

Anbraten

A Automatikprogramme verfügbar

Heiß. Heißer. Cookit.

Beim Anbraten werden die Lebensmittel bei hohen Temperaturen in wenig Fett gegart. Dabei bildet sich an der Oberfläche eine goldbraune Kruste und Röstaromen. Beachte die empfohlenen Einstellungen für das Anbraten.

Lebensmittel	Werkzeug		Mindestmenge in g	Maximale Menge in g	 in °C	 min.-max. in min	Deckel
Rotes Fleisch, z. B. Rindfleisch	- ¹	-	-	1.000	200	-	geöffnet
Weißes Fleisch, z. B. Schweinefleisch, Geflügel	- ¹	-	-	1.000	180	-	geöffnet
Hackfleisch	- ¹	-	-	1.000	200	10-15	geöffnet
A Fleisch z. B. für Gulasch ²		2	-	1.000	200	20-25	geschlossen ³
A Fisch & Meeresfrüchte ²		2	-	-	160	-	geschlossen ³
A Gemüse		2	-	-	180	-	geschlossen ³
A Zwiebeln		2	-	500	140	15-20	geschlossen ³

¹Mit dem Spatel umrühren.

²In 3 cm große Stücke geschnitten.

³Keinen Messbecher verwenden.

Tipps zum Anbraten:

- ▶ Öl in den Topf geben und erhitzen, bis die gewünschte Temperatur erreicht ist, z. B. etwa 30 ml Öl in den Topf geben und auf 200 °C erhitzen.
- ▶ Fleischstücke, die weniger als 3 cm groß sind, können zugedeckt und ohne Messbecher angebraten werden. Fleisch mit dem 3D-Rührer umrühren.
- ▶ Große Fleischstücke können ohne Abdeckung angebraten werden. Zum Wenden der Stücke kann der Spatel oder eine Zange verwendet werden.

