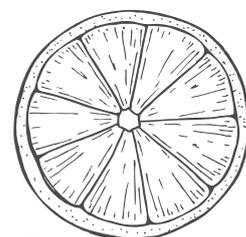


I tempi di cottura con EasyQuick

Un coperchio speciale per la preparazione dei piatti più delicati, in particolare pesce e verdure. Adattabile a due diametri 20 e 24 cm, è ideale per arrostire senza grassi aggiunti e cuocere a Super Vapore. Completamente in automatico con Navigenio. Il fattore più importante è il tempo di cottura: ecco come diventano i tempi di cottura con EasyQuick per pesce, carne, verdure, pasta e legumi.

PESCE

Filetto o trancio di salmone	7 min.
Involtini di pesce	2 - 5* min.
Spiedini di pesce	2 - 5* min.
Ragù di pesce	8 min.
Filetti di pesce ripieni	5 min.
Gamberi	4 min.
Merluzzo	3 min.
Molluschi	2 min.
Trota	7 - 10* min.



CARNE

Cosce di pollo	30 min.
Ragù di pollo	10 min.
Sformato di cavolo verza	10 min.
Involtini di carne bianca	8 min.
Polpette al sugo	5 min.
Involtini di verza	10 min.

Suggerimento: per i piatti di carne e gli stufati che richiedono un tempo di cottura lungo, superiore ai 30 minuti è meglio utilizzare Secuquick.

Questi sono valori medi che possono variare in base alle quantità, dimensioni, consistenza, varietà e stagionalità. Per la cottura a Super Vapore con la Softiera aggiungere al massimo 120 ml di liquido nell'Unità 20 cm e massimo 150 ml nell'Unità 24 cm.

*Il tempo dipende dallo spessore



I tempi di cottura con EasyQuick

VERDURE

Verdure ripiene, piccole (ad es. funghi)	3 - 4 * min.
Verdure ripiene, grandi (ad es. zucchine)	5 min.
Carciofi ripieni	15 min.
Zuppa di verdure	3 min.
Misto di verdure con patate	10 min.
Minestrone	8 min.
Patate, sbucciate, a cubetti	20 min.
Fagiolini, tagliati a pezzetti	15 min.
Fagiolini surgelati	10 min.
Verza a strisce (ca. 1 cm)	15 min.
Cavoletti di Bruxelles, freschi	15 min.
Cavoletti di Bruxelles, surgelati	8 min.
Finocchi, tagliati a metà	10 min.

Suggerimento: preparate le verdure con tempi di cottura brevi e medi, ad es. carote e broccoli e verdure stagionali miste con il coperchio classico. È il metodo di cottura più adatto. EasyQuick è raccomandato per cuocere a Super Vapore le verdure verdi.

Questi sono valori medi che possono variare in base alle quantità, dimensioni, consistenza, varietà e stagionalità. Per la cottura a Super Vapore con la Softiera aggiungere al massimo 120 ml di liquido nell'Unità 20 cm e massimo 150 ml nell'Unità 24 cm.

*Il tempo dipende dallo spessore

PASTA

Ravioli	8 min.
Noodles	15 min.
Pasta fresca, gnocchi	½ del tempo di cottura indicato sulla confezione

LEGUMI

Lenticchie rosse	6 min
------------------	-------

Suggerimento: tutti gli altri legumi ad es. fagioli, ceci, o lenticchie si preparano più velocemente con Secuquick modalità Turbo, tempo di cottura 5 - 8 minuti.

