

Tefal®

OptiGrill™



AUF DEM GRILL OP DE GRILL SUR LE GRIL

Rezepte für perfektes Grillen

Recepten voor perfecte grillresultaten

Des recettes pour des grillades à la perfection



INHALT

INHOUD

SOMMAIRE

OPTIGRILL, der Genuss
gelungener Grillgerichte **2**



Programm **Steaks** **6**



Programm **Burger** **18**



Programm **Geflügel** **24**



Programm **Sandwich/
Panini** **36**



Programm **Wurstchen** **44**



Programm **Fisch/
Meeresfrüchte**... **56**



Rezepte im
Manuellem Betrieb **68**

Index **78**

OPTIGRILL, genieten
van geslaagde grillgerechten .. **2**

Programma **Rood vlees** **7**

Programma **Burger** **19**

Programma **Gevogelte** **25**

Programma **Croque/
Panini** **37**

Programma **Worst** **45**

Programma **Vis/
Zeevruchten** ... **57**

Recepten
van de **manuele** functie **69**

Index **78**

OPTIGRILL,
le plaisir des grillades réussies .. **2**

Programme **Viande rouge** **7**

Programme **Burger** **19**

Programme **Volaille** **25**

Programme **Croque /
Panini** **37**

Programme **Saucisse** **45**

Programme **Poisson /
Fruits de mer**... **57**

Recettes du mode **Manuel**... **69**

Index **78**



INNOVATION



MISST DIE
DICKE DES
FLEISCHES
DIKTEMETING



LICHTINDIKATOR
ZEIGT DEN
GARZUSTAND AN
GAARHEIDS-
INDICATOR



DE Das Geheimnis gelungener Grillspeisen liegt in der Auswahl der richtigen Temperatur und der passenden Garzeit je nach Art, Größe und Dicke der Speise ... Dabei ist für jede Laune und jeden Geschmack – von blutig bis durchgebraten – genau das Richtige dabei und man genießt den Spaß am Teilen und Schlemmen.

Mit diesem OPTIGRILL-Rezeptbuch möchte TEFAL aus Ihnen Grillexperten in jeder Hinsicht machen.

NL Het geheim van geslaagde grillgerechten? De juiste temperatuur, een bereidingstijd afgestemd op de voeding, haar grootte, haar dikte ... Alle 'grillen' en smaken zijn toegestaan, van rood tot goed doorbakken, bovenop het plezier om gezellig samen te eten.

Met dit OPTIGRILL kookboekje maakt TEFAL van u een grillkampioen in werkelijk alle categorieën.

FR Le secret d'une grillade réussie, c'est le choix de la bonne température, d'un temps de cuisson adapté selon son type, sa taille, son épaisseur... tous les caprices et tous les goûts sont permis, de saignant à bien cuit, plus le plaisir du partage et de la dégustation.

Avec ce livre de recettes OPTIGRILL, TEFAL ambitionne de faire de vous des champions de la grillade toutes catégories.

OPTIGRILL, DER GENUSS GELUNGENER GRILLGERICHTE

OPTIGRILL, GENIETEN VAN GESLAAGDE GRILL-GERECHTEN

OPTIGRILL, LE PLAISIR DES GRILLADES RÉUSSIES

DE 6 Programme zur Auswahl

Jeder Lebensmitteltyp und jede Grillspeise erfordert eine spezielle, vorprogrammierte Zubereitung, um optimale Ergebnisse zu erzielen. OPTIGRILL verfügt über 6 vorkonfigurierte Programme und einen manuellen Modus:

NL 6 programma's naar keuze

Elk type ingrediënt en grillgerecht verdient een speciale, voorgeprogrammeerde behandeling voor een optimaal resultaat. OPTIGRILL heeft zo 6 vooraf ingestelde programma's, plus 1 manuele functie:

FR 6 programmes au choix

Chaque type d'aliment et de grillade mérite un traitement spécial pré-programmé pour un résultat optimal. OPTIGRILL dispose ainsi de 6 programmes pré-définis, plus 1 mode manuel :



Burger
Burger
Burger



Geflügel
Gevogelte
Volaille



Sandwich/Panini
Croque/Panini
Croque / Panini



Wurstchen/Schwein/
Lamm
Worst/Varkensvlees/
Lamsvlees
Saucisse / Porc /
Agneau



Rotes Fleisch:
Rindfleisch und Speck
Rood vlees:
rundvlees en spek
Viande rouge :
boeuf et bacon



Fisch/Meeresfrüchte
Vis/Zeevruchten
Poisson / Fruits de mer



+ Manueller Betrieb zum Grillen von Obst und Gemüse
+ manuele functie: groenten/fruit
+ le mode manuel qui sert à griller légumes et fruits



DE

Von den Anfängen bis heute

Der Mensch erfand das Grillen, als er lernte, mit dem Feuer umzugehen. Man kann sich wohl sehr gut den köstlichen Geruch des ersten Stückes Fleisch vorstellen, das zufällig auf die Glut fiel. Es war wohl eine der glücklichsten Überraschungen in der Geschichte der Menschheit! An jenem Tag entdeckte der Mensch, fast durch Zufall, dass Fleisch und Fisch weit mehr als genießbare Nahrung waren und sich zu zarten, verdaulichen und geschmackvollen Speisen zubereiten ließen. Purer Genuss, der alle Zeiten unverändert überstanden hat.

Die Kunst des Grillens

Das Grillen ist eine uralte Tradition der Jäger und Fischer, die sich zu einer Art der Zubereitung entwickelt hat und von allen Kulturen geteilt wird. Der Grill ist das Symbol des Haushalts und ein Küchenutensil, an dem man sich zusammenfindet, in der gesamten Geschichte der Menschheit und überall auf unserem Planeten. Grillen ist eine Art der Zubereitung, gehört aber auch zu den schönen Momenten, die man mit anderen teilt. Eine perfekte Gelegenheit, die besten Fleisch- oder Fischgerichte zu genießen, geschickt zugeschnitten, mariniert und zubereitet anhand kulturübergreifender Rezepte, die so einfach wie vielseitig und originell sind, begleitet von Soßen, deren Geheimnisse bisweilen von Generation zu Generation weitergetragen werden.

Augenblicklicher Genuss

Beim Grillen muss man immer ein wenig improvisieren. Ohne jegliche Zeremonie. Ohne große Zubereitung. Weitab von Stress und Arbeit. In der Küche oder im Freien. Spontane Vorbereitung im Handumdrehen. Einfach aus Spaß. Ein paar einfache Gesten genügen, um aus rohen Speisen in Rekordzeit leckere Gerichte zu zaubern. Im Handumdrehen ist das Essen zubereitet, der Tisch gedeckt und der Genuss Augenblicklich.

Die Grill-Revolution

Es gibt doch nichts Besseres als eine leckere Grillspeise im perfekten Garzustand: blutig, medium oder gut durchgebraten. Nichts ist wohl schlimmer als verbrannte oder schlecht gegarte Grillspeisen. OPTIGRILL ist das ideale Grillgerät, das Ihnen die Sicherheit gibt, gelungene Grillspeisen zuzubereiten, genau nach Ihrem Geschmack und mit knusprig gebrillter Kruste.

Perfekt gegarte Speisen

Eine ausgefeilte Technologie, die Ihnen die Bedienung Ihres OPTIGRILL vereinfacht:

- 6 automatische Grillprogramme je nach Art der Speisen: Burger, rotes Fleisch, Geflügel, Würstchen, Fisch/Meeresfrüchte, Sandwich/Panini. Obst und Gemüse werden im Manuellen Betrieb gegrillt.

- Automatische oder Manuelle Einstellung der Grilltemperatur für optimale Ergebnisse.
- Kontrollierbare, je nach Dicke der Grillspeise über einen Automatiksensor einstellbare und bei den nächsten Grillvorgängen wiederverwendbare Grillparameter.
- Die richtige Temperatur für jede Grillspeise. Endlich Schluss mit ärgerlichen Versäumnissen.

Fleischgerichte – saftig zart und knusprig gegrillt

Eine vereinfachte Technologie, die sämtliche Nachteile traditioneller Grillgeräte ausräumt: Verbrannte, zu sehr oder zu wenig gegarte Speisen gehören nun der Vergangenheit an.

- Nach dem Vorheizen leuchtet eine Kontrolllampe auf. Diese Kontrolllampe dient als praktische Anzeige für den Garzustand der Speisen. Sie ändert ihre Farbe im Laufe des Grillvorgangs, den Sie je nach gewünschtem Garzustand unterbrechen können. Zu Beginn leuchtet sie grün, wenn das Fleisch blutig ist, wechselt sie auf Gelb, bei medium wird sie orange und schließlich rot für gut durchgebratenes Fleisch. Beim Wechsel zwischen den Farben ertönt jeweils ein Piepton, bis alle Speisen auf der Grillplatte jeweils den gewünschten Garzustand haben. Durch das Öffnen des Deckels wird der Vorgang nicht unterbrochen. So können Sie ein blutiges Steak von der Grillplatte nehmen, während die anderen weiter grillen. Dank seines Sensors passt sich der Grill automatisch an die Menge und Dicke der verbleibenden Speisen an.
- Die Temperatur lässt sich genau einstellen, damit das Fleisch eine knusprige Kruste erhält und innen zart und saftig bleibt.

Genau die richtige Garzeit

Es macht Spaß, sich spontan und ganz nach Lust und Laune leckere Grillgerichte zu gönnen.

Dabei ist die perfekte Zubereitung für jeden ein Kinderspiel und vergangene oder misslungene Gerichte gehören endgültig der Vergangenheit an.

- Ein benutzerfreundliches und praktisches Gerät mit kinderleichtem Gebrauch und einfacher Instandhaltung. Die Grillplatten aus Aluminiumguss mit Antihafbeschichtung und die herausnehmbare Auffangschale sind für den Geschirrspüler geeignet.
- Unbegrenzt vielseitige Grillgerichte dank der umfangreichen Programmauswahl, über die Sie ganz nach Belieben Fleisch und Fisch, Hamburger und Paninis, Krustentiere, Obst und Gemüse genau so zubereiten können, wie Sie sie am liebsten mögen.

Mit OPTIGRILL ermöglicht Ihnen TEFAL das Zubereiten leckerer Grillgerichte - einfach und zuverlässig.



NL Hoe het begon ...

De mens vond het grillen uit toen hij het vuur ontdekte. Beeld het u eens in, die heerlijke geur van het eerste stukje vlees dat per ongeluk op de gloeiende kolen viel. Het moet een van de mooiste verrassingen uit de geschiedenis van de mens zijn geweest! Die dag ontdekte hij, bijna per toeval, hoe hij vlees en vis meer eetbaar moest maken, zacht, gemakkelijk verteerbaar ... en overheerlijk! Een ware lekkernij die onveranderd de eeuwen doorstond.

De kunst van het grillen

Grillen is een eeuwenoude praktijk van jagers en vissers die nu een ware kunst is geworden, en tegelijk een raakvlak tussen alle beschavingen. De grill is het symbool van de huiselijke haard, de plaats waar iedereen samenkomt, van het begin van onze geschiedenis tot nu, over de hele planeet. Grillen staat niet alleen voor een bereidingswijze, maar ook voor gezellige momenten samen. Een excuus om te smullen van de lekkerste stukken vlees of vis, slim versneden, gemarineerd, bereid volgens transculturele recepten, tegelijk eenvoudig, veelzijdig en origineel, vergezeld door sauzen uit recepten die soms van generatie op generatie worden overgeleverd.

Een onmiddellijk plezier

Grillen is altijd een beetje improviseren. Zonder al te veel voorbereidingen. En het is zeker geen opdracht. In de keuken of buiten. En altijd op het laatste moment klaargemaakt. Gewoon voor het plezier. In enkele eenvoudige handelingen die u in een recordtempo van rauw naar gebakken brengen. De maaltijd is klaar, de tafel gedekt ... en u kunt onmiddellijk aanvallen!

De grillrevolutie

Er gaat niets boven heerlijke grillgerechten, precies bereid zoals we het graag hebben: rood, medium of doorbakken. Niets erger dan verkoolde of slecht gebakken grillgerechten. OPTIGRILL is het ideale grillproduct: de grill waarmee al uw grillgerechten lukken, iedere keer opnieuw, precies zoals u ze wilt, met mooie grillsporen op het oppervlak.

Perfekte gaarheid

Een geavanceerde technologie die het gebruik van de OPTIGRILL vereenvoudigt:

- 6 automatische programma's, afhankelijk van het type ingrediënt dat u wilt grillen: burgers, rood vlees, gevogelte, worst, vis/zeevruchten, croques/panini's. Groenten en fruit worden manueel bereid.
- een automatische of manuele afstelling van de temperatuur van uw gerechten, voor een ideaal resultaat.

- gecontroleerde gaarheidsindicator, dankzij een automatische sensor, meet de dikte van het stuk dat moet worden gegrild, en is te herhalen voor de volgende bereidingen.
- een temperatuur afgestemd op elk type grillgerecht. Vergeten en aanbranden kan niet meer!

Sappig, mals en mooi getekend vlees

Een vereenvoudigde technologie om de foutjes van traditionele grills te voorkomen: verkoolde, overgare of onvoldoende gebakken gerechten.

- na de voorverwarmingsfase gaat er een lichtje branden. Deze handige indicator van de gaarheid toont de vordering van de bereiding. Hij verandert van kleur naargelang het voedsel verder bakt, en u onderbreekt het wanneer het naar uw smaak is: groen aan het begin van de bereiding, geel wanneer het voedsel rood is, oranje wanneer het medium is en rood als u het goed doorbakken wilt. Een geluidssignaal geeft de overgang naar een nieuw stadium aan, tot het voedsel op de bakplaat precies is gebakken zoals u het wilt. Door de bovenste grillplaat op te tillen, onderbreekt u het proces niet. U kunt een rood stuk vlees eruit nemen terwijl de andere blijven bakken. Dankzij zijn sensor past het apparaat zich automatisch aan de hoeveelheid en dikte van het resterende voedsel aan.
- de temperatuur wordt uiterst nauwkeurig geregeld om het vlees aan het oppervlak dicht te schroeien en mooi te tekenen, en het vervolgens zacht te laten garen, terwijl het binnenin heerlijk sappig blijft.

Een gecontroleerde gaarheid

Het plezier te improviseren en naar hartenlust van heerlijke grillgerechten te genieten. Perfectie binnen ieders handbereik, zonder risico op mislukkingen:

- een eenvoudig en handig apparaat, net zo gemakkelijk in gebruik als in onderhoud, met zijn platen van gegoten aluminium met anti-aanbaklaag en uitneembare vetopvangbak die in de vaatwasser mogen.
- de mogelijkheid om oneindig te variëren dankzij een heel complete keuze aan programma's waarmee u kunt grillen wat u maar wilt, vlees en vis, hamburgers en panini's, schaaldieren, groenten en fruit, precies zoals u ze lekker vindt.

Met OPTIGRILL maakt TEFAL het zo gemakkelijk om heerlijke en altijd geslaagde grillgerechten te maken.



FR

Aux origines de la grillade

L'homme a inventé la grillade en même temps que le feu : on imagine très bien la délicieuse odeur du premier morceau de viande tombé par hasard sur les braises. Une des plus heureuses surprises de l'histoire de l'humanité ! Ce jour-là, l'homme a soudain découvert, presque par hasard, comment rendre viandes et poissons plus que comestibles : tendres sous la dent, digestes, savoureux. Un pur délice qui a traversé tous les âges, inchangé.

L'art de la grillade

La grillade est une pratique ancestrale de chasseurs et de pêcheurs qui a évolué en mode culinaire : un point commun entre toutes les civilisations. Le gril est le symbole du foyer, l'ustensile de cuisine autour duquel on se retrouve, d'un bout à l'autre de l'histoire, sur toute la planète. La grillade est un bon moment qu'on partage, autant qu'un mode de cuisson. Un prétexte pour déguster les meilleures pièces de viande ou de poisson savamment découpées, marinées, préparées selon des recettes transculturelles, à la fois simples, variées et originales, accompagnées de sauces dont le secret se transmet parfois de génération en génération.

Un plaisir instantané

Avec la grillade, on est toujours un peu dans l'improvisation. Sans cérémonie. Sans trop de préparation. Loin des corvées. A la cuisine ou à l'extérieur. On la prépare au dernier moment. Juste pour le plaisir. En quelques gestes simples qui vous font passer du cru au cuit en un temps record, le repas est prêt, la table est mise, la dégustation, immédiate.

La révolution de la grillade

Rien de meilleur qu'une bonne grillade cuite comme on aime : saignante, à point ou bien cuite.

Rien de pire qu'une grillade carbonisée ou mal cuite. OPTIGRILL est l'ustensile de la grillade idéale : le gril qui vous permet de réussir vos grillades à coup sûr, chaque fois, exactement comme vous les aimez, avec une belle marque de gril en surface.

Un degré de cuisson parfait

Une technologie sophistiquée pour vous simplifier l'usage d'OPTIGRILL :

- 6 programmes de cuisson automatiques selon le type d'ingrédient que vous voulez griller : burgers, viande rouge, volaille, saucisse, poissons / fruits de mer, croque / paninis. Légumes et fruits se font en mode manuel.

- un réglage automatique ou manuel de la température de vos grillades pour un résultat idéal.

- des paramètres de cuisson maîtrisés, ajustés, grâce à un capteur automatique, selon l'épaisseur de la pièce à griller et reproductibles pour les grillades suivantes.

- une température adaptée à chaque type de grillade. Plus d'oubli fâcheux.

Une viande juteuse, tendre, bien marquée

Une technologie simplifiée pour éliminer les défauts des grills traditionnels : grillades carbonisées, trop cuites ou pas assez.

- après la phase de préchauffage, un voyant lumineux s'allume. Cet indicateur du degré de cuisson affiche de manière très pratique sa progression. Il change de couleur au fur et à mesure de la cuisson que vous interrompez quand elle est à votre goût : vert en début de cuisson, il passe au jaune quand la grillade est saignante, à l'orange quand elle est à point et va jusqu'au rouge si vous la voulez bien cuite. Un bip sonore signale le passage d'un stade à l'autre jusqu'à ce que tout ce qui est sur la plaque soit cuit comme vous le voulez. Soulever le couvercle n'interrompt pas le processus : vous pouvez retirer une pièce saignante pendant que les autres continuent à cuire. Grâce à son capteur, l'appareil s'adapte automatiquement à la quantité et à l'épaisseur des grillades restantes.

- la température est réglée au plus juste pour saisir et marquer la viande en surface, puis la cuire en douceur et lui conserver tout son moelleux et ses sucs à l'intérieur.

Une cuisson maîtrisée

Le plaisir d'improviser et de s'offrir une bonne grillade à volonté.

La perfection à la portée de tous, sans risques d'oublis ni de ratés :

- un ustensile simple et pratique, aussi facile à utiliser qu'à entretenir, avec ses plaques en fonte d'aluminium au revêtement antiadhésif et son tiroir à jus amovible qui vont au lave-vaisselle.

- la possibilité de varier les grillades à l'infini grâce à un choix très complet de programmes qui permettent de griller tout ce que vous voulez, viandes et poissons, hamburgers et paninis, crustacés, légumes et fruits, exactement comme vous les aimez.

Avec OPTIGRILL, TEFAL rend la cuisson de vos grillades simple et savoureuse, à coup sûr.

**OPTIGRILL
DIE KUNST PERFEKT
RIND AUF DEM GRILL
ZUZUBEREITEN**

**OPTIGRILL DE KUNST
VAN HET GRILLEN VAN
RUNDVLEES**

**OPTIGRILL, L'ART
ET LA MANIÈRE DE
FAIRE GRILLER LE BOEUF**



DE *Man kann wohl sagen, dass der Grill erfunden wurde, um aus schönen Stücken leckere Fleischgerichte zuzubereiten. Obgleich wir heutzutage Rindfleisch anstelle der Wildbretkeulen oder Mammuststeaks unserer Urahren zubereiten, ist doch etwas unverändert geblieben: Der Genuss perfekt gegrillten Fleisches mit knuspriger Kruste, zart unter dem Messer und so saftig, dass der köstliche Saft beim Schneiden hervortritt.*

NL *Je zou bijna zeggen dat de grill bewust werd uitgevonden om mooie stukken vlees te bakken. Rundvlees heeft de everzwijnbouten of mammoetsteaks van onze prehistorische voorouders ondertussen vervangen, maar het plezier blijft hetzelfde: genieten van goed geroosterd vlees met strepen erop, mals onder het mes en met een jus dat eruit loopt wanneer u erin snijdt.*

FR *On dirait que le grill a été inventé exprès pour faire cuire de belles pièces de viande. De nos jours, le boeuf a remplacé les cuissots de gibier ou les steaks de mammoths de nos ancêtres préhistoriques, mais le plaisir reste le même : déguster une viande bien grillée et marquée en surface, tendre sous le couteau et dont le bon jus s'échappe quand on la découpe.*

DE Die ideale Einstellung

OPTIGRILL ist speziell zum Grillen von Fleisch geeignet, und zwar besonders von Rindfleisch. Das ist seine Hauptfunktion, die beim Grillen nicht fehlen darf.

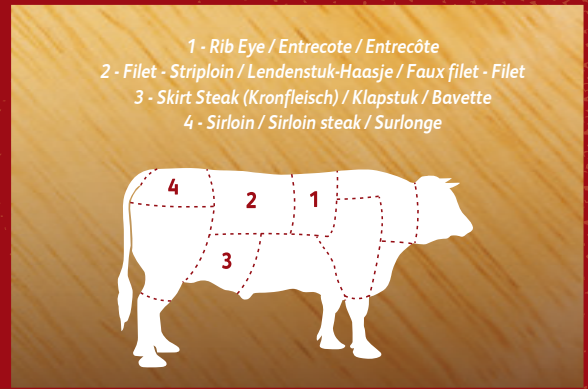
Die Kontrolllampe zeigt den jeweiligen Grillzustand an, damit Sie jederzeit den genauen Zeitpunkt bestimmen können, an dem Ihre Speise genau den von Ihnen gewünschten Garzustand erreicht hat. Ein Piepton weist darauf hin, in welcher Phase die Speise vom Grill genommen werden sollte, je nachdem, ob Sie Ihr Fleisch blutig, medium oder gut durchgebraten mögen. Sie haben jederzeit die Möglichkeit, den Grillvorgang einer Speise oder aller Speisen auf der Grillplatte zu unterbrechen.

Das Gerät ist so ausgelegt, dass es sich automatisch an die Größe und Dicke des Fleisches, das Sie auf den Grill legen, anpasst. Die Grillspeisen, ganz gleich, ob sie vorher mariniert wurden oder nicht, garen ohne Weiteres, je nach gewähltem Programm in wenigen Minuten. So können Sie sich auf die Beilagen, Ihre Grillsoße und die Salate konzentrieren, bevor Sie das Fleisch genießen.

OPTIGRILL – Der intelligente Grill

Ob Rinder- oder Kalbskotelett, Geschnitzeltes, Entrecôte, Steak, Rumpsteak, Kalbsnuss oder Bavette: OPTIGRILL regelt seine Temperatur automatisch je nach Größe und Dicke der Speise für ein optimal gegrilltes Fleisch – außen knusprig und innen zart und saftig.

Die Sensoren von OPTIGRILL messen die Dicke der Speise, die Sie auf die Grillplatte legen, so genau, dass Sie dieses Programm verwenden können, damit feine Speckstreifen auf dem Grill knusprig, goldbraun und einfach lecker werden.



NL De ideale afstelling

OPTIGRILL werd speciaal ontworpen voor het grillen van vlees, en dan vooral rundvlees. Dat is zijn eerste functie. Een must in het grillen.

Het lichtje toont hoe de gaarheid vordert, zodat u altijd precies weet wanneer uw vlees precies is gebakken zoals u het graag hebt. Een geluidssignaal laat u na elke fase weten dat het tijd is om het stuk van de grill te halen, afhankelijk van uw voorkeur voor rood, medium of doorbakken. U kunt op elk moment beslissen om de bereiding van één of alle stukken op de plaat te onderbreken.

Het apparaat werd zo ontworpen dat het zich automatisch aanpast aan de grootte en dikte van het stuk vlees dat u op de grill legt. Geroosterd vlees, al dan niet vooraf gemarineerd, helemaal alleen gebakken in enkele minuten, afhankelijk van het gekozen programma. Vóór u uw tanden in het vlees zet, kunt u zich focussen op bijgerechten, uw barbecuesaus en slaatjes.

OPTIGRILL, dat is slim!

Van runderrib of dunne plakjes kalfsvlees over entrecote, steak, rumsteak, spierstuk of klapstuk ... OPTIGRILL regelt de temperatuur helemaal in zijn eentje, naargelang de grootte en de dikte, voor een optimale gaarheid en mals en sappig geroosterd vlees met mooie strepen op het oppervlak.

De sensoren van OPTIGRILL meten zo nauwkeurig de dikte van wat u op de plaat legt dat u dit programma zelfs kunt gebruiken voor dunne sneetjes knapperig, goudkleurig en overheerlijk spek.

FR Le réglage idéal

OPTIGRILL est spécialement conçu pour faire griller les viandes, en particulier le boeuf. C'est sa fonction première. Le must de la grillade.

L'indicateur lumineux affiche la progression de la cuisson pour que vous sachiez toujours le moment exact où votre grillade est cuite exactement comme vous l'aimez. Un bip sonore vous signale à chaque étape qu'il est temps de sortir la pièce du grill selon que vous la préférez saignante, à point ou bien cuite. Vous pouvez décider à tout moment d'interrompre la cuisson d'une seule ou de toutes les grillades posées sur la plaque.

L'appareil est profilé de façon à s'adapter automatiquement à la taille et à l'épaisseur de la pièce de viande que vous placez sur le grill. La grillade, préalablement marinée ou pas, cuit toute seule, en quelques minutes selon le programme choisi. Vous pouvez vous concentrer sur l'assaisonnement, votre sauce barbecue et les salades avant de déguster la viande.

Intelligent, OPTIGRILL !

De la côte de boeuf ou de veau à l'émincé, en passant par l'entrecôte, le steak, le rumsteak, l'araignée ou la bavette, OPTIGRILL sait régler tout seul la bonne température en fonction de la taille et de l'épaisseur, pour une cuisson optimale, une viande grillée et marquée en surface, tendre et juteuse à coeur.

Les capteurs d'OPTIGRILL mesurent si précisément l'épaisseur de ce que vous posez sur la plaque que vous pouvez utiliser ce programme pour obtenir de fines tranches de bacon croustillantes, dorées, délicieuses.



RINDERFILET MIT CHAMPIGNONS UND BLAUSCHIMMELKÄSE

OSSENHAAS MET CHAMPIGNONS EN BLAUWE KAAS

FILET DE BŒUF AUX CHAMPIGNONS ET AU BLEU

DE Zutaten

- 4 Rinderfilets, je 150 g • Salz und Pfeffer • 15 g Butter • 250 g Champignons, in Scheiben • 2 Knoblauchzehen, geschält und gehackt
- Thymian, getrocknet • 2 Esslöffel (30 ml) Balsamico-Essig • 1/4 Tasse (50 ml) Petersilie, fein gehackt • 60 g Blauschimmelkäse, gewürfelt



1. Die Filets mit Küchenpapier abtupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Fleisch auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. Garen lassen, bis die Kontrolllampe dem gewünschten Garzustand entspricht: gelb für blutig, orange für medium oder rot für durchgebraten. Das Fleisch auf einen Teller legen und mit Alufolie abdecken. Vor dem Servieren 5 Minuten ruhen lassen.
4. In dieser Zeit die Butter in einer großen Pfanne mit Antihafbeschichtung bei mittlerer Hitze zerlassen. Champignons, Knoblauch, Thymian sowie Salz und Pfeffer hinzugeben. 5 Minuten lang garen lassen und ab und zu umrühren. Wenn die Champignons gut angebraten sind, den Balsamico-Essig unter Rühren hinzugeben. Die Pfanne sofort vom Feuer nehmen, die Petersilie hinzugeben und gut vermengen. Wenn die Rinderfilets fertig sind, die sautierten Champignons darüber geben und servieren. Abschließend mit den Blauschimmelkäse-Stückchen bestreuen.

Tipps

- Hausgemachtes Kartoffelpüree und knackige grüne Bohnen sind eine leckere Beilage für dieses einfache, jedoch elegante Gericht.
- Rinderfilet ist ein Gericht, das seine geschmacklichen Vorzüge vollständig verliert, wenn es zu lange gegrillt wird. Für bestmögliche Ergebnisse sollte die mittlere Garzeit nicht überschritten werden.

NL Ingrediënten

- 4 stukken ossenhaas van elk 150 g • Peper en zout • 15 g boter
- 250 g Parijse champignons, in plakjes • 2 gepelde en fijgehakte teentjes knoflook • Gedroogde tijm • 2 el (30 ml) balsamicoazijn • 1/4 kopje (50 ml) fijgehakte peterselieblaadjes • 60 g blauwschimmelkaas, in blokjes

1. Dep het vlees af met keukenpapier. Kruid het met peper en zout.
2. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u het vlees op de grill en sluit u het deksel.
3. Laat bakken tot het lichtje overeenstemt met de gewenste gaarheid: geel voor rood, oranje voor medium of rood voor goed doorbakken vlees. Leg het vlees op een bord en dek af met aluminiumfolie. Laat 5 min rusten voor u het opdient.
4. Laat de boter ondertussen op een matig vuur smelten in een grote pan met anti-aanbaklaag. Doe er de champignons, de knoflook, de tijm en de rest van het zout en de peper bij. Bak 5 min en roer regelmatig. Zodra de champignons goed zijn gebakken, voegt u onder voort-durend roeren de balsamicoazijn toe. Neem de pan van het vuur, doe er de peterselie bij en roer goed om. Dien de gegrilde stukken ossenhaas op met de gebakken champignons erop. Werk af met de stukjes blauwschimmelkaas.

Tipps

- Huisbereide aardappelpuree en knapperige prinsessenbonen zijn heerlijk bij dit eenvoudige maar elegante gerecht.
- Ossenhaas is een stuk dat al zijn smaak verliest als het te ver wordt gebakken. Voor optimale resultaten kunt u beter de gemiddelde gaarheid niet overschrijden.



BLUTIG



MEDIUM



DURCH



ROOD



MEDIUM



DOORBAKKEN



4

Zubereitungszeit: 15 Min.
Bereiding: 15 min
Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

- 4 filets de bœuf de 150 g chacun • Sel et poivre • 15 g de beurre
- 250 g de champignons de Paris tranchés • 2 gousses d'ail épluchées et émincées • Thym séché • 2 c. à soupe (30 ml) de vinaigre balsamique
- 1/4 de tasse (50 ml) de feuilles de persil hachées fin • 60 g de fromage bleu en morceaux

1. Épongez les filets avec un essuie-tout. Assaisonnez-les avec sel et poivre.
2. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez la viande sur le grill et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux corresponde à la cuisson désirée : jaune pour saignant, orange pour une cuisson à point ou rouge pour bien cuit. Transférez la viande dans une assiette ; couvrez-la de papier d'aluminium. Laissez reposer 5 min. avant de servir.
4. Pendant ce temps, faites fondre le beurre dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajoutez les champignons, l'ail, le thym ainsi que le reste de sel et de poivre. Faites cuire en remuant de temps à autre, pendant 5 minutes. Une fois que les champignons sont bien sautés, ajoutez le vinaigre balsamique tout en continuant à remuer. Enlevez ensuite la poêle du feu, ajoutez le persil, et mélangez bien. Lorsque les pavés de filet de bœuf sont prêts, servez-les avec les champignons sautés dessus. Terminez par les morceaux de bleu.

Astuces

- De la purée de pommes de terre maison et des haricots verts croquants constituent un bon accompagnement pour ce plat simple mais élégant.
- Le filet de bœuf est un morceau qui perdra toutes ses qualités gustatives s'il est surcuit. Pour obtenir les meilleurs résultats possibles, ne dépassez pas le temps de cuisson intermédiaire.



SAIGNANT



À POINT



BIEN CUIT





MARINIERTE BAVETTE MIT LIMETTE UND KORIANDER

KLAPSTUK GEMARINEERD IN LIMOEN EN KORIANDER

BAVETTE MARINÉE AU CITRON VERT ET À LA CORIANDRE

DE Zutaten

- 1 Bavette-Steak, etwa 750 g
- 1 schöner Bund frischer Koriander
- 50 ml Limettensaft
- 2 Esslöffel Pflanzenöl
- 6 Knoblauchzehen, geschält und entkeimt
- 2 frische Zwiebeln, geschält und grob gehackt
- 1 kleine grüne Peperoni-Schote ohne Kerne (optional)
- 1/2 Esslöffel gemahlener Kümmel
- 1 große Prise Salz



1. Koriander, Zitronensaft, Öl, Knoblauch, Zwiebeln, Peperoni und Kümmel in einen Standmixer geben und zu einer homogenen Marinade mixen. Das Bavette-Steak in einen Gefrierbeutel legen und die Marinade darüber gießen. Das Fleisch und die Marinade im Kühlschrank aufbewahren und mindestens 4 Stunden marinieren lassen.
2. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und kurz abtropfen lassen. Den Rest der Marinade nicht aufbewahren.
3. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Fleisch auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
4. Garen lassen, bis die Kontrolllampe dem gewünschten Garzustand entspricht: gelb für blutig, orange für medium oder rot für durchgebraten. Das Fleisch auf ein Schneidebrett legen und mit Alufolie abdecken. 5 Minuten ruhen lassen und anschließend das Fleisch in feine Scheiben schneiden.

Tipps

- Das Fleisch mit einem großen Salat und den Ofenkartoffeln servieren.
- In Scheiben geschnitten, kann das Fleisch als Beilage zu Fajitas mit gegrillten Zwiebeln und Paprika, Crème fraîche mit Zitrone, Salsasauce und Guacamole serviert werden.
- Damit das Bavette-Steak schön zart wird, empfiehlt es sich, die mittlere Garzeit nicht zu überschreiten.

NL Ingrediënten

- 1 klapstuk van ongeveer 750 g
- 1 mooie busser verse koriander
- 50 ml limoensap
- 2 el plantaardige olie
- 6 gepelde en ontkiemde teentjes knoflook
- 2 verse uien, gepeld en in stukjes gesneden
- 1 klein groen pepertje zonder pitjes (optioneel)
- 1/2 el gemalen komijn
- 1 flinke snuf zout

1. Doe de koriander, het limoensap, de olie, de knoflook, de uien, het pepertje en de komijn in een mixer en mix tot een glad mengsel. Steek het klapstuk in een diepvrieszakje en giet er de marinade in. Leg het vlees en zijn marinade in de koelkast en laat minstens 4 uur marineren.
2. Neem het vlees uit de marinade en laat het kort uitlekken. De rest van de marinade hebt u niet meer nodig.
3. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u het vlees op de grill en sluit u het deksel.
4. Laat bakken tot het lichtje overeenstemt met de gewenste gaarheid: geel voor rood, oranje voor medium of rood voor goed doorbakken vlees. Leg het vlees op een snijplank en dek af met aluminiumfolie. Laat 5 minuten rusten en snij dan in dunne plakjes.

Tipps

- Dien het vlees op met aardappelen uit de oven en sla.
- U kunt de sneetjes vlees ook gebruiken als garnering voor fajita's met uien en geroosterde paprika, dikke room met citroen, salsaus en guacamole.
- Voor een mals klapstuk kunt u beter de gemiddelde gaarheid niet overschrijden.



BLUTIG



MEDIUM



DURCH



ROOD



MEDIUM



DOORBAKKEN



4-6

Zubereitungszeit: 15 Min.
Bereiding: 15 min
Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

• 1 bavette d'environ 750 g • 1 belle botte de coriandre fraîche
• 50 ml de jus de citron vert • 2 c. à soupe d'huile végétale • 6 gousses d'ail épluchées et dégermées • 2 oignons frais épluchés et coupés en morceaux • 1 petit piment vert sans graines (optionnel) • 1/2 cuillère à soupe de cumin moulu • 1 bonne pincée de sel

1. Mettez la coriandre, le jus de citron, l'huile, l'ail, les oignons, le piment et le cumin dans un mélangeur, mixez jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. Mettez la bavette dans un sac à congélation et versez-y la marinade. garder la viande et sa marinade au réfrigérateur et laissez mariner pendant au moins 4 heures.
2. Retirez la viande de la marinade et égouttez-la brièvement ; Ne gardez pas le reste de marinade.
3. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez la viande sur le gril et abaissez le couvercle.
4. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux corresponde à la cuisson désirée : jaune pour saignant, orange pour une cuisson à point, ou rouge pour bien cuit. Transférez la viande sur une planche à découper et couvrez-la de papier d'aluminium. Laissez reposer 5 minutes avant de couper la viande en fines tranches.

Astuces

- Servez la viande avec une grande salade et des pommes de terre au four.
- Les tranches de viande peuvent être utilisées comme garniture pour des fajitas avec des oignons et des poivrons grillés, de la crème épaisse citronnée, de la sauce salsa et du guacamole.
- Pour réussir une bavette tendre, il est recommandé de ne pas dépasser la cuisson intermédiaire.



SAIGNANT



À POINT



BIEN CUIT





GEGRILLTE ENTRECÔTES MIT CHIMICHURRI

GEGRILDE CHIMICHURRI ENTRECOTES

ENTRECÔTES GRILLÉES CHIMICHURRI

DE Zutaten

- 2 Entrecôtes, jeweils etwa 175 g • 2 Esslöffel Weinessig • 1 Esslöffel Zitronensaft • 4 Knoblauchzehen, sehr fein gehackt • Salz und Pfeffer
- 1 Messerspitze Cayennepfeffer • 1 Lorbeerblatt • 3 Esslöffel Olivenöl
- 1 Bund glatte Petersilie, fein gehackt

1. Den Essig mit Zitronensaft, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und dem Lorbeerblatt vermengen. Anschließend das Olivenöl einrühren und die Petersilie hinzugeben. Mindestens 15 Minuten lang ruhen lassen und das Lorbeerblatt herausnehmen.
2. In dieser Zeit die Entrecôtes mit Küchenpapier abtupfen. Beide Entrecôtes beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Fleisch auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
4. Garen lassen, bis die Kontrolllampe dem gewünschten Garzustand entspricht: gelb für blutig, orange für medium oder rot für durchgebraten. Das Fleisch auf einen Teller legen und mit Alufolie abdecken. 5 Minuten ruhen lassen. Die Entrecôtes mit seitlich angerichteter Chimichurri-Soße servieren.

Tipps

- Zu einem leckeren Tomaten-Basilikum-Salat servieren.
- Sie können sich statt für Entrecôtes auch für andere Stücke vom Rind entscheiden, zum Beispiel für das falsche Filet (Schulterfilet).



BLUTIG





MEDIUM



DURCH

NL Ingrediënten

- 2 entrecotes van ongeveer 175 g elk • 2 el wijnzijn • 1 el citroensap
- 4 fijngehakte teentjes knoflook • Peper en zout • 1 mespuntje cayennepeper • 1 laurierblad • 3 el olijfolie • 1 fijngehakte bussel bladpeterselie

1. Vermeng de azijn met het citroensap, de knoflook, het zout, de peper, de cayennepeper en het laurierblad. Giet er de olijfolie bij, roer om en doe er de peterselie bij. Laat minstens 15 minuten staan en verwijder dan het laurierblaadje.
2. Ondertussen dept u de entrecotes met keukenpapier. Kruid beide zijden van het vlees met peper en zout.
3. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u het vlees op de grill en sluit u het deksel.
4. Laat bakken tot het lichtje overeenstemt met de gewenste gaarheid: geel voor rood, oranje voor medium of rood voor goed doorbakken vlees. Leg het vlees op een bord en dek af met aluminiumfolie. Laat 5 minuten rusten. Dien de entrecotes op met de chimichurrisaus eraanst.

Tipps

- Dien op met een heerlijk tomatenslaatje met basilicum.
- U kunt de entrecotes eventueel vervangen door andere stukken vlees, zoals een lendenstuk.



ROOD



MEDIUM



DOORBAKKEN





Zubereitungszeit: 15 Min.
Bereiding: 15 min
Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

• 2 entrecôtes d'environ 175 g chacune • 2 c. à soupe de vinaigre de vin
• 1 c. à soupe de jus de citron • 4 gousses d'ail, hachées très fin • Sel et poivre
• 1 pointe de couteau de poudre de piment de cayenne • 1 feuille de laurier
• 3 c. à soupe d'huile d'olive • 1 botte de persil plat haché fin

1. Mélangez le vinaigre avec le jus de citron, l'ail, le sel, le poivre, le piment de cayenne et la feuille de laurier. Versez ensuite l'huile d'olive, remuez, puis ajoutez le persil. Laissez reposer pendant au minimum 15 minutes, puis retirez le laurier.
2. Pendant ce temps, épongez les entrecôtes avec un essuie-tout. Assaisonnez les deux faces de chacune d'elles de sel et de poivre.
3. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez la viande sur le gril et abaissez le couvercle.
4. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux corresponde à la cuisson désirée : jaune pour saignant, orange pour une cuisson à point ou rouge pour bien cuit. Transférez la viande dans une assiette; couvrez-la de papier d'aluminium. Laissez reposer 5 minutes. Servez les entrecôtes avec la sauce chimichurri à côté.

Astuces

- Servez avec une bonne salade de tomates au basilic.
- Vous pouvez remplacer à votre guise les entrecôtes par d'autres pièces de bœuf, tel que le faux filet.



SAINANT



À POINT



BIEN CUIT





RINDERLENDE MIT MARINADE AUF KANADISCHE ART

GEMARINEERD LENDENSTUK OP CANADESE WIJZE

STEAK D'ALOYAU MARINÉ À LA CANADIENNE

DE Zutaten

- 1 Rinderlende, etwa 500 g • 125 ml Apfelsaft • 75 ml Whisky • 75 ml Ahornsirup • 2 Esslöffel Dijonsenf • 1 Esslöffel Worcestershire-Sauce (oder Sojasauce) • 1 Zwiebel, gehackt • 4 Knoblauchzehen, gehackt • 1 Rosmarinweig • Salz und Pfeffer

1. Den Apfelsaft mit dem Whisky, dem Ahornsirup, dem Senf und der Worcestershire-Sauce vermengen. Zwiebel, Knoblauch und Rosmarin hinzugeben. Das Steak in einen Gefrierbeutel legen und die Marinade darüber gießen. Das Ganze mindestens 4, höchstens jedoch 24 Stunden lang im Kühlschrank aufbewahren.
2. Das Steak aus der Marinade nehmen und kurz abtropfen lassen; den Rest der Marinade in einen Topf geben und beiseite stellen. Beide Seiten des Steaks mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Fleisch auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
4. Garen lassen, bis die Kontrolllampe dem gewünschten Garzustand entspricht: gelb für blutig, orange für medium oder rot für durchgebraten. Das Fleisch auf ein Schneidebrett legen und mit Alufolie abdecken. 5 Minuten ruhen lassen und anschließend das Fleisch schneiden.
5. In dieser Zeit den Rest der Marinade bei mittlerer Hitze aufkochen lassen. Bei kleiner Flamme 10–12 Minuten lang reduzieren, bis sie eine sämige Textur und eine schöne Karamellfarbe erhält. Die Soße anschließend durch ein Sieb geben, um nur die Flüssigkeit zu erhalten; den Rest nicht aufbewahren. Das Fleisch mit der Whisky-Soße übergossen servieren.

Tipps

- Den bitteren Beigeschmack des Rosmarins können Sie vermeiden, indem Sie nicht den gesamten Zweig, sondern nur die Blätter in die Marinade geben.
- Zu knusprigen Pommes Frites servieren.



BLUTIG




MEDIUM



DURCH

NL Ingrediënten

- 1 lendenstuk van ongeveer 500 g • 125 ml appelsap • 75 ml whisky • 75 ml ahornsiroop • 2 el mosterd uit Dijon • 1 el worcestershiresaus (of sojasaus) • 1 fijngehakte ui • 4 fijngehakte teentjes knoflook • 1 takje rozemarijn • Peper en zout

1. Vermeng het appelsap met de whisky, de ahornsiroop, de mosterd en de worcestershiresaus. Doe er de ui, de knoflook en de rozemarijn bij. Steek het vlees in een diepvrieszakje en giet er de marinade in. Leg alles minstens 4 uur in de koelkast.
2. Neem het vlees uit de marinade en laat uitlekken. Giet de rest van de marinade over in een kookpot en bewaar. Kruid beide zijden van het vlees met peper en zout.
3. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u het vlees op de grill en sluit u het deksel.
4. Laat bakken tot het lichtje overeenstemt met de gewenste gaarheid: geel voor rood, oranje voor medium of rood voor goed doorbakken vlees. Leg het vlees op een snijplank en dek af met aluminiumfolie. Laat 5 minuten rusten voor u het vlees versnijdt.
5. Ondertussen verhit u de rest van de marinade op een matig vuur, tot ze kookt. Laat op een laag vuur 10-12 minuten inkoken zodat ze indikt en een mooie karamelkleur krijgt. Filter de saus zodat u alleen maar de vloeistof overhoudt. Dien het vlees op, besprenkeld met whiskysaus.

Tips

- Gebruik enkel de blaadjes van de rozemarijn in de marinade, en niet het takje, om zo de bittere kant van rozemarijn te vermijden.
- Dien op met knapperige frietjes.



ROOD



MEDIUM



DOORBAKKEN



4

Zubereitungszeit: 15 Min.
Bereiding: 15 min
Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

• 1 steak d'Aloyau d'environ 500 g • 125 ml de jus de pomme • 75 ml de whisky • 75 ml de sirop d'érable • 2 c. à soupe de moutarde de Dijon • 1 c. à soupe de sauce Worcestershire (ou de sauce soja) • 1 oignon haché • 4 gousses d'ail hachées • 1 branche de romarin • Sel et poivre

1. Mélangez le jus de pomme avec le whisky, le sirop d'érable, la moutarde et la sauce Worcestershire. Ajoutez l'oignon, l'ail et le romarin. Mettez le steak dans un sac de congélation et versez-y la marinade. Mettez le tout au réfrigérateur pendant au moins 4 heures, 24 tout au plus.
2. Retirez le steak de la marinade et égouttez-le rapidement; transférez ensuite le reste de la marinade dans une casserole et réservez-la. Assaisonnez les deux côtés du steak de sel et de poivre.
3. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez la viande sur le grill et abaissez le couvercle.
4. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux corresponde à la cuisson désirée : jaune pour saignant, orange pour une cuisson à point ou rouge pour bien cuit. Transférez la viande sur une planche à découper et couvrez-la de papier d'aluminium. Laissez reposer 5 minutes avant de couper la viande.
5. Pendant ce temps, faites chauffer le reste de marinade à feu moyen jusqu'à ébullition. Laissez ensuite réduire à feu doux pendant 10-12 minutes, de façon à ce qu'elle épaississe et prenne une belle couleur caramel. Filtrez ensuite la sauce de façon à n'avoir plus que le liquide et jetez le reste. Servez la viande nappée de sauce au whisky.

Astuces

- Pour ne pas avoir le côté amer du romarin, ne mettez pas la branche dans la marinade, seulement les feuilles.
- Servez avec des frites croustillantes.



SAIGNANT



À POINT



BIEN CUIT



GEGRILLTE KARTOFFELN UND FALSCHES FILET (SCHULTERFILET) MIT KETCHUP-SAUCE

AARDAPPELEN EN GEGRILD LENDENSTUK MET KETCHUPSAUS

POMMES DE TERRE ET FAUX FILET GRILLÉS SAUCE KETCHUP

DE Zutaten

- 4 schöne Kartoffeln (etwa 1 kg) • 1 Esslöffel Pflanzenöl • 2 Esslöffel Grillgewürz, Salz und Pfeffer • 4 Faux-Filets, je etwa 175 g • 6 Esslöffel Ketchup • 1 Esslöffel Worcestershire-Sauce (oder Sojasauce)
- 1 Messerspitze Cayennepeffer (optional)

1. Die Kartoffeln 6 Minuten lang in der Mikrowelle garen lassen, bis sie etwas weich werden, und abkühlen lassen. Anschließend in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Kartoffeln mit dem Öl und der Hälfte der Würzmischung, Salz und Pfeffer vermengen. In einer Schüssel den Ketchup und die Worcestershire-Sauce vermengen und beiseite stellen.
2. In dieser Zeit das Fleisch mit Küchenpapier abtupfen. Jedes Faux-Filet beidseitig mit dem Rest der Würzmischung, Salz und Pfeffer bestreuen.
3. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Fleisch auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
4. Garen lassen, bis die Kontrolllampe dem gewünschten Garzustand entspricht: gelb für blutig, orange für medium oder rot für durchgebraten.
5. Den Manuellen Betrieb  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, die Kartoffeln auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
6. Die Kartoffeln in mehreren Durchgängen jeweils 5 Minuten lang grillen, damit sie gut durchgaren und gleichzeitig knusprig gegrillt sind. Mit Alufolie bedeckt warmhalten.

Tipps

- Variieren Sie den Geschmack des Rezepts, indem Sie das Grillgewürz durch eine andere Würzmischung Ihrer Wahl ersetzen.
- Das Fleisch und die Kartoffeln zu einem Brokkoli-Salat servieren.



BLUTIG







MEDIUM



DURCH

NL Ingrediënten

- 4 mooie aardappelen (ongeveer 1 kg) • 1 el plantaardige olie
- 2 el grillkruiden, zout en peper • 4 lendenstukken van ongeveer 175 g elk • 6 el ketchup • 1 el worcestershiresaus (of sojasaus)
- 1 mespuntje cayennepeper (optioneel)

1. Kook de aardappelen 6 minuten, tot ze enigszins zacht zijn, en laat afkoelen. Snij ze in plakjes van 2 cm dik. Roer de aardappelen door de olie en de helft van de kruidenmix, peper en zout. Vermeng de ketchup in een kom met de worcestershiresaus en zet opzij.
2. Ondertussen dept u het vlees met keukenpapier. Bestrooi beide zijden van elk stuk vlees met de rest van de kruidenmix en met peper en zout.
3. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u het vlees op de grill en sluit u het deksel.
4. Laat bakken tot het lichtje overeenstemt met de gewenste gaarheid: geel voor rood, oranje voor medium of rood voor goed doorbakken vlees.
5. Kies de manuele functie  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de aardappelen op de grill en sluit u het deksel.
6. Grill de aardappelen 5 minuten lang in verschillende porties, tot ze zacht zijn en er strepen op staan. Hou warm in aluminiumfolie.

Tipps

- Verander de smaak van het gerecht door de kruidenmix te vervangen door een ander mengsel naar keuze.
- Dien het vlees en de aardappelen op met een broccolislaatje.



ROOD



MEDIUM



DOORBAKKEN



Zubereitungszeit: 15 Min.
Bereiding: 15 min
Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

• 4 belles pommes de terre (environ 1 kg) • 1 c. à soupe d'huile végétale
• 2 c. à soupe d'épices à grillades, sel et poivre • 4 faux filets d'environ 175 g chacun • 6 c. à soupe de ketchup • 1 cuillère à soupe de sauce Worcestershire (ou de sauce soja) • 1 pointe de couteau de poudre de piment de cayenne (optionnel)

1. Faites cuire les pommes de terre au micro-ondes pendant 6 minutes jusqu'à ce qu'elles soient légèrement tendres, puis laissez refroidir. Coupez-les en tranches de 2 cm d'épaisseur. Mélangez les pommes de terre à l'huile et à la moitié du mélange d'épices, sel et poivre. Dans un bol, mélangez le ketchup et la sauce Worcestershire, puis réservez le mélange.
2. Pendant ce temps, épongez la viande avec un essuie-tout. Saupoudrez le reste du mélange d'épices, sel et poivre sur les deux faces de chaque faux filet.
3. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez la viande sur le grill et abaissez le couvercle.
4. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux corresponde à la cuisson désirée : jaune pour saignant, orange pour une cuisson à point, ou rouge pour bien cuit.
5. Sélectionnez le mode manuel  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez les pommes de terre sur le grill et abaissez le couvercle.
6. Grillez les pommes de terre, en plusieurs fournées, pendant 5 minutes, pour qu'elles soient tendres mais bien marquées. Gardez au chaud dans du papier aluminium.

Astuces

- Changez le goût de la recette en remplaçant le mélange d'épices à grillades par un autre mélange d'épices de votre choix.
- Servez la viande et les pommes de terre avec une salade de brocoli.



SAIGNANT



À POINT



BIEN CUIT



OPTIGRILL HAUSGEMACHTE HAMBURGER NEU ERFINDEN

OPTIGRILL HOE U EEN
EIGEN DRAAI GEEFT AAN
BURGERS EN HAMBURGERS

OPTIGRILL, COMMENT
RÉINVENTER CHEZ SOI
BURGERS ET HAMBURGERS



DE *Der Legende nach war es Dschingis Khan, der das Tatar – die Grundlage jedes Hamburgers – im 12. Jahrhundert erfand, indem er Hackfleisch unter seinem Sattel transportierte, um es zarter zu machen. Es waren jedoch die Deutschen aus Hamburg, die ihm seinen Namen verliehen, als sie es achthundert Jahre später in den USA einfuhrten! Seitdem wird diese Köstlichkeit mit ihrem speziellen, etwas süßlichem Brötchen, dem Hacksteak, Speck, Käse und Gewürzen auf dem gesamten Planeten genüsslich verzehrt. Ganz nebenbei entdecken wir den Spaß wieder, mit den Fingern zu essen, wie in den guten alten Zeiten unserer Vorgeschichte!*

NL *Volgens de legende was Genghis Khan de uitvinder van de steak tartare, de basis van de hamburger uit de 12e eeuw, door het gehakt onder zijn zadel te vervoeren om het zachter te maken. Maar het zijn Duitsers uit Hamburg die hem zijn naam schonken toen ze hem achthonderd jaar later introduceerden in de Verenigde Staten! Sindsdien is de hele planeet verlekkerd op deze verslavende stapel samengesteld uit een speciaal, enigszins zoet broodje, gehakt, bacon, kaas en saus. Daarbij komt nog het plezier om hem met de handen op te eten, net zoals onze prehistorische voorouders!*

FR *La légende prétend que c'est Gengis Khan qui a inventé le steak tartare, base du hamburger au 12ème siècle, en transportant la viande hachée sous sa selle pour l'attendrir. Mais ce sont les Allemands de Hambourg qui lui ont donné son nom en l'introduisant aux États-Unis huit cents ans plus tard ! Depuis, toute la planète copie et consomme goulument cet échafaudage addictif à base de pain spécial un peu sucré, de steak haché, de bacon, de fromage et de condiments. Et redécouvre au passage le bonheur de manger avec les doigts comme aux bons vieux temps préhistoriques !*



DE Spezial-Burger

OPTIGRILL ist ein intelligenter Grill, der sich automatisch an die Größe und Dicke Ihrer Grillspeisen anpasst.

Mit dem Programm BURGER des OPTIGRILL zaubern Sie genau nach Wunsch, in zwei Arbeitsgängen und drei Gesten absolut perfekte Hamburger:

Einfach das Hacksteak auf den Grill legen, das Programm Burger einstellen, fertig! Genau nach Ihrem Geschmack zubereitet, legen Sie das Fleisch in das berühmte kleine Hamburgerbrötchen. Abschließend richten Sie das Ganze mit den Zutaten und Soßen an, die Sie mögen, ihm einen klassischen Geschmack verleihen oder ihn zu Ihrem Spezial-Hamburger machen!



NL Burgerspecial

OPTIGRILL is een slimme grill die zich automatisch op de afmeting en dikte van uw ingrediënten afstemt.

Met het burgerprogramma van OPTIGRILL maakt u in in een handomdraai absoluut volmaakte hamburgers:

Leg het gehakt gewoon op het apparaat, stel het burgerprogramma in en klaar! Het nauwkeurig en precies naar wens gebakken vlees wordt vervolgens tussen de twee befaamde hamburgerbroodjes gelegd. Werk vervolgens af met uw favoriete ingrediënten en sausjes. Maak er een klassieke of daarentegen helemaal unieke hamburger van!

FR Spécial Burger

OPTIGRILL est un gril futé qui s'adapte automatiquement à la taille et à l'épaisseur de vos grillades.

Le programme BURGER d'OPTIGRILL vous aide à confectionner à la demande et en deux temps, trois mouvements, des hamburgers absolument parfaits :

On met le steak haché à cuire sur le programme Burger et le tour est joué. Cuite avec précision à votre goût, la viande ira se poser entre les deux fameux petits pains à hamburger. Pour finir, vous y ajouterez les ingrédients et les sauces que vous aimez. Tout ce qui lui donnera une saveur classique ou en fera votre hamburger spécial !



DER KLASSISCHE HAUSGEMACHTE HAMBURGER

DE KLASSIEKE HUISGEMAAKTE HAMBURGER

LE CLASSIQUE HAMBURGER MAISON

DE Zutaten

- 50 g Paniermehl • 50 ml Milch • Kräuter der Provence, Salz und Pfeffer
- 2 Eier, verquirlt • 50 g geriebener Käse • 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 250 g Hackfleisch vom Rind • 4 Hamburgerbrötchen, halbiert
- Gewürzgurken • Dijonsenf, Mayonnaise



1. Das Paniermehl mit der Milch, Kräutern der Provence, Salz, Pfeffer, Eiern, Käse und Knoblauch vermengen. Das Rindfleisch hinzugeben. So lange vermengen, bis eine einheitliche Mischung entsteht. Anschließend vier gleich große Hamburger formen.
2. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, die Steaks auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. Garen lassen, bis die Kontrolllampe rot leuchtet. Verteilen Sie die Soßen oder Gewürze Ihrer Wahl auf den unteren Hälften der Hamburgerbrötchen und legen Sie jeweils ein Hacksteak darauf. Garnieren Sie die Hamburger nach Belieben und legen Sie zum Abschluss die obere Brötchenhälfte darauf.

Tipps

- Für einen Hamburger mit noch köstlicherem Geschmack geben Sie gebratene Champignons, Zwiebeln und Paprika hinzu.
- Die Hamburger zu einem leckeren Caesar-Salat servieren.
- Entweder verwenden Sie nur Rindfleisch oder Sie kombinieren Rind, Kalb, Schwein usw. ganz nach Belieben und werden genauso köstliche Hamburger zubereiten.

NL Ingrediënten

- 50 g paneermeel • 50 ml melk • Provençaalse kruiden, peper en zout
- 2 losgeklopte eieren • 50 g geraspte kaas • 2 fijngehakte teentjes knoflook • 250 g rundergehakt • 4 hamburgerbroodjes, in twee gesneden
- Augurken • Mosterd uit Dijon, mayonaise

1. Vermeng het paneermeel met de melk, de Provençaalse kruiden, het zout, de peper, de eieren, de kaas en de knoflook. Doe er het rundvlees bij. Roer tot een gelijkmatig geheel. Vorm vervolgens vier hamburgers van gelijke dikte.
2. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de burgers op de grill en sluit u het deksel.
3. Laat bakken tot het lichtje rood is. Bestrijk de helft van de broodjeshelften met de sausjes of smaakmakers naar keuze en leg er een burger op. Leg het garnituur van uw keuze op de hamburgers en sluit met de tweede broodjeshelft.

Tips

- Met gebakken paddenstoelen, uien en paprika maakt u uw hamburgers nog heerlijker.
- Dien de hamburgers op met een lekkere caesarsalade.
- U kunt ook ander vlees dan rundergehakt gebruiken. Denk maar aan een gehaktmix van rundvlees, kalfsvlees, varkensvlees enz. Uw hamburger zal net zo lekker zijn!







Zubereitungszeit: 15 Min.
Bereiding: 15 min
Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

• 50 g de chapelure • 50 ml de lait • Herbes de Provence, sel et poivre
• 2 œufs battus • 50 g de fromage râpé • 2 gousses d'ail hachées
• 250 g de viande hachée de bœuf • 4 pains à hamburger, coupés en deux • Cornichons • Moutarde de Dijon, mayonnaise

1. Mélangez la chapelure avec le lait, les herbes de Provence, le sel, le poivre, les œufs, le fromage et l'ail. Ajoutez le bœuf. Mélangez jusqu'à ce que le tout soit uniforme. Formez ensuite quatre hamburgers de la même grosseur.
2. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez les steaks sur le gril et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge. Étalez les sauces ou condiments de votre choix sur les demi pains à hamburger et déposez un steak haché sur chacun d'eux. Mettez les garnitures de votre choix sur les hamburgers et refermez avec la deuxième moitié des pains.

Astuces

- Ajoutez des champignons sautés, des oignons et des poivrons pour obtenir un hamburger encore plus savoureux.
- Servez les hamburgers avec une bonne salade César.
- Vous pouvez n'utiliser que de la viande de bœuf ou alors faire un mélange de viande, bœuf, veau, porc etc. si vous le désirez pour réussir un hamburger tout aussi délicieux.



BIEN CUIT







CHEESEBURGER MIT GERÄUCHERTER SCHWEINEBRUST

CHEESEBURGER MET GEROOKT SPEK

CHEESEBURGER À LA POITRINE DE PORC FUMÉE

DE Zutaten

- 500 g mageres Hacksteak • Salz und Pfeffer • 2 Esslöffel Dijonsenf und Mayonnaise • 4 Scheiben geräucherte Schweinebrust, je 3 bis 4 mm dick
- 4 Scheiben Cheddar oder Toastkäse • 4 Hamburgerbrötchen • Salatblätter
- Tomate, in Scheiben geschnitten





1. Das Hacksteak in vier gleich große Portionen aufteilen und mit Salz und Pfeffer würzen. Abdecken und in den Kühlschrank legen. Senf und Mayonnaise vermengen und beiseite stellen.
2. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, die Schweinebrust auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. Garen lassen, bis die Kontrolllampe rot leuchtet. Anschließend die Schweinebrust auf einen Teller legen und mit Alufolie abdecken. Die Grillplatten vorsichtig mit Küchenpapier abwischen.
4. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Hacksteak auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
5. Garen lassen, bis die Kontrolllampe rot leuchtet. Sofort auf jede Hacksteak-Portion eine Scheibe Käse legen. Jeweils eine Portion auf eine Brötchenhälfte legen und mit Salat und Tomate anrichten. Anschließend den Speck mit einem Löffel der zubereiteten Mayonnaise hinzugeben.

Tipps

- Diesen leckeren Cheeseburger zu einem grünen Salat aus dem Garten servieren, um ein ausgewogenes Gericht zu kreieren.
- Für noch mehr traditionellen kanadischen Geschmack können Sie den Speck mit Ahornsirup bepinseln, bevor Sie ihn auf den Grill legen.

NL Ingrediënten

- 500 g mager gehakt • Peper en zout • 2 el mosterd uit Dijon en mayonaise • 4 sneetjes gerookt spek van elk 3 tot 4 mm dik
- 4 sneetjes cheddar of smeltkaas • 4 hamburgerbroodjes
- Slabladeren • Tomaat in schijfjes

1. Verdeel het gehakt in vier gelijke porties en kruid met peper en zout. Dek af en zet in de koelkast. Vermeng de mosterd met de mayonaise en zet opzij.
2. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u het spek op de grill en sluit u het deksel.
3. Laat bakken tot het lichtje rood is. Leg het spek op een bord en dek af met aluminiumfolie. Dep de bakplaten voorzichtig met wat keukenpapier.
4. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u het gehakt op de grill en sluit u het deksel.
5. Laat bakken tot het lichtje rood is. Leg vervolgens meteen een plakje kaas op elke burger. Leg elke portie op een broodje en garneer met sla en tomaat. Leg er dan het spek op, afgewerkt met een lepel mosterdmayonaise.

Tips

- Dien deze heerlijke cheeseburger op met een groene salade, voor een evenwichtige maaltijd.
- Voeg nog meer traditionele Canadese smaak toe door het spek vóór het grillen in te smeren met pure ahornsiroop.



DURCH



DOORBAKKEN







Zubereitungszeit: 10 Min.
Bereiding: 10 min
Temps de préparation : 10 min.



FR Ingrédients

- 500 g de steak haché maigre • Sel et poivre • 2 c. à soupe de moutarde de Dijon et de mayonnaise • 4 tranches de poitrine de porc fumée de 3 à 4 mm d'épaisseur chacune • 4 tranches de cheddar ou de toastinette • 4 pains à hamburger • Feuilles de salade • Tomate en tranches

1. Séparez le steak haché en quatre portions égales et assaisonnez-les de sel et de poivre. Couvrez et mettez-les au réfrigérateur. Mélangez la moutarde et la mayonnaise, puis réservez le mélange.
2. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez la poitrine de porc sur le gril et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge. Déposez la poitrine de porc sur une assiette et couvrez-la de papier d'aluminium. Essuyez délicatement les plaques avec un essuie-tout.
4. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez le steak haché sur le gril et abaissez le couvercle.
5. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge. Tout de suite après, posez une tranche de fromage sur chaque portion de steak haché. Déposez chaque portion sur le pain et garnissez-les de salade et de tomate. Rajoutez ensuite le bacon, avec une cuillerée de la mayonnaise préparée.

Astuces

- Servez ce savoureux cheeseburger avec une salade verte du jardin pour créer un repas équilibré.
- Ajoutez encore plus de saveur traditionnelle canadienne en badigeonnant le bacon de sirop d'érable avant de le faire griller.



BIEN CUIT



OPTIGRILL GARANTIERT KNUSPRIGES GEFLÜGEL

OPTIGRILL EEN MUST VOOR
KNAPPERIG GEGRILD GEVOGELTE

OPTIGRILL, LE MUST DES GRILLADES
DE VOLAILLES QUI CROUSTILLET



DE *Geflügel ist weißes Fleisch, das sich größerer Beliebtheit erfreut als rotes Fleisch. Selbst diejenigen, die dem Fleisch nicht so zugetan sind, mögen es gern. Zum einen ist es eine Frage des Geschmacks, zum anderen jedoch auch der Ernährung, denn Geflügel ist im Allgemeinen weniger fett, besonders ohne Haut. Daher ist es wohl kein Zufall, dass Hähnchennuggets der Renner der Fast-Food-Restaurants sind. Hähnchen- oder Putenschenkel, -filets und -flügel lassen sich sehr gut auf dem Grill zubereiten. Sie lassen sich prima in Stücke oder Würfel schneiden, auf Spieße schieben, würzen oder marinieren... Beim Grillen sind Ihrer Fantasie keine Grenzen gesetzt!*

NL *Gevogelte is wit vlees dat doorgaans meer gewild is dan rood vlees. Zelfs minder grote vleesliefhebbers houden ervan. Een kwestie van smaak, maar ook van voedingswaarde, want dit vlees is doorgaans minder vet, zeker als u het vel wegsnijdt. Het is dan ook geen toeval dat kipnuggets zo'n succes zijn in fastfoodrestaurants. Boutjes, filets en vleugeltjes van kip of kalkoen doen het uitstekend op de grill. Aarzel niet om het in plakjes of blokjes te snijden, op spiesen te prikken, te kruiden, te marinieren of te gebruiken in allerlei recepten uit de hele wereld. Laat uw verbeelding de vrije loop op de grill!*

FR *La volaille est une viande blanche, plus consensuelle que la viande rouge. Même les moins carnivores l'apprécient. Question de goût et aussi de diététique car elle est en général moins grasse, surtout si vous ôtez la peau. Ce n'est pas un hasard si les nuggets de poulet sont devenus un must des fast-food. Cuisses, filets et ailes de poulet ou de dinde passent très bien au gril. N'hésitez pas à les émincer, les couper en dés, les enfiler sur des brochettes, les épicer, les faire mariner. Mettez l'imagination sur le gril !*

DE Millimetergenaue Anpassung

OPTIGRILL ist ein intelligenter Grill, der sich automatisch an die Größe und Dicke Ihrer Grillspeisen anpasst.

Er ist ideal für alle Arten von Geflügel mit einem sehr viel kompakteren Format als die großen Rindfleisch-Stücke.

Ein Putenfilet oder ein Hähnchenschenkel wird nicht auf dieselbe Art und nicht mit derselben Intensität gegrillt wie ein Rinderkotelett. Alle Grillamateure werden es Ihnen bestätigen: Das Schwierigste beim Grillen ist die Einstellung der richtigen Temperatur, damit das Fleisch durch eine zu hohe Temperatur nicht verbrennt oder zu trocken wird.

Angenehme Vielfalt

Hähnchen- oder Putenfleisch ist sehr beliebt bei Kindern, die weißes Fleisch aufgrund seines zarteren Geschmacks lieber mögen als rotes Fleisch, und bei Frauen, da es mageres Fleisch ist. Außerdem sind gegrillte Geflügelgerichte kostengünstiger. In Würfel geschnittene Filets eignen sich auch sehr gut für leckere Spieße, die jeder gern mag.

Wenn Sie Ihren Gästen eine interessante Komposition aus gegrilltem Geflügel für jeden Geschmack anbieten möchten, können Sie Entenfilets oder Entenmagrets hinzugeben. Oder Sie versuchen es mit kleinen Entenherzen, deren köstlicher Geschmack selbst diejenigen begeistert, die normalerweise keine Innereien mögen.

Sie können auch andere Geflügelarten ausprobieren, wie das etwas kleinere Perlhuhn mit einer sehr interessanten Haut, was die Nährstoffe betrifft. Es hat einen ganz besonderen Geschmack, der eher in Richtung Wildbret als klassisches Geflügel geht, und kann ebenfalls in Schenkel und Filets aufgeteilt oder à la Crapaudine, in der Mitte geöffnet, flach auf dem Grill, zubereitet werden. Dies gilt übrigens auch für Tauben oder Wachteln.



NL Een formattering tot op de millimeter

OPTIGRILL is een slimme grill die zich automatisch op de afmeting en dikte van uw ingrediënten afstemt.

Dit is ideaal voor allerlei stukken gevogelte, die veel kleiner zijn dan grote stukken rundvlees.

Een kalkoenfilet of kippendij wordt niet op dezelfde manier en met dezelfde intensiteit gebakken als een runderrib. Alle grillfanaten zullen zeggen dat dit het moeilijkst is: de juiste temperatuur handhaven, en verbranden of uitdrogen door een te hoge temperatuur voorkomen ...

Een aangename variatie

Kip en kalkoen scoren altijd veel beter bij kinderen, die de zachtere smaak van het witte vlees verkiezen boven die van rood vlees. Maar ook vrouwen zijn fan, omdat dit vlees minder vet bevat. Geroosterd gevogelte is ook goedkoper. In blokjes gesneden filets vormen ook mooie brochettes waar iedereen dol op is.

Om uw tafelgasten een interessante mix van gegrild gevogelte aan te bieden, kunt u er ook eendenplakjes of -filets aan toevoegen. Of leg eens wat eendehartjes op de grill. Zelfs mensen die doorgaans niet van orgaanvlees houden, zullen verrast zijn van de zoete smaak.

Denk ook eens aan ander gevogelte, zoals parelhoen. Het dier is kleiner en heeft vlees met een interessante voedingswaarde en een bijzondere smaak die meer aanleunt bij wild dan klassiek gevogelte. U kunt het ook in dijnen en filets snijden, of de ruggengraat doorsnijden en opengevouwen op de grill leggen. Dit kan trouwens ook met duif of kwartel.

FR Un formatage au millimètre

OPTIGRILL est un grill futé qui s'adapte automatiquement à la taille et à l'épaisseur de vos grillades.

Idéal pour les découpes de volailles en tous genres, d'un format beaucoup plus réduit que les grosses pièces de boeuf.

On ne cuit pas un filet de dinde ou une cuisse de poulet de la même façon et avec la même intensité qu'une côte de boeuf. Tous les amateurs de grillades vous diront que c'est le plus difficile quand on se trouve face au grill : évaluer la bonne température, ne pas risquer de voir la viande cramer ou sécher à cause d'une température trop élevée.

Une agréable variété

Le poulet ou la dinde ont toujours beaucoup de succès auprès des enfants qui préfèrent la viande blanche à la saveur plus douce que la viande rouge, et des femmes car ce sont des viandes plus maigres. Les grillades de volailles sont aussi plus économiques. Les filets en dés font aussi de belles brochettes appréciées de tous.

Pour proposer à vos convives un mix intéressant de grillades de volaille et qu'il y en ait pour tous les goûts, vous pouvez ajouter des aiguillettes ou des magrets de canard. Ou essayer de passer au grill des petits coeurs de canard dont la saveur succulente plaît même à ceux qui d'habitude n'aiment pas les abats.

Pensez aussi à d'autres volailles comme la pintade, plus petite à la chair très intéressante d'un point de vue nutritionnel, qui a une saveur particulière, plus proche de celle du gibier que de la volaille classique et peut aussi se découper en cuisses et filets ou cuire à la crapaudine, ouverte en deux, à plat sur le grill. C'est vrai aussi pour le pigeon ou les cailles.



HÄHNCHENFILET MIT HONIG UND HOISIN-SAUCE

KIPFILET MET HONING EN HOISINSAUS


FILET DE POULET AU MIEL ET À LA SAUCE HOISIN

DE Zutaten

- 4 Hähnchenfilets, ohne Haut • 125 ml Hoisin-Sauce • 4 Esslöffel Honig
- 2 Esslöffel Limettensaft • 2 Esslöffel Sojasauce • 1 Esslöffel Sesamöl
- 1 Esslöffel Ingwer, gehackt • 4 Knoblauchzehen, gehackt • Gebrillte Sesamkörner • 1 Frische Zwiebel, fein gehackt



1. Die Hoisin-Sauce mit Honig, Limettensaft, Sojasauce, Sesamöl und Knoblauch vermengen, bis eine homogene Mischung entsteht. Die Hälfte in eine Schüssel geben und in die Mikrowelle stellen. In der Mikrowelle bei voller Leistung 60 bis 90 Sekunden lang erhitzen und anschließend beiseite stellen.
2. Das Hähnchen in einen Gefrierbeutel legen und die andere Hälfte der zubereiteten Soße darüber gießen. Bei Raumtemperatur 30 Minuten oder im Kühlschrank höchstens 24 Stunden lang marinieren lassen.
3. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Hähnchen auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
4. Garen lassen, bis die Kontrolllampe gelb leuchtet. Das Hähnchen auf ein Schneidebrett legen. In Scheiben schneiden und mit der vorher erhitzten Soße übergießen. Abschließend kurz vor dem Servieren mit den Sesamkörnern und frischen Zwiebeln bestreuen.

Tipps


- Servieren Sie das Gericht zu sautiertem Gemüse und Reis.
- Probieren Sie die gleiche Soße zu Lachsfilets (ohne Gräten und Haut) mit dem Programm .

NL Ingrediënten

- 4 kipfilets zonder vel • 125 ml hoisinsaus • 4 el honing • 2 el limoensap
- 2 eetlepels sojasaus • 1 el sesamololie • 1 el fijngehakte gember
- 4 fijngehakte teentjes knoflook • Geroosterde sesamzaadjes
- Fijngehakte verse ui

1. Vermeng de hoisinsaus met de honing, het limoensap, de sojasaus, de sesamololie, de gember en de knoflook tot een gladde bereiding. Schep de helft over in een magnetronbestendige kom. Verhit dit in de magnetron van 60 tot 90 seconden op vol vermogen en zet dan opzij.
2. Steek de kip in een diepvrieszakje en giet er de andere helft van de saus bij. Laat 30 minuten marineren op kamertemperatuur, of 24 uur of langer in de koelkast.
3. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de kip op de grill en sluit u het deksel.
4. Laat bakken tot het lichtje rood is. Leg de kip op een snijplank. Snij het vlees in plakjes en besprenkel alles met de saus die u vooraf hebt verwarmd. Bestrooi vlak voor het opdienen met sesamzaadjes en verse ui.

Tipps

- Dien op met gebakken groenten en rijst.
- Probeer dezelfde saus eens bij zalmvoten (zonder graten en zonder vel) met het programma .



DURCH



DOORBAKKEN





Zubereitungszeit: 10 Min.
Bereiding: 10 min
Temps de préparation : 10 min.




FR Ingrédients

- 4 filets de poulet, sans peau • 125 ml de sauce hoisin • 4 c. à soupe de miel • 2 c. à soupe de jus de citron vert • 2 c. à soupe de sauce soja
- 1 c. à soupe d'huile de sésame • 1 c. à soupe de gingembre haché
- 4 gousses d'ail émincées • Graines de sésame grillées • Oignon frais haché fin

1. Mélangez la sauce hoisin avec le miel, le jus de citron vert, la sauce soja, l'huile de sésame et l'ail jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Transférez-en la moitié dans un bol allant au micro-ondes. Faites chauffer au micro-ondes à pleine puissance pendant 60 à 90 secondes, puis mettez la préparation de côté.
2. Mettez le poulet dans un sac à congélation et versez-y l'autre moitié de la sauce préparée. Laissez mariner à température ambiante pendant 30 minutes, ou au réfrigérateur pendant 24 heures au plus.
3. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez le poulet sur le gril et abaissez le couvercle.
4. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge. Transférez le poulet sur une planche à découper. Coupez-le en tranches et nappez le tout de la sauce que vous avez faite chauffer au préalable. Saupoudrez enfin de graines de sésame et d'oignon frais juste avant de servir.

Astuces

- Servez avec des légumes sautés et du riz.
- Essayez la même sauce sur des filets de saumon (sans arêtes et sans peau) en utilisant le programme .





BIEN CUIT



HÄHNCHENSCHENKEL MIT JOGHURT-ROSMARIN-MARINADE KIPPENDIEN GEMARINEERD IN YOGHURT EN ROZEMARIJN CUISSES DE POULET MARINÉES AU YAOURT ET AU ROMARIN

DE Zutaten

- 8 Hähnchenschenkel, mit Knochen, ohne Haut • 250 g Naturjoghurt
- 3 Esslöffel Dijonsenf • 2 Esslöffel frischer Rosmarin, fein gehackt
- 4 Knoblauchzehen, gehackt • Salz und Pfeffer

1. Den Joghurt mit dem Senf, dem Rosmarin und dem Knoblauch vermengen. Das Hähnchen in einen Gefrierbeutel legen und die zubereitete Soße darüber gießen. Im Kühlschrank mindestens 4 Stunden lang marinieren lassen.
2. Das Hähnchen aus der Marinade herausnehmen und kurz abtropfen lassen; den Rest der Marinade nicht aufbewahren. Die Hähnchenschenkel mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Hähnchen auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
4. Garen lassen, bis die Kontrolllampe rot leuchtet.

Tipps



- Zu einem grünen Salat und sautierten Kartoffeln servieren.



DURCH

NL Ingrediënten

- 8 kippendijen met het been er nog in, maar zonder vel • 250 g natuuryoghurt • 3 el mosterd uit Dijon • 2 el fijngehakte verse rozemarijn
- 4 fijngehakte teentjes knoflook • Peper en zout

1. Roer de yoghurt onder de mosterd, de rozemarijn en de knoflook. Steek de kip in een diepvrieszakje en giet er de saus in. Laat minstens 4 uur marinieren in de koelkast.
2. Neem de kip uit de marinade en laat snel uitlekken. Giet de rest van de marinade weg. Kruid de kippendijen met zout en peper.
3. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de kip op de grill en sluit u het deksel.
4. Laat bakken tot het lichtje rood is.

Tipps

- Dien op met een groene sla en gebakken aardappelen.



DOORBAKKEN





Zubereitungszeit: 10 Min.
Bereiding: 10 min
Temps de préparation : 10 min.



FR Ingrédients

• 8 cuisses de poulet non désossées, sans peau • 250 g de yaourt nature
• 3 c. à soupe de moutarde de Dijon • 2 c. à soupe de romarin frais haché finement • 4 gousses d'ail émincées • Sel et poivre

1. Mélangez le yaourt avec la moutarde, le romarin et l'ail. Mettez le poulet dans un sac à congélation et versez-y la sauce préparée. Faites-le mariner au réfrigérateur pendant au moins 4 heures.
2. Retirez le poulet de la marinade et égouttez-le rapidement; jetez le reste de la marinade. Assaisonnez les cuisses de poulet de sel et de poivre.
3. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez le poulet sur le gril et abaissez le couvercle.
4. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge.

Astuces

• Servez avec une salade verte et des pommes de terre sautées.



BIEN CUIT





GEGRILLTE HÄHNCHENSCHENKEL MIT AHORNSIRUP UND SENF

GEGRILDE KIPPENDIJDEN MET AHORNSIROOP EN MOSTERD

CUISSES DE POULET GRILLÉES AU SIROP D'ÉRABLE ET À LA MOUTARDE

DE Zutaten

- 8 Hähnchenschenkel ohne Haut, entbeint • 50 ml Ahornsirup
- 2 EL Dijon-Senf nach alter Art • Salz und Pfeffer • Thymian
- 2 Knoblauchzehen, gehackt



1. Den Ahornsirup mit Senf, Salz, Pfeffer, Thymian und Knoblauch vermengen. 2 EL (30 ml) beiseite legen und den Rest der Soße über das Hähnchen geben, bis es gleichmäßig bedeckt ist.
2. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Hähnchen auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. Garen lassen, bis die Kontrolllampe rot leuchtet. Das Hähnchen vom Grill nehmen und mit einem Pinsel mit dem Rest Soße bestreichen.

Tipps

- Servieren Sie die Hähnchenschenkel mit braunem Reis und dampfgegartem Brokkoli und machen Sie daraus eine komplette Mahlzeit.

NL Ingrediënten

- 8 kippendijen, ontbeend en zonder vel • 50 ml ahornsiroop
- 2 el traditionele mosterd uit Dijon • Peper en zout • Tijm
- 2 fijngehakte teentjes knoflook

1. Vermeng de ahornsiroop met de mosterd, het zout, de peper, de tijm en de knoflook. Bewaar 2 el (30 ml) en giet de rest van de saus gelijkmatig over de kip.
2. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de kip op de grill en sluit u het deksel.
3. Laat bakken tot het lichtje rood is. Neem de kip van de grill en bestrijk met een penseel met de saus die u hebt bewaard.

Tipps

- Maak van deze kippendijen een complete maaltijd door ze op te dienen met bruine rijst en gestoomde broccoli.



DURCH



DOORBAKKEN





Zubereitungszeit: 5 Min.
Bereiding: 5 min
Temps de préparation : 5 min.



FR Ingrédients

- 8 cuisses de poulet sans peau, désossées • 50 ml de sirop d'érable
- 2 c. à soupe de moutarde de Dijon à l'ancienne • Sel et poivre
- Thym • 2 gousses d'ail hachées

1. Mélangez le sirop d'érable avec la moutarde, le sel, le poivre, le thym et l'ail. Gardez-en 2 c. à soupe (30 ml) de côté et versez le reste de la sauce sur le poulet jusqu'à le recouvrir uniformément.
2. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez le poulet sur le gril et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge. Retirez le poulet du gril et nappez-le de la sauce que vous avez mise de côté à l'aide d'un pinceau.

Astuces

- Faites de ces cuisses de poulet un repas complet en les servant avec du riz brun et du brocoli cuits à la vapeur.



BIEN CUIT





GEGRILLTE HÄHNCHENFLÜGEL IM BUFFALO-STIL

GEGRILDE KIPPENVLEUGELTJES IN BUFFALOSTIJL

AILES DE POULET GRILLÉES STYLE BUFFALO

DE Zutaten

- 500 g Hähnchenflügel • 100 g Mehl • 1 EL Paprikapulver • Salz und Pfeffer • 1 EL (15 ml) Pflanzenöl • 2 EL (30 ml) geschmolzene Butter
- 2 EL (30 ml) Tomatensoße • Tabasco



1. Das Mehl mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer in einem großen Gefrierbeutel vermengen. Hähnchenflügel hinzugeben und solange vermengen, bis sie vollständig mit der Mehl-Paprika-Mischung bedeckt sind. Hähnchenflügel in eine große Schüssel geben und mit Öl beträufeln. Solange umrühren, bis die Flügel gleichmäßig mit Öl bedeckt sind.
2. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, die Flügel auf den Grill legen und den Deckel fest zudrücken, damit die Hähnchenflügel guten Kontakt mit den Grillplatten haben.
3. Garen lassen, dabei die Hähnchenflügel ab und zu wenden, bis die Kontrolllampe rot leuchtet. In der Zwischenzeit geschmolzene Butter, Tomatensoße und Tabasco in einer großen Schüssel vermengen. Die warmen Hähnchenflügel hinzugeben und solange umrühren, bis sie vollständig bedeckt sind.

Tipps

- Die Hähnchenflügel mit Karotten und Selleriestiften servieren.
- Um weniger pikante Hähnchenflügel zu erhalten, die Butter und die pikante Soße weglassen und durch Barbecuesauce, Knoblauchsoße und Honig ersetzen oder die Flügel ohne Soße und nur mit Zitronenvierteln servieren.

NL Ingrediënten

- 500 g kippenvleugeltjes • 100 g bloem • 1 el paprikapoeder
- Peper en zout • 1 el (15 ml) plantaardige olie • 2 el (30 ml) gesmolten boter • 2 el (30 ml) tomatensaus • Tabasco

1. Vermeng de bloem met het paprikapoeder, het zout en de peper in een grote diepvrieszak. Doe er de kippenvleugeltjes in en vermeng goed, tot ze helemaal zijn bedekt met het bloem-paprikamengsel. Doe de vleugeltjes in een kom en besprenkel met olie. Roer tot ze gelijkmatig zijn bedekt.
2. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het parsee lampje stopt met knipperen, legt u de kip op de grill en sluit u het deksel. Druk goed aan zodat de vleugeltjes goed in contact komen met de platen.
3. Laat bakken en draai regelmatig om, tot het lichtje rood is. Vermeng ondertussen de gesmolten boter, de tomatensaus en de tabasco in een kom. Doe er de warme vleugeltjes bij en roer tot ze volledig zijn bedekt.

Tipps

- Serveer de wings met wortel- en selderijstaafjes.
- Voor minder pikante vleugeltjes laat u de boter en de pikante saus weg. Vervang ze door barbecuesaus, saus met knoflook en honing, of dien op zonder saus, gewoon met wat partjes citroen ernaast.



DURCH



DOORBAKKEN



500g

Zubereitungszeit: 5 Min.
Bereiding: 5 min
Temps de préparation : 5 min.



FR Ingrédients

• 500 g d'ailes de poulet • 100 g de farine • 1 c. à soupe de paprika
• Sel et poivre • 1 c. à soupe (15 ml) d'huile végétale • 2 c. à soupe
(30 ml) de beurre fondu • 2 c. à soupe (30 ml) de sauce tomate • Tabasco

1. Mélangez la farine avec le paprika, le sel et le poivre dans un grand sac à congélation. Ajoutez-y les ailes de poulet et mélangez jusqu'à ce qu'elles soient toutes recouvertes de mélange farine et paprika. Transférez les ailes dans un saladier et arrosez-les d'huile. Remuez jusqu'à ce qu'elles soient uniformément couvertes.
2. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez le poulet sur le gril et abaissez le couvercle, en appuyant fermement de façon que les ailes soient bien en contact avec les plaques.
3. Faites cuire, en retournant les ailes de temps à autre, jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge. Pendant ce temps, mélangez le beurre fondu, la sauce tomate et le tabasco dans un saladier. Ajoutez-y les ailes chaudes et remuez jusqu'à ce qu'elles en soient recouvertes.

Astuces

- Accompagnez les wings de carottes et de bâtonnets de céleri.
- Pour obtenir des ailes moins piquantes, enlevez le beurre et la sauce piquante, en les remplaçant par de la sauce barbecue, de la sauce à l'ail et au miel, ou encore servez-les sans sauce avec de simples quartiers de citron sur le côté.



BIEN CUIT





HÄHNCHENSPIESSE AUF GRIECHISCHE ART

GRIEKSE KIPBROCHETTES

BROCHETTES DE POULET À LA GRECQUE

DE Zutaten

- 4 Hühnerfilets ohne Haut, in Stücke geschnitten
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Zitronensaft
- 1 EL gemahlener Oregano
- Geriebene Schale einer 1/2 Zitrone
- Salz und Pfeffer
- 1 TL Paprikapulver
- 3 Knoblauchzehen, gehackt
- Tzatziki-Soße



1. Das Olivenöl mit Zitronensaft, Oregano, Zitronenschale, Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Knoblauch in einer großen Schüssel vermengen. Das Hähnchenfleisch hinzugeben und umrühren, um es mit der Soße zu überziehen. Alle Stücke auf 20 cm lange Holzspießen aufreihen.
2. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Hähnchen auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. Garen lassen und dabei mehrmals wenden, bis die Kontrolllampe rot leuchtet. Die Spieße zusammen mit der Tzatziki-Soße servieren.

Tipps

- Die Spieße auf gewürztem Reis und mit einem kleinen griechischen Salat servieren.
- Für ein traditionelles mediterranes Hähnchengericht die Spieße auf Pita-Brot mit Tzatziki, Tomatenstückchen, Gurkenstückchen und roter Zwiebel servieren.

NL Ingrediënten

- 4 kipfilets zonder vel, in stukken gesneden
- 2 el olijfolie
- 2 el citroensap
- 1 el gemalen oregano
- De fijngeraspte schil van 1/2 citroen
- Peper en zout
- 1 tl paprikapoeder
- 3 fijngehakte teentjes knoflook
- Tzatzikisaus

1. Vermeng de olijfolie in een kom met het citroensap, de oregano, de geraspte citroenschil, het zout, de peper, het paprikapoeder en de knoflook. Doe er de kip in en roer door de saus. Prik alles op houten spiesen van 20 cm.
2. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de kip op de grill en sluit u het deksel.
3. Bak in verschillende porties, tot het lichtje rood is. Dien de kipbrochettes op met tzatzikisaus.

Tipps

- Serveer de brochettes op een bedje van kruidige rijst, met een Grieks slaatje.
- Serveer de kip in pitabrood, gevuld met tzatziki, stukken tomaat, komkommer en rode ui om er een traditionele mediterrane lekkernij van te maken.



DURCH



DOORBAKKEN





Zubereitungszeit: 10 Min.
Bereiding: 10 min
Temps de préparation : 10 min.



FR Ingrédients

• 4 filets de poulet, sans peau, coupées en morceaux • 2 c. à soupe d'huile d'olive • 2 c. à soupe de jus de citron • 1 c. à soupe d'origan moulu • Zeste d'un 1/2 citron râpé fin • Sel et poivre • 1 c. à café de paprika • 3 gousses d'ail hachées • Sauce tzatziki

1. Mélangez l'huile d'olive avec le jus de citron, l'origan, les zestes de citron, le sel, le poivre, le paprika et l'ail dans un saladier. Ajoutez le poulet et remuez pour l'enduire de sauce. Enfilez le tout sur des brochettes en bois de 20 cm.
2. Sélectionnez le programme pour  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez le poulet sur le gril et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire en plusieurs fournées, jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge. Servez les brochettes de poulet accompagnées de la sauce tzatziki.

Astuces

- Servez les brochettes sur un lit de riz assaisonné, et une salade à la grecque.
- Servez le poulet sur du pain pita garni de tzatziki, de morceaux de tomates, de concombre et d'oignon rouge pour en faire un roulé méditerranéen traditionnel.



BIEN CUIT



OPTIGRILL MACHEN SIE AUS IHREN ZUTATEN EINFACH EINEN SANDWICH

OPTIGRILL HET HEMELS BROOD, NU OOK GEGRILD

OPTIGRILL, LA GRILLADE, FAITES-EN TOUT UN SANDWICH



DE Als der Butler von Lord Sandwich im Jahr 1762 diese praktische Art ersann, eine ganze Mahlzeit zwischen zwei Brotscheiben zu legen, um diese schnell essen zu können, hätte er sich wohl nie erträumen lassen, dass sich seine Nachfahren einfallen lassen würden, seine Erfindung sogar zu grillen! Paninis, Wraps, Teigtaschen, Bagels und belegte Brötchen ... in allen Variationen gibt es das Sandwich heute, und jede Kultur legt ihre eigene Variation für ein kulinarisches Vergnügen auf den Grill.

NL Toen de butler van Lord Sandwich in 1762 op de proppen kwam met deze heel handige manier om een hele maaltijd tussen twee sneetjes brood te steken, had hij vast nooit gedacht dat zijn nakomelingen zijn uitvinding zouden grillen! Panini's, wraps, bricks, bagels en pan bagnats ... De duizend-en-één varianten op het broodje, alle culturen uit de wereld samen, laten zich gewillig grillen en vervolgens meteen opeten!

FR Lorsque le butler de Lord Sandwich imagine en 1762 cette façon très pratique d'avalier tout un repas sur le pouce entre deux tranches de pain, il n'avait pas prévu que ses descendants penseraient en plus à faire griller son invention ! Paninis, wraps, bricks, bagels et pain-bagnats... Les mille et une variations sur les sandwiches, toutes cultures du monde confondues passent joyeusement au grill pour un plaisir immédiat.

DE Ein Duft von Freiheit

Der Grill weckt Erinnerungen an die frische Luft. Zündet man den Grill an, denkt man sofort an Freiheit, Urlaub, an ungezwungene Mahlzeiten mit Freunden in großer Runde. Man isst im Stehen oder im Sitzen, wie man möchte. Alles ist schnell vorbereitet, es herrscht Feierlaune.

Das Sandwich ist ein Gericht mit mehreren Lagen, bei der die Zutaten nach Wunsch zwischen zwei Brotscheiben gestapelt werden. Jeder ganz nach seinem Geschmack und niemand muss wirklich kochen. Auch wenn es direkt vor Ort verspeist wird, macht es einen zum glücklichen Nomaden, der mit gesundem Appetit hineinbeißt und die Unterschiede zwischen jedem Bissen genießt.

Ich will mein Sandwich heiß!

Der Grill bietet viele Möglichkeiten, sein Sandwich warm zu genießen: Peppen Sie es durch raffinierte, ausgeklügelte und komplettere Varianten auf und ersetzen Sie damit eine normale warme Mahlzeit. Ob Armer Ritter, französischer Croque-Monsieur, italienisches Panini oder traditionelles englisches Club-Sandwich: die Hitze des Grills macht alles schön knusprig und lässt den Käse köstlich schmelzen.

Sie können Ihre Brotscheiben in eine Mischung aus verquirltem Ei mit Milch, in Öl, Senf, Soße oder Ahornsirup tunken. Der Käse sorgt für einen kontrastreichen Geschmack, Weichheit und eine interessante Textur. Hinzu kommen Schinken, Tomaten und andere rohe Zutaten, um ein leckeres Sandwich mit einer oder mehreren Lagen zu erhalten.

Größe und Art des Brotes können variiert werden (Bauernbrot, Mehrkornbrot, Bagels usw.). Ebenso kann man sich von exotischeren Sandwichs inspirieren lassen und die frischen Zutaten in einen Crêpe, einen Wrap, in Blätterteig, Reis oder Maisfladen verpacken, je nachdem, ob man eine einheimische oder exotische Atmosphäre kreieren will, von Mexiko bis Vietnam.

OPTIGRILL wird also nach Belieben ein Stand für heiße Sandwichs: Man kann damit die Gäste unterhalten und satt machen und sorgt für abwechslungsreiche Rezepte und Genuss, indem man zum Beispiel zwischen zwei klassischen Grillgerichten eine Runde Sandwichs schmeißt. Der Dicke-Sensor passt die Garzeit automatisch an, sodass man auf Wunsch ein knuspriges Sandwich erhält. So werden Sie sicher zum Sandwich-Virtuosen!







Zubereitungszeit: 10 Min.
Bereiding: 10 min
Temps de préparation : 10 min.



FR Ingrédients

• 6 c. à soupe de ketchup • 2 c. à soupe de sucre roux • 1 c. à soupe de sauce Worcestershire • 1 c. à café de cumin moulu • 2 gousses d'ail hachées • Sel et poivre • 4 rondelles d'ananas • 4 côtelettes de porc désossées de 175 g et d'environ 2,5 cm d'épaisseur • Coriandre fraîchement hachée • Quartiers de citron vert • 1 c. à soupe (15 ml) de piments chipotle hachés

1. Mélangez le ketchup avec le sucre, les piments chipotle, la sauce Worcestershire, le cumin et l'ail. Faites chauffer au micro-ondes à pleine puissance pendant 2 minutes. Salez et poivrez les côtelettes des deux côtés. Badigeonnez-les ensuite avec la sauce préparée.
2. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez les côtelettes sur le gril et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit orange. Transférez les côtelettes dans une assiette et couvrez-les de papier d'aluminium. Laissez reposer 5 minutes. En même temps, badigeonnez un peu de sauce au ketchup restante sur l'ananas.
4. Sélectionnez le mode manuel  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez l'ananas sur le gril et abaissez le couvercle.
5. Faites cuire pendant 5 minutes, jusqu'à ce qu'il soit bien marqué. Déposez les rondelles d'ananas sur les côtelettes de porc et badigeonnez le tout avec la sauce restante. Saupoudrez de coriandre et servez avec les quartiers de citron vert.

Astuces

- La recette se prépare tout aussi bien avec de l'ananas frais qu'en conserve.



À POINT





SCHWEINEFILET MIT CURRY

VARKENSHAASJE MET CURRY


FILET DE PORC AU CURRY

DE Zutaten

- 1 Schweinefilet, ca. 500 g • 1 EL Currypulver • Salz und Pfeffer
- 2 EL Pflanzenöl • 1 geschälte Mango, fein gewürfelt • 1 Stange Sellerie, fein gewürfelt • 1/2 Zwiebel, fein gehackt • 2 EL Koriander, gehackt
- 2 EL Limettensaft • 1 TL Honig • Geviertelte Limette



1. Das Schweinefilet mit Curry, Salz, Pfeffer und der Hälfte des Öls würzen.
2. Dabei auch Mango, Sellerie, Zwiebel, Koriander und Limettensaft, Öl, Honig, Salz und Pfeffer vermengen und beiseite stellen.
3. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, das Filet auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
4. Garen lassen, bis die Kontrolllampe rot leuchtet. Das Fleisch auf ein Schneidebrett legen und mit Aluminiumfolie abdecken. 5 Minuten ruhen lassen und dann das Filet in Scheiben schneiden. Mit der Mangosoße und den Limettenvierteln servieren.

Tipps


- Zum Schweinefilet und der Soße Reiß oder Tortillas servieren.
- Nach Belieben die Mango durch Ananas ersetzen.
- Sie können das gleiche Rezept auch mit Hähnchenfilets zubereiten. Verwenden Sie hierfür das Programm .

NL Ingrediënten

- 1 varkenshaasje van ongeveer 500 g • 1 el kerrievoeder • Peper en zout
- 2 el plantaardige olie • 1 mango, geschild en in kleine blokjes gesneden
- 1 tak selderij, in kleine blokjes gesneden • 1/2 fijngehakte witte ui • 2 el fijngehakte koriander • 2 el limoensap • 1 tl honing • Limoenpartjes

1. Kruid het varkenshaasje met het kerrievoeder, het zout, de peper en de helft van de olie.
2. Vermeng ondertussen de mango, de selderij, de verse ui, de koriander, het limoensap, de olie, de honing, het zout en de peper. Zet alles opzij.
3. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u het vlees op de grill en sluit u het deksel.
4. Laat bakken tot het lichtje rood is. Leg het vlees op een snijplank en dek af met aluminiumfolie. Laat 5 minuten rusten en snij het vlees dan in plakjes. Dien op met de mangosaus en de limoenpartjes.

Tipps

- Serveer het varkensvlees en de saus met rijst.
- Vervang de mango eventueel door ananas.
- U kunt ditzelfde recept ook maken met kipfilets. Gebruik in dit geval het programma .



DURCH



DOORBAKKEN





Zubereitungszeit: 10 Min.
Bereiding: 10 min
Temps de préparation : 10 min.




FR Ingrédients

• 1 filet de porc d'environ 500 g • 1 c. à soupe de curry en poudre • Sel et poivre • 2 c. à soupe d'huile végétale • 1 mangue pelée et coupée en petits dés • 1 branche de céleri, coupée en petits dés • 1/2 oignon blanc haché finement • 2 c. à soupe de coriandre hachée • 2 c. à soupe de jus de citron vert • 1 c. à café de miel • Quartiers de citron vert

1. Assaisonnez le filet de porc avec le curry, le sel et le poivre et la moitié de l'huile.
2. Pendant ce temps, mélangez la mangue, le céleri, l'oignon frais, la coriandre, le jus de citron vert, l'huile, le miel, le sel et le poivre, puis réservez le tout.
3. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez le filet sur le gril et abaissez le couvercle.
4. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge. Transférez la viande sur une planche à découper et couvrez-la de papier d'aluminium. Laissez reposer 5 minutes avant de couper le filet en tranches. Servez avec la sauce à la mangue et les quartiers de citron vert.

Astuces

- Servez le porc et sa sauce avec du riz ou des tortillas.
- Remplacez la mangue par de l'ananas si vous préférez.
- Vous pouvez essayer la même recette avec des filets de poulet si vous le désirez, en utilisant le programme .



BIEN CUIT





„RIPPCHEN“ OHNE KNOCHEN MIT SÜSSER BARBECUESAUCE

‘RIBS’ ZONDER BOT EN MET ZOETE BARBECUESAUS

« RIBS » SANS OS À LA SAUCE BARBECUE SUCRÉE

DE Zutaten

- 1 Schweinefilet, ca. 500 g • 2 TL Chilipulver und Senfpulver • 1 TL Zwiebelpulver und Knoblauchpulver • Salz und Pfeffer • 6 EL BBQ-Sauce
- 4 EL Aprikosenkonfitüre ohne Stückchen • 1 EL Senf



1. Das Schweinefilet an der Oberseite längs einschneiden und aufklappen. Das Fleisch leicht klopfen, um eine gleichmäßige Dicke zu erhalten. Es im Abstand von 2,5 cm ungefähr bis zur Hälfte der Dicke einschneiden, damit es wie eine Rippchenreihe aussieht.
2. Chili-, Senf-, Zwiebel- und Knoblauchpulver mit Salz und Pfeffer vermengen. Die gesamte Oberfläche des Fleisches mit dieser Gewürzmischung bestreichen. 30 Minuten ruhen lassen. Während dieser Zeit die Barbecuesauce mit der Konfitüre und dem Senf vermengen, bis eine homogene Mischung entsteht. Bei höchster Einstellung in der Mikrowelle 60 Minuten lang erhitzen. 2 EL (30 ml) dieser Soße nehmen und das Fleisch damit bestreichen. Den Rest der Soße aufbewahren.
3. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, die Koteletts auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
4. Garen lassen, bis die Kontrolllampe rot leuchtet. Das Schweinefleisch vom Grill nehmen und mit Aluminiumfolie abdecken. 5 Minuten ruhen lassen. Das Fleisch nun entlang der bereits vorhandenen Markierungen schneiden, sodass Sie mehrere „Rippchen“ erhalten. Mit dem Rest der Sauce servieren.

Tipps

- Verwenden Sie einen kleinen Holzhammer oder einen kleinen Topf, um damit das Fleisch zu klopfen.

NL Ingrediënten

- 1 varkenshaasje van ongeveer 500 g • 2 tl chilipoeder en mosterdpoeder • 1 tl uiipoeder en knoflookpoeder • Peper en zout
- 6 el barbecuesaus • 4 el abrikozenjam zonder stukken • 1 el mosterd

1. Snij het varkenshaasje in de lengte, zodat u het kunt openen zoals een bolletje. Maak het vlees wat platter om een gelijke dikte te verkrijgen. Maak dan met een mes om de 2,5 cm insnijdingen voor ongeveer de helft van zijn dikte, zodat het vlees op spareribs gaat lijken.
2. Vermeng het chilipoeder met het mosterdpoeder, het uiipoeder, het knoflookpoeder, het zout en de peper. Strijk dit kruidenmengsel uit over het hele stuk vlees. Laat 30 minuten rusten. Roer de barbecuesaus, de jam en de mosterd ondertussen tot een glad mengsel. Verhit 60 seconden op vol vermogen in de magnetronoven. Neem 2 el (30 ml) van deze saus en besprenkel er het vlees mee. Bewaar de rest van de saus.
3. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de ‘ribbetjes’ op de grill en sluit u het deksel.
4. Laat bakken tot het lichtje rood is. Neem het varkensvlees van de grill en dek af met aluminiumfolie. Laat 5 minuten rusten. Snij nu het vlees in langs de insnijdingen die u eerder al maakte. Zo krijgt u verschillende ‘ribbetjes’. Dien op met de rest van de saus.

Tips

- Gebruik een houten hamer of een steelpannetje om het vlees plat te kloppen.





DE



Bereiding: 15 min

Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

- 1 filet de porc d'environ 500 g • 2 c. à café de chili en poudre et de moutarde en poudre • 1 c. à café d'oignon en poudre et d'ail en poudre
- Sel et poivre • 6 c. à soupe de sauce BBQ • 4 c. à soupe de confiture d'abricot sans morceaux • 1 c. à soupe de moutarde

1. Découpez le filet de porc dans le sens de la longueur, de façon à ce qu'il s'ouvre comme un livre. Martelez légèrement la viande pour égaliser son épaisseur, puis marquez-la à l'aide d'un couteau en faisant une entaille d'environ la moitié de son épaisseur, tous les 2,5 cm, de façon à ce qu'elle ressemble à une rangée de côtelettes.
2. Mélangez le chili en poudre avec la moutarde en poudre, l'oignon en poudre, l'ail en poudre, le sel et le poivre. Étalez ce mélange d'épices sur toute la surface de la viande. Laissez reposer pendant 30 minutes. Pendant ce temps, mélangez la sauce barbecue avec la confiture et la moutarde de façon à obtenir un mélange homogène. Passez au micro-ondes, à pleine puissance, pendant 60 secondes. Prenez 2 c. à soupe (30 ml) de cette sauce et badigeonnez-la sur la viande. Conservez le reste de la sauce.
3. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez les « côtelettes » sur le gril et abaissez le couvercle.
4. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit rouge. Retirez le porc du gril et couvrez-le de papier d'aluminium. Laissez reposer pendant 5 minutes. Coupez ensuite la viande en suivant les marques faites précédemment, de façon à obtenir plusieurs « côtelettes ». Servez accompagné de la sauce restante.

Astuces

- Utilisez un maillet ou une petite casserole pour marteler la viande.



BIEN CUIT





LAMMKOTELETT MIT KRÄUTERN

LAMSKOTELETJES MET KRUIDEN

CÔTES D'AGNEAU AUX HERBES

DE Zutaten

- 8 schöne Lammkoteletts (ca. 750 g) • 4 EL fein gehackte Petersilie
- 1 EL fein gehackter Rosmarin und Thymian • 2 EL Olivenöl
- 1 EL Dijon-Senf • Salz und Pfeffer • 2 Knoblauchzehen, gehackt



1. Petersilie, Rosmarin und Thymian vermengen. Öl, Senf, Salz, Pfeffer und Knoblauch hinzufügen, bis eine Paste entsteht. Die Koteletts mit der Mischung bestreichen.
2. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, die Lammkoteletts auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. Garen lassen, bis die Kontrolllampe dem gewünschten Garzustand entspricht: gelb für blutig, orange für medium oder rot für durchgebraten. Das Fleisch auf einen Teller legen und mit Alufolie abdecken. 5 Minuten ruhen lassen und anschließend servieren.

Tipps

- Kann warm oder kalt serviert werden.
- Zum Spaß können Sie den Fleischer bitten, Ihnen einen bloßen Lammknochen mitzugeben, um das Gericht vorteilhaft präsentieren zu können.

NL Ingrediënten

- 8 mooie lamskoteletjes (ongeveer 750 g) • 4 el fijngehakte peterselie
- 1 el rozemarijn en tijm, fijngehakt • 2 el olijfolie • 1 el mosterd uit Dijon
- Peper en zout • 2 fijngehakte teentjes knoflook

1. Vermeng de peterselie, de rozemarijn en de tijm. Doe er de olie, de mosterd, het zout, de peper en de knoflook bij om een pasta te vormen. Strijk het uit over de koteletjes.
2. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de lamskoteletjes op de grill en sluit u het deksel.
3. Laat bakken tot het lichtje overeenstemt met de gewenste gaarheid: geel voor rood, oranje voor medium of rood voor goed doorbakken vlees. Leg het vlees op een bord en dek af met aluminiumfolie. Laat 5 minuten rusten voor u het opdiert.

Tipps

- Dien ze gegrild en koud op.
- Vraag de slager om het bot van de lamskoteletjes 'bloom' te leggen, zodat ze mooier presenteren.



BLUTIG



MEDIUM



DURCH



ROOD



MEDIUM



DOORBAKKEN



4 

Zubereitungszeit: 10 Min.
Bereiding: 10 min
Temps de préparation : 10 min.



FR Ingrédients

• 8 belles côtes d'agneau (environ 750 g) • 4 c. à soupe de persil haché fin • 1 c. à soupe de romarin et de thym, hachés fin • 2 c. à soupe d'huile d'olive • 1 c. à soupe de moutarde de Dijon • Sel et poivre • 2 gousses d'ail hachées

1. Mélangez le persil, le romarin et le thym. Ajoutez l'huile, la moutarde, le sel, le poivre et l'ail de manière à former une pâte. Étalez le tout sur les côtelettes.
2. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez les côtes d'agneau sur le gril et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux corresponde à la cuisson désirée : jaune pour saignant, orange pour une cuisson rosée ou rouge pour une cuisson à point. Transférez la viande dans une assiette; couvrez-la de papier d'aluminium. Laissez reposer 5 minutes avant de servir.

Astuces

- Servez-les grillées et froides.
- Pour vous amuser, demandez au boucher de mettre à nu l'os de la côte d'agneau, de façon à améliorer sa présentation.



SAIGNANT



À POINT



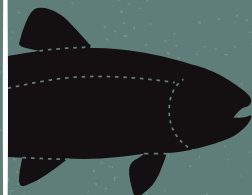
BIEN CUIT



OPTIGRILL IHRE LIEBLINGSGERICHTE AUS DEM MEER

OPTIGRILL PRACHTIGE GRILLGERECHTEN UIT DE ZEE

OPTIGRILL, À VOUS LES BELLES GRILLADES DE LA MER



DE *In der Geschichte der Grillgerichte sind die Fischer auf Augenhöhe mit den Jägern. Die fettarmen, raffinierten, sehr leichten und originellen Gerichte mit Fisch und Krustentieren finden immer öfter ihren Weg auf den Grill. OPTIGRILL besitzt eine Spezialtaste, damit sie Ihnen auf Anhieb gelingen.*

NL *In de geschiedenis van het roosteren staan vissers op gelijke voet met jagers. Gegrilde vis en zeevruchten zijn lichter, verfijnder en origineel, en spelen dus een steeds grotere rol in grillparty's. OPTIGRILL is uitgerust met een speciale knop waarmee u meteen geslaagde gerechten op tafel tovert!*

FR *Dans l'histoire de la grillade, les pêcheurs sont à égalité avec les chasseurs. Plus diététiques, plus raffinées, plus légères et originales, les grillades de poissons et de crustacés s'invitent de plus en plus souvent dans les grillades-parties. OPTIGRILL a une touche spéciale pour vous aider à les réussir du premier coup.*

DE Da und dort

Das Grillen ist die älteste Garmethode überhaupt und die natürlichste, die es gibt.

Jede Zivilisation, die am Meer lebt, hat abhängig von ihrer Umwelt und ihrer Esskultur ihre eigenen Rezepte und Gewohnheiten. Der Fisch wird ausgenommen, gewürzt und als Ganzes gegart oder vorher filetiert.

Nach nur wenigen Minuten ist er fertig: Fisch und Krustentiere sind viel schneller gar als die meisten Fleischsorten.

Ein paar Tipps

Klauen Sie leckere Rezepte für Gewürze und Marinaden aus allen Ecken der Erde, vor allem von den Inseln, um neue Zubereitungsarten mit dem Grill zu entdecken.

Anstatt den Fisch einfach auf den Grill zu legen, auf die Gefahr hin, dass er festklebt, machen Sie es wie Robinson Crusoe: Wickeln Sie ihn in Blätter ein, wie man es überall auf der Welt macht, z. B. in Kohlblätter, Weinblätter, Bananenblätter, Schinkenscheiben, etc.

Ob Lachs, Kabeljau, Thunfisch, Schwertfisch, Forelle, Makrele oder Sardine, im Ganzen oder als Filet, ob Jakobsmuscheln oder Tintenfisch, ob Hummer, Languste oder Garnele: Sie alle kommen auf den Grill und werden entweder mit Zitronensaft mariniert, mit Olivenöl bestrichen, mit Dill oder anderen aromatischen Kräutern gewürzt oder mit Soßen und Gartengemüse verfeinert. So entstehen frische, köstliche Grillgerichte für jeden Geschmack.



NL Van hier en elders

Roosteren is de oudste en meest natuurlijke manier om eten klaar te maken.

Alle kustbeschavingen hebben hun eigen recepten en gewoontes, beïnvloed door hun omgeving en eetcultuur. Vis wordt schoongemaakt, gekruid en dan in zijn geheel of in filets klaargemaakt.

Na een paar minuten is uw gerecht al klaar! Vis en schaaldieren zijn immers veel sneller gaar dan vlees.

Slimme ideetjes

Recepten uit de vier windstreken van de planeet - en dan vooral de eilanden - afsnoepen voor het kruiden en marinieren, maar ook om andere roosterwijzen uit te vinden, dat is de boodschap.

In plaats van de vis gewoon op de grill te leggen en het risico te lopen dat hij blijft kleven, doet u zoals Robinson Crusoe: verpak hem in bladeren, zoals men zowat overal ter wereld doet. Gebruik koolbladeren, druivenbladeren, bananenbladeren, plakjes spek enz.

Moten en ruggen van zalm, kabeljauw, tonijn of zwaardvis, forel, makreel en sardientjes, volledig of in filets, sint-jakobsvruchten en calamaris, kreeft, langoustines en garnalen kunnen rechtstreeks op de grill, gemarineerd in citroen, bestreken met olijfolie, gekruid met venkelzaad of andere geurige specerijen, op smaak gebracht met verfijnde sausjes en kleine groenten voor frisse en bijzonder geslaagde grillgerechten.

FR D'ici et d'ailleurs

La grillade est la méthode de cuisson la plus ancienne et la plus naturelle qui soit.

Toutes les civilisations maritimes ont leurs recettes et leurs habitudes liées à leur environnement et à leur culture culinaire. Le poisson sera vidé, assaisonné, puis cuit entier ou après en avoir levé les filets.

Quelques minutes à peine, et c'est prêt : le poisson et les crustacés cuisent beaucoup plus vite que la viande.

Les bonnes idées

Chiper des recettes aux quatre coins de la planète, spécialement les îles, pour l'assaisonnement et la marinade, mais aussi pour inventer d'autres modes de cuisson au gril.

Au lieu de poser tout bêtement le poisson sur le gril au risque qu'il attache, faites comme Robinson Crusoe : emballez-le dans des feuilles comme on le fait un peu partout dans le monde, avec des feuilles de chou, de vigne, de bananier, tranche de bacon, etc.

Pavés et dos de saumon, de cabillaud, de thon ou d'espadaon, truites, maquereaux et sardines, entières ou en filets, Saint-Jacques et calamars, homards, langoustines et crevettes iront tout droit sur le gril, marinés au citron, badigeonnés d'huile d'olive, assaisonnés de graines de fenouil ou autres herbes odorantes, agrémentés de sauces fines et de petits légumes pour des grillades fraîcheur très réussies.



DORADE MIT TOMATEN UND OLIVENPASTE

GOUDBRASEM MET TOMAAT EN TAPENADE

DORADE À LA TOMATE ET À LA TAPENADE

DE Zutaten

- 4 Doradenfilets à 150 g • 4 EL fein gehackte Petersilie • 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Olivenöl • 1 EL Weißweinessig • 1 Knoblauchzehe, in Scheiben geschnitten • Salz und Pfeffer • 4 schöne Tomaten, entkernt und fein gewürfelt • 50 g grüne Oliven, fein gehackt • Schale einer viertel Zitrone

1. Die Petersilie mit Zitronensaft, Olivenöl, Essig und Knoblauch vermengen und in zwei gleich große Portionen aufteilen. Die Filets von beiden Seiten mit der Hälfte der Salzmenge salzen und pfeffern (d. h. 1/2 TL). Die Filets mit der einen Hälfte Soße bestreichen. Fügen Sie nun Tomaten, Oliven, Zitronenschale und Salz und Pfeffer zur anderen Hälfte Soße hinzu und stellen Sie sie beiseite.
2. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, die Filets auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. Garen lassen, bis die Kontrolllampe orange leuchtet. Die Doradenfilets zusammen mit der Soße servieren.

Tipps



- Servieren Sie die Dorade mit grünen Bohnen und Langkorreis.



MEDIUM

NL Ingrediënten

- 4 goudbrasemfilets van 150 g elk • 4 el fijngehakte peterselie • 2 el citroensap • 2 el olijfolie • 1 el witte wijnazijn • 1 fijngehakt teentje knoflook • Peper en zout • 4 mooie tomaten, ontpit en in kleine blokjes gesneden • 50 g groene olijven, fijngehakt • De geraspte schil van een kwart citroen

1. Vermeng de peterselie met het citroensap, de olijfolie, de azijn en de knoflook, en verdeel in twee gelijke porties. Kruid de filets aan beide kanten met zout en peper, en gebruik daarbij de helft van de hoeveelheid zout die u hebt (dus 1/2 tl). Bestrijk de filets met de eerste portie peterseliesaus. Doe nu de tomaten, de olijven, de geraspte citroenschil en de rest van het zout en de peper bij de tweede sausportie.
2. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de filets op de grill en sluit u het deksel.
3. Laat bakken tot het lichtje oranje is. Dien de goudbrasemfilets op met de saus.

Tipps

- Dien de goudbrasem op met prinsessenbonen en langkorrelrijst.



MEDIUM





Zubereitungszeit: 15 Min.
Bereiding: 15 min
Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

- 4 filets de dorade de 150 g chacun
- 4 c. à soupe de persil haché fin
- 2 c. à soupe de jus de citron
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de vinaigre de vin blanc
- 1 gousse d'ail émincée
- Sel et poivre
- 4 belles tomates épépinées et coupées en petits cubes
- 50 g d'olives vertes hachées finement
- Zeste d'un quart de citron

1. Mélangez le persil avec le jus de citron, l'huile d'olive, le vinaigre et l'ail, puis divisez en deux portions égales. Salez et poivrez les filets des deux côtés, en utilisant la moitié de la quantité de sel que vous avez (soit 1/2 c. à thé). Badigeonnez la première portion de sauce au persil sur les filets. Ajoutez maintenant à la deuxième portion de la sauce les tomates, les olives, les zestes et ce qu'il reste de sel et poivre, puis réservez.
2. Sélectionnez le programme  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez les filets sur le gril et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire jusqu'à ce que le voyant lumineux soit orange. Servez les filets de dorade accompagnés de la sauce préparée.

Astuces

- Servez la dorade avec des haricots verts et du riz à grains longs.



À POINT





LACHS IN DILL-SAHNE-SOSSE

ZALM EN ZIJN SAUS MET ROOM EN DILLE

SAUMON ET SA SAUCE À LA CRÈME ET À L'ANETH

DE Zutaten

- 4 Lachsfilets à 125 g • 1/4 Bund Dill • 1/2 Zwiebel, fein gehackt
- 2 EL Zitronensaft • Schale einer Zitrone • 1 gehackte Knoblauchzehe
- Salz und Pfeffer • 50 ml Olivenöl • 125 ml fettarme saure Sahne

1. Dill, Zwiebel, Zitronensaft, Zitronenschale, Knoblauch und die Hälfte an Salz und Pfeffer (jeweils einen halben TL) in einen Küchenzerkleinerer geben. Solange mixen, bis alles fein zerhackt ist. Während der Zerkleinerer noch angeschaltet ist, vorsichtig das Öl hineingeben, bis eine homogene Mischung entsteht. Die Mischung in zwei Hälften aufteilen. Die erste Hälfte mit der sauren Sahne vermengen und beiseite stellen. Den Lachs mit dem Rest Salz und Pfeffer würzen und mit der anderen Hälfte der Dillsoße bestreichen.
2. Das Programm  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, den Lachs auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. Garen lassen, bis die Kontrolllampe gelb leuchtet. Den Lachs zusammen mit der Soße, die Sie beiseite gestellt haben, servieren.

Tipps



- Servieren Sie den Lachs mit frischem Spinat.



BLUTIG

NL Ingrediënten

- 4 zalmotten van 125 g elk • 1/4 busseel dille • 1/2 fijngehakte witte ui
- 2 el citroensap • De geraspte schil van één citroen • 1 fijngehakt teentje knoflook • Zout en peper • 50 ml olijfolie • 125 ml dikke, vetarme room

1. Doe de dille, de verse ui, het citroensap, de geraspte schil, de knoflook, het zout en de peper in een keukenmachine. Mix tot alles fijn is gehakt. Giet er tijdens het mixen langzaam de olie bij, tot u een glad geheel krijgt. Verdeel het mengsel in twee. Vermeng het eerste deel met de room en zet opzij. Kruid de zalm met de rest van de peper en het zout, en bestrijk dan met de andere helft van de dillesaus.
2. Kies het programma  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de zalm op de grill en sluit u het deksel.
3. Laat bakken tot het lichtje geel is. Dien de zalm op met de saus die u hebt bewaard.

Tipps

- Serveer de zalm met verse spinazie.



ROOD





Preparation Time: 15 min.
Tilberedningstid: 15 min.
Beredningstid: 15 min.



SV Ingredienser

- 4 laxfiléer på 125 g vardera • 1/4 knippa dill • 1/2 finhackad salladslök
- 2 matskedar citronjuice • Skalet från en citron • 1 hackad vitlöksklyfta
- Salt och peppar • 50 ml olivolja • 125 ml lätt crème fraiche

1. Lägg dill, färsk lök, citronjuice, skal, vitlök och hälften av saltet och pepparn (1/2 tesked av varje) i en mixer. Blanda tills allt är finhackat. Medan mixern är igång håller du sakta i oljan tills du får en jämn blandning. Dela blandningen i två delar. Blanda den första hälften med crème fraiche och ställ den åt sidan. Krydda laxen med det som återstår av peppar och salt och stryk sedan den andra hälften av dillsåsen på den.
2. Välj programmet  och tryck på . Olja grillplattorna lätt. När den lila lampan slutar blinka lägger du laxen på grillen och stänger locket.
3. Grilla tills lampan blir gul. Servera laxen tillsammans med den sås som du ställde åt sidan.

Tips

- Servera laxen tillsammans med färsk spenat.



BLODIG





PROSCIUTTO WRAPPED SCALLOPS WITH BASIL PESTO

KAMMUSLINGER MED PROSCIUTTO OG BASILIKUMPESTO

PILGRIMSMUSSLOR MED PROSCIUTTO OCH BASILIKAPESTOSÅS

EN Ingredients

• 1 lb (500 g) sea scallops, about 16 • 2 cups (500 ml) packed fresh basil leaves • 1/4 cup (50 ml) toasted pine nuts (approx.) • 2 tbsp (30 ml) fresh lemon juice • 1 garlic clove • 1/2 tsp (2 ml) each salt and pepper • 1/4 cup (50 ml) olive oil • 4 slices prosciutto

1. Combine the basil, pine nuts, lemon juice, garlic, salt and pepper in a food processor. Pulse until finely chopped. With the motor running, slowly drizzle in the oil until well combined; set aside.
2. Pat each scallop dry with a paper towel. Cut each slice of prosciutto into 4 long strips. Wrap a strip of prosciutto around each scallop and secure with a toothpick.
3. Turn the grill on. Select the  program and press . Once the purple indicator light has stopped flashing, place the scallops on the grill and close the lid.
4. Cook until the indicator light has changed to orange. Top each scallop with a dollop of pesto and a few additional pine nuts.

Tips



- Extra pesto can be stored, tightly covered, in the refrigerator for up to 5 days. Use the pesto as a condiment for grilled chicken, sausages or as a sandwich spread.



MEDIUM

DA Ingredienser

• 500 g kammuslinger, ca. 16 stk. • 2 bundter frisk basilikum • 50 g ristede pinjekerner (ca.) • 2 spsk. citronsaft • 1 fed hvidløg • Salt og peber • 50 ml olivenolie • 4 skiver prosciutto

1. Hæld basilikum, pinjekerner, citronsaft, hvidløg, salt og peber i en blender. Blend, indtil hele blandingen er hakket fint. Mens blenderen kører, hældes olivenolie i lidt efter lidt, indtil konsistensen er jævn. Stil den til side.
2. Dup hver kammusling tør med et stykke køkkenrulle. Skær hver skive prosciutto i 4 lange strimler. Rul en strimmel prosciutto om hver kammusling, og fastgør den ved hjælp af entandstik.
3. Vælg program , og tryk på . Smør varmepladerne med lidt olie. Læg kammuslingerne på grillen når den lille indikator er holdt op med at blinke, og luk låget.
4. Grill dem til indikatoren er orange. Afslutningsvis lægges lille teskefuld pesto på hver kammusling og lidt ekstra pinjekerner.

Tips

- Den resterende pesto kan opbevares tildækket i køleskabet i 5 dage. Den kan bruges som tilbehør til grillet kylling, pølser eller i en sandwich.





MEDIUM



SV Ingredienser

• 500 g pilgrimsmusslor, eller ca 16 st • 2 knippor färsk basilika • 50 g rostade pinjenötter (ungefär) • 2 matskedar citronjuice • 1 vitlöksklyfta • Salt och peppar • 50 ml olivolja • 4 skivor prosciutto

1. Lägg basilika, pinjenötter, citronjuice, vitlök, salt och peppar i en mixer. Blanda tills allt är finhackat. Medan mixern är igång häller du sakta i oljan tills du får en jämn blandning. Ställ åt sidan.
2. Klappa försiktigt på varje pilgrimsmusla med en bit hushållspapper. Skär varje skiva prosciutto i 4 långa remsor. Rulla in varje pilgrimsmusla i en skiva prosciutto och förslut den med en tandpetare.
3. Välj programmet  och tryck på . Olja grillplattorna lätt. När den lila lampan slutar blinka lägger du pilgrimsmusslorna på grillen och stänger locket.
4. Grilla tills lampan blir orange. Slutligen garnerar du varje pilgrimsmusla med en sked pesto och några extra pinjenötter.

Tips

- Den pesto som blir över kan förvaras i en väl tillsluten behållare i kylen i 5 dagar. Använd den som smaksättare till grillad kyckling eller korv eller i en smörgås.





GRILLED CALAMARI SALAD WITH LEMON-CAPER DRESSING

SALAT AF GRILLEDE BLÆKSPRUTTER MED CITRONVINAIGRETTE OG KAPERS SALLAD MED GRILLAD BLÄCKFISK OCH CITRON- OCH KAPRISDRESSING

EN Ingredients

• 8 cleaned squid with tentacles, about 1 lb (500 g) • 2/3 cup (150 ml) extra virgin olive oil • 1/3 cup (75 ml) fresh lemon juice • 1/4 cup (50 ml) capers, finely chopped • 1 shallot, finely chopped • 1/4 tsp (1 ml) each salt and pepper • Baby rocket leaves • 1/2 cup (125 ml) thinly sliced red onion • 1 cup (250 ml) thinly sliced roasted red capsicum • 1/2 cup (125 ml) thawed baby peas

1. Score the squid, three-quarters of the way through, down the length of the body. Trim all the tentacles to be the same length. Wash and dry the body and tentacles of the squid well.
2. Whisk the olive oil with the lemon juice, capers, shallot, salt and pepper until well combined. Toss the squid with 1/4 cup (50 ml) of the dressing.
3. Turn the grill on. Select the  program and press . Lightly grease the cooking plates with cooking spray. Once the purple indicator light has stopped flashing, place the squid on the grill and close the lid.
4. Cook, in batches, until the indicator light has changed to orange. Toss the cooked squid with 2 tbsp (30 ml) of the remaining dressing. Toss the rocket with the roasted red capsicum, red onion, peas and remaining dressing to coat. Serve the salad topped with the grilled calamari.

Tips



- Simplify the preparation of this recipe by substituting 16 large prawns or 8 sea scallops for the calamari.



MEDIUM

DA Ingredienser

• 8 blæksprutter, rensede med arme (ca. 500 g) • 150 ml ekstra jomfruolie • 75 ml citronsaft • 50 g finthakket kapers • 1 finthakket skalotteløg • Salt og peber • Rucola • 1 finthakket rødløg • 250 g finthakket rød peberfrugt, der allerede er grillet • 125 g friske eller frosne ærter

1. Ved hjælp af en kniv skæres et snit i blæksprutterne på langs i 3/4 af tykkelsen. Skær armene til, så de har den samme længde. Skyl og tør hver blækspruttekrop og armene.
2. Rør olivenolie med citronsaft, kapers, skalotteløg, salt og peber til en ensartet blanding. Vend derefter blæksprutterne i 1/4 af denne vinaigrette.
3. Vælg program , og tryk på . Smør varmepladerne med lidt olie. Læg blæksprutterne på grillen når den lille indikator er holdt op med at blinke, og luk låget.
4. Grill dem i flere omgange, indtil kontrollampen bliver orange. Vend hver stegt blæksprutte i 2 spsk. af vinaigretten. Derefter blandes rucola, rødløg, rød peberfrugt, ærter og den resterende vinaigrette for sig. Server som salat med blæksprutterne ovenpå.

Tips

- I stedet for blæksprutterne kan der bruges 16 store rejer eller 8 kammuslinger.



MEDIUM

4 entrées or
8 appetizers

4 hovedretter eller
8 forretter

4 huvudrätter eller
8 förrätter

Preparation Time: 20 min.



Tilberedningstid: 20 min.

Beredningstid: 20 min.



SV Ingredienser

- 8 rengjorda bläckfiskar med tentakler (ca 500 g) • 150 ml extra jungfruolivolja • 75 ml citronjuice • 50 g finhackad kapris • 1 finhackad schalottenlök • Salt och peppar • Ruccolaskott • 1 finhackad rödlök • 250 g förgrillad och finhackad röd paprika • 125 g färska eller frysta ärter

1. Skär hack i bläckfiskarna, med hjälp av en kniv, längs hela deras längd, till tre fjärdedelar av deras tjocklek. Skär alla tentakler till samma längd. Skölj och torka kroppen och tentaklerna på varje bläckfisk.
2. Blanda olivolja med citronjuice, kapris, schalottenlök, salt och peppar till en jämn blandning. Blanda sedan 1/4 av den här dressingen med bläckfisken.
3. Välj programmet  och tryck på . Olja grillplattorna lätt. När den lila lampan slutar blinka lägger du bläckfisken på grillen och stänger locket.
4. Grilla i flera omgångar, tills lampan blir orange. Blanda varje tillagad bläckfisk med 2 matskedar dressing. Blanda sedan för sig ruccola, rödlök, paprika, ärter och resten av dressing. Servera salladen med bläckfisken ovanpå.

Tips

- Du kan förenkla det här receptet genom att byta ut bläckfisken mot 16 stora räkor eller 8 pilgrimsusslor.



ROSA





GRILLED LOBSTER TAILS WITH WHITE WINE BUTTER SAUCE

GRILLEDE HUMMERHALER MED SMØR OG HVIDVIN

GRILLADE HUMMERSTJÄRTAR MED SMÖR OCH VITT VIN

EN Ingredients

• 4 lobster tails, about 3 oz (90 g) each • 1/4 cup (50 ml) white wine
• 2 tbsp (30 ml) fresh lemon juice • 1 shallot, finely chopped • 2 garlic
cloves, minced • 1/2 tsp (2 ml) each salt and pepper, divided • 1/2 cup
(125 ml) cold butter, cubed • Lemon wedges

1. Combine the wine, lemon juice, shallot, garlic and half of the salt and pepper in a small saucepan set over medium-high heat. Bring to a boil and simmer until reduced to about 2 tbsp (30 ml). Remove from the heat and cool for 1 minute. Whisk the cold butter into the wine mixture, a few cubes at a time, until well combined; set aside and keep warm.
2. Lay each lobster tail on its flat side; insert the tip of a heavy chef's knife at the base of the tail. Firmly press down to cut through the shell and three-quarters of the way through the meat. Spread the tails open like a book. Season the lobster meat with the remaining salt and pepper.
3. Turn the grill on. Select the  program and press . Lightly grease the cooking plates with cooking spray. Once the purple indicator light has stopped flashing, place the lobster on the grill and close the lid.
4. Cook until the indicator light has changed to yellow. Serve the lobster with the warm butter sauce and lemon wedges on the side.

Tips



• You can make the butter sauce a little creamier.



RARE

DA Ingredienser

• 4 hummerhaler • 50 ml hvidvin • 30 ml citronsaft • 1 finthakket
skalotteløg • 2 fed hakket hvidløg • Salt og peber • 125 g smør, skåret
i terninger • Citronbåde


1. Rør hvidvin, citronsaft, skalotteløg, hvidløg, salt og peber sammen i en lille gryde, som sættes på middel varme. Bring sauceen i kog, og lad den koge ind, til der er ca. 2 spsk. (30 ml) tilbage. Tag den af varmen, og lad den køle af i 1 minut. Tilsæt herefter smørterningerne lidt efter lidt, indtil konsistensen er jævn. Hold sovsen varm.
2. Læg hver hummerhale med den flade side nedad, og stik spidsen af en stor køkkenkniv ned i halen. Tryk godt ned, og skær skallen over og 3/4 ned i kødet. Luk herefter halerne op som en bog. Drys salt og peber på hummerhalerne.
3. Vælg program , og tryk på . Smør varmepladerne med lidt olie. Læg hummeren på grillen når den lille indikator er holdt op med at blinke, og luk låget.
4. Grill dem indtil indikatoren lyser gult. Server hummerhalerne med den varme sauce og citronbåde.

Tips

• Smørsauceen kan tilsættes lidt fløde.



RØD



2-4 

Preparation Time: 10 min.
Tilberedningstid: 10 min.
Beredningstid: 10 min.



SV Ingredienser

• 4 hummerstjärtar • 50 ml vitt vin • 30 ml citronjuice • 1 finhackad schalottenlök • 2 hackade vitlöksklyftor • Salt och peppar • 125 g färskt smör skuret i tämningar • Citronklyftor

1. Blanda vin, citronjuice, schalottenlök, vitlök, salt och peppar i en liten kastrull, som du värmer på medelhög värme. Koka upp och reducera sedan till ca 2 matskedar (30 ml). Ta bort kastrullen från plattan och låt den svalna i 1 minut. Tillsätt sedan smörtäringarna lite i taget, tills du får en jämn blandning. Håll såsen varm.
2. Placera varje hummerstjärt på den platta sidan och för in spetsen på en stor kökskniv vid stjärtens bas. Tryck ordentligt för att skära upp skalet, fram till tre fjärdedelar av köttet. Öppna sedan stjärtarna som en bok. Krydda hummern med salt och peppar.
3. Välj programmet  och tryck på . Olja grillplattorna lätt. När den lila lampan slutar blinka lägger du hummern på grillen och stänger locket.
4. Grilla tills lampan blir gul. Servera hummern tillsammans med den ännu varma såsen och citronklyftorna vid sidan.

Tips

- Du kan tillsätta lite grädde i smörsåsen.



BLODIG



OPTIGRILL, CREATE 1,001 AMAZING GRILLED FOOD VARIATIONS

OPTIGRILL, MED DEN MANUELLE
FUNKTION FÅR DU 1001
ORIGINALE GRILLOPSKRIFTER

OPTIGRILL, ANVÄND
MANUELLT LÄGE FÖR 1001
ORIGINELLA GRILLADE RÄTTER



EN *Grilling usually attracts the carnivores among us. But throw some vegetables and fruits on the grill, and it's easy to see that anything goes! Just place them "as is" on the grill and, alakazam, out comes pure delicacies. Try it!*

DA *Når vi griller, har vi en tendens til at gøre det til kødskernes fest. Men når du smager de lækre grillede grøntsager og frugter, vil du indse, at vi faktisk er altædende! Du lægger dem bare på grillen og tager dem af igen efter få minutter, hvor de er forvandlet til de skønneste lækkerier. Prøv bare!*

SV *Ofta är grillfesten främst till för köttätarna. Med frukt och grönsaker på grillen blir det ett nöje att erinra sig att vi faktiskt är allätare! Grilla dem som de är och ta ut dem efter några minuter, när de har förvandlats till rena godsaker. Det är bara att prova!*

EN Manual setting

The manual setting is a seventh program quite apart from the others. You can use it for everything: grill chunks or sliced vegetables and fruits, potato or beet sticks, homemade capsicum antipasto or eggplant slices, herb roasted potatoes, mixed leftover vegetables, etc.

The manual setting is perfect for all small-size foods. Vegetarians will love vegetable-tofu kebabs. Why not try your hand at mini Japanese Teriyaki kebabs, grilled prawns, stuffed mussels or fisherman's breaded crab? From exotic to vegetarian, there are lots of variations to throw a well-rounded dinner party, including side dishes that go perfectly with grilled meats.

Grilling is fun

Change your routine and snack on grilled vegetables and fruits for a change. Put a smile on the face of picky eaters who refuse anything green, yellow or red that grows from the earth. Light and flavorful, vegetables and fruits hot off the grill are great. And, you don't have to be a vegetarian to love them. Grilling is a fun and interesting option: cut your vegetables and fruits in chunks or thread them onto a skewer. So easy! You can even combine them with meat and fish if you like. Be sure to have a wide variety on hand for your cookout.



DA Manuel funktion

Udover de 6 forudindstillede tilberedningsprogrammer, findes der også et syvende program, som er den manuelle funktion. Med dette program kan fantasien få frit løb: Grillretter med grøntsager eller frugt, der er tyndskårne eller delt på langs, kartoffel- eller rødbedechips, en lille forret med peberfrugt eller auberginer i strimler, ristede kartofler med krydderurter, grillmix af grøntsager, som du normalt ikke bruger i køkkenet.

Når du griller små stykker kød og grøntsager med den manuelle funktion, skal du også prøve grillspyd med grøntsager og tofu, hvis du ønsker en vegetarret. Hvis du ønsker en japansk inspireret ret, kan du prøve mini-grillspyd med teriyaki sauce, grillede rejer, fyldte muslinger eller panerede krabber, som fiskerne ved kysten tilbereder dem. Der findes utallige nye, eksotiske vegetarvarianter, som du kan give dig i kast med til dine grillfester, eller som det perfekte tilbehør til grillretter med kød.

Det er sjovt at grille

Grillstegning er en sjov og anderledes måde at tilberede grøntsager og frugt på. Det er en god måde at få mange, som skærer ansigt, når de præsenteres for noget, der er grønt, gult eller rødt og vokser i naturen, til at spise det med stort velbehag. De kan samtidig opdage, hvor afvekslende, smagfulde og lette disse grøntsagsbaserede grillretter er. Bare fordi de indeholder grøntsager, behøver det ikke være vegetarmad, men grillen gør det sjovt og hyggeligt at tilberede grøntsager og frugt. De kan grilles nemt - enten skåret på langs eller som stykker på spyd. Du kan supplere med kød eller fisk, hvis du ønsker det. Kort sagt får du et stort udvalg af grillretter til dine grillfester.

SV Manuellt läge

Det manuella läget ingår inte i programlistan, utan är ett sjunde, helt eget, program. Använd det till alla upptänkliga rätter: grilla frukt och grönsaker som skivats eller skurits i två delar, potatis- eller rödbetschips, hemlagade antipasti av paprika eller aubergine skurna i stavar, rostad potatis med örter, grillblandning av överlevna grönsaker ...

I den långa raden av små bitar att grilla i det manuella läget kan du också prova grillspett med grönsaker och tofu för en vegetarisk meny, minispett med teriaki för en Japaninspirerad meny, grillade räkor, fyllda musslor eller panerade krabbor, så som de äts i fiskebyarna längs kusten ... Antalet unika, exotiska, vegetariska och andra varianter är oändligt och rätterna passar utmärkt till grillfesten eller som tillbehör till grillat kött.

Det är roligt att grilla

Grillning är ett lustfyllt och annorlunda sätt att äta frukt och grönsaker. Ett bra sätt att få även den som brukar rynka på näsan åt allt som är grönt, gult eller rött och växer på stjälk att låta sig väl smaka. Det får oss också att uppskatta hela den variation och alla de smaker som ryms i dessa lätta, vegetabiliska grillade rätter. Vegetabilisk betyder inte nödvändigtvis vegetarisk. Men med grillen blir det vegetariska alternativet roligt och uppskattat: Frukt och grönsaker går mycket bra att grilla skurna i två delar eller i bitar som trätts upp på grillspett. Blanda med kött och fisk om du vill. Sammanfattningsvis tillför frukt och grönt valmöjligheter och variation som är välkomna inslag på grillfesten.



HERB PARMESAN POTATOES

KARTOFLER MED PARMESAN OG KRYDDERURTER

POTATIS MED PARMESAN OCH ÖRTER

EN Ingredients

- 4 medium potatoes, about 2 lb (1 kg) • 2 tbsp (30 ml) olive oil
- 1 tsp (5 ml) Italian seasoning • 1 tsp (5 ml) each salt and pepper
- 1/4 cup (50 ml) grated Parmesan cheese



1. Cook the potatoes in the microwave for 6 minutes or until fork-tender but still firm; cool until easy to handle. Slice each potato into 1/2-inch (1 cm) rounds. Whisk the olive oil with the Italian seasoning, salt and pepper. Brush the oil mixture over both sides of each slice.
2. Turn the grill on. Select the  program and press . Lightly grease the cooking plates with cooking spray. Once the purple indicator light has stopped flashing, place the potatoes on the grill and close the lid.
3. Cook for 5 minutes or until tender and well marked. Transfer the potatoes to a shallow serving platter and sprinkle with Parmesan cheese.

Tips

- This simple, yet tasty side dish is a great partner for grilled chicken, steak, pork or fish.
- Experiment with using other seasonings or blends such as taco seasoning, dried dill or other grill-friendly flavors.

DA Ingredienser

- 4 store kartofler (ca. 1 kg) • 30 ml olivenolie • 1 tsk. herbes de Provence
- Salt og peber • 50 g revet parmesan

1. Bag kartoflerne i mikroovn i 6 minutter, indtil de er møre, og lad dem derefter køle af. Skær dem derefter i 1 cm tykke skiver. Rør olivenolie, herbes de Provence, salt og peber sammen. Smør hver kartoffelskive med denne marinade på begge sider.
2. Vælg manuel funktion , og tryk på . Smør varmepladerne med lidt olie. Læg kartoflerne på grillen når den lilla indikator er holdt op med at blinke, og luk låget.
3. Grill dem i 5 minutter indtil de er møre og har et fint grillmønster. Læg kartoflerne på en tallerken, og drys med parmesan

Tips

- Denne enkle, men meget smagfulde ret er perfekt som tilbehør til grilllet kylling, bøf, svinekød eller fisk.
- Du kan bruge andre former for kryddring eller krydderiblandinger, såsom tacoblanding, tørret dild eller andre krydderier, som passer godt til grillmad.

4





Preparation Time: 15 min.
Tilberedningstid: 15 min.
Beredningstid: 15 min.



SV Ingredienser

- 4 stora, fina potatisar (ca 1 kg) • 30 ml olivolja • 1 tesked provensalska örter
- Salt och peppar • 50 g riven parmesan

1. Laga till potatisen i mikrovågsugnen i 6 minuter, tills den är något mjuk, och låt den svalna. Skär den sedan i 1 cm tjocka skivor. Blanda olivolja, provensalska örter, salt och peppar. Stryk sedan såsen på båda sidorna av varje potatisskiva.
2. Välj det manuella läget  och tryck på . Olja grillplattorna lätt. När den lila lampan slutar blinka lägger du potatisen på grillen och stänger locket.
3. Grilla i 5 minuter, tills den är mjuk och har fått vackert grillmönster. Lägg över potatisen på en stor tallrik och strö över parmesan.

Tips

- Den här mycket enkla men utsökta rätten passar perfekt tillsammans med grillad kyckling, biff, fläskkött eller till och med fisk.
- Du kan använda andra kryddor eller kryddblandningar, t.ex. tacoblandningar, torkad dill eller andra smaker som gifter sig bra med det grillade köket.





GRILLED MEDITERRANEAN VEGETABLE PASTA SALAD

MIDDELHAVSINSPIRERET PASTASALAT

PASTASALLAD FRÅN MEDELHAVET

EN Ingredients

• 6 cups (1.5 L) cooked short pasta such as spiral or penne • 1/2 cup (125 ml) red wine vinegar • 1/4 cup (50 ml) fresh lemon juice • 1 tbsp (15 ml) honey • 2 garlic cloves, minced • 1 tsp (5 ml) each salt and pepper • 1/2 cup (125 ml) olive oil • 1 each zucchini and baby eggplant, sliced into 1/2-inch (1 cm) rounds • 1 red capsicum, sliced into thick strips • 1/2 red onion, sliced into 1/2-inch (1 cm) rounds • 1/2 cup (125 ml) crumbled feta cheese • 1/4 cup (50 ml) chopped fresh basil leaves • 1/4 cup (50 ml) chopped kalamata olives • 1/4 cup (50 ml) toasted pine nuts (optional)



1. Whisk the vinegar with the lemon juice, honey, garlic, salt and pepper. Whisking constantly, slowly drizzle in the olive oil, until well combined. Toss just enough of the dressing mixture with the zucchini, eggplant, red capsicum and onion to coat; set aside the remaining dressing for the salad.
2. Turn the grill on. Select the  program and press . Lightly grease the cooking plates with cooking spray. Once the purple indicator light has stopped flashing, place the vegetables on the grill and close the lid.
3. Cook the vegetables, in batches, for 3 to 5 minutes or until tender and well marked. Coarsely chop the vegetables and toss with the cooked pasta, remaining dressing, crumbled feta, basil and olives. Sprinkle with pine nuts (if using) just before serving.

Tips

- Serve this salad as an accompaniment to any grilled protein such as chicken, steak, pork, fish or seafood.
- This salad can be stored, tightly covered, in the refrigerator for up to 3 days.

DA Ingredienser

• 500 g kogt pasta, typen penne • 125 ml vineddike • 50 ml citronsaft • 1 spsk. honning • 2 fed hakket hvidløg • Salt og peber • 125 ml olivenolie • 1 squash og 1 lille aubergine i 1 cm tykke skiver • 1 rød peber i tykke strimler • 1/2 rødløg i 1 cm tykke skiver • 125 g feta i tern • 4 spsk. hakket basilikum • 50 g hakkede sorte oliven • 50 g ristede pinjekerner (valgfrit)

1. Bland vineddiken med citron, honning, hvidløg, salt og peber. Tilsæt olivenolie lidt efter lidt under konstant omrøring, indtil dressingen er blandet godt. Bland dressingen sammen med squash, aubergine, rød peber og løg. Gem lidt dressing til krydding af pastaen.
2. Vælg manuel funktion , og tryk på . Smør varmepladerne med lidt olie. Læg grøntsagerne på grillen når den lilla indikator er holdt op med at blinke, og luk låget.
3. Grill grøntsagerne i flere portioner i ca. 5 minutter, indtil de er møre og har et fint grillmønster. Hak grøntsagerne groft, og bland dem med den kogte pasta, den resterende dressing, feta, basilikum og oliven. Strø derefter pinjekernerne over (hvis du ønsker det) lige inden servering.

Tips

- Server denne salat som tilbehør til en hvilken som helst type grillmad, eksempelvis kylling, bøf, svinekød, fisk eller skaldyr.
- Salaten kan gemmes tildækket i køleskab i 3 dage.

4 Portionen oder
8 Beilagenportionen
4 voorgerechten of
8 bijgerechten
4 entrées ou
8 accompagnements

Zubereitungszeit: 15 Min.



Bereiding: 15 min

Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

• 500 g de pâtes cuites, type penne • 125 ml de vinaigre de vin • 50 ml de jus de citron • 1 c. à soupe de miel • 2 gousses d'ail hachées • Sel et poivre
• 125 ml d'huile d'olive • 1 courgette et 1 petite aubergine, coupées en rondelles de 1 cm • 1 poivron rouge, coupé en lamelles épaisses • 1/2 oignon rouge coupé en rondelles de 1 cm • 125 g de feta en morceaux • 4 c à soupe de basilic haché • 50 g d'olives noires hachées • 50 g de pignons de pin grillés (optionnel)

1. Mélangez le vinaigre avec le citron, le miel, l'ail, le sel et le poivre. En remuant constamment, versez doucement l'huile d'olive, jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Mélangez la sauce avec les courgettes, les aubergines, le poivron et l'oignon. Gardez de la vinaigrette pour l'assaisonnement des pâtes.
2. Sélectionnez le mode manuel  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez les légumes sur le grill et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire les légumes, en plusieurs fournées, environ 5 minutes pour qu'ils soient tendres et bien marqués. Hachez grossièrement les légumes et mélangez-les avec les pâtes cuites, la vinaigrette restante, la feta, le basilic et les olives. Parsemez ensuite de pignons de pin (si vous le désirez) juste avant de servir.

Astuces

- Servez cette salade en accompagnement avec n'importe quelle type de grillade, comme du poulet, du steak, du porc, du poisson ou des fruits de mer.
- Cette salade peut être conservée au réfrigérateur, bien couverte, pendant 3 jours.





TOMATEN-TOFU-SPIESSE MIT BALSAMICO-ESSIG

BROCHETTES VAN TOFOE EN GEDROOGDE TOMATEN MET BALSAMICOAZIJN

BROCHETTES DE TOFU TOMATES SÉCHÉES AU VINAIGRE BALSMIQUE

DE Zutaten

- 450 g extra fester Tofu, abgetropft und abgetrocknet, in 2,5 cm breite Würfel geschnitten
- 125 g Pesto aus getrockneten Tomaten
- 75 ml Balsamico-Essig
- 4 EL fein gehackte Basilikumblätter
- Salz und Pfeffer
- 1 Zucchini, in 1 cm dicke Scheiben geschnitten
- 1 kleine gelbe Paprika, fein gewürfelt
- 200 g Kirschtomaten



1. Pesto mit Essig, Basilikum, Salz und Pfeffer in einer großen Schüssel vermengen. Tofu, Zucchini, Paprika und Tomaten hinzugeben. Solange rühren, bis alles gut vermischt ist. Den Tofu und das Gemüse abwechselnd auf 20 cm lange Holzspieße aufspießen.
2. Den Manuellen Betrieb  auswählen und auf  drücken. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, die Spieße auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. 6 bis 8 Minuten lang garen lassen, dabei mehrmals wenden, bis sie weich und knusprig gegrillt sind. Die Spieße mit der restlichen Marinade bestreichen und servieren.

Tipps

- Die Spieße auf Vollkornreis oder Couscous servieren.
- Wer keinen Tofu mag, kann ihn durch Champignons ersetzen.
- Fleischliebhaber können den Tofu durch Würfel aus Huhn oder Rind ersetzen.
- Wer Meeresfrüchte liebt, kann statt Tofu Garnelen oder Jakobsmuscheln nehmen.
- Statt Tomaten-Pesto können Sie auch Basilikum-Pesto nehmen.

NL Ingrediënten

- 450 g extra stevige tofoe, uitgelekt en gedroogd, in blokjes van 2,5 cm
- 125 g pesto van gedroogde tomaten
- 75 ml balsamicoazijn
- 4 el fijngehakte basilicumblaadjes
- Peper en zout
- 1 courgette, in schijfjes van 1 cm gesneden
- 1 kleine gele paprika, in kleine stukjes gesneden
- 200 g kerstomaatjes

1. Vermeng de pesto in een kom met de azijn, het basilicum, het zout en de peper. Doe er de tofoe, de courgette, de paprika en de tomaten bij. Roer tot alles goed is bedekt. Prik de tofoe en de groenten afwisselend op houten spiesen van 20 cm.
2. Kies de manuele functie  en druk op . Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de brochettes op de grill en sluit u het deksel.
3. Bak 6 tot 8 minuten, in verschillende porties, tot ze zacht zijn en er mooie strepen op staan. Bestrijk de brochettes met de rest van de marinade en dien op.

Tips

- Serveer de brochettes op volkorenrijst of griesmeel.
- Wie niet van tofoe houdt, kan die vervangen door paddenstoelen.
- Vleesfanaten kunnen de tofoe vervangen door blokjes kip of rundvlees.
- Liefhebbers van zeevruchten kunnen ze uitproberen met garnalen of sint-jakobsvruchten.
- U kunt de pesto van gedroogde tomaten ook vervangen door pesto van basilicum.



4 

Zubereitungszeit: 15 Min.
Bereiding: 15 min
Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

- 450 g de tofu extra ferme, égoutté et séché, coupé en cubes de 2,5 cm
- 125 g de pesto aux tomates séchées • 75 ml de vinaigre balsamique
- 4 c. à soupe de feuilles de basilic hachées finement • Sel et poivre
- 1 courgette coupée en rondelles de 1 cm • 1 petit poivron jaune, coupé en petits morceaux • 200 g de tomates cerises

1. Mélangez le pesto avec le vinaigre, le basilic, le sel et le poivre dans un saladier. Ajoutez le tofu, la courgette, le poivron et les tomates. Remuez jusqu'à ce que le tout soit bien recouvert. Enfilez, en alternant, le tofu et les légumes sur des brochettes en bois de 20 cm.
2. Sélectionnez le mode manuel  et appuyez sur . Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez les brochettes sur le grill et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire, en plusieurs fournées, pendant 6 à 8 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient tendres et bien marquées. Badigeonnez les brochettes avec la marinade restante avant de servir.

Astuces

- Servez les brochettes sur du riz complet ou du couscous.
- Pour ceux qui n'aiment pas le tofu, vous pouvez le remplacer par des champignons.
- Pour les amoureux de viande, remplacez le tofu par des cubes de poulet ou de bœuf.
- Pour les amoureux de fruits de mer, essayez avec des crevettes ou des coquilles St-Jacques.
- Du pesto de basilic peut remplacer le pesto aux tomates séchées.





STEAKSPIESSE MIT CHAMPIGNONS AN TERIYAKI-SOSSE

BROCHETTES VAN STEAK EN CHAMPIGNONS MET TERIYAKISAUS

BROCHETTES DE STEAK ET CHAMPIGNONS SAUCE TERIYAKI

DE Zutaten

• 500 g Entrecôte zum Grillen, in 2,5 cm dicke Würfel geschnitten • 75 ml Honig • 50 ml natriumarme Sojasoße • 30 ml Reisessig • 6 Knoblauchzehen, gehackt • 12 kleine Champignons, ganz und ohne Haut • 1/2 rote Paprika, gewürfelt • 1/2 kleine rote Zwiebel, gewürfelt • 2 TL Maisstärke

1. Den Honig mit Sojasoße, Essig und Knoblauch in einer großen Schüssel vermengen. Die Hälfte davon in eine mikrowelleneignete Schüssel geben und beiseite stellen. Steaks, Champignons, Paprika und Zwiebel in die Schüssel geben und gut mit der Soße verrühren. Die Fleischstücke und das Gemüse abwechselnd auf 20 cm langen Holzspießen aufreihen.
2. Den Manuellen Betrieb  auswählen und auf  drücken. Die Grillplatten leicht ölen. Wenn die violette Kontrolllampe aufhört zu blinken, die Spieße auf den Grill legen und den Deckel herunterklappen.
3. 6 bis 8 Minuten lang garen lassen, bis Gemüse und Fleisch die gewünschte Weichheit erreicht haben.
4. Währenddessen die Maisstärke in die beiseite gestellte Soße einrühren. Bei höchster Stufe 60 Sekunden lang in die Mikrowelle stellen und dabei einmal umrühren, bis die Soße dickflüssig und glänzend ist. Die Spieße mit der Soße bestreichen und servieren.

Tipps

- Steak durch Huhn oder Schwein ersetzen.
- Spieße auf Reis oder gebratenen China-Nudeln servieren.



BLUTIG





MEDIUM



DURCH

NL Ingrediënten

• 500 g entrecote om te grillen, in stukken van 2,5 cm gesneden • 75 ml honing • 50 ml natriumarme sojasaus • 30 ml rijstazijn • 6 fijngehakte teentjes knoflook • 12 kleine, hele Parijse champignons, zonder voetje • 1/2 rode paprika, in stukken gesneden • 1/2 kleine rode ui, in stukken gesneden • 2 tl maïzena

1. Roer de honing in een kom onder de sojasaus, de azijn en de knoflook. Schep de helft over in een magnetronbestendige kom en zet opzij. Doe de steaks, de champignons, de paprika en de ui in de kom. Roer goed zodat alles goed is bedekt met saus. Prik de stukken vlees en de groenten afwisselend op houten spiesen van 20 cm.
2. Kies de manuele functie  en druk op . Vet de platen in met een beetje olie. Zodra het paarse lichtje stopt met knipperen, legt u de brochettes op de grill en sluit u het deksel.
3. Bak 6 tot 8 minuten, tot de groenten zacht zijn en het vlees naar wens is gebakken.
4. Voeg de maïzena toe aan de saus die u hebt bewaard. Zet 60 seconden in de magnetron op vol vermogen en roer ondertussen één keer, tot de saus dik en glanzend is. Bestrijk de brochettes vlak voor het opdienen met de saus.

Tips

- Vervang de steak door kip of varkensvlees.
- Serveer de brochettes op rijst of gebakken Chinese noedels.



ROOD



MEDIUM



DOORBAKKEN



4-6 

Zubereitungszeit: 15 Min.
Bereiding: 15 min
Temps de préparation : 15 min.



FR Ingrédients

- 500 g d'entrecôte à griller, coupée en cubes de 2,5 cm • 75 ml de miel
- 50 ml de sauce soja faible en sodium • 30 ml de vinaigre de riz
- 6 gousses d'ail hachées • 12 petits champignons de Paris entiers, sans le pied • 1/2 poivron rouge, coupé en morceaux • 1/2 petit oignon rouge, coupé en morceaux • 2 c. à café de maizena

1. Mélangez le miel avec la sauce soja, le vinaigre et l'ail dans un saladier. Transférez-en la moitié dans un bol allant au micro-ondes et mettez-le de côté. Mettez les steaks, les champignons, les poivrons et l'oignon dans le saladier, en remuant bien de façon que le tout soit enrobé de sauce. En alternant, enfiler les morceaux de viande et les légumes sur des brochettes en bois de 20 cm.
2. Sélectionnez le mode manuel  et appuyez sur . Huilez légèrement les plaques. Une fois que le voyant violet cesse de clignoter, mettez les brochettes sur le grill et abaissez le couvercle.
3. Faites cuire pendant 6 à 8 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres et la viande cuite comme vous le désirez.
4. Pendant ce temps, incorporez l'amidon de maïs dans la sauce préservée. Passez-la au micro-ondes à pleine puissance, pendant 60 secondes en remuant une fois, jusqu'à ce que la sauce devienne épaisse et brillante. Badigeonnez les brochettes de la sauce juste avant de les servir.

Astuces

- Remplacez le steak par du poulet ou du porc.
- Servez les brochettes sur du riz ou des nouilles chinoises sautées.



SAIGNANT

À POINT

BIEN CUIT



Index

	Rinderfilet mit Champignons und Blauschimmelkäse..... 8
	Marinierte Bavette mit Limette und Koriander.....10
	Gegrillte Entrecôtes mit Chimichurri.....12
	Rinderlende mit Marinade auf kanadische Art.....14
	Gegrillte Kartoffeln und falsches Filet mit Ketchup-Sauce.....16
	Der klassische hausgemachte Hamburger.....20
	Cheeseburger mit geräucherter Schweinebrust.....22
	Hähnchenfilet mit Honig und Hoisin-Sauce.....26
	Hähnchenschenkel mit Joghurt-Rosmarin-Marinade.....28
	Gegrillte Hähnchenschenkel mit Ahornsirup und Senf.....30
	Gegrillte Hähnchenflügel im Buffalo-Stil.....32
	Hähnchenspieße auf griechische Art.....34
	Gegrilltes Gourmet-Sandwich 4-Käse.....38
	Pikantes italienisches Panini mit gegrilltem Gemüse.....40
	Das Club Sandwich mal anders.....42
	Gefüllte Würstchen mit Äpfeln und Cheddarkäse...46
	Schweinerippchen mit ananas und geräucherter Jalapeños.....48
	Schweinefilet mit Curry.....50
	„Rippchen“ ohne Knochen mit süßer Barbecuesauce.....52
	Lammkotelett mit Kräutern.....54
	Dorade mit Tomaten und Olivenpaste.....58
	Lachs in Dill-Sahne-Sosse.....60
	Jakobsmuscheln mit Schinken und Basilikum-Pesto.....62
	Salat mit gegrilltem Tintenfisch, Zitronenvinaigrette und Kapern.....64
	Gegrillter Hummerschwanz an Butter und Weisswein.....66
	Kartoffeln mit Parmesan und Kräutern.....70
	Mediterraner Nudelsalat.....72
	Tomaten-Tofu-Spieße mit Balsamico-Essig.....74
	Steakspiese mit Champignons an Teriyaki-Sosse.....76

Index

Ossenhaas met champignons en blauwe kaas..... 8
Klapstuk gemarineerd in limoen en koriander.....10
Gegrilde chimichurri entrecotes.....12
Gemarineerd lendenstuk op Canadese wijze.....14
Aardappelen en gegrild lendenstuk met ketchupsaus.....16
De Klassieke huisgemaakte hamburger.....20
Cheeseburger met gerookt spek.....22
Kippenborst met honing en hoisinsaus.....26
Kippendijen gemarineerd in karnemelk en rozemarijn.....28
Gegrilde kippendijen met ahornsirup en mosterd.....30
Gegrilde kippenvleugeltjes in buffalostijl.....32
Griekse kibbrochettes.....34
Heerlijk gegrild broodje met vier kazen.....38
Pittige Italiaanse panini met geroosterde groenten.....40
Een andere versie van de club sandwich.....42
Worstens gevuld met appels en cheddar.....46
Varkenskoteletten met ananas.....48
Varkenshaasje met curry.....50
„Ribs“ zonder bot en met zoete barbecuesaus.....52
Lamskoteletjes met kruiden.....54
Tilapia met tomaten en olijvenpuree.....58
Zalm en zijn saus met room en dille.....60
Sint-jakobsvruchten met prosciutto en pesto.....62
Slaatje van gegrilde calamaris, vinaigrette met citroen en kappertjes.....64
Gegrilde kreeft met boter en witte wijn.....66
Aardappelen met Parmezaan en kruiden.....70
Mediterraan pastaslaatje.....72
Brochettes van tofoe en gedroogde tomaten met balsamicoazijn.....74
Brochettes van steak en champignons met teriyakisaus.....76

Index

Filet de bœuf aux champignons et au bleu..... 9
Bavette marinée au citron vert et à la coriandre.....11
Entrecôtes grillées chimichurri.....13
Steak d' aloyau mariné à la canadienne.....15
Pommes de terre et faux filet grillés sauce ketchup.....17
Le classique hamburger maison.....21
Cheeseburger à la poitrine de porc fumée.....23
Filet de poulet au miel et à la sauce hoisin.....27
Cuisses de poulet marinées au yaourt et au romarin.....29
Cuisses de poulet grillées au sirop d'érable et à la moutarde.....31
Ailes de poulet grillées style Buffalo.....33
Brochettes de poulet à la grecque.....35
Sandwich gourmet grillé aux quatre fromages.....39
Panini italien épice à légumes grillés.....41
Une autre version du club sandwich.....43
Saucisses farcies aux pommes et au cheddar.....47
Côtelettes de porc à l' ananas.....49
Filet de porc au curry.....51
« Ribs » sans os, à la sauce barbecue sucrée.....53
Côtes d' agneau aux herbes.....55
Dorade à la tomates et à la tapenade.....59
Saumon et sa sauce à la crème et à l' aneth.....61
Coquilles St-Jacques au prosciutto et à la sauce pesto au basilic.....63
Salade de calamars grillés avec vinaigrette citron et câpres.....65
Queues de homard grillées au beurre et au vin blanc.....67
Pommes de terre au parmesan et aux herbes.....71
Salade de pâtes méditerranéenne.....73
Brochettes de tofu tomates séchées au vinaigre balsamique.....75
Brochettes de steak et champignons sauce teriyaki.....77

DANKSAGUNGEN / MET DANK AAN / REMERCIEMENTS

REZEPTIDEE/RECEPTEN / CRÉATION DES RECETTES
The Test Kitchen Inc.

FOTOGRAFIE / FOTO'S / PHOTOGRAPHIES
Guy Renaux

STYLING / FOODSTYLING / STYLISME
Sabine Jarry

FOTORECHTE / CREDITS FOTO'S / CRÉDITS PHOTOS
Graphic Obsession

GRAFISCHES KONZEPT / ONTWERP EN GRAFISCHE UITVOERING / CONCEPTION GRAPHIQUE
Moutarde Konnection

ALLE RECHTE VORBEHALTEN / ALLE RECHTEN VOORBEHOUDEN / TOUS DROITS RÉSERVÉS