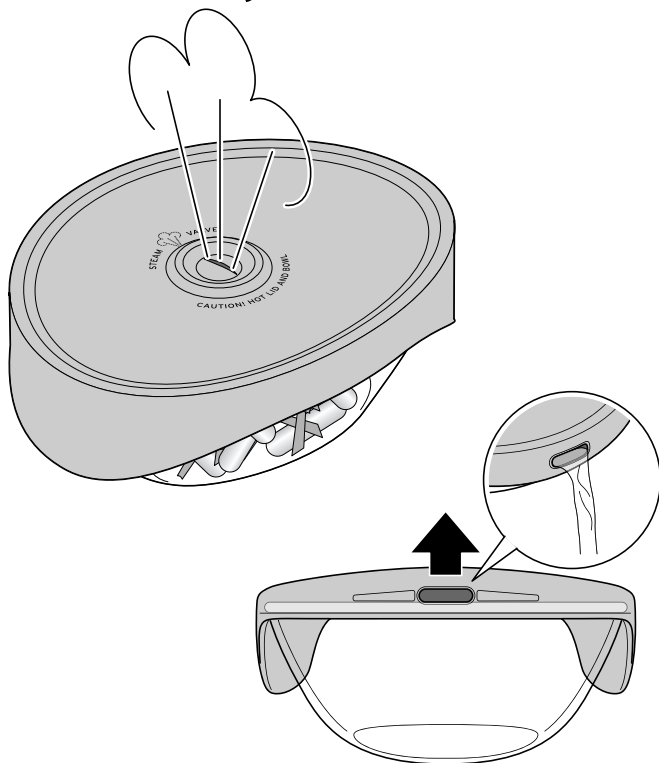


# Misa na varenie v pare v mikrovlnnej rúre



**sk** Návod na použitie + recepty

## Vážení zákazníci!

Vo vašej novej mise na varenie v pare môžete pripravovať potraviny rýchlo, zdravo a bez tuku v mikrovlnnej rúre alebo v rúre na pečenie.

Spracovaním v pare alebo dusením vo vlastnej šťave sa zachovávajú vitamíny a živiny a do popredia vystúpi výraznejšia aróma pokrmov.

Nadbytočná voda alebo kondenzovaná voda sa dá jednoducho vyliť cez praktickú výlevku vo veku.








Aby ste si prípravu jedla vo vašej novej mise na varenie v pare mohli okamžite vyskúšať v praxi, pridali sme k tomuto návodu niekoľko receptov. Pekne formovanú sklenenú misu môžete použiť priamo aj na servírovanie.



Želáme vám dobrú chuť!

---

## Dôležité upozornenia

Prečítajte si pozorne bezpečnostné upozornenia a výrobok používajte len spôsobom opísaným v tomto návode, aby nedopatrením nedošlo k poraneniám alebo škodám.

-   Misa na varenie v pare je vhodná na zohrievanie a varenie potravín v rúre na pečenie alebo v mikrovlnnej rúre.
-  Nepoužívajte funkciu grilu.
-  Rešpektujte aj odporúčania od výrobcu vašej rúry na pečenie, resp. mikrovlnnej rúry. Pred používaním v rúre na pečenie rúru predhrejte. Vhodná aj na používanie v mrazničke.
-   Neumiestňujte misu na varenie v pare na otvorený plameň, varné dosky alebo na dno rúry na pečenie.
-   $+230^{\circ}\text{C}$   
 $-30^{\circ}\text{C}$  Sklenená misa a veko sú vhodné na použitie pri teplotách od  $-30^{\circ}\text{C}$  do  $+230^{\circ}\text{C}$ .
- Objem max. 500 ml tekutiny. Nenapĺňajte po okraj!
- Veko síce na sklenenej mise pevne sedí, pri používaní v rúre na pečenie sa ale môže uvoľniť. Misu na varenie v pare nikdy nechytajte za veko, keď ju chcete prenášať.

- Vznikajúca para uniká cez otvor ventilu hore na veku. Počas používania ho nikdy neprikrývajte alebo neblokujte. Nad ventilom nemajte časti tela (tvár, ruky). Nebezpečenstvo oparenia!
-  Pri ohrievaní/varení jedál v mise na varenie v pare postupujte opatrne. Pri vyberaní misy na varenie v pare z mikrovlnnej rúry alebo z rúry na pečenie a pri otváraní veka používajte vždy chňapky a pod. Nad unikajúcou parou nemajte časti tela (tvár, ruky). Misu na varenie v pare držte vodorovne, aby z nej nemohla vytiecť tekutina. Hrozí nebezpečenstvo obarenia!
- Tuky môžu po čase spôsobiť tmavé sfarbenie silikónového veka. Takéto sfarbenia nie sú zdraviu škodlivé, ani nemajú vplyv na kvalitu a funkčnosť veka. Aj potraviny obsahujúce intenzívne farbivo môžu zafarbiť silikón. Okamžitým vyčistením môžete väčšinu zafarbenia odstrániť.
-  Pred prvým použitím a po každom ďalšom použití vyčistite misu na varenie v pare horúcou vodou a trochu prostriedku na umývanie riadu. Nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky ani ostré predmety. Sklenená misa a veko sú vhodné na umývanie v umývačke riadu. Veko však neukladajte priamo nad vyhrievacie tyče.
- Nevystavujte sklenenú misu extrémnym teplotným zmenám. Do horúcej sklenenej misy neplňte napr. studenú vodu, alebo horúcu vodu do vychladenej sklenenej misy. Mohla by prasknúť.
- Nestavajte horúcu sklenenú misu na citlivé povrchy. Prípadne používajte teplovzdornú podložku.
- Misu na varenie v pare ďalej nepoužívajte, keď je sklenená misa poškodená alebo poškrábaná. Nebezpečenstvo rozbitia skla!
- Mikrovlnné rúry sa odlišujú vo svojom výkone. V receptoch uvedené doby varenia sú orientačné a môžu sa odlišovať.
- Pred prípravou jedla skontrolujte, či sa v receptoch nenachádzajú prísady, na ktoré by ste vy alebo osoby vo vašom okolí mohli zareagovať alergicky. V prípade pochybností si zvolte iný recept alebo prísadu vymeňte za vhodnejšiu.

# Krevety s brokolicou

## Prísady:

- 6 stredne veľkých ružičiek brokolice
- 6 stredne veľkých olúpaných surových kreviet
- 1 ČL na kolieska nakrájanej jarnej cibulky
- 1 ČL sezamového alebo olivového oleja
- strúhaný nakladaný zázvor podľa chuti
- 1 ČL sójovej omáčky
- 1 ČL nasekaného cesnaku

## Príprava:

1. Ružičky brokolice opláchnite studenou vodou z vodovodu (pitnou vodou) a vložte ich do misy na varenie v pare.
2. Pridajte zvyšné přísady v hore uvedenom poradí.
3. Na sklenenú misu nasadte veko a vložte ju na 4 minúty pri 500 - 600 W do mikrovlnnej rúry.

---

**Číslo výrobku:**

**356 501**

---

International Innovation Company B.V.  
Groothandelsweg 1, 2645 EG Delfgauw,  
The Netherlands (Holandsko)

# Losos s hráškovými strukmi

## Prísady:

1 porcia lososového filé

trochu soli a čierneho korenia

2 ČL majonézy

1 - 2 ČL omáčky Sriracha (veľmi ostrá čili omáčka z Thajska)

2 - 3 plátky citróna

1 ČL petržlenovej vňate

100 g hráškových strukov

## Príprava:

1. Losos opláchnite studenou vodou z vodovodu (pitnou vodou) a osušte ho kuchynským papierom.
2. Lososa vložte do misy na varenie v pare kožou nadol. Ochuťte ho soľou a čiernym korením a nechajte ho chvíľku odpočívať.
3. V malej miske zmiešajte majonézu s omáčkou Sriracha. Zmesou potrite vrchnú stranu lososa. Použite na to potravinársky neškodný štetec a pod.
4. Na lososa a okolo neho naukladajte hráškové struky.
5. Pridajte plátky citróna a petržlenovú vňať.
6. Na sklenenú misu nasadte veko a vložte ju na 4 minúty pri 700 - 800 W do mikrovlnnej rúry.
7. Pichnutím vidličky do stredu lososa skontrolujte, či je uvarený. Ak je ešte príliš surový, varte ho v pare ďalších 30 - 45 sekúnd.

# Brownies

## Prísady:

2 ČL nesladeného kakového prášku

1 1/2 ČL celozrnej pšeničnej múky

2 ČL vody

1 ČL gréckeho nízkotučného bieleho jogurtu

2 ČL šťavy agávy

1/8 ČL vanilkového cukru

trochu masla na vymastenie

## Príprava:

1. Sklenenú misu vymastite maslom a odložte ju stranou.
2. V malej miske zmiešajte kakao a múku.
3. V druhej miske zmiešajte vodu s jogurtom, agávou a vanilkou. Primiešajte kakaovo-múkovú zmes.
4. Vzniknuté cesto vložte do vymastenej sklenenej misy a opatrne ňou sem a tam pohybujte, aby sa povrch cesta vyrovnal.
5. Na sklenenú misu nasad'íte veko a vložte ju na 1 minútu a 15 sekúnd pri 700 - 800 W do mikrovlnnej rúry.
6. Potom zložte veko (kuchynskou chňapkou a pod.) a otvorenú sklenenú misu vložte na ďalšiu 1 minútu a 15 sekúnd pri 700 - 800 W do mikrovlnnej rúry.
7. Sklenenú misu vyberte z mikrovlnnej rúry a hotové brownie v nej nechajte cca 3 minúty odpočívať. Počas tejto doby sa dopečie.