

GASTROBACK®

Bedienungsanleitung

DESIGN MULTICOOKER ADVANCED



Art.-Nr. 42538 Design Multicooker Advanced

Bedienungsanleitung vor Gebrauch unbedingt lesen!
Modell- und Zubehöranforderungen vorbehalten!
Nur für den Hausgebrauch!



Lesen Sie bitte alle Hinweise und Anleitungen, die mit dem Gerät geliefert werden, sorgfältig und vollständig durch, bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen und beachten Sie bitte alle Warnhinweise, die in der Bedienungsanleitung aufgeführt sind.

INHALTSVERZEICHNIS

IHREN DESIGN MULTICOOKER ADVANCED KENNENLERNEN.....	4
SICHERHEITSHINWEISE.....	5
Vorsichtsmaßnahmen beim Umgang mit Elektrizität	7
Hohe Temperaturen – Verbrennungsgefahr.....	8
Antihafbeschichtung.....	9
TECHNISCHE DATEN	9
VOR DER ERSTEN VERWENDUNG	10
BEDIENUNG	10
Risotto Zubereitung	10
Reis Zubereitung.....	12
Langsames Garen Slow Cook.....	14
Zubereitung von Fleisch und Geflügel.....	16
Gemüse vorbereiten	16
Reis Kochtabellen	17
Reis Variationen	18
Dämpfen	19
Dämpftabellen.....	20
STÖRUNGEN BESEITIGEN	23
PFLEGE UND REINIGUNG	23
AUFBEWAHRUNG.....	24
ENTSORGUNGSHINWEISE	25
INFORMATION UND SERVICE	25
GEWÄHRLEISTUNG/GARANTIE.....	25
REZEPT-IDEEN.....	27

SEHR GEEHRTE KUNDIN, SEHR GEEHRTER KUNDE!

Wir freuen uns, dass Sie sich für den neuen Gastroback Design Multicooker Advanced entschieden haben!

Eine Reihe neuer Möglichkeiten eröffnen sich mit Ihrem neuen Gastroback Design Multicooker Advanced. Mit dem Multicooker können Sie schonend langsam gekochte Mahlzeiten, rührfreies Risotto und lockeren Reis in einem Gerät zubereiten.

Reis kann, weich wenn gedämpft, cremig in einem Risotto, oder würzig, in einer langsam gekochte Mahlzeit zubereitet werden. Diese Vielfalt macht die wöchentlichen Mahlzeiten definitiv interessanter.

Der Gastroback Design Multicooker Advanced ist ein erweitertes multifunktionales Gerät das, schonend langsam gekochte Mahlzeiten, rührfreies Risotto, weichen Reis und Quinoa (Inkareis) in einem Gerät zubereitet. Mit der SAUTÉ Einstellung können Sie frische Zutaten karamelisieren.

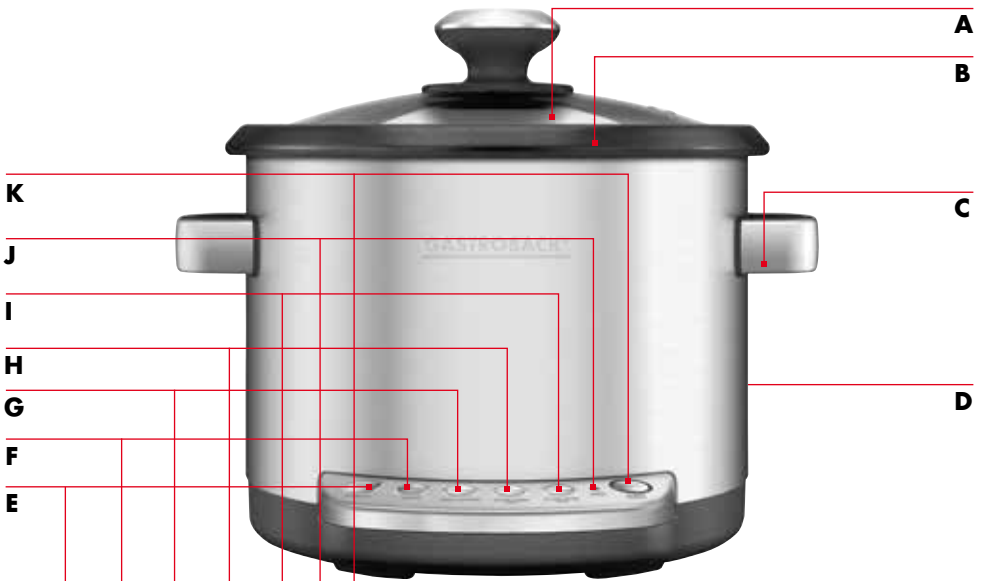
Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch. Sie können am schnellsten alle Vorteile Ihres neuen Multicookers nutzen, wenn Sie sich vor Inbetriebnahme über alle Eigenschaften informieren!

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit Ihrem neuen Gastroback Multicooker Advanced.

Ihre Gastroback GmbH



IHREN DESIGN MULTICOOKER ADVANCED KENNENLERNEN



- A** Deckel aus gehärtetem Glas mit Öffnung für den Dampfentzug (spülmaschinengeeignet).
- B** herausnehmbarer Kocheinsatz antihafbeschichtet, verhindert das Verkleben von Risotto und Reis.
- C** Cool-Touch-Griffe
- D** abnehmbares Netzkabel (nicht abgebildet) ermöglicht bequemes Servieren am Tisch
- E** RISOTTO Einstellung
- F** SAUTÉ|SEAR Einstellung – für scharfes Anbraten
- G** RICE|STEAM Einstellung – herstellung von ca. 20 Portionen gekochtem Reis

- H** SLOW COOK LOW Einstellung – schonende Zubereitung bei 70°C
- I** SLOW COOK HIGH Einstellung – schnellere Zubereitung bei 90°C.
- J** KEEP WARM Warmhaltefunktion – automatische Einschaltung nach jeder Einstellung, außer SAUTÉ|SEAR.
- K** START|CANCEL Ein-/Ausrichter
- L** herausnehmbarer Edelstahl-Einsatz zum Dämpfen Ideal für Gemüse, Meeresfrüchte, Geflügel
- M** Messbecher und Servierlöffel

SICHERHEITSHINWEISE

Lesen Sie bitte vor dem Gebrauch des Gerätes alle Hinweise und Anleitungen, die mit dem Gerät geliefert werden, sorgfältig und vollständig durch und bewahren Sie die Anleitungen gut auf. Verwenden Sie das Gerät ausschließlich in der darin angegebenen Weise zu dem beschriebenen Zweck (bestimmungsgemäßer Gebrauch). Ein bestimmungswidriger Gebrauch und besonders Missbrauch können zu Sachschäden sowie zu schweren Personenschäden durch gefährliche elektrische Spannung, Feuer und hohe Temperaturen führen. **Führen Sie ausschließlich diejenigen Arbeiten mit dem Gerät durch, die in diesen Anleitungen beschrieben werden.**

Reparaturen und technische Wartungen am Gerät dürfen nur von dafür autorisierten Fachwerkstätten durchgeführt werden. Wenden Sie sich gegebenenfalls bitte an Ihren Händler. Fragen zum Gerät beantwortet: Gastroback GmbH, Gewerbestr. 20, D-21279 Hollenstedt, Telefon: (04165) 22250

- Nur für den Betrieb in Innenräumen und für den Gebrauch im Haushalt. Verwenden und lagern Sie das Gerät nicht im Freien oder in feuchten oder nassen Bereichen. Verwenden Sie das Gerät nicht in Booten oder fahrenden Fahrzeugen. Verwenden Sie nur Bauteile, Zubehör und Ersatzteile für das Gerät, die vom Hersteller für diesen Zweck vorgesehen und empfohlen sind. Beschädigte oder ungeeignete Bauteile und Zubehör können während des Betriebes brechen, schmelzen, sich verformen und zur Überhitzung führen sowie Sachschäden und Personenschäden verursachen.
- Überprüfen Sie regelmäßig die Bauteile und Zubehör sowie das Netzkabel des Gerätes auf Beschädigungen. Verwenden Sie das Gerät nicht mehr, wenn die Antihaffbeschichtung beschädigt ist (Abblättern, Risse oder Kratzer). Niemals das Gerät betreiben, wenn während des Betriebes Flüssigkeiten auslaufen, sich unter dem Gerät sammeln oder wenn Flüssigkeiten im Ofenraum sind! Niemals das Gerät betreiben, wenn Bauteile beschädigt sind oder nicht mehr erwartungsgemäß arbeiten oder sich das Gerät überhitzt oder übermäßigen Belastungen ausgesetzt war (Beispiel: Sturz, Schlag, eingedrungene Flüssigkeiten) oder undicht ist. Ziehen Sie dann sofort den Netzstecker aus der Steckdose, und lassen Sie das Gerät in einer autorisierten Fachwerkstatt überprüfen. Versuchen Sie niemals, das Gerät selbst zu reparieren.
- Niemals das Gerät unter Hängeschränken, tief hängenden Lampen, Regalen oder in der Nähe von Vorhängen, Tischdekorationen oder anderen empfindlichen Materialien betreiben, um Schäden durch Spritzer, Hitze und Kondenswasser zu vermeiden. Lassen Sie auf allen Seiten des Gerätes mindestens 20 cm und darüber mindestens 1 m frei. Vergewissern Sie sich vor dem Einschalten, dass keine Fremdkörper im Topf oder unter dem Topf sind, der Topf richtig eingesetzt ist und Deckel und obere Abdeckung fest geschlossen sind. Ziehen Sie sofort den Netzstecker aus der Steckdose, wenn Störungen während des Betriebes auftreten (Beispiel: Undichtigkeit, Überhitzung).

- Die Arbeitsfläche muss gut zugänglich, wärme- und feuchtigkeitsbeständig, fest, eben, trocken und ausreichend groß sein. Halten Sie das Gerät und den Arbeitsbereich stets trocken und sauber und wischen Sie übergelaufene Flüssigkeiten sofort ab. Niemals während des Betriebes Tücher, Servietten oder andere Gegenstände unter oder auf das Gerät legen, um Personen- und Sachschäden durch Feuer, elektrischen Schlag und Hitze zu vermeiden. Niemals das Gerät über ein Netzkabel oder an den Rand oder an die Kante der Arbeitsfläche oder auf geneigte Unterlagen stellen, von denen es herunterfallen könnte.
- Dieses Gerät ist nicht geeignet für die Verwendung durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkter Wahrnehmung oder verminderten physischen oder geistigen Fähigkeiten oder einem Mangel an Erfahrung und Kenntnissen, sofern sie nicht durch eine für ihre Sicherheit verantwortliche Person beaufsichtigt und/oder bei der Bedienung angeleitet werden. **Niemals Kinder mit dem Gerät, den Bauteilen oder dem Verpackungsmaterial spielen lassen!** Bewahren Sie das Gerät immer an einem trockenen, sauberen, frostfreien, für kleine Kinder unzugänglichen Ort auf. Niemals das Gerät unbeaufsichtigt lassen, wenn es für kleine Kinder zugänglich ist. Legen Sie keine harten, schweren Gegenstände auf das Gerät oder seine Bauteile und Zubehör. Achten Sie darauf, dass niemand das Gerät am Kabel herunterreißen kann.
- **Niemals während des Betriebes Kochbesteck oder andere Fremdkörper in dem Kocheinsatz des Gerätes liegen lassen.** Niemals harte oder scharfkantige Gegenstände für die Arbeit mit dem Gerät verwenden (Beispiel: Messer, Gabeln). Verwenden Sie nur Kochbesteck aus Holz oder hitzebeständigem Kunststoff (Beispiel: der mitgelieferte Dosierlöffel). Niemals den Kocheinsatz des Gerätes als Rührschüssel verwenden, um eine Abnutzung der Antihafbeschichtung zu vermeiden. Wenden Sie bei der Arbeit mit dem Gerät niemals Gewalt an.
- Das Gerät wird über eigene Heizelemente elektrisch beheizt. Niemals das Gerät oder Teile davon in, auf oder in die Nähe von starken Wärmequellen und heißen Oberflächen (Beispiel: Heizung, Ofen, Grill, Feuer) bringen. Niemals das Zubehör (Beispiel: Kocheinsatz, Dampfeinsatz) für andere Geräte verwenden (Beispiel: Küchenherd).
- Niemals das Gerät bewegen oder kippen, wenn der Kocheinsatz gefüllt im Gerät steht. Andernfalls könnten Flüssigkeiten auslaufen. Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose, wenn Sie das Gerät nicht benutzen. Lassen Sie das Gerät zusätzlich immer zuerst vollständig abkühlen, bevor Sie das Gerät reinigen oder bewegen. Fassen Sie das Gerät immer an den Griffen an, wenn Sie das Gerät bewegen wollen.
- **Niemals den Kocheinsatz über die Maximum-Marken füllen.** Andernfalls können heiße Nahrungsmittel über oder in das Gerät laufen und zu Verletzungen und Sachschäden führen. Vergewissern Sie sich vor dem Einschalten des Gerätes,

dass immer ausreichend Flüssigkeit oder Nahrungsmittel im Topf sind (mindestens 400 ml), der Topf richtig im Gerät eingesetzt ist und die obere Abdeckung richtig zusammengesetzt und geschlossen ist (siehe: ›Bedienung‹).

- Das Gerät, seine Bauteile und Zubehör niemals mit Scheuermitteln oder harten Scheuerhilfen (Beispiel: Topfreiniger) reinigen. Niemals scharfe Reinigungsmittel (Beispiel: Bleiche) für die Reinigung verwenden. Niemals das Gerät, oder das Netzkabel in Wasser oder andere Flüssigkeiten eintauchen oder stellen oder Flüssigkeiten darüber gießen. Niemals Wasser oder andere Flüssigkeiten über das Gerät oder in den Kocheinsatz laufen lassen, um eine Gefährdung durch Elektrizität zu vermeiden. Wenn Flüssigkeit in das Gerät gelaufen ist, dann schalten Sie das Gerät sofort aus, ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose und warten, bis das Gerät abgekühlt ist. Reinigen und trocknen Sie das Gerät danach (siehe: ›Pflege und Reinigung‹).
- Während des Kochvorganges immer den Deckel korrekt auf dem Gerät platzieren, außer das Gegenteil ist in dem Rezept explizit angegeben.
- NIEMALS das Gerät oder Netzkabel in der Spülmaschine reinigen.
- Niemals Nahrungsmittel auf dem Gerät antrocknen lassen. Reinigen Sie das Gerät nach jeder Verwendung gemäß der Anleitung in diesem Heft (siehe: ›Pflege und Reinigung‹). Halten Sie das Gerät und das Zubehör stets sauber.
- Dieses Gerät ist nur zur Verwendung im Haushalt und in ähnlichen Orten gedacht, wie:
 - Küchenzeilen für Angestellte in Läden, Büros und anderen Arbeitsumgebungen
 - Bauernhäusern
 - durch Kunden in Hotels, Motels und anderen Wohnbezirk ähnlichen Umgebungen
 - Pensionen

VORSICHTSMASSNAHMEN BEIM UMGANG MIT ELEKTRIZITÄT

Das Gerät wird elektrisch beheizt und darf nur an eine Schukosteckdose mit den richtigen Nennwerten (220 - 240 V bei 50 Hz; Wechselstrom) angeschlossen werden. Stellen Sie das Gerät in der Nähe einer geeigneten Steckdose auf. Die Steckdose muss für mindestens 8 A abgesichert sein.

Außerdem sollte die Steckdose über einen Fehlerstromschutzschalter (FI-Schutzschalter) abgesichert sein, dessen Auslösestrom nicht über 30 mA liegen sollte. Wenden Sie sich im Zweifelsfall an Ihren Elektriker.

Stromversorgungen im Ausland erfüllen die genannten Voraussetzungen eventuell nicht. Da im Ausland zum Teil abweichende Normen für Stromversorgungen gelten, können wir das Gerät nicht für alle möglichen Stromversorgungen konstruieren und testen. Wenn Sie das Gerät im Ausland betreiben wollen, dann vergewissern Sie sich bitte zuerst, dass ein gefahrloser Betrieb dort möglich ist.

- Verwenden Sie keine Verlängerungskabel oder Mehrfachsteckdosen.
- Behandeln Sie das Kabel stets sorgsam. Wickeln Sie das Kabel immer vollständig ab, bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen. Niemals das Gerät über ein Netzkabel stellen. Halten Sie das Kabel fern von heißen Oberflächen. Lassen Sie das Kabel nicht über die Kante der Arbeitsfläche herunterhängen. Sorgen Sie dafür, dass niemand das Gerät am Kabel herunterziehen kann. Niemals am Kabel ziehen oder reißen oder das Kabel knicken, quetschen oder verknoten. Achten Sie darauf, dass niemand auf das Kabel treten, darüber stolpern oder in Kabelschlaufen hängen bleiben kann. Fassen Sie am Gehäuse des Steckers an, wenn Sie den Stecker ziehen. Niemals den Stecker mit nassen Händen anfassen, wenn das Kabel an die Stromversorgung angeschlossen ist.
- Niemals das Gerät oder das Kabel in Wasser oder andere Flüssigkeiten tauchen oder stellen. Niemals Flüssigkeiten in das Gerät oder über das Gerät oder das Kabel gießen. Schalten Sie das Gerät sofort aus und ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose, wenn Flüssigkeiten in das Gerät eingedrungen sind.

HOHE TEMPERATUREN – VERBRENNUNGSGEFAHR

Der Design Multicooker Advanced dient zum Garen und Erhitzen verschiedener Nahrungsmittel. Daher wird das Innere des Gerätes beim Betrieb sehr heiß.

- Nach der Verwendung ist der Kocheinsatz noch einige Zeit sehr heiß. **Niemals während oder kurz nach dem Betrieb Kocheinsatz, Deckel und Innenseiten des Gerätes mit den Händen, irgendwelchen anderen Körperteilen oder hitzeempfindlichen Gegenständen, berühren oder den Kocheinsatz auf hitzeempfindlichen Oberflächen abstellen. Schützen Sie Ihre Hände mit Topflappen oder Topfhandschuhen.**
- Auch bei geschlossenem Gerät kann während des Betriebes und einige Minuten nach dem Ausschalten Dampf entweichen. Niemals während des Betriebes und kurz nach dem Ausschalten Hände, Arme oder Gesicht über das Gerät halten, um sich nicht am Dampf zu verbrühen, der am Dampfventil austritt. Im Dampfventil und unter dem Deckel kann sich heißes Kondenswasser sammeln und beim Öffnen des Gerätes heruntertropfen. Außerdem können beim Öffnen große Mengen Dampf vorn unter der oberen Abdeckung entweichen. Halten Sie beim Öffnen der oberen Abdeckung ausreichend Abstand, um sich nicht zu verbrühen.
- Immer den Deckel so auf dem Gerät platzieren, dass das Dampfventil in die entgegengesetzte Richtung von Ihrem Körper weist.
- Niemals hochprozentige alkoholische Getränke (Beispiel: Glühwein, Grog) oder alkoholhaltige Nahrungsmittel mit dem Gerät erhitzen, um eine Gefährdung durch Explosion und Feuer zu vermeiden.


ANTIHAFTBESCHICHTUNG

Der Kocheinsatz des Multifcookers ist mit einer Antihafbeschichtung ausgerüstet. Niemals mit scharfen, harten Gegenständen auf der Beschichtung kratzen, rühren oder schneiden. **Niemals den Kocheinsatz des Gerätes als Rührschüssel verwenden.** Nehmen Sie die Nahrungsmittel zum Mixen und Schneiden aus dem Topf heraus. Schäden an der Antihafbeschichtung, die durch den Gebrauch von Metallgegenständen oder Ähnlichem entstehen, fallen nicht unter die Garantieleistung.

Bitte beachten Sie folgende Hinweise zur Antihafbeschichtung:

- Verwenden Sie den Kocheinsatz nicht mehr, wenn die Antihafbeschichtung zerkratzt oder zerschnitten ist oder sich Teile davon nach einer Überhitzung ablösen.
- Verwenden Sie nur Besteck aus Holz oder hitzebeständigem Kunststoff. Verwenden Sie kein Backofenspray, Antihaf-Spray oder ähnliche Hilfsmittel.
- **Durch die Antihafbeschichtung lässt sich der Kocheinsatz leicht reinigen. Niemals Scheuermittel oder harte Scheuerhilfen verwenden. Reinigen Sie den Kocheinsatz mit einem weichen Spülschwamm oder einer weichen Kunststoff-Spülbürste und warmer Spülmittellösung oder in der Spülmaschine.**

TECHNISCHE DATEN

Modell:	Art.-Nr. 42538 Design Multicooker Advanced
Stromversorgung:	220 -240 V Wechselstrom, 50 Hz
Maximale Leistungsaufnahme:	640 - 760 Watt
Länge des Netzkabels:	ca. 110 cm
Gewicht:	ca. 2.9 kg
Abmessungen: (Breite x Tiefe x Höhe)	ca. 32 cm x 28 cm x 27 cm
Fassungsvermögen, Topf:	max. 3,7 Liter
Prüfzeichen:	

VOR DER ERSTEN VERWENDUNG

WARNUNG: Lassen Sie kleine Kinder nicht mit dem Gerät, Teilen davon oder der Verpackung spielen!

Entfernen Sie vor der Verwendung unbedingt alle Verpackungen und Werbematerialien vom Gerät. Entfernen Sie aber nicht das Typenschild des Gerätes. Vergewissern Sie sich besonders, dass keine Fremdkörper (Packmaterial) im Gerät stecken. Waschen Sie die den Kocheinsatz, den Dampfinsatz und den Glasdeckel in heißem Seifenwasser, spülen sie dann mit klarem Wasser ab und anschließend abtrocknen.

BEDIENUNG

RISOTTO ZUBEREITUNG

SAUTÉ|SEAR Einstellung

1. Stellen Sie sicher, dass die Außenseite des Kocheinsatzes sauber ist, bevor Sie diese in das Gehäuse einsetzen um ein einwandfreien Kontakt mit der inneren Kochfläche zu gewährleisten.
2. Stecken Sie den Netzstecker in die Steckdose. Die START|CANCEL-Taste und die RISOTTO Taste leuchten jetzt weiß.
3. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste, diese leuchtet jetzt weiß. Drücken Sie die START|CANCEL-Taste, um die Einstellung zu aktivieren, die Taste leuchtet jetzt rot.
4. Mit dem Deckel zudecken und ca. 2 – 3 Minuten vorheizen (nicht länger als 5 Minuten).
5. Fügen Sie Öl oder Butter hinein und lassen Sie diese ca. 1 Minute schmelzen.
6. Wenn Huhn, Fisch oder Meeresfrüchte in dem Rezept enthalten sind braten Sie diese in kleinen Chargen scharf an, mit dem Deckel abdecken und gelegentlich umrühren, bis die Zutaten durch sind. Entfernen Sie diese aus dem Kocheinsatz und stellen Sie diesen beiseite.
7. Fügen Sie zusätzliches Öl/Butter in den Kocheinsatz sofern notwendig oder im Rezept angegeben ist. Ca. 1 Minute erwärmen.
8. Fügen Sie Zutaten wie Zwiebeln und Knoblauch hinzu. Etwa 4 bis 5 Minuten bis zur gewünschte Bräune (oder bis es gar ist) scharf Anbraten, bei Bedarf zu decken und umrühren.
9. Arborio oder Carnaroli Reis unterrühren und gut vermischen. Ca. 2-3 Minuten unter gelegentlichem Rühren anbraten.
10. Wein (falls verwendet) unterrühren und ungedeckt köcheln lassen bis der Reis die gesamte Flüssigkeit aufgenommen hat und der Alkohol verdampft ist. Gele-

gentlich umrühren.

11. Drücken Sie die START|CANCEL-Taste, um die SAUTÉ|SEAR Einstellung zu beenden.
12. Befolgen Sie die folgende Anleitung RISOTTO Einstellung ab dem Punkt 2.

RISOTTO Einstellung

1. Folgen Sie den Schritten 1-11 in der SAUTÉ|SEAR Einstellung Anleitung.
2. Brühe oder Wasser hinzufügen und gut umrühren. Zudecken und die RISOTTO-Taste drücken, dann die START|CANCEL-Taste drücken, um die Einstellung zu aktivieren. Die START|CANCEL-Taste leuchtet rot und der Kochvorgang beginnt.
3. Kochen lassen, bis der Signalton ertönt, der Kochvorgang beendet ist und der Multicooker automatisch in die Warmhaltefunktion schaltet. Dieser Vorgang dauert ca. 20-30 Minuten, je nach Rezept.
4. Nehmen Sie den Deckel ab und rühren Sie mit dem Servierlöffel gut um. In diesem Stadium können die restlichen Zutaten wie Butter, Parmesan, Kräuter, Salz und Pfeffer hinzugefügt werden.
5. Der Multicooker wird in der Warmhaltefunktion für 30 Minuten bleiben. Danach schaltet sich das Gerät ab. Jedoch wird Risotto am besten so bald wie möglich nach dem Kochen serviert.

Hinweis:

Es kann vorkommen, dass der Multicooker sich automatisch in den Warmhaltemodus schaltet oder sich während des Kochvorganges abschaltet. Wenn dies geschieht, drücken Sie einfach die gewünschte Einstellungs-Taste, dann drücken Sie die START|CANCEL-Taste. Die START|CANCEL-Taste leuchtet rot und die gewählte Einstellung wird aktiviert. Dies ist ein Sicherheitsmechanismus, um eine Überhitzung zu vermeiden, aufgrund bestimmter Kochbedingungen.

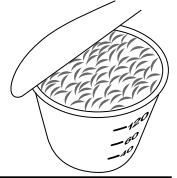
Tipp: Lassen Sie das Risotto im Warmhaltemodus ca. 5 - 10 Minuten nach dem Kochen ruhen um den Garvorgang zu beenden.

Tipp: Für optimale Risotto Ergebnisse, empfehlen wir Ihnen einmal nach 15 - 20 Minuten in der RISOTTO-Einstellung umzurühren.

REIS ZUBEREITUNG

RICE | STEAM Einstellung

1. Verwenden Sie den beigegeführten Messbecher, um die erforderliche Menge von Reis (siehe Reistabellen - Seite 14, 15) abzumessen. Messen Sie immer gestrichene Messbecher, nicht gehäuft.



Hinweis:

Der beigegeführte Messbecher ist kein Standard-Messbecher. 1 Messbecher Reis ist gleich 150 g ungekochter Reis und 180 ml Wasser. Wenn Sie Ihren Messbecher nicht zur Hand haben, verwenden Sie eine andere Tasse, aber behalten die gleichen Mengenverhältnisse bei und überschreiten Sie nicht die Maximum-Markierung in dem Kocheinsatz:

Weißer Reis = 1 Messbecher Reis + 1 Messbecher Wasser

Brauner Reis = 1 Messbecher Reis + 1 ½ Messbecher Wasser

} Mit dem beigegeführten Messbecher

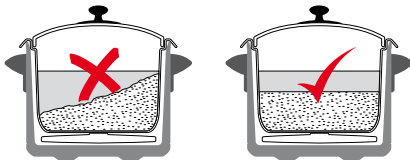
2. Den abgemessenen Reis in einer separaten Schüssel mit kaltem Wasser waschen, um überschüssige Stärke zu entfernen. Der Reis ist bereit für das Kochen, wenn das Wasser klar aus dem Reis abläuft. Gut abtropfen lassen.
3. Stellen Sie sicher, dass die Außenseite des Kocheinsatzes sauber ist, bevor Sie diese in das Gehäuse einsetzen, um einen einwandfreien Kontakt mit der inneren Kochplatte zu gewährleisten.



ACHTUNG!

1. Vor dem Kochen reinigen Sie den Boden des Kocheinsatzes und die Oberfläche der Heizplatte des Gehäuses.
2. Um sicherzustellen, dass der Kocheinsatz eben auf der Heizplatte liegt, drehen Sie den Kocheinsatz in dem Gerät gegen den Uhrzeigersinn.
3. Der Kocheinsatz muss richtig in dem Gerät platziert sein, sonst funktioniert das Gerät nicht oder wird beschädigt.

Um Stromschläge zu vermeiden, nur in dem Kocheinsatz kochen!
DAS GERÄT NICHT IN WASSER EINTAUCHEN!



4. Fügen Sie den gewaschenen Reis in den Kocheinsatz hinein. Achten Sie darauf den Reis gleichmäßig über den Boden des Kocheinsatzes zu verteilen und nicht gehäuft auf einer Seite.

5. Fügen Sie Wasser mit dem folgenden Verhältnis hinzu:

Weißer Reis = 1 Messbecher Reis: 1 Messbecher Wasser

Brauner Reis = 1 Messbecher Reis: 1 ½ Messbecher Wasser

6. Setzen Sie den Glasdeckel auf das Gerät.

7. Stecken Sie den Netzstecker in die Steckdose. Die START|CANCEL-Taste und die RISOTTO-Taste leuchten weiß.
8. Drücken Sie erst die RICE|STEAM-Taste, dann drücken Sie die START|CANCEL-Taste, um die Einstellung zu aktivieren. Die START|CANCEL-Taste leuchtet rot und der Kochvorgang beginnt.
9. Kochen lassen, bis der Signalton ertönt, der Kochvorgang beendet ist und der Multicooker automatisch in die Warmhaltefunktion schaltet.
10. Öffnen Sie den Deckel und rühren Sie den Reis mit dem beigefügten Servierlöffel um. Decken Sie den Reis wieder zu und lassen Sie den Reis 10-15 Minuten vor dem Servieren ruhen. Dadurch kann die überschüssige Feuchtigkeit zu absorbiert werden, was zu einem flauschigeren Reis führt.

Hinweis:

Nach der Verwendung der RICE|STEAM-Einstellung schaltet das Gerät automatisch in die Warmhaltefunktion, für bis zu 5 Stunden. Danach schaltet sich das Gerät automatisch ab.

Hinweis:

Den Reis bis zum Servieren zugedeckt lassen (außer zum Umrühren nach dem der Kochvorgang beendet ist oder wenn es in Ihrem Rezept angegeben ist).

Hinweis:

Um die Warmhaltefunktion zu stoppen, ziehen Sie das Netzkabel.

WICHTIG

- Immer vor dem Drücken der START|CANCEL-Taste Flüssigkeit in den Kocheinsatz geben.
- Nicht die automatische Steuerung während des Betriebs beeinträchtigen.
- Um das Verkratzen der Antihafbeschichtung des Kocheinsatzes zu verhindern, verwenden Sie immer Holz- oder Kunststoff-Besteck.
- Stellen Sie sicher, dass der Kocheinsatz richtig in das Gerät eingesetzt ist, bevor Sie mit dem Kochen beginnen.

⚠️ WARNUNG

- Vor dem Herausnehmen des Kocheinsatzes aus dem Gerät immer darauf achten, dass das Netzkabel gezogen ist.
- Beim Abnehmen des Deckels und des Kocheinsatzes aus dem Gerät stets Schutzhandschuhe oder Topflappen verwenden.

- Achten Sie immer darauf, das Dampfventil des Deckels von sich weg zu richten, um Verbrühungen durch austretenden Dampf zu vermeiden.
- Achten Sie immer darauf, den Deckel vorsichtig zu heben und zu entfernen, und es von sich weg zu halten um Verbrühungen durch austretenden Dampf zu vermeiden.
- Nur an richtig geerdeten Steckdosen anschließen, um den kontinuierlichen Schutz gegen Stromschläge zu gewährleisten.
- Nur in dem abnehmbaren Kocheinsatz mit dem Gerät Speisen zubereiten.
- Verwenden Sie keinen beschädigten oder verbeulten Kocheinsatz. Bei Beschädigung den Kocheinsatz vor dem Gebrauch durch einen neuen ersetzen.

LANGSAMES GAREN SLOW COOK

SEAR Einstellung

Scharfes Anbraten in dem Multicooker kann ein wenig mehr Zeit in Anspruch nehmen, auch wenn es nicht unbedingt notwendig ist, spricht das Ergebnis für sich.

Der Kocheinsatz hält die Wärme stabil und gleichmäßig und ermöglicht somit, dass das Fleisch knusprig braun wird und sich eine Kruste bildet. Scharfes Anbraten versiegelt die Feuchtigkeit, intensiviert das Aroma und bietet zartere Ergebnisse.

1. Stellen Sie sicher, dass die Außenseite des Kocheinsatzes sauber ist, bevor Sie diese in das Gehäuse einsetzen, um einen einwandfreien Kontakt mit der inneren Kochplatte zu gewährleisten.
2. Stecken Sie den Netzstecker in die Steckdose. Die START|CANCEL-Taste und RISOTTO-Taste leuchten weiß.
3. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste, diese leuchtet jetzt weiß. Drücken Sie dann die START|CANCEL-Taste, um die Einstellung zu aktivieren. Die START|CANCEL-Taste leuchtet rot und der Kochvorgang beginnt.
4. Mit dem Deckel zudecken und ca. 2 – 3 Minuten vorheizen (nicht länger als 5 Minuten vorheizen).
5. Fügen Sie Öl oder Butter hinein und lassen Sie diese ca. 1 Minute schmelzen.
6. Braten Sie immer Fleisch und Geflügel in kleinen Chargen scharf an. Mit dem Deckel abdecken und gelegentlich umrühren, bis die Zutaten gleichmäßig gebräunt sind. Nehmen Sie die Zutaten wieder aus dem Kocheinsatz und stellen Sie diese beiseite. Danach fahren Sie mit dem ›Slow Cook Einstellungen‹ Abschnitt unten fort.

SLOW COOK Einstellungen

Der Multicooker hat zwei SLOW COOK Einstellungen: Low und High. Verwenden Sie die unten empfohlenen Garzeit und wenden Sie sich an die Rezepte in dieser Bedienungsanleitung. Viele Gerichte können im Voraus vorbereitet werden und Garzeit so eingestellt werden, dass das Essen zu einem geeigneten Zeitpunkt bereit ist.

Eine Faustregel für die meisten langsam gekochten Fleisch- und Gemüse-Rezepte ist:

Kochzeit: LOW: 6 - 7 Stunden HIGH: 3 - 4 Stunden

Hinweis:

Diese Garzeiten sind Annäherungswerte und können je nach Zutaten, Mengen in den Rezepten und der Temperatur des Kocheinsatzes und aller Bestandteile vor dem Anbraten abweichen.

Als Richtwert: Fleisch, wie Huhn oder Geschnetzeltes liefern die besten Ergebnisse, wenn sie auf HIGH ca. 3 - 4 Stunden gekocht werden. Größere Stücke Fleisch wie Lammschenkel liefern die besten Ergebnisse, wenn sie auf LOW für 6 - 7 Stunden gekocht werden.

Kochzeiten (mit scharfem Anbraten): Wenn die Saute|SEAR-Einstellung vor dem Kochen verwendet wird, wird die Garzeit leicht verkürzt. Überprüfen Sie den Garzustand ab und zu während des Kochens.

Low oder High SLOW COOK Einstellungen

1. Fügen Sie alle Zutaten in den Kocheinsatz, achten Sie darauf, dass die Lebensmittel gleichmäßig über den Boden des Kocheinsatzes verteilt sind und nicht gehäuft auf einer Seite. Der Flüssigkeitsstand sollte sich zwischen MIN und MAX Markierungen auf dem Kocheinsatz befinden.
2. Setzen Sie den Glasdeckel in Position.
3. Drücken Sie die LOW SLOW COOK oder HIGH SLOW COOK-Taste, dann drücken Sie die START|CANCEL-Taste, um die Einstellung zu aktivieren. Die START|CANCEL-Taste leuchtet rot und der Kochvorgang beginnt.
4. Kochen lassen, bis der Signalton ertönt, der Kochvorgang beendet ist und der Multicooker automatisch in die Warmhaltefunktion schaltet.
5. Das Gerät schaltet automatisch in die Warmhaltefunktion, für bis zu 5 Stunden. Danach schaltet sich das Gerät automatisch ab.

Der Gastroback Design Multicooker Advanced ist speziell für die Geschmacksschichtung entwickelt. Eine Technik, die professionelle Köche verwenden um den Geschmack der Speisen zu vertiefen. Hierbei arbeiten Sie mit der gleichen Pfanne zum Anbraten von Zwiebeln, Fleisch und die Zubereitung von Aufläufen, Currys und Suppen. Aus diesem Grund hat Gastroback nun eine SLOW COOK-Einstellung mit

der Möglichkeit vorher scharf anzubraten entwickelt. Mit dieser Einstellung können Gemüse und Fleisch vor der Verwendung der Slow Cook-Funktion karamellisiert werden.

Nachfolgend finden Sie eine Anleitung, um den Prozess des langsamen Kochens zu vereinfachen, so dass Sie optimale Ergebnisse mit Ihrem Multicooker erhalten. Wir haben auch hilfreiche Tipps zusammengestellt. Für Rezepte wenden Sie sich an den »Rezept-Ideen« Abschnitt dieser Bedienungsanleitung.

ZUBEREITUNG VON FLEISCH UND GEFLÜGEL

Wählen Sie die frischesten Stücke beim Fleischkauf. Schneiden Sie sichtbares Fett von dem Fleisch oder Geflügel ab. Wenn möglich, kaufen Sie Hähnchenteile ohne Haut. Es bildet sich zusätzlich Flüssigkeit, während das Fett schmilzt. Für Schmorgerichte schneiden Sie das Fleisch in etwa 4 - 5 cm große Würfel. Bei langsamen Kochen können auch weniger zarte Fleischstücke verwendet werden. Die Knochen in Fleisch oder Geflügel brauchen nicht entfernt werden. Dies verleiht einen guten Geschmack und hilft das Fleisch beim Kochen zart zu halten.

Geeignete Fleischstücke für langsames Kochen

Rindfleisch: Nacken, Zwerchfell, Hüftsteak, Beinscheiben, Rindfleisch, Haxe (z. B. für Osso Bucco), Pastorenstück, etc.

Lamm: Lammkeule, Haxe, Nackenkoteletts, Brust oder Schulter ohne Knochen, etc.

Kalb: gewürfeltes Hüftfleisch, Schulter- oder Vorderviertel Koteletts und Steaks, Nacken-Koteletts, Haxe (z. B. für Osso Bucco).

Schwein: Hüftsteaks, gewürfeltes Bauchfleisch, gewürfeltes Schulterfleisch, Rücken-koteletts ohne Knochen.

Huhn: Hähnchenteile mit Knochen (Oberkeule/Unterkeule), Filets von den Hähnchenschenkel.

GEMÜSE VORBEREITEN

Gemüse sollte in gleich große Stücke geschnitten werden, um ein gleichmäßiges Kochergebnis zu gewährleisten. Gefrorenes Gemüse muss vor der Zugabe zu anderen Lebensmitteln in den Multicooker aufgetaut werden.

REIS KOCHTABELLEN

In den folgenden Tabellen sind die Angaben für den beigefügten Messbecher.

Hinweis:

Der beigefügte Messbecher ist kein Standard-Messbecher. 1 Messbecher Reis ist gleich 150 g ungekochter Reis und 180 ml Wasser. Wenn Sie Ihren Messbecher nicht zur Hand haben, verwenden Sie eine andere Tasse, aber behalten die gleichen Mengenverhältnisse bei und überschreiten Sie nicht die Maximum-Markierung in dem Kocheinsatz.

Weißer Reis = 1 Messbecher Reis + 1 Messbecher Wasser

Brauner Reis = 1 Messbecher Reis + 1½ Messbecher Wasser

} Mit dem beigefügten Messbecher

Weißer Reis

Ungekochter weißer Reis (Messbecher)	Kaltes Leitungswasser (Messbecher)	Gekochter Reis – ca. (Messbecher)	Garzeit – (Minuten)
2	2	5	10 - 12
4	4	9	12 - 15
6	6	15	15 - 20
8	8	16	20 - 25
10	10	27	25 - 30

Brauner Reis

Ungekochter brauner Reis (Multicooker Messbecher)	Kaltes Leitungswasser (Multicooker Messbecher)	Gekochter Reis – ca. (Multicooker Messbecher)	Garzeit – ca. (Minuten)
2	3	5	25 - 30
4	6	10	30 - 40
6	9	15	40 - 45

Hinweis:

Da der braune Reis zusätzliches Wasser benötigt, können sich einige stärkehaltige Bläschen unter dem Deckel während des Kochens bilden.

REIS VARIATIONEN

Herzhafter Reis

Bereiten Sie den Reis im Multicooker wie angegeben zu, ersetzen sie dabei das Wasser mit der gleichen Menge von Huhn-, Rind-, Fisch- oder Gemüsebrühe.

Süßer Reis

Bereiten Sie den Reis im Multicooker wie angegeben zu, ersetzen sie dabei die Hälfte des Wassers mit Apfelsaft, Orangensaft oder Ananassaft. Das Kochen von Reis mit Milch oder Sahne wird nicht empfohlen, da es auf den Boden des Kocheinsatzes anbrennen wird.

Safranreis

Fügen Sie $\frac{1}{4}$ Teelöffel Safran Pulver oder 2 Safranfäden auf je 2 Tassen Wasser. Verwenden Sie die Angaben der Kochtabelle für weißen Reis. Gut durchmischen.

Arborioreis

Arborio ist ein Mittelkornreis der Kategorie Superfino, benannt nach der piemontesischen Stadt Arborio, in deren Umgebung seine Hauptanbaugelände liegen. Er ist besonders zur Zubereitung von Risotto geeignet. Verwenden Sie die Angaben der Kochtabelle für braunen Reis.

Jasminreis

Jasminreis ist ein duftender Langkornreis. Verwenden Sie die Angaben der Kochtabelle für weißen Reis.

Basmati Reis

Basmati Reis ist ein aromatischer Langkornreis. Verwenden Sie die Angaben der Kochtabelle für weißen Reis.

Wildreis

Es wird nicht empfohlen in dem Multicooker Wildreis allein zu kochen, da es eine erhebliche Menge an Wasser benötigt. Es ist möglich, Wildreis als Mischung mit weißem oder braunem Reis zu kochen.

Tip:

- Fügen Sie etwas mehr Wasser für lockeren Reis und etwas weniger Wasser für festeren Reis ein.
- Einige Reissorten benötigen mehr Wasser zum Kochen, wie Wildreismischungen, Arborio Reis oder Rundkornreis. Befolgen Sie die Anweisungen auf der Verpackung des Reises oder verwenden Sie die Angaben der Kochtabelle für braunen Reis.

Quinoa (Inkareis)

Quinoa ist ein altes südamerikanisches Getreide, das einen hohen Proteingehalt mit flauschiger, cremiger und leicht knuspriger Textur hat. Verwenden Sie die Angaben der Kochtabelle für braunen Reis.

Sushireis

Sushireis ist kurzer Rundkornreis, der oft in der japanischen Küche verwendet wird. Verwenden Sie die Angaben der Kochtabelle für braunen Reis.

DÄMPFEN

Beim Dämpfen handelt es sich um eine schonende Zubereitungsmethode unserer Lebensmittel bei der sowohl Geschmack als auch Nährwert der Nahrungsmittel erhalten bleibt. Lebensmittel können dem Edelstahl-Einsatz zum Dampfgaren über Brühe oder Wasser, abgedeckt mit dem Glasdeckel gedämpft werden. Lassen Sie den Glasdeckel während des gesamten Dampfvorganges auf dem Multicooker, außer im Rezept wird das Gegenteil ausdrücklich angegeben. Durch das Entfernen des Deckels wird unnötig Dampf verloren und die Garzeit verlängert sich.

1. Messen Sie 3 Messbecher oder mehr Wasser oder Brühe ab und gießen Sie es in den Kocheinsatz. Sie können maximal 6 Messbecher Wasser verwenden.
2. Legen Sie die Lebensmittel in den Edelstahl-Einsatz zum Dampfgaren.
3. Setzen Sie den Kocheinsatz mit dem Edelstahl-Einsatz zum Dampfgaren in das Gehäuse ein und decken Sie alles mit dem Glasdeckel ab.
4. Stecken Sie den Netzstecker in die Steckdose. Die START|CANCEL-Taste und die RISOTTO Taste leuchten jetzt weiß.
5. Drücken Sie die RICE|STEAM-Taste und drücken Sie dann die START|CANCEL-Taste, um die Einstellung zu aktivieren. Die START|CANCEL-Taste leuchtet rot und der Kochvorgang beginnt.
6. Lassen Sie es dämpfen, bis der Signalton ertönt, der Kochvorgang beendet ist und der Multicooker automatisch in die Warmhaltefunktion schaltet.
7. Wenn kein weiteres Dämpfen erforderlich ist, drücken Sie die START|CANCEL-Taste, um den Vorgang abzubrechen und ziehen Sie das Netzkabel. Lassen Sie das Gerät vor dem Reinigen abkühlen.

Hinweis:

Lassen Sie den Glasdeckel während des gesamten Dampfvorgang auf dem Multicooker, außer im Rezept ist das Gegenteil ausdrücklich angegeben. Durch das Entfernen des Deckels wird unnötig Dampf verloren und die Garzeit verlängert sich.

Hinweis:

Hinweis: Lassen Sie sich nicht den Kocheinsatz während des Dampfvorganges trockengehen.

Hinweis:

Heiße Flüssigkeit kann während des Garvorgangs hinzugefügt werden.

Hinweise und Tipps zum Dämpfen von Gemüse

- Kleinere Stücke werden beim Dampfvorgang schneller gar als größere Stücke.
- Versuchen Sie, die Gemüsestückchen gleich groß zu halten, um gleichmäßiges Garen zu ermöglichen.
- Frisches oder tiefgekühltes Gemüse kann gedämpft werden.
- Wenn Sie gefrorenes Gemüse dämpfen möchten, tauen Sie dies nicht auf.
- Die Größe und Form von Gemüse, sowie persönliche Vorlieben, können Anpassungen der Garzeit fordern. Wenn weicheres Gemüse erforderlich ist, können zusätzliche Garzeiten notwendig sein.
- Lassen Sie kein Wasser oder Brühe den Edelstahl-Einsatz zum Dämpfen erreichen. Der Dampfvorgang wird nicht wirksam sein.

⚠️ WARNUNG: Heben Sie den Deckel immer vorsichtig an, und halten Sie ihn von sich weg um Verbrühungen durch austretenden Dampf zu vermeiden.

DÄMPFTABELLEN

Gemüse	Vorbereitung & Tipps	Menge	Kochzeit min
Artischocke	entfernen Sie die harten äußeren Blätter und Stängel	2 mittelgroße	30 - 35
Spargel	von oben nach unten schälen und die harten Enden abschneiden	2 Bund	12 - 14
Bohnen	ganz	250 g	13 - 15
Rüben	trimmen, nicht Schälen	300 g	12 - 13
Paprika	in Streifen geschnitten	3 mittelgroße	14 - 16
Broccoli	in Röschen geschnitten	250 g	8 - 10
Rosenkohl	schneiden Sie ein Kreuz in die Wurzel	375 g	17 - 19
Kohl	große Stücke	500 g	10 - 12
Karotten	in Streifen geschnitten	3 mittelgroße	14 - 16

Gemüse	Vorbereitung & Tipps	Menge	Kochzeit min
Sellerie	in Streifen geschnitten	3 Stängel	5 - 6
Kichererbsen	12 Stunden einweichen	1 Tasse getrocknete	40 - 45
Mais	ganze Maiskolben	2 kleine Maiskolben	20 - 22
Pilze	ganz, ungewaschen	300 g	8 - 10
Zwiebeln	geschält, ganz lassen	6 mittelgroße	20 - 25
Zuckerschoten	gestutzt	250 g	4 - 5
Erbsen	frisch, geschält gefroren	250 g 250 g	8 - 10 4 - 5
Kartoffeln	ganz	4 (150 - 180 g pro Stück)	35 - 40
Kartoffeln	neue, ganz	6 (125 g pro Stück)	25 - 30
Süßkartoffeln	in Stücke geschnitten	300 g	20 - 25
Kürbis	in Stücke geschnitten	300 g	20 - 25
Spinat	Blätter und Stängel gereinigt	½ Bund	5
Baby Zucchini	gestutzt	350 g	8
Rüben	geschält, zu 50 g Stücke geschnitten	350 g	15 - 17
Zucchini	in Scheiben	350 g	6

Tipps und Tricks zum Dünsten von Fisch und Meeresfrüchten

- Würzen Sie Fisch mit frischen Kräutern, Zwiebeln, Zitrone, etc. vor dem Kochen.
- Fischfilets in einer einzelnen Schicht im Edelstahl-Einsatz zum Dämpfen hineingeben, nicht überlappen lassen.
- Der Fisch ist fertig wenn es sich leicht mit einer Gabel zerpfücken lässt und die Farbe undurchsichtig ist.

Typ	Vorschläge und Tipps	Kochzeit min
Fisch – Filets – ganz – Kotelette	Dämpfen bis der Fisch undurchsichtig ist und sich leicht mit einer Gabel zerpfücken lässt	8 - 10 15 - 20 12 - 14
Hummer – Schwänze	Unterseite der Schale entfernen	18 - 20
Muscheln - in der Schale	Dämpfen bis die Schale sich gerade geöffnet hat	12 - 14
Venusmuscheln	Dämpfen bis die Schale sich gerade geöffnet hat	8 - 10

Typ	Vorschläge und Tipps	Kochzeit min
Garnelen - mit der Schale	Dämpfen bis diese rosa sind	8 - 10
Jakobsmuscheln	Dämpfen bis die Muscheln undurchsichtig sind	4 - 6

Hinweise und Tipps zum Dämpfen von Geflügel

- Wählen Sie ähnlich große Stücke von Geflügel, um gleichzeitiges gar kochen zu ermöglichen.
- Für gleichmäßige Garergebnisse, das Geflügel in einer einzigen Schicht arrangieren.
- Entfernen Sie sichtbares Fett und die Haut.
- Um ein gebräuntes Aussehen zu erhalten, braten Sie das Huhn vor dem Dämpfen scharf an.
- Überprüfen Sie das Geflügel durch das Einstechen an der dicksten Stelle auf den Garzustand. Das Geflügel ist gekocht, wenn ein klarer Saft hinausläuft.

Typ	Vorschläge und Tipps	Kochzeit min
Brustfilet	Mit der Hautseite nach oben dämpfen.	20 - 25
Hänchenkeule	Mit der dicksten Stelle nach außen dämpfen.	30 - 35
Hühnerschenkel	Mit der dicksten Stelle nach außen dämpfen.	18 - 20

Hinweise und Tipps zum Dämpfen von Dumplingen

- Frische oder tiefgekühlte Dumplinge und herzhaftes Brötchen können gedämpft werden.
- Legen Sie kleine Stücke Backpapier oder Kohl- oder Salat- Blätter unter die Dumplinge, um das Festkleben an dem Dampfeinsatz zu vermeiden.

Typ	Vorschläge und Tipps	Kochzeit min
BBQ-Schweinefleisch- oder Huhn-Dumplinge	gefroren	10 - 12
Dumplinge – gefrorenen	vor dem Kochen trennen	8 - 10
Dumplinge – frisch		5 - 6

STÖRUNGEN BESEITIGEN

Falls beim Betrieb Probleme auftreten, finden Sie Lösungen in diesem Bereich.

Problem	Lösung
Der Multicooker schaltet sich plötzlich aus.	<ul style="list-style-type: none">• Stellen Sie sicher, dass der Netzstecker richtig an das Gerät und die Steckdose angeschlossen ist.• Das Gerät wurde überfordert oder überhitzt durch Kochbedingungen. Drücken Sie die gewünschte Einstellungs-Taste und dann die START CANCEL-Taste um weiterzukochen. Warten Sie ein paar Minuten bis sich das Gerät wieder erwärmt hat und weiter kocht.
Die Multicooker schaltet in die KEEP WARM Einstellung vor dem Ende des Kochvorganges.	<ul style="list-style-type: none">• Drücken Sie die START CANCEL-Taste, um das Gerät zurückzusetzen. Dann wählen Sie die gewünschte Einstellung um mit dem Kochen fortzufahren.

PFLEGE UND REINIGUNG

- Ziehen Sie das Netzkabel aus der Steckdose.
- Lassen Sie alle Teile vor dem Entfernen des Kocheinsatzes abkühlen. Waschen Sie den Kocheinsatz, Edelstahl-Dampfgareinsatz und Glasdeckel in heißem Seifenwasser. Spülen Sie ihn ab und lassen Sie ihn anschließend trocknen.
- Teile Ihres Multicookers (außer der Deckel aus gehärtetem Glas) sollten nicht in der Spülmaschine gereinigt werden, da scharfe Reiniger und hohe Warmwassertemperaturen Flecken verursachen oder den Kocheinsatz verzerren könnten.
- Verwenden Sie keine Scheuermittel, Stahlwolle oder Metallschwämme da diese die Antihafbeschichtung beschädigen können.
- Das Gehäuse kann mit einem feuchten Tuch abgewischt werden und dann gründlich abgetrocknet werden. Um Schäden am Gerät zu verhindern, verwenden Sie keine alkalischen Reinigungsmittel. Benutzen Sie ein weiches Tuch und ein mildes Reinigungsmittel.

Hinweis:

Falls sich Reis auf dem Boden des Kocheinsatz festgekocht hat, füllen Sie die Schüssel mit heißem Seifenwasser und lassen Sie für etwa 10 Minuten vor der Reinigung stehen.

⚠ WARNUNG: Vor der Reinigung immer den Stecker ziehen. Der Gerätestecker muss trocken sein, bevor der Multicooker wieder verwendet wird.

Um eine Beschädigung des Multicookers zu vermeiden, benutzen Sie beim Reinigen keine alkalischen Reinigungsmittel, verwenden Sie ein weiches Tuch und ein mildes Reinigungsmittel.

Verwenden Sie keine Chemikalien, Stahlwolle, Metall-Topfreiniger oder Scheuermittel, um das Gehäuse oder den Kocheinsatz des Multicookers zu reinigen, da diese

das Gehäuse oder die Beschichtung des Kocheinsatzes beschädigen können.

Tauchen Sie niemals das Gehäuse oder das Netzkabel in Wasser oder andere Flüssigkeiten, da diese Stromschläge verursachen können.

AUFBEWAHRUNG

Achtung: Kleine Kinder müssen beaufsichtigt werden, so dass sie nicht mit dem Gerät oder einem Teil davon spielen. Wenn das Gerät nicht in Gebrauch ist, immer den Netzstecker ziehen. Lassen Sie das Gerät nicht unbeaufsichtigt, während es an die Stromversorgung angeschlossen ist, um das Risiko von Stromschlägen oder Feuer zu vermeiden. Reinigen Sie das Gerät immer vor dem Lagern um eine Ansammlung von angetrockneten Speiseresten zu vermeiden. Gehen Sie nach den Anweisungen im Abschnitt ›Pflege und Reinigung‹ vor. Stellen Sie sicher, dass sich keine Fremdstoffe auf den Heizplatten und dem Deckel befinden und schließen Sie das Gerät zum Lagern. Lagern Sie das Gerät sauber, trocken und sicher vor Frost, direkter Sonneneinstrahlung und unzulässige Belastung (mechanische oder elektrische Schläge, Hitze, Feuchtigkeit) und wo es außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern ist. Stellen Sie das Gerät auf eine saubere und stabile Oberfläche, wo es nicht herunterfallen kann. Legen Sie keine harten oder schweren Gegenstände auf das Gerät oder Teile davon.

1. Reinigen Sie das Gerät gemäß den Anweisungen im Abschnitt ›Pflege und Reinigung‹.
2. Stellen Sie sicher, dass sich keine Fremdkörper auf den Heizplatten befinden.
3. Schließen Sie den Deckel und bewegen Sie das Gerät am Griff. Bewahren Sie das Gerät auf einer sauberen und stabile Oberfläche auf, wo es nicht herunterfallen kann.

Achtung: Halten Sie das Gerät immer an den Griffen auf beiden Seiten fest, um es zu bewegen. Niemals das Gerät am Deckel oder am Netzkabel halten, um es zu bewegen.

Behandeln Sie das Netzkabel mit Vorsicht. Niemals das Netzkabel knicken, quetschen oder verknoten. Niemals am Netzkabel ziehen oder reißen.

Niemals die Bauteile oder Zubehöre des Gerätes für andere Geräte oder andere Zwecke verwenden, als in diesem Heft beschrieben. Bewahren Sie die Bauteile und Zubehöre des Gerätes am besten immer zusammen mit dem Gerät auf.

ENTSORGUNGSHINWEISE



Gerät und Verpackung müssen entsprechend den örtlichen Bestimmungen zur Entsorgung von Elektroschrott und Verpackungsmaterial entsorgt werden. Informieren Sie sich gegebenenfalls bei Ihrem örtlichen Entsorgungsunternehmen.

Entsorgen Sie elektrische Geräte nicht im Hausmüll, nutzen Sie die Sammelstellen der Gemeinde. Fragen Sie ihre Gemeindeverwaltung nach den Standorten der Sammelstellen. Wenn elektrische Geräte unkontrolliert entsorgt werden, können während der Verwitterung oder durch die Müllverbrennung gefährliche Stoffe in Grundwasser und Luft und damit in die Nahrungskette gelangen und die Flora und Fauna können auf Jahre vergiftet werden. Wenn Sie das Gerät durch ein neues ersetzen, ist der Verkäufer gesetzlich verpflichtet, das alte mindestens kostenlos zur Entsorgung entgegenzunehmen.

INFORMATION UND SERVICE

Weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter www.gastroback.de. Wenden Sie sich mit Problemen, Fragen und Wünschen gegebenenfalls an: Gastroback Kundenservice, Tel.: 04165/2225-0 oder per E-Mail: info@gastroback.de .

GEWÄHRLEISTUNG/GARANTIE

Wir gewährleisten für alle Gastroback-Elektrogeräte, dass sie zum Zeitpunkt des Kaufes mangelfrei sind. Nachweisliche Fabrikations- oder Materialfehler werden unter Ausschluss weitergehender Ansprüche und innerhalb der gesetzlichen Frist kostenlos ersetzt oder behoben. Ein Gewährleistungsanspruch des Käufers besteht nicht, wenn der Schaden an dem Gerät auf unsachgemäße Behandlung, Überlastung und/oder Installationsfehler zurückgeführt werden kann. Ohne unsere schriftliche Einwilligung erfolgte, technische Eingriffe von Dritten, führen zum sofortigen Erlöschen des Gewährleistungsanspruchs. Der Käufer muss zur Geltendmachung des Anspruchs den Original-Kaufbeleg vorlegen und trägt im Gewährleistungsfall die Kosten und das Risiko des Transportes.

Hinweis:

Kunden aus Deutschland und Österreich: Für die Reparatur- und Serviceabwicklung möchten wir Sie bitten, Gastroback Produkte an folgende Anschrift zu senden: Gastroback GmbH, Gewerbestr. 20, 21279 Hollenstedt.

Kunden anderer Länder: Bitte kontaktieren Sie Ihren Händler

Bitte haben Sie dafür Verständnis, dass unfreie Sendungen nicht angenommen werden können. Einsendung von Geräten: Bitte verpacken Sie das Gerät transportsticher, ohne Zubehör und legen Sie den Garantiebeleg sowie eine kurze Fehlerbe-

schreibung bei. Die Bearbeitungszeit nach Wareneingang des defekten Gerätes beträgt ca. 2 Wochen; wir informieren Sie automatisch. Bei defekten Geräten außerhalb der Garantie senden Sie uns das Gerät bitte an die angegebene Adresse. Sie erhalten dann einen kostenlosen Kostenvoranschlag und können dann entscheiden, ob das Gerät zu den ggf. anfallenden Kosten repariert, unrepariert und kostenlos an Sie zurück gesendet oder vor Ort kostenlos entsorgt werden soll.

Das Gerät ist ausschließlich für den Privatgebrauch bestimmt und ist nicht für den gewerblichen Betrieb ausgelegt. Verwenden Sie das Gerät nur wie in dieser Gebrauchsanleitung beschrieben. Jede andere Verwendung gilt als nicht bestimmungsgemäß und kann zu Sachschäden oder sogar zu Personenschäden führen. Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch nicht bestimmungsgemäßen Gebrauch entstanden sind.

REZEPT-IDEEN

CREMIGE TOMATEN UND LINSEN-SUPPE

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

- 1 EL Olivenöl
- 1 große rote Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 kleine rote Chili, entkernt und fein gehackt
- 2 Esslöffel Tomatenmark
- 3 Tassen Tomatenpüree
- 4 Tassen Hühnerbrühe
- 2 Teelöffel brauner Zucker
- $\frac{3}{4}$ Tasse rote Linsen
- 1 Tasse griechischer Joghurt
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- 2 Esslöffel gehackter Koriander

Zubereitung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz zudeckt ca. 3 Minuten.
2. Entfernen Sie den Deckel und geben Sie Öl hinein. Etwa 1 Minute erhitzen.
3. Zwiebel, Knoblauch und Chili hinzufügen und zudecken. 3 – 4 Minuten oder bis die Zwiebel weich ist anbraten, dabei gelegentlich umrühren.
4. Tomatenmark dazugeben und eine weitere Minute kochen. Tomatenpüree, Brühe, Zucker und Linsen hinzugeben, zudecken.
5. Drücken Sie die SLOW COOK HIGH-Taste und kochen Sie ca. 3 – 4 Stunden oder SLOW COOK LOW-Taste und kochen Sie ca. 6 –

7 Stunden.

6. Joghurt einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bestreut mit kleingehacktem Koriander servieren.

HÄHNCHEN CACCIATORE

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

- 1 EL Olivenöl
- 2 kg Hühnerfleisch (ohne Haut)
- 1 mittelgroße Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 Tasse Tomatenpüree
- $\frac{1}{2}$ Tasse entsteinte Kalamata Oliven
- $\frac{1}{4}$ Tasse Weißwein
- $\frac{1}{2}$ Tasse Hühnerbrühe
- 200 g Champignons, halbiert
- 2 Teelöffel gehackter frischer Rosmarin
- 2 Teelöffel Zucker
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- $\frac{1}{4}$ Tasse gehackte Basilikum

Zubereitung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zudeckt.
2. Fügen Sie Öl hinein und erhitzen Sie noch ca. 1 Minute.
3. Huhn in kleinen Mengen hineingeben und anbraten, bis diese leicht gebräunt sind. Dann herausnehmen und beiseite stellen. Überschüssiges Öl abfließen lassen und den Kocheinsatz noch 1 Minute erhitzen.
4. Zwiebel und Knoblauch dazugeben und 3 – 4 Minuten unter gelegent-

lichem Rühren anbraten bis diese weich sind.

5. Tomatenpüree, Oliven, Wein, Hühnerbrühe, Pilze, Rosmarin und Zucker nacheinander hineinrühren.
6. Das Hühnerfleisch wieder in den Kocheinsatz geben und in die Soße und das Gemüse eintauchen. Mit dem Deckel zudecken.
7. Die SLOW COOK HIGH-Taste drücken und ca. 3 - 4 Stunden kochen lassen.
8. Mit gehacktem Basilikum abschmecken und umrühren.

HUHN MIT ROSMARIN, ZITRONE UND KNOBLAUCH

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

- 1 EL Olivenöl
- 2 kg Hähnchenteile (ohne Haut)
- 1 Zwiebel, gehackt
- 3 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
- 1 Teelöffel geriebene Zitronenschale
- 1 Teelöffel schwarzer Pfeffer
- 1 EL frisch gehackter Rosmarin
- ½ Tasse Weißwein
- ½ Tasse Hühnerbrühe
- 2 Esslöffel Zitronensaft
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Fügen Sie Öl hinein und erhitzen Sie

noch ca. 1 Minute.

3. Huhn in kleinen Mengen hineingeben und anbraten, bis diese leicht gebräunt sind. Dann herausnehmen und beiseite stellen.
4. Zwiebel, Knoblauch, Zitronenschale, Pfeffer und Rosmarin hineingeben. Zugedeckt anbraten und dabei gelegentlich umrühren, bis die Zutaten weich sind.
5. Wein hinzufügen und ca. 2 – 3 Minuten köcheln lassen um den Alkohol herauszukochen. Brühe, Zitronensaft und das angebratene Hühnerfleisch in den Kocheinsatz und in die Sauce geben.
6. Mit dem Deckel abdecken. Die SLOW COOK HIGH-Taste drücken und ca. 3 – 4 Stunden kochen lassen.
7. Nach Bedarf abschmecken und heiß servieren. Als Beilage empfehlen wir: Ofenkartoffeln, Kürbis und gedünstete grüne Bohnen.

LAMMHAXENRAGOUT

Portionen: 4

Zutaten

- 2 EL Olivenöl
- ¼ Tasse Mehl
- 6 kleine Lammkeulen (ohne Haut)
- 1 Zwiebel, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 Karotte, gewürfelt
- 1 große Stange Sellerie, gewürfelt
- 1/3 Tasse Tomatenmark
- ½ Tasse Rotwein
- 400 g können Tomaten gewürfelt
- ½ Tasse Huhn oder Rinderbrühe

1 Lorbeerblatt
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Fügen Sie Öl hinein und erhitzen Sie noch ca. 1 Minute.
3. Die Lammkeule in Mehl welzen, das überschüssige Mehl abschütteln und anbraten, bis sie leicht gebräunt sind. Dann herausnehmen und beiseite stellen.
4. Zwiebel, Knoblauch, Karotten und Sellerie dazugeben und 3 – 4 Minuten unter gelegentlichem Rühren weiterbraten bis sie weich sind.
5. Tomatenmark dazugeben und noch 1 Minute weiterkochen.
6. Den Wein hineingeben und zum kochen bringen; ca. 1 – 2 Minuten köcheln lassen, dabei alle Ablagerungen am Boden des Kocheinsatzes entfernen.
7. Lammkeulen wieder in den Kocheinsatz geben. Tomaten, Hühnerbrühe und Lorbeerblatt hinzufügen; gut umrühren so das alles bedeckt ist.
8. Mit dem Deckel abdecken. Die SLOW COOK LOW-Taste drücken und ca. 6 – 7 Stunden kochen lassen.
9. Mit Salz und Pfeffer würzen und sofort mit Kartoffelpüree servieren.

DUFTENDES LAMMCURRY

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

2 EL Pflanzenöl
1,5 kg Lammkeule, gewürfelt in 5 cm Würfeln
1 große Zwiebel, in Scheiben geschnitten
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
2 cm Ingwer, fein gehackt
1 EL gemahlener Koriander
1 EL gemahlener Kreuzkümmel
1 EL Curry-Paste
1 Teelöffel gemahlene Kurkuma
½ Teelöffel gemahlene Nelken
5 Kardamomkapseln
1 Zimtstange
1 Tasse Wasser oder Hühnerbrühe
½ Tasse Naturjoghurt
1/3 Tasse gehackten Koriander
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Die Hälfte des Öles hineingeben und ca. 1 Minute erhitzen.
3. Lamm in kleinen Chargen hineingeben und anbraten, bis sie leicht gebräunt sind, herausnehmen und beiseite stellen.
4. Das restliche Öl, Zwiebel und Knoblauch dazugeben und 3 bis 4 Minuten bis sie weich sind, unter gelegentlichem Rühren weiterbraten.
5. Gewürze hineingeben und eine weitere Minute kochen.

6. Lamm wieder in den Kocheinsatz geben und Brühe hinzufügen; gut umrühren.
7. Mit dem Deckel zudecken. Drücken Sie die SLOW COOK HIGH-Taste und lassen Sie es ca. 3 – 4 Stunden kochen oder mit der SLOW COOK LOW-Taste für 5 – 6 Stunden.
8. Joghurt und Koriander einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit gedämpftem Reis servieren.

Hinweis:

Um ein gleichmäßiges Garen zu ermöglichen, nach der Hälfte der Garzeit umrühren.

EINFACHES OSSO BUCCO

Portionen: 4

Zutaten

6 x 4cm dicke Osso Bucco (Kalbshaxen)
 2 EL Mehl
 2 EL Olivenöl
 1/3 Tasse Weißwein
 400 g Tomaten (aus der Dose) gewürfelt
 2 Teelöffel Zucker
 Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
 Gremolata
 4 Knoblauchzehen, fein gehackt
 Fein geriebene Schale von 1 Zitrone
 1/2 Tasse gehackte frische Petersilie

Zubereitung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Fügen Sie Öl hinein und erhitzen Sie noch ca. 1 Minute.
3. Osso Bucco in Mehl welzen, das

überschüssige Mehl abschütteln und anbraten, bis sie leicht gebräunt sind. Dann herausnehmen und beiseite stellen.

4. Den Wein hineingeben und zum Kochen bringen; ca. 1 – 2 Minuten köcheln lassen und dabei alle Ablagerungen am Boden des Kocheinsatzes entfernen.
5. Osso Bucco zurück in den Kocheinsatz geben; Tomaten und Zucker hineingeben und mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Mit dem Deckel abdecken. Die SLOW COOK LOW-Taste drücken und ca. 6 – 7 Stunden kochen lassen. Bestreuen Sie es mit Gremolata

Hinweis:

Gremolata ist eine Kräuter-Würzmischung der lombardischen Küche. Die klassische Form besteht aus glattblättriger Petersilie, Zitronenschale (Zesten) und meist auch Knoblauch, die gehackt den warmen Gerichten erst gegen Ende der Garzeit zugegeben werden, um die frischen Aromen zu erhalten.

TEX-MEX BEEF UND BOHNEN

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

1 1/2 Tassen getrocknete rote Bohnen, über Nacht in kaltem Wasser eingeweicht
 2 EL Öl
 1,3 kg Steak in 5cm Würfel geschnitten
 2 große Zwiebeln, in Scheiben geschnitten
 3 Knoblauchzehen, gehackt
 1 EL gemahlener Kreuzkümmel
 2 Teelöffel Chilipulver

2 Teelöffel getrockneter Oregano Flo-
cken
400 g Tomaten (aus der Dose) gewürfelt
½ Tasse Fleischbrühe
1 grüne Paprika geschnitten in große
Stücke
Salz und frisch gemahlener schwarzer
Pfeffer
Sauerrahm, Guacamole, geriebener
Cheddar-Käse zum Verfeinern

Zubereitung:

1. Die Bohnen gründlich waschen, abtropfen lassen und beiseite stellen.
2. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz zugedeckt ca. 3 Minuten.
3. Fügen Sie etwas Öl hinein und erhitzen Sie es ca. 1 Minute.
4. Das Fleisch in kleinen Chargen hineingeben und ca. 2 – 3 Minuten anbraten, oder bis diese leicht gebräunt sind. Herausnehmen und mit dem restlichen Fleisch wiederholen.
5. Im restlichen Öl, die Zwiebel und den Knoblauch anbraten, bis diese weich aber nicht gebräunt sind.
6. Gewürze, Tomaten, Brühe, Paprika und Rindfleisch in den Kocheinsatz geben.
7. Mit dem Deckel zudecken. Drücken Sie die SLOW COOK HIGH-Taste und lassen Sie es 3 – 4 Stunden kochen oder mit der SLOW COOK LOW-Taste für 5 – 6 Stunden.
8. Zerkleinern Sie das Rindfleisch mit einer Gabel und fügen sie es in den

Kocheinsatz hinein. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einem Klecks saurer Sahne, Guacamole und geriebenem Käse servieren.

SAUCE BOLOGNESE

Zutaten für 4 Personen

Zutaten

2 EL Olivenöl
1 große Zwiebel, gehackt
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
1 kg Rind- oder Schweine- Hackfleisch
1/3 Tasse Tomatenmark
½ Tasse Rotwein
1 große Karotte, gerieben
400 g Tomaten gewürfelt (aus der Dose)
1 Teelöffel getrockneter Oregano
1 Lorbeerblatt
½ Tasse Fleischbrühe oder Wasser
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
¼ Tasse gehackter Basilikum

Zubereitung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Fügen Sie Öl hinein und erhitzen Sie noch ca. 1 Minute.
3. Zwiebel und Knoblauch hineingeben und ca. 3 – 4 Minuten (oder bis sie weich sind) anbraten, dabei gelegentlich umrühren.
4. Hackfleisch in kleinen Mengen hineingeben, dabei während des Kochens darauf achten, dass eventuelle Klumpen sich auflösen.
5. Tomatenmark dazugeben und 1

Minute weiterkochen. Den Wein hineingeben und zum Kochen bringen; ca. 1 – 2 Minuten köcheln lassen um den Alkohol herauszukochen.

6. Karotten, Tomaten, Oregano, Lorbeer und Brühe hineingeben.
7. Mit dem Deckel zudecken. Drücken Sie die SLOW COOK HIGH-Taste und lassen Sie es ca. 3 – 4 Stunden kochen.
8. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz vor dem Servieren Basilikum unterrühren.

SCHARFES GEMISCHTES DHAL

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

- 1 EL Öl
- 1 EL schwarzer Senf
- 1 große rote Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 4 cm großes Stück Ingwer, gerieben
- 1 EL gemahlener Koriander
- 2 Teelöffel gemahlene Kurkuma
- 2 kleine rote Chilischoten, gehackt
- ½ Tasse gelbe Erbsen
- ½ Tasse rote Linsen
- ½ Tasse braune Linsen
- 3 Tassen Gemüsebrühe
- 3 Tomaten, gehackt
- Meersalz nach Geschmack
- Saft von einer halben Zitrone
- 2 EL gehackter Koriander
- Naturjoghurt zum Verfeinern

Zubereitung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-

Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.

2. Fügen Sie Öl hinein und erhitzen Sie es ca. 1 Minute.
3. Fügen Sie Senfkörner hinein und braten Sie dieso solange bis sie anfangen zu zerplatzen. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer dazugeben und ca. 5 – 6 Minuten weiter kochen, dabei gelegentlich umrühren, bis die Zwiebel leicht goldfarbend ist.
4. Gewürze, Chili, Linsen, Brühe und Tomaten hineingeben. Mit dem Deckel zudecken. Drücken Sie die SLOW COOK HIGH-Taste und lassen Sie es ca. 3 – 4 Stunden oder mit der SLOW COOK LOW-Taste 5 – 6 Stunden kochen.
5. Mit Salz und Zitronensaft würzen und Koriander einrühren.
Mit Joghurt servieren.

RISOTTO MILANESE

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

- 1 EL Olivenöl
- 40 g Butter
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 350 g Arborio oder Canaroli Reis
- 1 Tasse Weißwein
- 4 Tassen heißer Hühnerbrühe
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ½ Tasse geriebener Parmesan

Zubereitung:

SAUTÉ|SEAR Einstellung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz

ca. 3 Minuten zugedeckt.

2. Entfernen Sie den Deckel. Dann das Öl und die Hälfte der Butter hineingeben und ca. 1 Minute erhitzen bis diese geschmolzen ist.
3. Zwiebel und Knoblauch dazugeben, zudecken, und ca. 3 – 4 Minuten anbraten. Dabei gelegentlich umrühren, bis die Zwiebel weich ist.
4. Reis hinzufügen und gut mischen, abdecken und ca. 2 – 3 Minuten weiterbraten bis der Reis glänzend ist.
5. Wein hineinrühren, abdecken und ca. 2 – 3 Minuten köcheln lassen (oder bis der Wein absorbiert wurde).

RISOTTO Einstellung

1. Hühnerbrühe hineinrühren und gründlich umrühren. Abdecken und erst die RISOTTO-Taste und dann die START|CANCEL-Taste drücken.
2. Wenn das Gerät automatisch in den Warmhaltmodus schaltet, (dauert ca. 20 – 30 Minuten), den Deckel entfernen, alles gut durchrühren und die restliche Butter und die Hälfte des Parmesans unterheben.

Sofort mit Parmesan garniert servieren.

RISOTTO AL A FUNGHI

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

- 2 EL Öl
- 30 g Butter
- 6 bis 8 Schalloten, fein gehackt
- 400 g verschiedene Pilze, in Scheiben

geschnitten

- 350 g Arborio oder Carnaroli Reis
- ½ Tasse trockener Weißwein
- 6 Tassen Gemüse- oder Hühnerbrühe
- ½ Tasse geriebener Pecorino oder Parmesan-Käse
- 1 EL gehackter frischer Salbei
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung:

SAUTÉ|SEAR Einstellung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Entfernen Sie den Deckel. Öl und Butter hineingeben und erhitzen bis die Butter geschmolzen ist.
3. Gehackte Schalloten hineingeben, zudecken und ca. 3 – 4 Minuten anbraten bis die Schallotten weich sind, dabei gelegentlich umrühren.
4. Fügen Sie Pilze hinein, legen Sie den Deckel auf und lassen Sie es weitere 3 Minuten anbraten bis die Pilze leicht weich sind.
5. Geben Sie den Reis dazu, umrühren, abdecken und ca. 2 – 3 Minuten kochen lassen, dabei gelegentlich umrühren.
6. Wein hineinrühren, ungedeckt ca. 2 – 3 Minuten weiterkochen, bis der Wein absorbiert wurde.

RISOTTO Einstellung

1. Brühe hineinrühren, gründlich umrühren. Abdecken, erst die RISOTTO-Taste und dann die START|CANCEL-Taste drücken.
2. Wenn das Gerät automatisch in den

Warmhaltemodus schaltet, (dauert ca. 20 – 30 Minuten), den Deckel entfernen und alles gut durchrühren. Den geriebenen Pecorino und gehackten Salbei hineinrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sofort servieren.

Hinweis:

Eine Vielzahl von Pilzarten kann für dieses Rezept verwendet werden: Portobello, Shiitake, Austern, etc.

Huhn Risotto mit Pesto und Rucola

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

30 g Butter
300 g Hähnchenbrustfilet, in dünne Scheiben geschnitten
1 EL Öl
1 große Zwiebel, fein gehackt
3 Knoblauchzehen, fein gehackt
350 g Arborio oder Carnaroli Reis
5 Tassen Hühnerbrühe
1/3 Tasse Pesto
1/4 Tasse geriebener Parmesan
50 g Rucola
Zusätzlich 1 1/3 Tasse geriebener Parmesan

Zubereitung:

SAUTÉ|SEAR Einstellung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Entfernen Sie den Deckel und geben Sie die Hälfte der Butter hinein, und lassen Sie es ca. 1 Minute erhitzen (oder bis diese geschmolzen ist).
3. Fügen Sie die Hälfte des Huhns in

den Kocheinsatz hinein. Deckel auflegen und ca. 3 – 4 Minuten anbraten.

4. Deckel abnehmen, umrühren und weitere 3 – 4 Minuten braten (oder bis das Fleisch leicht gebräunt ist). Aus dem Kocheinsatz herausnehmen und warm stellen. Den Vorgang mit dem restlichen Hühnerfleisch wiederholen, herausnehmen und beiseite stellen.
5. Restliche Butter und Öl erhitzen, bis die Butter geschmolzen ist. Zwiebel und Knoblauch hineingeben, zudecken, ca. 3 – 4 Minuten anbraten, dabei gelegentlich umrühren, bis die Zwiebel weich ist.
6. Reis hinzufügen, gut umrühren, abdecken, weitere ca. 2 – 3 Minuten kochen bis der Reis glänzend ist.

RISOTTO Einstellung

1. Hühnerbrühe hineinrühren, gründlich umrühren. Abdecken, erst die RISOTTO-Taste und dann die START|CANCEL-Taste drücken.
2. Wenn das Gerät automatisch in den Warmhaltmodus schaltet, (dauert ca. 20 – 30 Minuten), den Deckel entfernen, alles gut durchrühren, dann Hühnerfleisch, Pesto, Parmesan und Rucola hineinrühren.

Mit frisch geriebenem Parmesan sofort servieren.

GARNELEN UND SPARGEL-RISOTTO

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

40 g Butter

400 g medium grün Garnelen, geschält und entdarnt

1 EL Öl

1 Zwiebel, fein gehackt

1 kleine Knolle Fenchel, halbiert und in dünne Scheiben geschnitten

350 g Arborio oder Carnaroli Reis

½ Tasse trockener Weißwein

5½ Tassen Hühnerbrühe oder Fischbrühe

½ TL gemahlener weißer Pfeffer

1 Bund Spargel, geputzt und in diagonale dünne Scheiben geschnitten

2 EL frisch gepresster Zitronensaft

Fein geriebene Schale von 1 Zitrone

Meersalz nach Geschmack

Zubereitung:

SAUTÉ|SEAR Einstellung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Den Deckel öffnen, 10 g Butter hineingeben, ca. 1 Minute erhitzen bis die Butter geschmolzen ist.
3. Garnelen hineingeben, mit dem Deckel abdecken und ca. 4 – 5 Minuten anbraten bis die Garnelen gar sind. Herausnehmen und beiseite stellen, warm halten.
4. Öl und 20 g der Butter in den Kocheinsatz geben, ca. 1 Minute erhitzen bis die Butter geschmolzen ist.
5. Zwiebel und in Scheiben geschnittenen Fenchel hinzufügen, abdecken und ca. 6 – 7 Minuten anbraten. Dabei gelegentlich umrühren, bis der Fenchel zart ist.

6. Reis hinzufügen, gut umrühren, abdecken, weitere 2 – 3 Minuten kochen bis der Reis glänzend ist.

7. Den Deckel abnehmen, den Wein hineinrühren und ca. 2 – 3 Minuten aufgedeckt weiterkochen, dabei gelegentlich umrühren, bis der Wein absorbiert wurde.

RISOTTO Einstellung

1. Hühnerbrühe und Pfeffer hineinrühren gründlich umrühren. Abdecken, erst die RISOTTO-Taste und dann die START|CANCEL-Taste drücken.
2. Wenn das Gerät automatisch in den Warmhaltmodus schaltet, (dauert ca. 20 – 30 Minuten), den Deckel abnehmen, die Spargel Scheiben und die restlichen 10 g Butter hineinrühren, wieder zudecken und weitere 5 Minuten auf der Warmhaltestufe ruhen lassen.
3. Zitronensaft und Zitronenschale hineinrühren und mit Salz würzen.

Sofort mit den Garnelen servieren.

Thymian, Barramundi und Erbsen Risotto

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

20 g Butter

1 EL Öl

2 Stangen Lauch, gewaschen und in dünne Scheiben geschnitten

2 Knoblauchzehen, fein gehackt

300 g Arborio oder Carnaroli Reis

1 Tasse trockener Weißwein

4 Tassen Hühnerbrühe oder Fischfond

400 g frische Barramundi Filets in 3 cm große Würfel geschnitten

250 g frische Erbsen oder gefrorene Erbsen, aufgetaut

1 Teelöffel fein geriebene Zitronenschale
1 EL frisch gepresster Zitronensaft
2 EL gehackte frische Petersilie
Salz und gemahlener weißer Pfeffer
Zitronenscheiben zum Verfeinern

Zubereitung:

SAUTÉ|SEAR Einstellung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Entfernen Sie den Deckel. Geben Sie Öl und Butter hinein und erhitzen Sie es bis die Butter geschmolzen ist.
3. Lauch und Knoblauch hineingeben, abdecken und ca. 4 – 5 Minuten anbraten bis der Lauch weich ist, dabei gelegentlich umrühren.
4. Reis hinzufügen, gut umrühren, abdecken, weitere 2 – 3 Minuten kochen bis der Reis glänzend ist.
5. Den Deckel abnehmen und den Wein hineinrühren. Etwa 2 – 3 Minuten aufgedeckt weiterkochen, dabei gelegentlich umrühren, bis der Wein absorbiert wurde.

RISOTTO EINSTELLUNG

1. Brühe hineinrühren, gründlich umrühren. Abdecken, erst die RISOTTO-Taste und dann die START|CANCEL-Taste drücken. 18 – 20 Minuten kochen und dabei gelegentlich umrühren
2. Entfernen Sie den Deckel und rühren Sie die Barramundi Stücke hinein. Wieder abdecken.
3. Wenn das Gerät automatisch in den

Warmhaltemodus schaltet, (dauert ca. 5 – 10 Minuten), den Deckel entfernen und Erbsen, Zitronenschale und Zitronensaft hineinrühren und mit gehackter Petersilie bestreuen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sofort mit Zitronenscheiben servieren.

Hinweis:

Jede Art von festen weißen Fischfilets ohne Gräten kann in diesem Rezept verwendet werden.

Türkischer Pilaf

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

2 EL Olivenöl
1 rote Zwiebel, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
1 Teelöffel Kardamom, fein zerkleinert
1 TL gemahlener Kreuzkümmel
½ TL gemahlener schwarzer Pfeffer
1 Teelöffel gemahlene Kurkuma
1 Lorbeerblatt
Prise Salz
450 g Basmati-Reis, gewaschen und gut abgetropft
4 Tassen Hühner- oder Gemüsebrühe
½ Tasse geschälte Pistazien, gehackt
1 Tasse getrocknete Aprikosen, gehackt
¾ Tasse Korinthen
¼ Tasse gehacktes Koriandergrün

Zubereitung:

SAUTÉ|SEAR Einstellung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Entfernen Sie den Deckel. Geben Sie

Öl hinein und erhitzen Sie es bis die Butter geschmolzen ist.

3. Zwiebel, Knoblauch, Gewürze und Salz hineingeben, zudecken und 3 – 4 Minuten kochen bis die Zwiebel leicht weich ist und die Gewürze duften, dabei gelegentlich umrühren.
4. Gewaschenen Reis hineingeben, gut umrühren, zudecken und ca. 2 – 3 Minuten kochen, dabei gelegentlich umrühren.

RICE | STEAM Einstellung

1. Brühe hineinrühren, abdecken, erst die RICE | STEAM-Taste und dann die START | CANCEL-Taste drücken.
2. Wenn das Gerät automatisch in den Warmhaltmodus schaltet, (dauert ca. 15 – 20 Minuten), den Deckel entfernen, und das Lorbeerblatt entsorgen.
3. Pistazien, Aprikosen, Johannisbeeren und Koriander hineinrühren. Heiß oder warm servieren.

GEDÄMPFTER GANZER FISCH MIT INGWER UND FRÜHLINGSZWIEBELN

Portionen: 2

Zutaten

- 300 – 400 g ganze Schnapper oder Brassen, gereinigt und frei von Gräten
- 2 cm Stück frischer Ingwer, geschält und in dünne Streifen geschnitten
- 1 Limette, in Scheiben geschnitten
- 1 Tasse Koriander Zweige
- 3 Tassen Wasser
- 2 EL Sojasauce

1 EL Erdnussöl

3 Frühlingszwiebeln, fein geschnitten

Zubereitung:

1. Waschen und trocknen Sie die Fische. Schneiden Sie 2 Schlitz in einem 45°-Winkel an jeder Seite des Fisches. Legen Sie etwas Ingwer und eine Limettenscheibe in jeden Schlitz.
2. Legen Sie den Koriander in den Hohlraum der Fische. Legen Sie die Fische in den Dampfgareinsatz.
3. Gießen Sie 3 Tassen Wasser in den Kocheinsatz. Setzen Sie den Dampfgareinsatz in den Kocheinsatz, mit dem Deckel abdecken.
4. Drücken Sie die RICE | STEAM-Taste und dann die START | CANCEL-Taste.
5. Dämpfen Sie den Fisch ca. 15 Minuten oder bis es sich leicht mit einer Gabel zerpfücken lässt.
6. Fisch aus dem Dampfgareinsatz entfernen und auf eine Servierplatte legen.
7. Vermengen Sie Sojasoße, Öl und Frühlingszwiebeln. Fisch übergießen und sofort servieren.

SUSHI-REIS

Zutaten

- 600 g Rundkorn-Sushi-Reis, gewaschen und abgetropft
- 4 Tassen Wasser
- 2 EL Reisessig
- 2 EL Zucker
- ½ TL Salz
- Zusätzlich Reisessig für das Einrollen

Zubereitung:

RICE | STEAM Einstellung

1. Den gewaschenen Reis und das Wasser in den Kocheinsatz geben, zudecken.
2. Drücken Sie die RICE | STEAM-Taste und dann die START | CANCEL-Taste.
3. Wenn das Gerät automatisch in den Warmhaltemodus schaltet, (dauert ca. 10 – 15 Minuten), lassen Sie den Reis abgedeckt auf der Warmhaltstufe für 10 Minuten ruhen.
4. Entfernen Sie den Deckel und füllen Sie den Reis in eine große flache Schale. Beiseite stellen.
5. Essig, Zucker und Salz in einem kleinen Topf bei schwacher Hitze erhitzen, bis der Zucker sich auflöst. Essig- Gemisch in dem Reis verteilen und gut umrühren. Lassen Sie den Reis vollständig abkühlen, bevor Sie mit der Sushi-Herstellung beginnen.

Tipp: Für einige Sushi-Rezepte müssen Sie den Reis mit der Hand formen. Um dieses zu vereinfachen vermischen Sie 1 Esslöffel Reisessig mit $\frac{1}{4}$ Tasse Wasser und benetzen Sie mit dieser Mischung Ihre Hände, während Sie den Reis formen.

SUSHI-ROLLEN

Zutaten

6 Blatt Norialgen
Vorbereiteter Sushi-Reis (siehe Rezept)
Wasabipaste nach Geschmack
Beliebige Kombination von Füllungen wie:
Geräucherter Lachs, dünn geschnitten

Eingelegter Ingwer und Gemüse
Fein geschnittene Gurke
Lachs oder Thunfisch
Avocado
Geriebene Karotten
Gekochte Garnelen
Fein zerkleinerter Salat
Mayonnaise

Zubereitung:

1. Legen Sie ein Blatt Norialgen mit der glänzenden Seite nach unten auf ein Blatt Backpapier oder eine Bambusmatte.
2. Verstreichen Sie einen Teil des Reis über zwei Drittel des Nori Blattes, so dass ein Rand übersteht.
3. Verteilen Sie eine sehr dünne Schicht Wasabipaste in einer schmalen Linie in der Mitte des Reis. Legen Sie darauf die gewählte Füllung.
4. Mit dem Backpapier oder der Bambusmatte als Leitfaden, rollen Sie das Nori Blatt fest um die Füllung. Drücken Sie fest, um die Kanten zu versiegeln.
5. Legen Sie die Rollen-Naht nach unten auf ein Schneidebrett und schneiden Sie die Rolle in kleinen Portionen mit einem sehr scharfen Messer.
6. Wiederholen Sie den Vorgang mit den restlichen Nori Blättern und Füllungen.
7. Alles abdecken und bis zum Servieren kühl lagern.

Servieren Sie so bald wie möglich nach der Zubereitung.

GERÖSTETER KÜRBIS & QUINOA-SALAT

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

- 3 EL Olivenöl
- 400 g Kürbis, geschält und in 1,5 cm große Würfel geschnitten
- 2 Reisschaufeln Quinoa (Inkareis)
- 3 Reisschaufeln Hühnerbrühe
- 4 Frühlingzwiebeln, fein geschnitten
- 3 bis 4 getrocknete Feigen
- 50 g Baby-Spinat
- 2 EL Zitronensaft

Zubereitung:

SAUTÉ|SEAR Einstellung:

1. Drücken Sie die SAUTÉ|SEAR-Taste und dann die START|CANCEL-Taste. Erhitzen Sie den Kocheinsatz ca. 3 Minuten zugedeckt.
2. Entfernen Sie den Deckel, geben Sie die Hälfte des Öles hinein und erhitzen Sie es ca. 1 Minute.
3. Kürbis hinzufügen, mit dem Deckel abdecken und ca. 3 – 4 Minuten anbraten, dabei gelegentlich umrühren, bis sie weich sind. Herausnehmen und beiseite stellen.

RICE|STEAM Einstellung

1. Quinoa und Brühe hineingeben, gut umrühren, abdecken. Drücken Sie die RICE|STEAM-Taste und dann die START|CANCEL-Taste.
2. Wenn das Gerät automatisch in den Warmhaltemodus schaltet, (dauert ca. 10 – 15 Minuten), entfernen Sie den Deckel und lockern Sie den Quinoa mit einer Gabel auf und lassen Sie es vollständig abkühlen. Füllen Sie es danach in eine große Salat-

schüssel und rühren Sie den gekochten Kürbis, Feigen und Baby-Spinat unter.

3. Zitronensaft und das restliche Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Über den Salat geben und sofort servieren.

TROPICAL MANGO REIS

Portionen: 4 bis 6

Zutaten

- 275 g weißer Rundkornreis, gewaschen und abgetropft
- 1 Tasse Mangonektar
- 1 Tasse Wasser
- 450 g Dose Pfirsiche (in Scheiben geschnitten, entwässert, Saft auffangen)
- 2 Teelöffel fein geriebene Zitronenschale
- 270 ml Kokosmilch (aus der Dose)
- ¼ Tasse Passionsfruchtmark
- 1 Esslöffel Zimt-Zucker

Zubereitung:

1. Den gewaschenen Reis, Mango Nektar, Wasser und Pfirsichsaft in den Kocheinsatz geben und gut umrühren, zudecken.
2. Drücken Sie die RICE|STEAM-Taste und dann die START|CANCEL-Taste.
3. Wenn das Gerät automatisch in den Warmhaltemodus schaltet, Zitronenschale, Kokosmilch und Passionsfruchtmark einrühren. Zudecken und ca. 10 Minuten auf der Warmhaltestufe ruhen lassen.

Mit Pfirsichen und Zimt-Zucker warm servieren.

GASTROBACK®

Operating Instructions

DESIGN MULTICOOKER ADVANCED



Art.-No. 42538 Design Multicooker Advanced

Read all provided instructions before first usage!

Model and attachments are subject to change!

For household use only!



Carefully read all provided instructions before you start running the appliance and pay attention to the warnings mentioned in these instructions.

TABLE OF CONTENTS

KNOWING YOUR DESIGN MULTICOOKER ADVANCED	44
IMPORTANT SAFEGUARDS	45
Important Safeguards for Electrical Appliances	47
High Temperatures—Risk of Burns	48
Non-Stick Coating	48
TECHNICAL SPECIFICATIONS	49
BEFORE FIRST USE	49
OPERATION	49
How to Make Risotto	49
How to Make Rice	51
How to Slow Cook	53
Preparing Meat and Poultry	55
Preparing Vegetables	55
Rice Cooking Tables	56
Rice Variations	57
Steaming	58
Steaming Tables	59
SOLVING PROBLEMS	61
CARE AND CLEANING	61
STORAGE	62
NOTES FOR DISPOSAL	62
INFORMATION AND SERVICE	63
WARRANTY	63
RECIPE IDEAS	64

DEAR CUSTOMER!

Congratulations! A series of new possibilities come with your new Gastroback Design Multicooker Advanced, the multicooker that makes tender slow cooked meals, stir-free risotto, and fluffy rice all in the same bowl. Also with a sauté setting that allows you to caramelize all your lovely fresh ingredients.

Rice can be fluffy when steamed, creamy in a risotto, or spicy when in a slow cooked meal. This variety definitely makes weekly meals more interesting.

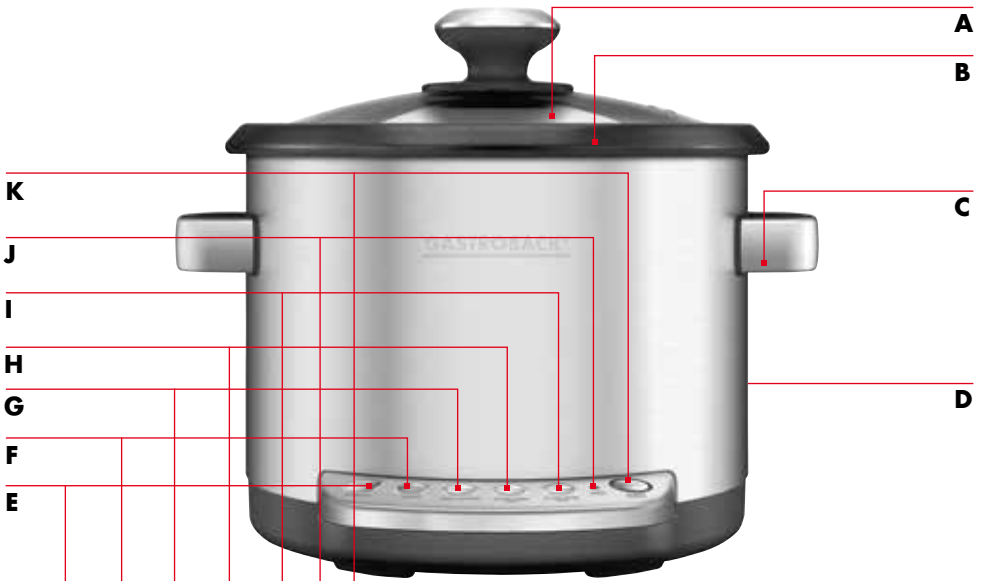
These instructions for use will inform you about the various functions and features, which make it easy to take pleasure in your new multicooker.

We hope that you will enjoy your new Design Multicooker Advanced.

Your Gastroback GmbH



KNOWING YOUR DESIGN MULTICOOKER ADVANCED



- A** Tempered domed glass lid.
With steam vent. Dishwasher safe.
- B** Removable non-stick cooking bowl.
Prevents risotto and rice from sticking.
- C** Cool-touch handles
- D** Removable power cord (not shown).
For convenient serving at the table
and storage.
- E** RISOTTO setting
- F** SAUTÉ|SEAR setting
- G** RICE|STEAM setting.
Large 10 scoop capacity cooks up to
20 scoops of cooked rice.
- H** LOW SLOW COOK setting
Gently simmers food for an extended
period of time.
- I** HIGH SLOW COOK setting
Simmers food quicker for when time is
a constraint.
- J** KEEP WARM
Automatically switches on after each
setting (except sauté).
- K** START|CANCEL button
- L** Stainless steel steaming tray
Ideal for vegetables, seafood and poultry.
- M** Rice scoop and serving spoon

IMPORTANT SAFEGUARDS

Carefully read all instructions before operating this appliance and save for further reference. Do not attempt to use this appliance for any other than the intended use described in these instructions. Any other use, especially misuse, can cause severe injuries or damage by electric shock, heat or fire.

Any operation, repair and technical maintenance of the appliance or any part of it other than described in these instructions may only be performed at an authorised service centre. Please contact your vendor.

- This appliance is for household use only and not intended for use in moving vehicles. Do not operate or store the appliance in humid or wet areas or outdoors. Any use of accessories, attachments or spare parts not recommended by the manufacturer may result in damage and/or injuries to persons.
- Check the entire appliance regularly for proper operation—especially the power cord. Do not use the appliance if the non-stick coating is damaged in any way (e.g. scratched, or peeling off). **Do not operate the appliance, when liquids are in the housing of the appliance or accumulate under the appliance or overflow.** Do not operate the appliance, when the appliance or any part of it is likely to be damaged, to avoid risk of fire, electric shock or any other damage and/or injuries to persons. The appliance is likely to be damaged if the appliance was subject to inadmissible strain (e.g. overheating, mechanical or electric shock), or if there are any cracks, excessively frayed or melted parts, or distortions, or if the appliance is leaking or not working properly. In this case, immediately unplug the appliance and return the entire appliance (including all parts and accessories) to an authorised service centre for examination and repair.
- During operation keep the appliance in an appropriate distance of at least 20 cm on each side and 1 m above to furniture, walls, boards, curtains, and other objects. Do not operate the appliance beneath or below any heat-sensitive or moisture-sensitive materials, boards, or drop-lights to avoid damage caused by steam, heat, or condensate. Operate the appliance on a well accessible, stable, level, dry, heat-resistant, water-resistant and suitable large table or counter. Do not place the appliance over a power cord, or near the edge of the table or counter, or on wet or inclined surfaces, or where it can fall. Always keep the appliance and the table or counter clean and dry, and wipe off spilled liquids immediately.
- Do not place any clothes or tissue or other objects under or on the appliance during operation, to avoid risk of fire, electric shock and overheating. Before operation, always ensure that there are no foreign objects in or under the pot, and the appliance is assembled properly and not leaking with the lid and upper cover firmly in place. Solely use the appliance for processing edible food. Immediately unplug the appliance, if there is any kind of malfunction or problem (e.g. leaking, overheating).
- This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced

physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. Children must be supervised to ensure that they do not play with the appliance or any parts of the appliance or the packaging. Do not leave the appliance unattended, when it is in reach of young children. Always keep the appliance where it is dry and clean and where young children cannot reach it. Do not place any hard and/or heavy objects on the appliance or any part of it. Take care that no one will pull the appliance by the power cord.

- Do not leave any cooking utensils or other foreign objects in the pot of the appliance during operation. **Do not use any hard, sharp or edged objects (e.g. knives, forks) with the appliance.** Only use wooden or heat-resistant plastic cooking utensils to stir and serve the food (e.g. supplied serving spoon). Do not use the inner pot for mixing ingredients to avoid excessive wear of the non-stick coating. Do not handle the appliance or any part of it with violence.
- The appliance is heated by built-in electric heating elements. The appliance or power cord may never touch hot surfaces. Do not place the appliance or any part of it on or near hot surfaces (e.g. burner, heater or oven). Do not use any part of the appliance (e.g. pot, steamer) with any other device.
- Do not move or tilt the appliance with the pot filled and inserted in the appliance to avoid that the liquid will be spilled. Always switch off, and unplug the appliance when it is not in use and let the appliance cool down sufficiently before moving, cleaning, or for storage. Always grasp the appliance on both handles for moving or lifting.
- Always observe the maximum filling level marks, when filling the pot, especially when heating foodstuffs that could froth. Otherwise hot liquids and foods could overflow or drip on the appliance and cause injuries and damage. Before starting operation, always ensure that there is a sufficient amount of liquid or foodstuffs in the pot, the pot is inserted correctly and the upper cover is assembled and closed properly. (See: >Operation<)
- Always have the glass lid placed correctly into position on the appliance throughout operation of the appliance unless states in the recipe to have it removed.
- Do not use abrasive cleaners or cleaning pads (e.g. metal scouring pads) for cleaning. Do not clean the appliance with any corrosive chemicals (e.g. bleach). Do not immerse the appliance or power cord in water or any other liquid. Do not spill or drip any liquids on the appliance or on the power cord to avoid risk of fire and electric shock. When liquids are spilled in the appliance, immediately switch off, unplug the power cord and wait for the appliance to cool down. Thereafter, clean and dry the appliance thoroughly (See: Care and Cleaning).
- **DO NOT place the appliance or power cord in an automatic dish-**

washer.

- Do not leave any food dry on the appliance. Always clean the appliance after each use to prevent a build up of baked-on foods (See: ›Care and Cleaning‹). Always keep the appliance and the accessories clean.
- This appliance is intended to be used in household and similar applications such as:
 - staff kitchen areas in shops, offices and other working environments;
 - farm houses;
 - by clients in hotels, motels and other residential type environments;
 - bed and breakfast type environments.

IMPORTANT SAFEGUARDS FOR ELECTRICAL APPLIANCES

The appliance is heated electrically. Place the appliance near a suitable wall power socket to connect the appliance directly to a protected mains power supply with protective conductor (earth/ground) connected properly. Ensure that the voltage rating of your mains power supply corresponds to the voltage requirements of the appliance (220 - 240 V, 50 Hz, AC, rated for at least 8 A).

The installation of a residual current operated circuit breaker (r.c.c.b.) with a maximum rated residual operating current of 30 mA in the supplying electrical circuit is strongly recommended. If in doubt, contact your electrician for further information. In various foreign countries, the specifications for power supplies are subject to incompatible norms. Therefore it is possible that power supplies in foreign countries do not meet the requirements for safe operation of the appliance. Thus, before operating the appliance abroad, ensure that safe operation is possible.

- Do not to use any extension cords or multisocket outlets.
- Always handle the power cord with care. Always completely unwind the power cord before use. Do not place the appliance on a power cord. Power cords may never be knotted, twisted, pulled, strained or squeezed. Do not let the plug or power cord hang over the edge of the table or counter. The power cord may not touch hot surfaces. Ensure that no one will pull the appliance by the power cord. Take care not to entangle in the power cord. Always grasp the plug to disconnect the power cord. Do not touch the power plug with wet hands when the appliance is connected to the power supply.
- Do not place or immerse the appliance or the power cord in water or any other liquid. Do not spill or drip any liquids on the power cord or exterior of the appliance. When liquids are spilled on the appliance or power cord, immediately switch off and unplug the appliance.

HIGH TEMPERATURES – RISK OF BURNS

The multicooker is designed for cooking and heating a variety of foods and, therefore, the interior of the appliance will get very hot during operation.

- Because pot, lid and interior of the appliance are very hot during operation and shortly thereafter, do not touch these parts with your hands, arms or any other parts or your body or any heat- or moisture-sensitive objects. Do not place the pot on any heat-sensitive surfaces, shortly after operation. If required, protect your hands and arms with pot holders or oven gloves.
- Always position steam vent on lid away from yourself to avoid scalding from escaping steam.
- Even with the lid properly closed, steam will escape from the pot seam and steam vent during operation and shortly thereafter. **During operation and immediately thereafter do not hold your hands, arms or face over the appliance to avoid scalds caused by steam escaping from the steam vent in the glass lid.** In the steam vent and at the interior of the lid condensate could accumulate and drip and, additionally, large amounts of steam could escape from under the lid, when opening the lid. When opening the appliance, keep a sufficient distance to avoid scalds.
- **Do not cook any high-proof alcoholic liquor or alcoholic foodstuffs (e.g. mulled wine, grog) within the appliance to avoid risk of explosion and fire.**


NON-STICK COATING

The inner pot of your multicooker is provided with a non-stick coating. Do not use hard or sharp objects for scratching, mixing or cutting on the coatings. Do not use the inner pot as a mixing bowl. Always remove your foods from the pot, before mixing or cutting. We will not be liable for damage to the non-stick coating, if metal utensils or similar objects have been used.

Please adhere to the following precautions:

- Do not use the pot with the non-stick coating being scratched, cracked or detached due to overheating.
- Only use wooden or heat-resistant plastic cooking utensils to stir and serve the food. Do not use any spray-on non-stick coatings.
- The non-stick surface minimises the effort of cleaning. Do not use abrasive scourers or abrasive cleaners for cleaning. Even stubborn residues can be removed via a soft sponge or soft nylon brush and warm dishwater or in the automatic dishwasher.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Model:	Art. No. 42538 Design Multicooker Advanced
Power supply:	220 - 240 V, 50 Hz
Power consumption:	640 - 760 W
Length of power cord:	ca. 110 cm
Weight:	ca. 2.9kg
Dimensions:	ca. 32 cm x 28 cm x 27 cm (width x depth x height)
Capacity:	3,7 Litre
Certification:	

BEFORE FIRST USE

⚠ WARNING: DO NOT let young children play with the appliance, or any part of it, or the packaging!

Before first use, remove all packaging material and promotional labels and wash the non-stick removable cooking bowl, stainless steel steaming tray and glass lid in hot soapy water, rinse and dry thoroughly.

OPERATION

HOW TO MAKE RISOTTO

SAUTÉ|SEAR setting

1. Ensure exterior of the removable cooking bowl is clean before placing it in the housing (this will ensure proper contact with the inner cooking surface).
2. Plug power cord into the power outlet. The START|CANCEL button and RISOTTO button surround will illuminate in white.
3. Press the SAUTÉ|SEAR button, the button surround will illuminate in white. Press the START|CANCEL button to activate the setting, the button surround will illuminate red.
4. Cover with lid and allow to pre-heat for approximately 2-3 minutes (do not pre-heat for longer than 5 minutes).
5. Add oil/butter and allow to heat/melt for approximately 1 minute.
6. If using chicken or seafood in the recipe, sear in small batches, cover with lid and stir occasionally until food is cooked. Remove from cooking bowl.
7. Add extra oil/butter to cooking bowl if necessary or if recipe states. Allow to

heat for approximately 1 minute.

8. Add ingredients such as onions and garlic. Sauté, cover with lid if necessary and stir occasionally for about 4 to 5 minutes or until cooked to desired brownness.
9. Stir in Arborio or carnaroli rice and mix well. Sauté for approximately 2-3 minutes, stirring occasionally.
10. Pour in wine (if using) and cook uncovered until rice has absorbed all liquid and alcohol has evaporated, stirring frequently.
11. Press the START|CANCEL button to stop the SAUTÉ|SEAR setting.
12. Refer to step 2 in the RISOTTO setting section below.

RISOTTO Setting

1. Follow steps 1-11 in the SAUTÉ|SEAR setting section above.
2. Add stock or water and stir well. Cover with lid and press the RISOTTO button, then press the START|CANCEL button to activate the setting. The START|CANCEL button surround will illuminate red and cooking will commence.
3. Allow to cook until the ready beeps sound and the multicooker automatically switches to the KEEP WARM setting. This will take approximately 20-30 minutes depending on the recipe.
4. Remove lid and stir well using the serving spoon provided. At this stage remaining ingredients can be added i.e., butter, parmesan cheese, herbs, salt and pepper.
5. The multicooker will remain on the KEEP WARM setting for 30 minutes before switching off. However, risotto is best served as soon as possible after completion of cooking.

Note:

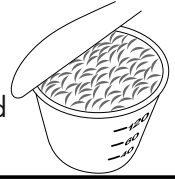
There may be occasions when the multicooker switches to the KEEP WARM setting or switches off before cooking is complete. If this occurs, simply press the desired cooking button, then press the START|CANCEL button. The START|CANCEL button surround will illuminate red and the selected setting will be activated. This is a safety mechanism to prevent overheating due to certain cooking conditions.

TIP: Allow the risotto to rest in the KEEP WARM setting for 5 or 10 minutes to finish cooking.

TIP: For optimum risotto results, we recommend you stir once after 15-20 minutes in the RISOTTO setting.

HOW TO MAKE RICE

RICE | STEAM setting



1. Use the multicooker rice scoop provided to measure the required quantity of rice. Always measure level scoops, not heaped.

Note:

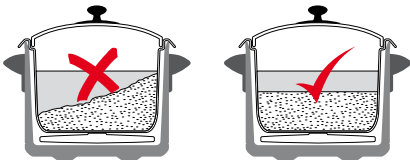
The multicooker rice scoop is not a standard metric measuring cup. 1 multicooker rice scoop is equal to 150g of uncooked rice and 180 ml of water. If your multicooker rice scoop is lost or misplaced, use another cup but maintain the same cooking ratios and ensure you do not exceed the 10 scoop maximum line in the removable cooking bowl:

White Rice = 1 scoop rice + 1 scoop water

Brown Rice = 1 scoop rice + 1½ scoops water

} Using the multicooker rice scoop

2. Place measured rice into a separate bowl and wash with cold water to remove any excess starch. The rice is ready for cooking when water runs clear from the rice. Drain well.
3. Ensure the exterior of the removable cooking bowl is clean before placing it in the housing (this will ensure proper contact with the inner cooking surface).
4. Add the washed rice to the removable cooking bowl, ensuring rice is spread evenly across the bottom of the bowl and not heaped to one side.



CAUTION!

1. Before starting to cook, clean the bottom of the inner pot and the surface of the heating plate.



2. To ensure the pot is sitting flat on the heating plate, turn the pot clockwise and anti clockwise inside the rice cooker.



3. The pot must be properly positioned inside the rice cooker or the unit will not work and may become damaged.

To reduce the risk of electric shock, cook only in the removable inner pot.

DO NOT IMMERGE THE COOKER IN WATER.

5. Add water using the following ratios:

White Rice = 1 scoop rice: 1 scoop water

Brown Rice = 1 scoop rice: 1½ scoops water

6. Place the glass lid into position.
7. Plug power cord into power outlet. The START | CANCEL button and RISOTTO button surround will illuminate in white.

8. Press the RICE|STEAM button, then press the START|CANCEL button to activate the setting. The START|CANCEL button surround will illuminate red and cooking will commence.
9. When cooking is complete, the ready beeps will sound and the multicooker will automatically switch to the KEEP WARM setting.
10. Open the lid and turn the rice over with the serving spoon provided. Replace the lid and allow the rice to stand for 10-15 minutes before serving. This allows any excess moisture to be absorbed, resulting in a fluffier rice texture.

Note:

After using the RICE setting the appliance will automatically switch to the KEEP WARM setting for up to 5 hours.

Note:

Do not remove the glass lid until ready to serve (except for when turning over rice after cooking is complete or as suggested in the recipes).

Note:

To stop the KEEP WARM setting, unplug the power cord.

IMPORTANT

- Always place liquid into the removable cooking bowl before pressing the START|CANCEL button.
- Do not interfere with the automatic selector control during operation.
- To prevent scratching the non-stick surface of the removable cooking bowl, always use wooden or plastic utensils.
- Ensure the removable cooking bowl is correctly positioned in the appliance base before you commence cooking.

⚠ WARNING

- Before removing the non-stick cooking bowl from housing, always ensure the power cord is unplugged.
- Always use heat protective gloves or oven mitts when removing the lid and the non-stick cooking bowl from the appliance.
- Always position steam vent on lid away from yourself to avoid scalding from escaping steam.
- Always lift and remove the lid carefully, angling it away from yourself to avoid scalding from escaping steam.

- To ensure continued protection against risk of electric shock, connect to properly grounded outlets only.
- Cook only in removable non-stick cooking bowl.
- Do not use a damaged or dented removable cooking bowl. If damaged or dented, replace bowl before using.

HOW TO SLOW COOK

SEAR setting

Searing in the multicooker may take a little extra time and whilst not strictly necessary, the rewards are evident in the end result. The cooking bowl keeps the heat stable and uniform allowing the meat to brown and form an even crust. Plus searing seals in the moisture, intensifies the flavour and provides more tender results.

1. Ensure exterior of the removable cooking bowl is clean before placing it in the housing (this will ensure proper contact with the inner cooking surface).
2. Plug power cord into the power outlet. The START|CANCEL button and RISOTTO button surround will illuminate in white.
3. Press the SAUTÉ|SEAR button, the button surround will illuminate white. Press the START|CANCEL button to activate the setting, the button surround will illuminate red.
4. Cover with lid and allow to pre-heat for approximately 2-3 minutes (do not pre-heat for longer than 5 minutes).
5. Add oil/butter and allow to heat/melt for approximately 1 minute with the lid on.
6. Always sear meat and poultry in small batches. Cover with lid and cook, stirring occasionally until food is evenly browned. Remove from cooking bowl. When finished searing, proceed to the Slow Cook Settings section below.

Slow Cook Settings

The multicooker has two slow cook settings: Low and High. Use the recommended guidelines below to determine cooking time and use recipes in this instruction book. Dishes can be prepared well in advance and cooking time regulated so that food is ready to serve at a convenient time.

A general rule of thumb for most slow cooked meat and vegetable recipes is:

Cooking Time: LOW: 6-7 hours HIGH: 3-4 hours

Note:

These cooking times are approximates only and times can vary depending on ingredients, quantities in recipes and whether the cooking bowl and its ingredients are hot from searing. As a guide meats such as chicken or small pieces of meat will have best results when cooked on high for 3-4 hours. Larger pieces of meat such as lamb shanks will have best results when cooked on low for 6-7 hours.

Cooking Times (with Searing): When the SAUTÉ|SEAR setting is used prior to slow cooking, cooking times will be shortened slightly. Check for doneness intermittently during cooking.

Low or High Slow Cook Settings

1. Add all ingredients into the cooking bowl, ensuring denser foods are spread evenly across the bottom of the bowl and not heaped to one side and the liquid level is between MIN and MAX markings on the bowl.
2. Place the glass lid into position.
3. Press the LOW SLOW COOK or HIGH SLOW COOK button, then press the START|CANCEL button to activate the setting. The START|CANCEL button surround will illuminate red and cooking will commence.
4. Allow to cook until the ready beeps sound. The unit then automatically switches to KEEP WARM setting.
5. The multicooker will remain on the KEEP WARM setting for 5 hours before switching off.

The Gastroback Design Multicooker Advanced is designed specifically for flavour layering. A technique professional chefs use to enhance and deepen the taste of meals by using the same pan for browning onions, searing meats and creating casseroles, curries, soups and bolognaise. For this reason, Gastroback has now developed a SLOW COOK with a SAUTÉ|SEAR setting to caramelize vegetables and sear meats before commencing the slow cooker function.

Following is a guide to help simplify the process of slow cooking, allowing you to

obtain optimum results from your multicooker. We have also included helpful hints for successful slow cooking. For recipes, go to the recipe section in this instruction book.

PREPARING MEAT AND POULTRY

Select the freshest cuts when purchasing meat. Trim the meat or poultry of any visible excess fat. If possible, purchase chicken portions without the skin. Otherwise, the slow cooking process will result in extra liquid being formed from the fat as it melts. For casserole type recipes, cut the meat into cubes, approximately 4cm to 5cm. Slow cooking allows less tender cuts of meat to be used. The bones can be left in meat or poultry. This imparts a good flavour and helps to keep the meat tender during cooking.

Suitable meat cuts for slow cooking

Beef chuck, skirt, round steak, boneless shin (gravy) beef, bone-in-shin (osso bucco), tri tip.

Lamb shanks, drumsticks (frenched shanks), neck chops, boned out forequarter or shoulder.

Veal diced leg, shoulder/forequarter chops and steaks, neck chops, knuckle (osso bucco).

Pork leg steaks, diced belly, diced shoulder, boneless loin chops.

Chicken pieces bone in (thigh cutlets/drumsticks).

Chicken thigh fillets.

PREPARING VEGETABLES

Vegetables should be cut into even-sized pieces to ensure more even cooking. Frozen vegetables must be thawed before adding to other foods cooking in the multicooker.

RICE COOKING TABLES

The rice scoop provided with your multicooker is used in the following tables.

Note:

The multicooker rice scoop is not a standard metric measuring cup. 1 multicooker rice scoop is equal to 150g of uncooked rice and 180ml of water. If your multicooker rice scoop is lost or misplaced, use another cup but maintain the same cooking ratios and ensure you do not exceed the 10 scoop maximum line in the removable cooking bowl:

White Rice = 1 scoop rice + 1 scoop water

Brown Rice = 1 scoop rice + 1½ scoops water

} Using the multicooker rice scoop

White Rice

Uncooked white rice (Multicooker Rice scoops)	Cold tap water (Multicooker Rice scoops)	Cooked rice – approx. (Multicooker Rice scoops)	Cooking time – approx. (minutes)
2	2	5	10-12
4	4	9	12-15
6	6	15	15-20
8	8	16	20-25
10	10	27	25-30

Brown Rice

Uncooked brown rice (Multicooker Rice scoops)	Cold tap water (Multicooker Rice scoops)	Cooked rice – approx. (Multicooker Rice scoops)	Cooking time – approx. (minutes)
2	3	5	25-30
4	6	10	30-40
6	9	15	40-45

Note:

Due to the additional water needed to cook brown rice, some starchy water bubbles may rise to the lid while cooking.

RICE VARIATIONS

Savory Rice

Prepare rice in the multicooker as specified, substituting all the water with the same quantity of chicken, beef, fish, or vegetable stock.

Sweet Rice

Prepare rice in the multicooker as specified substituting half the water with apple juice, orange juice or pineapple juice. Cooking rice with milk or cream is not recommended as it will burn onto the bottom of removable cooking bowl.

Saffron Rice

Add $\frac{1}{4}$ teaspoon of saffron powder or 2 saffron threads to every 2 cups of water. Use the white rice cooking tables. Mix well.

Arborio Rice

Arborio rice is short round-grained pearly rice often used for Italian risotto cooking. Use the brown rice cooking tables.

Jasmine Rice

Jasmine rice is fragrant long grain rice. Use the white rice cooking tables.

Basmati Rice

Basmati rice is an aromatic long grain rice. Use the white rice cooking tables.

Wild Rice

It is not recommended to cook wild rice alone in the multicooker as it requires a substantial amount of water. It is possible to cook wild rice as a blend with white or brown rice.

TIP

- Add a little extra water for fluffier rice and a little less water for firmer rice.
- Some rice varieties may require more water for cooking, such as wild rice blends, Arborio rice or short grain rice. Follow the directions on the packet or use the brown rice cooking table.

Quinoa

Quinoa is an ancient South American grain that is high in protein with fluffy, creamy and slightly crunchy texture. Use the brown rice cooking tables.

Sushi

Sushi rice is short grained rice used in Japanese cooking. Use the brown rice cooking tables.

STEAMING

Steamed foods retain most of their nutritional value when cooked in the multicooker. Foods may be steamed by placing food in the stainless steel steaming tray over stock or water and covering with the glass lid. Keep the glass lid on while steaming food unless the recipe or chart specifically states to remove the lid. By removing the lid unnecessarily steam is lost and the cooking time will be extended.

1. Measure 3 rice scoops or more of water or stock and pour into the removable cooking bowl. Use up to a maximum of 6 rice scoop cups of water.
2. Place food to be steamed directly into the stainless steel steaming tray and insert into the removable cooking bowl.
3. Place removable cooking bowl with the steaming tray into housing and cover with the glass lid.
4. Plug power cord into a power outlet. The START|CANCEL button and RISOTTO button surround will illuminate in white.
5. Press the RICE|STEAM setting then press the START|CANCEL button to activate the setting. The START|CANCEL button surround will illuminate red and cooking will commence.
6. When steaming is complete, the ready beeps will sound and the multicooker will automatically switch to the KEEP WARM setting.
7. If no further steaming is required, press the START|CANCEL button to cease operation and turn the multicooker off and then unplug power cord. Allow to cool before cleaning.

Note:

Keep the glass lid on while steaming food unless the recipe or chart specifically states to remove the lid. (By removing the lid unnecessarily, steam is lost and the cooking time will be extended.)

Note:

Do not let the removable cooking bowl boil dry during steaming.

Note:

Hot liquid can be added during the steaming process.

Hints and tips for steaming vegetables

- Smaller pieces will steam faster than larger pieces.
- Try to keep vegetables to a standard size to ensure even cooking.
- Fresh or frozen vegetables may be steamed.
- If steaming frozen vegetables, do not thaw.
- The size and shape of vegetables, as well as personal taste, may call for adjustments to the cooking time. If softer vegetables are required, allow extra cooking time.
- Do not allow water or stock to reach the stainless steel tray. The steaming will not be effective.

⚠ WARNING: Always lift and remove the lid carefully, angling it away from yourself to avoid scalding from escaping steam.

STEAMING TABLES**Hints and tips for steaming fish and seafood**

- Season fish with fresh herbs, onions, lemon etc. before cooking.
- Ensure fish fillets are in a single layer and do not overlap.
- Fish is cooked when it flakes easily with a fork and is opaque in color.

Type	Suggestions and tips	Cooking time (minutes)
Fish – fillets – whole – cutlets	Steam until opaque and easy to flake. A cutlet is cooked when the centre bone is able to be easily removed	8-10 15-20 12-14
Lobster – tails	Remove underside of shell	18-20
Mussels – in shell	Steam until just opened	12-14
Clams	Steam until just opened	8-10
Prawns – in shell	Steam until pink	8-10
Scallops	Steam until opaque	4-6

Hints and tips for steaming poultry

- Select similar sized pieces of poultry for even cooking.
- For even cooking results arrange poultry in a single layer.
- Remove visible fat and skin.
- To obtain a browned appearance, sear the chicken before steaming.
- Check poultry is cooked by piercing the thickest part. The poultry is cooked when the juices run clear.

Type	Suggestions and tips	Cooking time (minutes)
Breast fillet	Place skin side up	20-25
Drumstick	Place thickest part to outside of the steaming tray	30-35
Thigh fillet	Place thickest part to outside of the steaming tray	18-20

Hints and tips for steaming dumplings

- Fresh or frozen dumplings and savoury buns can be steamed.
- Place small pieces of baking paper, or cabbage or lettuce leaves, under the dumplings to avoid sticking to the steaming tray.

Type	Suggestions and tips	Cooking time (minutes)
BBQ pork or chicken buns	Cook from frozen	10-12
Dumplings – frozen	Separate before cooking	8-10
Dumplings – fresh		5-6

Keep warm setting

The multicooker will automatically switch to the KEEP WARM setting once the RICE, RISOTTO and SLOW COOK settings have finished cooking. It will keep KEEP WARM for up to 5 hours on the RICE and SLOW COOK settings and up to 30 minutes on the RISOTTO setting.

SOLVING PROBLEMS

Problem	Solution
The multicooker suddenly switches off.	<ul style="list-style-type: none">• Ensure power plug is connected properly to the appliance and to power outlet.• The appliance has been stressed or has overheated due to cooking conditions. Push the desired cooking button and then the START CANCEL button to reset and continue cooking. Allow a few minutes for appliance to reheat and continue cooking.
The multicooker has switched to KEEP WARM setting before cooking is complete.	<ul style="list-style-type: none">• Press the START CANCEL button to reset. Then, select the desired cooking method to continue cooking.

CARE AND CLEANING

- Unplug the power cord from the power outlet.
- Allow all parts to cool before removing the removable cooking bowl. Wash the removable cooking bowl, stainless steel steaming tray and glass lid in hot, soapy water, rinse and dry thoroughly.
- Gastroback does not recommend that any parts of your multicooker are washed in a dishwasher as harsh detergents and hot water temperatures may stain or distort the removable cooking bowl and accessories. The glass lid is dishwasher safe.
- Do not use abrasive cleaners, steel wool, or metal scouring pads as these can damage the non-stick surface.
- The housing can be wiped over with a damp cloth and then dried thoroughly. To prevent damage to appliance do not use alkaline cleaning agents when cleaning, use a soft cloth and a mild detergent.

Note:

If rice has cooked onto the bottom of the removable cooking bowl, fill the bowl with hot, soapy water and leave to stand for approximately 10 minutes before cleaning.

⚠ WARNING: The appliance connector must be removed before the multicooker is cleaned and that the appliance inlet must be dried before the multicooker is used again.

To prevent damage to the multicooker do not use alkaline cleaning agents when cleaning, use a soft cloth and mild detergent.

Do not use chemicals, steel wool, metal scouring pad or abrasive cleaners to clean the outside of the multicooker housing or cooking bowl as these can damaged the housing or the coating of the cooking bowl.

Do not immerse housing or power cord in water or any other liquid as this may cause electrocution.

STORAGE

⚠ WARNING: Young children must be supervised that they do not play with the appliance or any part of it. When the appliance is not in use, always unplug the appliance. Do not leave the appliance unattended while connected to the power supply to avoid risk of electric shock or fire. Always clean the appliance before storing to avoid accumulation of dried-on food. Operate according to the instructions ›Care and cleaning‹. Make sure that there are no foreign substances on the heating plates and close the lid for storing. Ensure to store the appliance where it is clean, dry and safe from frost, direct sunlight and inadmissible strain (mechanical or electric shock, heat, moisture) and where it is out of reach of young children. Place the appliance on a clean and stable surface, where it cannot fall. Do not place any hard or heavy objects on the appliance or any part of it.

1. Clean the appliance according to the instructions ›Care and cleaning‹.
2. Make sure there are no foreign objects on the heating plates.
3. Close the lid and move the appliance by the handle. Store the appliance on a clean and stable surface, where it cannot fall.

CAUTION: Do not hold the appliance by the power cord for moving the appliance. To move the appliance, always grasp the appliance on both handles, to avoid damage.

Always handle power cords with special care. Electric cables may never be knotted, twisted, pulled, strained or squeezed.

Do not use any parts or accessories of the appliance for any other purpose than operating the appliance. It is good advice to store the parts of the appliance with the appliance.

NOTES FOR DISPOSAL



Dispose of the appliance and packaging must be effected in accordance with the corresponding local regulations and requirements for electrical appliances and packaging. Please contact your local disposal company.

Do not dispose of electrical appliances as unsorted municipal waste, use separate collection facilities. Contact your local government for information regarding the collection systems available. If electrical appliances are disposed of in landfills, dumps, or refuse incineration, hazardous substances can leak into the groundwater or can be emitted into air, thus getting into the food chain, and damaging your health and well-being. When replacing old appliances with new once, the retailer is legally obligated to take back your old appliance for disposal at least for free of charge.

INFORMATION AND SERVICE

Please check www.gastroback.de for further information. For technical support, please contact Gastroback Customer Care Center by phone: +49 (0)4165/22 25-0 or e-mail info@gastroback.de.

WARRANTY

We guarantee that all our products are free of defects at the time of purchase. Any demonstrable manufacturing or material defects will be to the exclusion of any further claim and within 2 years after purchasing the appliance free of charge repaired or substituted. There is no Warranty claim of the purchaser if the damage or defect of the appliance is caused by inappropriate treatment, over loading or installation mistakes. The Warranty claim expires if there is any technical interference of a third party without a written agreement. The purchaser has to present the sales slip in assertion-of-claim and has to bear all charges of costs and risk of the transport.

Note:

Customers from Germany and Austria: For repair and service, please send Gastroback products to the following address: Gastroback GmbH, Gewerbestr. 20, D-21279 Hollenstedt, Germany.

Customers from other countries: Please contact your dealer.

Please agree that we cannot bear the charge of receipt. Submission of appliances: Please ensure packing the appliance ready for shipment without accessories. Add the sales slip and a short fault description. The processing time after receipt of the defective appliance will be approx. 2 weeks; we will inform you automatically. After the warranty period, please send defective appliances to the given address. You will get a free quotation and, thereafter, can decide, whether we shall repair the appliance to the costs possibly accrued, send back the defective appliance for free of charge, or dispose of the appliance for free of charge.

The appliance is intended for household use only and NOT suited for commercial usage. Do not attempt to use this appliance in any other way or for any other purpose than the intended use, described in these instructions. Any other use is regarded as unintended use or misuse, and can cause severe injuries or damage. There is no warranty claim of the purchaser if any injuries or damages are caused by unintended use.

RECIPE IDEAS

CREAMY TOMATO AND LENTIL SOUP

Serves 4 – 6

Ingredients

- 1 tablespoon olive oil
- 1 large red onion, sliced
- 2 cloves garlic, crushed
- 1 small red chilli, seeds removed and finely chopped
- 2 tablespoons tomato paste
- 3 cups tomato passatta
- 4 cups chicken stock
- 2 teaspoons brown sugar
- $\frac{3}{4}$ cup red lentils
- 1 cup Greek yoghurt
- Salt and freshly ground pepper
- 2 tablespoons chopped coriander

Method

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
2. Remove lid, add oil and heat for 1 minute further.
3. Add onion, garlic and chilli, cover with lid, cook for 3-4 minutes, stirring occasionally or until onion has softened.
4. Add tomato paste and cook for a further minute. Stir in passatta, stock, sugar and lentils. Cover with lid.
5. Press the SLOW COOK HIGH BUTTON and cook for 3-4 hours or SLOW COOK LOW BUTTON and cook for 6-7 hours.
6. Stir through yoghurt and season with salt and pepper to taste. Serve sprinkled with chopped coriander.

CHICKEN CACCIATORE

Serves 4 – 6

Ingredients

- 1 tablespoon olive oil
- 2 kg chicken pieces (skin removed)
- 1 medium onion, sliced
- 2 cloves garlic, crushed
- 1 cup tomato passatta
- $\frac{1}{2}$ cup pitted Kalamata olives
- $\frac{1}{4}$ cup white wine
- $\frac{1}{2}$ cup chicken stock
- 200 g button mushrooms, halved
- 2 teaspoons chopped fresh rosemary
- 2 teaspoons sugar
- Salt and freshly ground black pepper
- $\frac{1}{4}$ cup chopped fresh basil

Method

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
2. Add oil and heat for 1 minute.
3. Add chicken in batches, and cook until lightly browned; remove and set aside. Drain off any excess oil and reheat removable cooking bowl for another 1 minute.
4. Add onion and garlic and cook for 3-4 minutes, stirring occasionally, or until softened.
5. Stir in tomato passatta, olives, wine, stock, mushrooms, rosemary and sugar.
6. Return chicken to removable cooking bowl and submerge in sauce and vegetables. Cover with lid.
7. Press the SLOW COOK HIGH BUTTON and cook for 3-4 hours.

8. Season to taste and stir through chopped basil.

CHICKEN WITH ROSEMARY, LEMON AND GARLIC

Serves 4 – 6

Ingredients

- 1 tablespoon olive oil
- 2 kg chicken pieces, skin removed
- 1 onion, chopped
- 3 cloves garlic, sliced
- 1 teaspoon grated lemon rind
- 1 teaspoon cracked black pepper
- 1 tablespoon fresh chopped rosemary
- ½ cup white wine
- ½ cup chicken stock
- 2 tablespoons lemon juice
- Salt and freshly ground black pepper

Method

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
2. Add oil and heat for 1 minute.
3. Add chicken in batches, and cook until lightly browned. Remove and set aside.
4. Add onion, garlic, lemon rind, pepper and rosemary. Cover and cook, stirring occasionally until softened.
5. Stir in wine and simmer for 2 – 3 minutes to cook off alcohol. Add stock, lemon juice and return chicken to the removable cooking bowl and submerge in the sauce.
6. Cover with lid. Press the SLOW COOK HIGH BUTTON and cook for 3 – 4 hours.

7. Season to taste and serve hot accompanied with oven-roasted potatoes, pumpkin and steamed green beans.

LAMB SHANK RAGU

Serves 4

Ingredients

- 2 tablespoons olive oil
- ¼ cup plain flour
- 6 small lamb shanks, frenched
- 1 onion, chopped
- 2 cloves garlic, crushed
- 1 carrot, diced
- 1 large stick celery, diced
- 1/3 cup tomato paste
- ½ cup red wine
- 400 g can diced tomatoes
- ½ cup chicken or beef stock
- 1 bay leaf
- Salt and freshly ground black pepper

Method

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
2. Add oil and heat for 1 minute.
3. Coat lamb shanks in flour, shaking off excess and cook until lightly browned; remove and set aside.
4. Add onion, garlic, carrot and celery and cook for 3 – 4 minutes, stirring occasionally, or until softened.
5. Stir in tomato paste and cook for a further 1 minute.
6. Add wine and bring to the boil; simmer for 1 – 2 minutes, scraping up any of the sediment in the base of the bowl.

- Return shanks to removable cooking bowl and pour over tomatoes, stock and bay leaf; mix well to coat.
- Cover with lid. Press the SLOW COOK LOW BUTTON and cook for 6 – 7 hours.
- Season with salt and pepper and serve immediately with mashed potato.

FRAGRANT LAMB CURRY

Serves 4 – 6

Ingredients

- 2 tablespoons vegetable oil
- 1.5 kg lamb leg, diced into 5cm cubes
- 1 large onion, sliced
- 2 cloves garlic, crushed
- 2 cm knob ginger, finely chopped
- 1 tablespoon ground coriander
- 1 tablespoon ground cumin
- 1 tablespoon curry paste
- 1 teaspoons ground turmeric
- ½ teaspoon ground cloves
- 5 cardamom pods
- 1 cinnamon stick
- 1 cup water or chicken stock
- ½ cup plain yoghurt
- 1/3 cup chopped coriander to serve
- Salt and freshly ground black pepper

Method

- Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
- Add half the oil and heat for 1 minute.
- Add lamb in small batches and cook until lightly browned; remove and

set aside.

- Add remaining oil and onion and garlic and cook for 3 – 4 minutes, stirring occasionally, or until softened.
- Stir in spices and cook for 1 minute.
- Return lamb to removable cooking bowl and add stock; mix well.
- Cover with lid. Press the SLOW COOK HIGH BUTTON and cook for 3 – 4 hours or SLOW COOK LOW BUTTON and cook for 5 – 6 hours.
- Stir through yoghurt and coriander. Season to taste with salt and pepper. Serve with steam rice.

Note:

To achieve even cooking, stir curry half way through cooking time.

EASY OSSO BUCCO

Serves 4

Ingredients

- 6 x 4cm thick Osso Bucco (Veal shanks)
- 2 tablespoons plain flour
- 2 tablespoons olive oil
- 1/3 cup white wine
- 400 g can diced tomatoes
- 2 teaspoons caster sugar
- Salt and freshly ground black pepper
- Gremolata
- 4 cloves garlic, finely chopped
- Finely grated rind of 1 lemon
- ½ cup chopped fresh parsley

Method

- Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3

minutes with the lid on.

2. Add oil and heat for 1 minute.
3. Coat osso bucco in flour, shaking off excess and cook in small batches until lightly browned. Remove and set aside.
4. Add wine and bring to the boil; simmer for 1 – 2 minutes, scraping up any of the sediment in the base of the bowl.
5. Return osso bucco to removable cooking bowl and add tomato, sugar, salt and pepper.
6. Cover with lid. Press the SLOW COOK LOW BUTTON and cook for 6 – 7 hours. Serve sprinkled with gremolata

TEX-MEX BEEF AND BEANS

Serves 4 – 6

Ingredients

- 1½ cups dried red kidney beans, soaked overnight in cold water
- 2 tablespoons oil
- 1.3 kg chuck steak cut into 5cm cubes
- 2 large onions, sliced
- 3 cloves garlic, chopped
- 1 tablespoon ground cumin
- 2 teaspoons chilli powder
- 2 teaspoons dried oregano flakes
- 400 g can diced tomatoes
- ½ cup beef stock
- 1 green capsicum cut into large pieces
- Salt and freshly ground black pepper
- Sour cream, guacamole, grated cheddar cheese to serve

Method

1. Drain beans and rinse well; drain

again and set aside.

2. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
3. Add a little of the oil and heat for 1 minute.
4. Add meat in batches and cook for 2 – 3 minutes or until just browned. Remove and repeat with remaining meat and oil.
5. Add remaining oil and fry onion and garlic until softened but not browned.
6. Stir in spices, tomatoes, stock, capsicum, and return beef to removable cooking bowl.
7. Cover with lid. Press the SLOW COOK HIGH BUTTON and cook for 3 – 4 hours or SLOW COOK LOW BUTTON and cook for 5 – 6 hours.
8. Shred beef with fork and return to dish. Season to taste with salt and pepper. Serve with a dollop of sour cream, guacamole and grated cheese.

BOLOGNESE SAUCE

Serves 4

Ingredients

- 2 tablespoons olive oil
- 1 large onion, chopped
- 2 cloves garlic, crushed
- 1 kg beef or pork mince
- 1/3 cup tomato paste
- 1/2 cup red wine
- 1 large carrot, grated
- 400 g can diced tomatoes
- 1 teaspoon dried oregano
- 1 bay leaf
- 1/2 cup beef stock or water
- Salt and freshly ground black pepper
- 1/4 cup chopped fresh basil

Method

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
2. Add oil and heat for 1 minute.
3. Add onion, garlic and cook for 3 – 4 minutes, stirring occasionally, or until softened.
4. Add mince in batches, making sure to break up the lumps while the meat is cooking.
5. Stir in tomato paste and cook for a further 1 minute. Add wine and bring to the boil; simmer for 1 – 2 minutes to cook off the alcohol.
6. Stir in carrot, tomato, oregano, bay leaf and stock.
7. Cover with lid. Press the SLOW COOK HIGH BUTTON and cook for 3 – 4 hours.

8. Season to taste with salt and pepper and stir through basil just before serving.

SPICY MIXED DHAL

Serves 4 – 6

Ingredients

- 1 tablespoon oil
- 1 tablespoon black mustard seeds
- 1 large red onion, sliced
- 4 cloves garlic, crushed
- 4 cm piece ginger, grated
- 1 tablespoon ground coriander
- 2 teaspoons ground turmeric
- 2 small red chillies, chopped
- 1/2 cup yellow split peas
- 1/2 cup red lentils
- 1/2 cup brown lentils
- 3 cups vegetable stock
- 3 tomatoes, chopped
- Sea salt to taste
- Juice of half a lemon
- 2 tablespoons chopped coriander
- Plain thick yoghurt to serve

Method

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
2. Add oil and heat for 1 minute.
3. Add mustard seeds and cook until they start to pop. Add onion, garlic and ginger and cook 5 – 6 minutes, stirring occasionally, until onion is light golden.
4. Stir in spices, chilli, lentils, stock and tomatoes. Cover with lid. Press the SLOW COOK HIGH BUTTON and cook for 3 – 4 hours or SLOW

COOK LOW BUTTON and cook for 4 – 6 hours.

- Season with salt and stir through lemon juice and chopped coriander.

Serve with yoghurt.

RISOTTO MILANESE

Serves 4 – 6

Ingredients

- 1 tablespoon olive oil
- 40 g butter
- 1 onion, finely chopped
- 2 cloves garlic, crushed
- 350 g Arborio or Canaroli rice
- 1 cup white wine
- 4 cups hot chicken stock
- Salt and freshly ground black pepper
- ½ cup grated parmesan cheese

Method

SAUTÉ|SEAR setting

- Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
- Remove lid, add oil and half of the butter, heat for 1 minute or until melted.
- Add onion and garlic, cover with lid, cook for 3 – 4 minutes, stirring occasionally, until onion has softened.
- Add rice, mix well, cover with lid, cook for 2 – 3 minutes or until rice is glossy.
- Stir in wine, cover and simmer for 2 – 3 minutes or until wine has been absorbed.

RISOTTO Setting

- Stir in chicken stock, mixing well. Cover with lid and press the RISOTTO button and then the START|CANCEL button.
- When it has automatically switched to the KEEP WARM setting, which will take about 20 – 30 minutes, remove lid and stir through remaining butter and half the parmesan.

Serve immediately topped with parmesan.

RISOTTO AL A FUNGHI

Serves 4 – 6

Ingredients

- 2 tablespoons oil
- 30 g butter
- 6 to 8 eschallots, finely chopped
- 400 g assorted mushrooms, sliced
- 350 g Arborio or Carnaroli rice
- ½ cup dry white wine
- 6 cups vegetable or chicken stock
- ½ cup grated pecorino or parmesan cheese
- 1 tablespoon chopped fresh sage
- Salt and freshly ground pepper

Method

SAUTÉ|SEAR setting

- Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes.
- Remove lid, add oil and butter, heat 1 minute or until butter has melted.
- Add chopped eschallots, cover with

lid and cook, stirring occasionally for 3 – 4 minutes or until eschallots have softened.

4. Add mushrooms, cover with lid and cook for 3 minutes or until mushrooms have softened slightly.
5. Add rice, mix well, cover with lid and cook for 2 – 3 minutes, stirring occasionally.
6. Stir in wine, and cook uncovered for 2 – 3 minutes or until all the wine is absorbed.

RISOTTO Setting

1. Stir in stock, cover with lid and press the RISOTTO button and then the START|CANCEL button.
2. When it switches to the KEEP WARM setting, which will take about 20 – 30 minutes, remove the lid and stir through grated pecorino cheese and chopped sage Season to taste with salt and pepper:

Serve immediately.

Note:

A variety of mushrooms can be used for this recipe i.e.; Swiss Brown, Portobello, shiitake, field, oyster etc.

CHICKEN RISOTTO WITH PESTO & ROCKET

Serves 4 – 6

Ingredients

- 30 g butter
- 300 g chicken breast fillet, thinly sliced
- 1 tablespoon oil
- 1 large onion, finely chopped
- 3 cloves garlic, finely chopped
- 350 g Arborio or Carnaroli rice
- 5 cups chicken stock
- 1/3 cup pesto
- ¼ cup grated parmesan cheese
- 50 g baby rocket leaves
- Extra 1 1/3 cup grated parmesan cheese

Method

SAUTÉ|SEAR setting

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
2. Remove lid, add half of the butter, heat for 1 minute or until melted.
3. Add half the chicken, cover with the lid and cook for 3 – 4 minutes.
4. Remove lid, stir and cook for a further 3 – 4 minutes or until chicken is lightly browned and cooked through. Remove from removable cooking bowl and keep warm. Repeat with remaining chicken, remove and set aside.
5. Heat remaining butter and oil until butter is melted. Add onion and garlic, cover with lid, cook for 3 – 4 minutes, stirring occasionally, until onion has softened.
6. Add rice, mix well, cover with lid,

cook for 2 – 3 minutes or until rice is glossy.

RISOTTO Setting

1. Stir in chicken stock, mixing well. Cover with lid and press the RISOTTO button and then the START|CANCEL button.
2. When it has automatically switched to the KEEP WARM setting, which will take about 20 – 30 minutes, remove lid and stir through cooked chicken, pesto, parmesan cheese and rocket.

Serve immediately with extra freshly grated parmesan.

PRAWN AND ASPARAGUS RISOTTO

Serves 4 – 6

Ingredients

- 40 g butter
 - 400 g medium green prawns, peeled and deveined
 - 1 tablespoon oil
 - 1 onion, finely chopped
 - 1 small bulb of fennel, halved and thinly sliced
 - 350 g Arborio or carnaroli rice
 - ½ cup dry white wine
 - 5½ cups chicken or light fish stock
 - ½ teaspoon ground white pepper
 - 1 bunch asparagus, trimmed and thinly sliced diagonally
 - 2 tablespoon fresh lemon juice
- Finely grated rind of 1 lemon
Sea salt to taste

Method

SAUTÉ|SEAR setting

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
2. Remove lid, add 10 g of the butter, heat for 1 minute or until melted.
3. Add prawns, cover with the lid and cook for 4 – 5 minutes or until prawns are cooked. Remove and set aside to keep warm.
4. Add oil and 20 g of the butter to removable cooking bowl. Heat 1 minute or until butter has melted.
5. Add onion and sliced fennel; cover with lid, and cook for 6 – 7 minutes, stirring occasionally, until fennel is tender.
6. Add rice, stir well, cover with the lid; cook for 3 minutes, stirring occasionally.
7. Remove lid, stir in wine and cook uncovered for 2 – 3 minutes, stirring occasionally until all wine is absorbed.

RISOTTO SETTING

1. Stir in chicken stock and pepper, mixing well. Cover with lid and press the RISOTTO button and then the START|CANCEL button.
2. When it has automatically switched to the KEEP WARM setting, which will take about 20 – 30 minutes, remove lid and stir through asparagus slices and remaining 10 g of butter. Cover with lid and leave on KEEP WARM setting

for 5 minutes.

3. Stir through lemon juice, lemon rind and season with salt.

Serve immediately with prawns.

THYME, BARRAMUNDI AND PEA RISOTTO

Serves 4 – 6

Ingredients

- 20 g butter
- 1 tablespoon oil
- 2 leeks, washed and thinly sliced
- 2 loves garlic, finely chopped
- 300 g Arborio or carnaroli rice
- 1 cup dry white wine
- 4 cups chicken or fish stock
- 400 g fresh barramundi fillets cut into 3 cm cubes
- 250 g fresh peas or frozen peas, thawed
- 1 teaspoon finely grated lemon rind
- 1 tablespoon fresh lemon juice
- 2 tablespoons chopped fresh parsley
- Salt and ground white pepper
- Lemon wedges to serve

Method

SAUTÉ|SEAR setting

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with lid on.
2. Remove lid, add butter and oil, heat for 1 minute or until butter has melted.
3. Add leeks and garlic cover with lid, cook, stirring occasionally for 4 – 5 minutes, or until leeks have softened.

4. Add rice, mix well, cover with lid and cook, stirring occasionally for 2 – 3 minutes or until rice is glossy.
5. Stir in wine, cook uncovered for 2 – 3 minutes or until all the wine is absorbed.

RISOTTO SETTING

1. Stir in stock, cover with lid and press the RISOTTO button and then the START|CANCEL button. Cook for 18 – 20 minutes, stirring occasionally or until most of the liquid has been absorbed.
2. Remove the lid and stir through barramundi pieces. Cover with the lid.
3. When the cooker has automatically switched to KEEP WARM setting, which will take about 5 – 10 minutes, remove lid and stir through peas, lemon rind, lemon juice and chopped parsley. Season to taste with salt and pepper.

Serve immediately with wedges of lemon.

Note:

Any type of firm white boneless fish fillets can be used in this recipe.

TURKISH PILAF

Serves 4 – 6

Ingredients

- 2 tablespoons olive oil
- 1 red onion, finely chopped
- 2 cloves garlic, finely chopped
- 1 teaspoon cardamom pods, finely crushed
- 1 teaspoon ground cumin

- ½ teaspoon ground black pepper
- 1 teaspoon ground turmeric
- 1 bay leaf
- pinch salt
- 450 g Basmati rice, washed and well drained
- 4 cups chicken or vegetable stock
- ½ cup shelled pistachio nuts, chopped
- 1 cup dried apricots, chopped
- ¾ cup currants
- ¼ cup chopped coriander leaves

Method

SAUTÉ|SEAR setting

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with the lid on.
2. Remove lid, add oil, heat 1 minute.
3. Add onion, garlic, spices and salt. Cover with lid and cook, stirring occasionally for 3- 4 minutes, or until onion has softened slightly and spices are fragrant.
4. Add washed rice, stir well, cover with lid and cook for 2 – 3 minutes, stirring occasionally.

RICE|STEAM setting

1. Stir in stock, cover with lid and press the RICE|STEAM button and then the START|CANCEL button.
2. When the cooker has automatically switched to the KEEP WARM setting, which should take about 15 – 20 minutes, remove lid and discard the bay leaf.
3. Stir in pistachio nuts, apricots, currants and coriander. Serve hot or warm.

STEAMED WHOLE FISH WITH GINGER & GREEN ONIONS

Serves 2

Ingredients

- 300 – 400 g whole snapper or bream, cleaned and scaled
- 2 cm piece fresh ginger, peeled and cut into thin strips
- 1 lime, sliced
- 1 cup coriander sprigs
- 3 cups water
- 2 tablespoons soy sauce
- 1 tablespoon peanut oil
- 3 green onions, finely sliced

Method

1. Wash and dry the fish. Cut 2 slits at a 45° angle through each side of the fish. Place some of the ginger and a slice of lime into each slit.
2. Place the coriander into the cavity of fish. Place fish into steaming tray.
3. Pour 3 cups of water into the removable cooking bowl. Place steaming tray into removable cooking bowl, cover with lid.
4. Press the RICE|STEAM button and then the START|CANCEL button.
5. Steam fish for about 15 minutes or until flakes when tested with a fork.
6. Remove fish from steaming tray and place onto a serving platter.
7. Combine soy sauce, oil and shallots, pour over fish and serve immediately.

SUSHI RICE

Ingredients

600 g short grain sushi rice, washed and drained

4 cups water

2 tablespoons rice vinegar

2 tablespoons caster sugar

½ teaspoon salt

Extra tablespoon of rice vinegar for rolling

Method

RICE|STEAM setting

1. Place washed rice and water into the removable cooking bowl. Cover with lid.
2. Press the RICE|STEAM button and then the START|CANCEL button.
3. When the cooker has automatically switched to the KEEP WARM setting, which will take about 10 – 15 minutes, allow to stand covered on the KEEP WARM setting for 10 minutes
4. Remove lid and spoon rice into a large shallow dish, set aside.
5. Heat vinegar, sugar and salt in a small saucepan over a low heat until sugar dissolves. Sprinkle vinegar mixture over rice and mix well. Allow rice to cool completely before using.

Tip: Some sushi recipes require the rice to be shaped by hand. To do this combine 1 tablespoon rice vinegar with ¼ cup water. Use this mixture to keep hands wet while shaping rice.

SUSHI ROLLS

Ingredients

6 sheets Nori seaweed

Prepared Sushi Rice (see recipe)

Wasabi paste, to taste

Add any combination of fillings such as:

Smoked salmon, thinly sliced

Japanese pickled ginger and vegetables

Finely sliced cucumber

Sashimi salmon or tuna

Avocado

Shredded carrot

Cooked prawns

Finely shredded lettuce

Mayonnaise

Method

1. Place a sheet of seaweed, shiny side down on a sheet of baking paper or a bamboo rolling mat.
2. Spread a portion of the rice over a two third of the Nori sheet, leaving a border.
3. Spread a very thin layer of wasabi paste in a narrow line down the centre of the rice. Top with a selection of fillings.
4. Using the paper or mat as a guide, roll up the Nori sheet firmly to enclose the filling. Press to seal the edges.
5. Place the roll seam side down on a chopping board and using a very sharp knife, cut the roll into small portions.
6. Repeat with remaining Nori sheets and filling. Cover and refrigerate until ready to serve.

Serve as soon as possible after preparing.

ROASTED PUMPKIN & QUINOA SALAD

Serves 4 – 6

Ingredients

- 3 tablespoons olive oil
- 400 g pumpkin, peeled and cut into 1.5cm cubes
- 2 rice scoops quinoa
- 3 rice scoops chicken stock
- 4 green onion, finely sliced
- 3 – 4 dried figs
- 50 g baby spinach leaves
- 2 tablespoons lemon juice

Method

SAUTÉ|SEAR setting

1. Press the SAUTÉ|SEAR button and then the START|CANCEL button. Heat removable cooking bowl for 3 minutes with lid on.
2. Remove lid, add half the oil, heat 1 minute.
3. Add pumpkin, cover with the lid and cook for 3 – 4 minutes, stirring occasionally, until softened and lightly golden. Remove and set aside

RICE|STEAM setting

1. Add quinoa and stock, mix well, cover with the lid. Press the RICE|STEAM button and then the START|CANCEL button.
2. When Rice has automatically switched to the KEEP WARM setting, which will take about 10 – 15 minutes, remove lid and fluff up with a fork and cool completely. Place cooked quinoa into a large salad bowl and toss through cooked pumpkin, figs and baby spinach leaves.

3. Whisk lemon juice and remaining oil and season with salt and pepper. Drizzle over salad and serve immediately.

TROPICAL MANGO RICE

Serves 4 – 6

Ingredients

- 275 g short grain white rice, washed and drained
- 1 cup mango nectar
- 1 cup water
- 450 g can sliced peaches, drained, juice reserved
- 2 teaspoons finely grated lime rind
- 270 ml can coconut cream
- ¼ cup passionfruit pulp
- 1 tablespoon cinnamon sugar

Method

1. Place washed rice, mango nectar, water and reserved peach juice (set peach slices aside) into the removable cooking bowl, mixing well. Cover with lid.
2. Press the RICE|STEAM button and then the START|CANCEL button.
3. When the cooker has automatically switched to the KEEP WARM setting, stir through lime rind, coconut cream and passionfruit pulp. Cover with lid and stand for 10 minutes on KEEP WARM setting.

Serve warm with reserved peaches and sprinkle with cinnamon sugar.

GASTROBACK GmbH

Gewerbestraße 20 · 21279 Hollenstedt / Germany

Telefon +49 (0)41 65/22 25-0 · Telefax +49 (0)41 65/22 25-29

info@gastroback.de · www.gastroback.de