 6–8 минут.
3. Откройте гриль и положите картофель фри. Готовьте в течение 30 минут. Переверните ингредиенты по истечении половины времени приготовления. Увеличьте время приготовления на 5–10 минут в зависимости от желаемой степени приготовления.

## СЕМГА С ЗЕЛеноЙ СПАРЖЕЙ

4 порции | Время на подготовку: 15 мин | Время приготовления: 15–20 минут

**4** филе семги -  $\frac{1}{2}$  ч. л. порошка карри - Измельченный шнитт-лук (необязательно) - **1** ч. л. соевого соуса - **1** ст. л. оливкового масла - **125 г** свежих шампиньонов - **300 г** батата, очищенного и нарезанного кубиками размером около 1,5 см -  $\frac{1}{2}$  ст. л. свежего измельченного кориандра - Щепотка порошка чили - **1** ст. л. оливкового масла

1. Смешайте первые пять ингредиентов из списка и положите их на одну сторону противня для запекания.
2. Смешайте остальные ингредиенты в миске и положите их на другую сторону противня для запекания.
3. Поместите противень с ингредиентами в OptiGrill перед включением. Включите гриль. Выберите ручной режим, выберите красную настройку и нажмите ОК. Готовьте в течение 15–20 минут.

**Советы:** При желании оливковое масло можно заменить на кунжутное.

## ЯБЛУЧНО-МАЛИНОВЫЙ КРАМБЛ

8-10 порции | Время на подготовку: 10 мин | Время приготовления: 20 минут

**7** яблок, очищенных от кожуры и семян и нарезанных кубиками - **150 г** свежих или замороженных ягод малины - **95 г** муки - **65 г** молотого миндаля - **65 г** размягченного сливочного масла - Экстракт ванили

1. В чаше смешайте сливочное масло, муку, молотый миндаль и ваниль кончиками пальцев, пока не получите комковатое тесто.
2. Положите фрукты на дно противня для запекания.
3. Выложите тесто поверх фруктов.
4. Поместите противень с ингредиентами в OptiGrill перед включением. Включите гриль. Выберите ручной режим, выберите оранжевую настройку и нажмите ОК. Готовьте в течение 20 минут.

**Советы:** При желании малину можно заменить на вишню или чернику.

## ОВОЧЕВИЙ ГРАТЕН

6 порції | Час приготування: 20 хв | Час приготування: 25 хв

**400 г** кабачків - **400 г** баклажанів того ж розміру, що й кабачки - **4** помідори - Сіль і перець - **4** ст. л. томатного соусу - **1** зубчик часнику, подрібнений - **3** ст. л. оливкової олії - Орегано, кмін, песто та базилік на вибір

1. Наріжте овочі скибочками завтовшки близько 3 мм.
2. Змішайте інгредієнти для заправки. Додайте сіль і перець.
3. Викладіть баклажани, кабачки й помідори по черзі у форму для запікання. Додайте сіль і перець.
4. Полийте соусом і рівномірно розподіліть його пензликом.
5. Перед увімкненням гриля OptiGrill помістіть у нього форму з тістом. Увімкніть гриль. Виберіть ручний режим виберіть налаштування червоного кольору та натисніть ОК. Готуйте 25 хвилин.

**Поради:** Покладіть зверху скибочки козячого сиру.

## КАРТОПЛІ ФРІ

На 4–6 порції | Час підготовки: 2 хв | Час приготування: від 30 до 35 хв

**800 г** замороженої картоплі фри

1. Помістіть аксесуар для дека в OptiGrill.
2. Увімкніть гриль. Виберіть ручний режим виберіть налаштування червоного кольору й натисніть ОК. Розігрівайте 6–8 хвилин.
3. Відкрийте гриль і покладіть картоплю фри. Готуйте 30 хвилин. Переверніть на середині циклу приготування. Збільште час на 5–10 хвилин залежно від бажаного ступеня підрум'янювання.

## ЛОСОСЬ ІЗ ЗЕЛеноЮ СПАРЖЕЮ

4 порції | Час приготування: 15 хв | Час приготування: від 15 до 20 хв

**4** філе лосося -  $\frac{1}{2}$  ст. л. порошку карі - Нарізана цибуля-трибулька (за бажанням) - **1** ч. л. соевого соусу - **1** ст. л. оливкової олії - **12** шт. зеленої спаржі, очищеної та порізаної на шматочки - **125 г** свіжих шампінйонів невеликого розміру - **300 г** солодкої картоплі, очищеної та нарізаної кубиками розміром 1,5 см -  $\frac{1}{2}$  ст. л. ложки свіжого коріандру, подрібненого - Щіпка порошку чили - **1** ст. л. оливкової олії

1. Змішайте перші п'ять інгредієнтів зі списку та покладіть їх з одного боку форми для запікання.
2. Змішайте інші інгредієнти в мисці та покладіть їх з іншого боку форми для запікання.
3. Перед увімкненням гриля OptiGrill помістіть у нього форму зі стравою. Увімкніть гриль. Виберіть ручний режим виберіть налаштування червоного кольору й натисніть ОК. Готуйте протягом 15–20 хвилин.

**Поради:** Оливкову олію можна замінити на кунжутну.

## ЯБЛУЧНО-МАЛИНОВИЙ КРАМБЛ

8-10 порцій | Час приготування: 10 хв | Час приготування: 20 хв

**7** яблук, очищених від шкірки й насіння та нарізаних кубиками - **150 г** свіжої або замороженої малини - **95 г** борошна - **65 г** меленого мигдалю - **65 г** м'якого вершкового масла - Екстракт ванилі

1. У мисці ретельно перемішайте кінчиками пальців масло, борошно, мелений мигдаль і ваниль до отримання тіста крихкої текстури.
2. Викладіть фрукти на дно форми для запікання.
3. Посипте тісто на фрукти.
4. Перед увімкненням гриля OptiGrill помістіть у нього форму з тістом. Увімкніть гриль. Виберіть ручний режим виберіть налаштування помаранчевого кольору та натисніть ОК. Готуйте 20 хвилин.

**Поради:** Малину можна замінити на вишню або чорницю