

**For at det skal bli like morsomt å tilberede maten som å lage den,**

må du lese denne bruksanvisningen. Da kan du dra nytte av alle de tekniske finessene ved komfyren.

Du blir kjent med viktig informasjon om sikkerheten. Du blir nærmere kjent med de enkelte delene på den nye komfyren. Og vi viser deg, trinn for trinn, hvordan du foretar de ulike innstillingene. Det hele er svært enkelt.

I tabellene finner du innstillingsverdier og stekeovnishøyder for en rekke vanlige retter. Alt er testet i vårt prøvekjøkken.

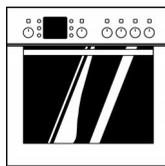
Og hvis det noen gang skulle oppstå en feil, så finner du her opplysninger om hvordan du selv kan utbedre feil.

Ved hjelp av den utførlige innholdsfortegnelsen er det lett å finne frem i bruksanvisningen.

Nå gjenstår det bare å ønske god appetitt!

## Bruksanvisning

---



HEN 7305.0

no

---

9000 057 557

# Innholdsfortegnelse

<b>Hva du må ta hensyn til</b> .....	<b>4</b>
Før montering .....	4
Sikkerhetsanvisninger .....	4
Årsaker til skader .....	5
<b>Din nye komfyr</b> .....	<b>6</b>
Betjeningsfelt .....	6
Funksjonsvelger .....	7
Temperaturvelger .....	7
Betjeningsknapper og indikasjonfelt .....	8
Kokeplatebrytere .....	9
Nedsenkbare brytere .....	9
Varmetyper .....	9
Stekeovn og tilbehør .....	12
Kjølevifte .....	14
<b>Før første gangs bruk</b> .....	<b>15</b>
Oppvarming av stekeovnen .....	15
Rengjøring av tilbehøret før bruk .....	15
<b>Innstilling av kokesone</b> .....	<b>15</b>
<b>Innstilling av stekeovn</b> .....	<b>16</b>
Slik stiller du inn: .....	16
Stekeovnen skal slås av automatisk .....	17
Stekeovnen skal slås automatisk på og av .....	18
<b>Hurtigoppvarming</b> .....	<b>19</b>
<b>Klokkeslett</b> .....	<b>20</b>
<b>Varselur</b> .....	<b>21</b>
<b>Grunninnstillinger</b> .....	<b>22</b>
Endring av grunninnstillingene .....	23
<b>Barnesikring</b> .....	<b>24</b>
<b>Automatisk tidsbegrensning</b> .....	<b>24</b>

# Innholdsfortegnelse

<b>Automatisk selvrensprogram</b> .....	<b>25</b>
Slik stiller du inn .....	26
Selvrensen skal slås automatisk på og av .....	27
Når stekeovnen er avkjølt .....	28
<b>Vedlikehold og rengjøring</b> .....	<b>28</b>
Utsiden av apparatet .....	28
Stekeovnen .....	29
Rengjøring av glassruten .....	30
Tetning .....	33
Kokesone .....	33
Tilbehør .....	33
<b>Det har oppstått en feil, hva kan du gjøre?</b> ....	<b>34</b>
Skifte ut stekeovnslampen .....	35
<b>Kundeservice</b> .....	<b>36</b>
<b>Emballasje og gammel maskin</b> .....	<b>36</b>
<b>Tabeller og tips</b> .....	<b>37</b>
Kaker og bakst .....	37
Tips til bakingen .....	40
Kjøtt, fjærkre, fisk .....	41
Tips til steking og grilling .....	44
Gratenger, toast .....	44
Dypfrosne ferdigretter .....	45
Opptining .....	46
Tørking .....	46
Hermetisering .....	47
Energisparetips .....	48
<b>Akrylamid i matvarer</b> .....	<b>49</b>
<b>Testretter</b> .....	<b>51</b>

---

# Hva du må ta hensyn til

Les grundig igjennom bruksanvisningen. Det er en forutsetning for at du skal kunne bruke komfyren på en sikker og riktig måte.

Ta godt vare på bruks- og monteringsanvisningen godt. Hvis du gir apparatet videre til andre, må disse anvisningene følge med.

---

## Før montering

### Transportskader

Kontroller apparatet etter at du har pakket den ut. Hvis det har oppstått en transportskade, må du ikke slå på apparatet.

### Elektrisk tilkobling

Komfyren må bare tilkobles av en godkjent fagperson. Ved skader som oppstår på grunn av feil tilkobling bortfaller alle garantikrav.

---

## Sikkerhetsanvisninger

### Varm stekeovn



Dette apparatet er bare beregnet på bruk i private husholdninger.

Komfyren må bare brukes til tilberedning av mat.

Åpne stekeovnsdøren forsiktig. Varm damp kan strømme ut.

De varme, innvendige stekeovnsflatene og varmeelementene må aldri berøres. Fare for forbrenning!

Barn må alltid holdes borte fra disse.

Oppbevar aldri brennbare gjenstander i stekeovnen. Fare for brann!

Kabler fra elektriske apparater må ikke komme i klem i stekeovnsdøren. Kabelisolasjonen kan smelte. Fare for kortslutning!

## Reparasjon



Ukyndige reparasjoner er farlig. Fare for elektrisk støt! Reparasjon må bare utføres av servicetekniker som har fått opplæring av oss.

Hvis apparatet er defekt, må du slå av sikringen for komfyren i sikringsskapet.  
Kontakt kundeservice.

## Automatisk selvrengrensprogram



Løse matrester, fett og stekesjy kan ta fyr under selvrengrensingen. Fare for brann! Før hver selvrengrensing må grovt smuss fjernes fra stekeovnen.

Heng aldri brennbart materiale, for eksempel kjøkkenhåndklær, på håndtaket. Fare for brann! Ovnen blir svært varm på utsiden når selvrengrensingen pågår. Hold barn på sikker avstand.

Ikke la brett og former med slippbelegg stå i ovnen når automatisk selvrengrensing pågår (bruk av pyrolyse). Slippbelegget kan avgi giftgasser ved høy varme - fare for alvorlige helseskader!

---

## Årsaker til skader

### Stekebrett eller aluminiumsfolie på ovnsbunnen

Ikke sett stekebrett på ovnsbunnen. Legg heller ikke aluminiumsfolie i bunnen.  
Det kan føre til overoppheting. Bake- og steketidene stemmer ikke lenger, og emaljen blir skadet.

### Vann i stekeovnen

Hell aldri vann inn i den varme stekeovnen. Det kan oppstå skader på emaljen.

### Fruktsaft

Ikke legg for mye på brettet hvis du lager saftige fruktkaker. Fruktsaft som drypper fra stekebrettet etterlater seg flekker som du ikke senere får fjernet. Bruk heller den dype universalpannen.

### Kjøøl av med åpen stekeovnsdør.

Stekeovnen må kun avkjøles i lukket tilstand. Ikke sett noe i klem i stekeovnsdøren. Selv om stekeovnsdøren bare står på gløtt, kan elementfronter som står i nærheten, bli skadet over tid.

## Svært skitten stekeovnstetning

Hvis stekeovnstetningen er svært skitten, går ikke stekeovnsdøren ordentlig igjen når ovnen er på. Elementfronter i området rundt kan bli skadet. Hold dørtetningene rene.

## Stekeovnsdøren som sitteflate

Ikke stå på eller sett deg på stekeovnsdøren.

# Din nye komfyr

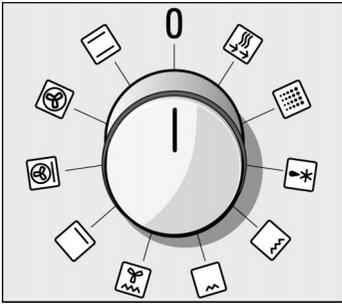
Her kan du bli kjent med det nye apparatet ditt. Vi forklarer hvordan du bruker betjeningsfeltet med brytere og indikasjoner. Her finner du informasjon om varmetyper og tilbehøret som følger med.

## Betjeningsfelt

Noen detaljer kan avvike fra dette, avhengig av apparattype.



## Funksjonsvelger



Med funksjonsvelgeren velger du varmetype for stekeovnen.

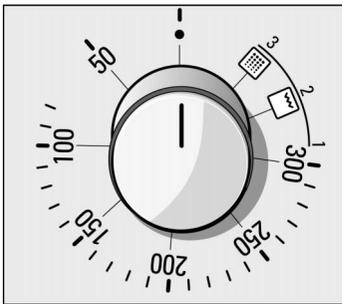
### Stillinger

	Over-/undervarme
	3D-varmluft*
	Ekstra varmluft / pizzatrinn
	Undervarme
	Omluftsgrilling
	Flategrilling, liten flate
	Flategrilling, stor flate
	Optiming
	Automatisk selvrenseprogram
	Hurtigoppvarming

\*Varmetype som bestemmer energiklassen iht. EN50304.

Når du stiller inn funksjonsvelgeren, lyser symbolet  i indikasjonen. Lampen i stekeovnen slås på.

## Temperaturvelger



Med temperaturvelgeren stiller du inn temperatur, grilltrinn eller rensetrinn.

### Temperatur

50-300	Temperaturområde i °C
--------	-----------------------

### Grill

1	Svak grill
2	Middels grill
3	Sterk grill

### Rens

1	Lett rens
2	Middels rens
3	Intensivrens

Temperatursymbolet i indikasjonen lyser når oppvarmingen i stekeovnen er på. I varmepausene slukkes symbolet. Symbolet lyser ikke under grilling og selvrens.

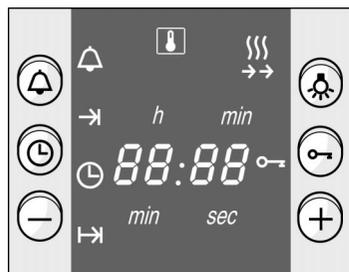
## Grill- og rensetrinn

Trinnene 1, 2 og 3 gjelder for flategrilling med liten  og stor flate  samt for automatisk selvrens .

## Veiledning

For varmetylene 3D-varmluft  og ekstra varmluft  er maksimumstemperaturen 275 °C.

## Betjeningsknapper og indikasjonsfelt

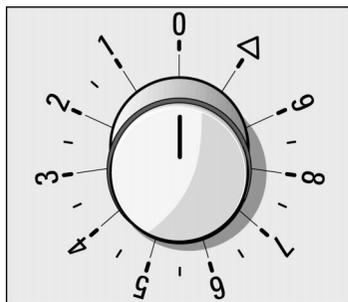


Varselurtasten 	Med denne stiller du inn varseluret.
Klokketast 	Med denne stiller du inn klokkeslett, steketid $\rightarrow$ $\rightarrow$ og sluttid $\rightarrow$ $\rightarrow$ .
Minustast -	Med denne reduserer du innstillingsverdier.
Plusstast +	Med denne øker du innstillingsverdier.
Nøkkeltasten 	Med denne slår du barnesikringen på og av.
Tast for stekeovnslampe 	Med denne slår du lampen i stekeovnen på og av.

I indikasjonsfeltet kan vises de innstilte verdiene.

## Kokeplatebrytere

Med 4 kokeplatebrytere stiller du inn varmeeffekten til kokeplatene.



### Stillinger

Koketrinn 1	Laveste effekt
Koketrinn 9	Høyeste effekt
△	Minnefunksjon (hvis kokesonen er utstyrt med minnefunksjon) Hvis kokesonen ikke har minnefunksjon, svarer stillingen △ til koketrinn 9)

Hvert koketrinn har et mellomtrinn. Det er merket med en strek.

Når du slår på en kokeplate, lyser kontrollampen.

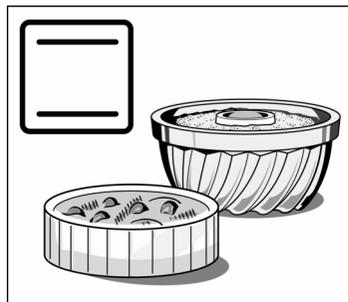
## Nedsenkbare brytere

Bryterne er nedsenkbare. Trykk på en bryter for å senke eller heve den.

Du kan vri bryterne mot høyre eller venstre.

## Varmetyper

For stekeovnen har du forskjellige varmetyper å velge mellom. Dermed kan du velge optimal tilberedningsmåte for alle typer retter.

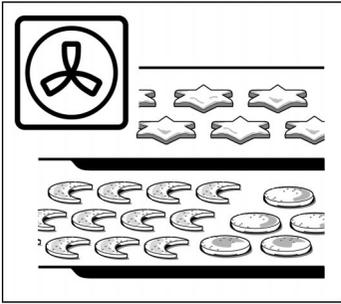


### Over-/undervarme

Her kommer varmen jevnt ovenfra og fra undersiden mot kaken eller steken.

Formkaker og gratenger blir best på denne måten.

Også for mager stek av oksekjøtt, kalv og vilt er over-/undervarme godt egnet.



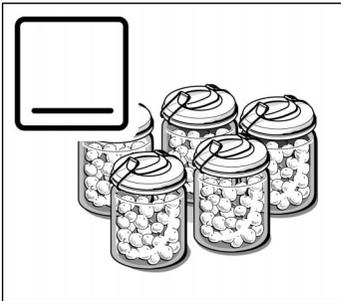
### 3d-varmluft

En ventilator i bakveggen på stekeovnen fordeler varmen fra ringelementet jevnt i stekeovnen. Med 3d-varmluft kan du steke kaker og pizza i to høyder. Småkaker og butterdeig egner seg godt til steking på tre stekebrett. De nødvendige stekeovnstemperaturene er lavere enn ved over-/undervarme. Ekstra brett får du i spesialforretninger. 3d-varmluft er svært godt egnet til tørking.



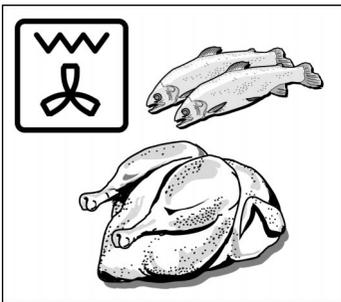
### Ekstra varmluft / pizzatrinn

Her er både undervarme og ringelementet i drift. Denne varmetypen er spesielt godt egnet til dypfrosne produkter. Dypfrosne pizzaer, pommefrites og fruktkaker blir perfekte uten forvarming.



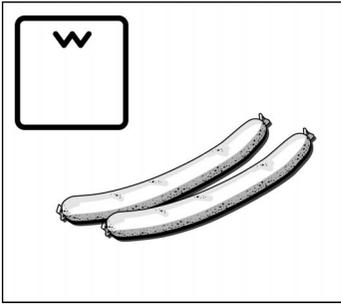
### Undervarme

Med undervarme kan du ettersteke eller brune retter fra undersiden. Undervarme er også ypperlig egnet til konservering.



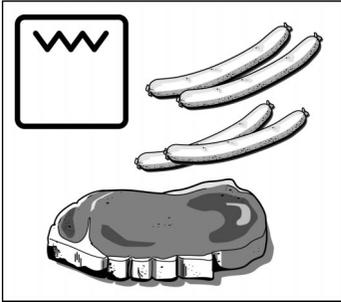
### Omluftsgrilling

Grillspiralene og ventilatoren slås vekselvis på og av. I varmepausen blåser ventilatoren varmen fra grillen rundt maten. På den måten blir kjøttstykkene sprø og brune på alle sidene.



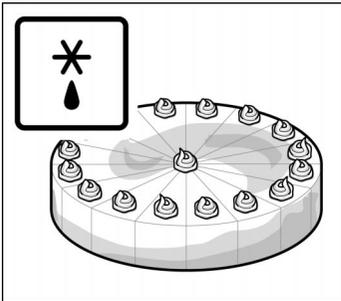
### Flategrilling, liten flate

Her blir den midterste delen av grillen slått på. Denne varmetypen er godt egnet for små mengder. Du sparer energi. Legg grillstykkene på midten av risten.



### Flategrilling, stor flate

Hele flaten under grillristen blir varm. Du kan grille flere biffer, pølser, fisk eller toast.



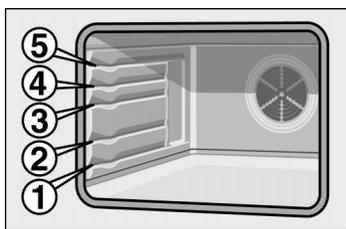
### Opptining

En ventilator i bakveggen på stekeovnen fordeler luften i stekeovnen rundt de frosne matvarene. Dypfrosne kjøttstykker, fjærkre, brød og kaker tines jevnt opp.

### Veiledning:

For at varmen skal bli godt fordelt, kobles viften i oppvarmingsfasen på i korte perioder ved bruk av varmetyperne over- og undervarme.

## Stekeovn og tilbehør

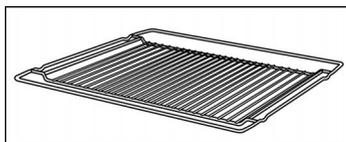


Tilbehøret kan settes inn i stekeovnen i 5 forskjellige høyder.

Tilbehøret kan trekkes ut i to tredjedels lengde uten at det vipper ut. Dermed er det enkelt å ta ut rettene.

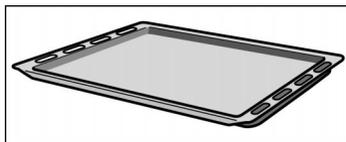
### Tilbehør

Tilbehør kan kjøpes hos kundeservice eller hos forhandleren. Oppgi alltid HEZ-nummer.



#### Rist HEZ 334001

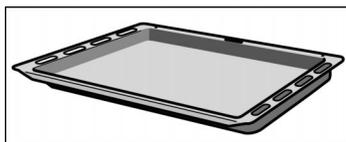
til kokekar, kakeformer, stek, grillstykker og dypfrosne retter.



#### Emaljestekebrett HEZ 331070

til kaker/småkaker.

Sett inn stekebrettet i stekeovnen med skråkanten vendt mot stekeovnsdøren inntil det stopper.



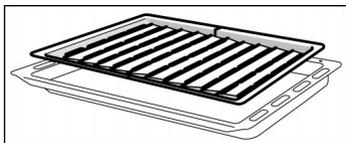
#### Universalpanne HEZ 332070

til saftige kaker, bakverk, dypfrosne retter og store steker. Den kan også brukes som oppsamlingspanne for fett, dersom du griller direkte på risten.

Sett inn universalpannen i stekeovnen, med skråkanten vendt mot stekeovnsdøren, inntil den stopper.

## Ekstra tilbehør

Ekstra tilbehør kan kjøpes hos kundeservice eller hos forhandleren.

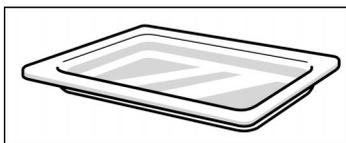


### Grillrist HEZ 325070

Til grilling i stedet for risten, eller som sprutbeskyttelse, slik at stekeovnen ikke blir så skitten. Grillristen skal bare brukes i universalpannen.

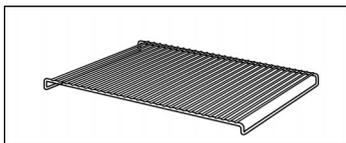
Grilling på grillrist: Bruk samme høyde som risten.

Grillrist som sprutbeskyttelse: Sett inn universalpannen med grillristen under risten.



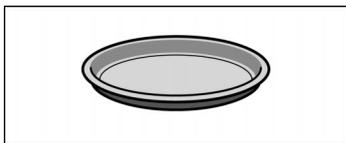
### Glasspanne HEZ 336000

Dypt stekebrett av glass som også egner seg som serveringsfat.



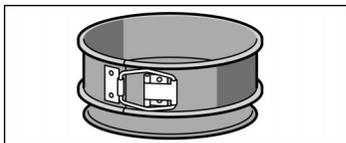
### Rist HEZ 324000

til grillretter. Sett alltid risten ned i universalpannen. Dryppende fett og kjøttssaft blir samlet opp.



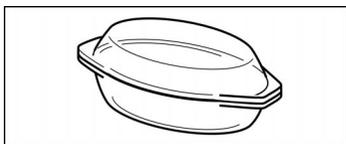
### Pizzabrett HEZ 317000

Ideell til for eksempel pizza, dypfrosne varer og store, runde kaker. Du kan bruke pizzabrettet i stedet for universalpannen. Sett brettet på risten. Følg opplysningene i steketabellene.



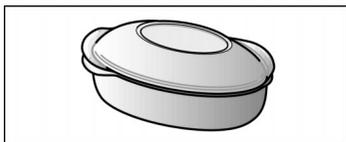
### Stekeform HEZ 6001

Med den overløpssikre stekeformen kan du lage spesielt saftige kaker. Den ekstra brede kanten gjør at kaken ikke kan løpe over og holder komfyren din ren. Stekeformen har slippbelegg på innsiden.



### Glassfat HMZ21GB

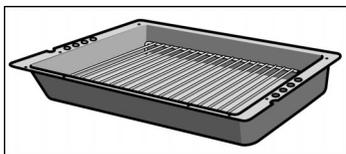
til surrede retter og gratenger som tilberedes i stekeovn. Spesielt godt egnet for stekeautomatikk.



### **Metall-stekegryte HEZ 6000**

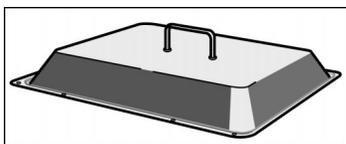
Tilpasset stekesonen på den keramiske platetoppen. Pannen er også velegnet til bruk med kokesensor og stekeautomatikk.

Pannen er emaljert på utsiden og har slippbelegg på innsiden.



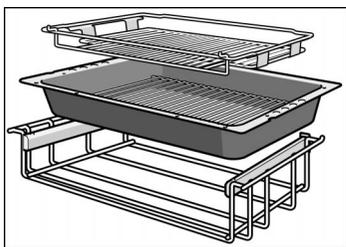
### **Proffpanne HEZ 333070**

til tilberedning av store mengder.



### **Lokk til proffpanne HEZ 333001**

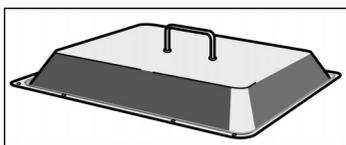
gjør proffpannen til en proff ovnsgrYTE.



### **Proffuttrekk HEZ 333100**

til tilberedning av store mengder. Hele tilbehøret består av en ekstra dyp panne med innleggsrist, en rist til å legge oppå og et teleskoputtrekk.

Du får flotte grillresultater når du legger risten over.



### **Lokk til proffuttrekk HEZ 333101**

gjør proffpannen til en proff ovnsgrYTE.

---

## **Kjølevifte**

Stekeovnen er utstyrt med en kjølevifte. Den slås av og på etter behov. Den varme luften slipper ut via døren.

---

# Før første gangs bruk

I dette kapittelet finner du alt du trenger å vite før du går i gang med å lage mat for første gang.

Varm opp stekeovnen og rengjør tilbehøret. Les nøye sikkerhetsanvisningene i kapitlet "Hva du må ta hensyn til"!

Kontroller først hvorvidt symbolet  og tre nuller blinker i indikasjonen på komfyren.

Når symbolet  og tre nuller blinker i indikasjonen

Still inn klokkeslettet.

**1.** Trykk på klokketasten .  
I indikasjonen vises 12:00, og klokkesymbolet  blinker.

**2.** Still inn klokkeslettet med "+" eller "-"-tasten.

Etter noen sekunder blir klokkeslettet gjort gjeldende. Nå er komfyren klar til bruk.

---

## Oppvarming av stekeovnen

Slik går du frem

Du kan kvitte deg med lukten av "ny ovn" ved å varme opp ovnen. Ovnsrommet må være lukket og tomt.

**1.** Still funksjonsvelgeren på .

**2.** Still inn 240 °C med temperaturvelgeren.

Etter 60 minutter slår du av funksjonsvelgeren.

---

## Rengjøring av tilbehøret før bruk

Før du tar tilbehøret i bruk, må du rengjøre det med såpevann og en oppvaskklut.

---

# Innstilling av kokesone

Det følger en egen bruksanvisning med kokesonen. Der finner du opplysninger om sikkerhet samt informasjon om innstilling og vedlikehold.

# Innstilling av stekeovn

Du har flere muligheter når du skal stille inn stekeovnen.

## Slå av stekeovnen manuelt

Når retten er ferdig, slår du av stekeovnen selv.

## Stekeovnen slås automatisk av

Du kan også forlate kjøkkenet i et lengre tidsrom.

## Stekeovnen slås automatisk på og av

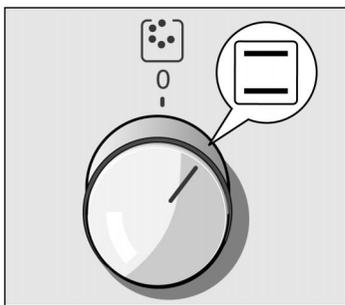
Du kan for eksempel sette retten i stekeovnen om morgenen og stille den inn slik at retten er ferdig senere på dagen.

## Tabeller og tips

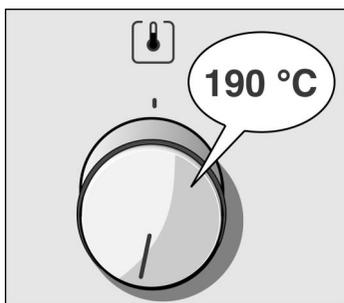
I kapittelet Tabeller og tips finner du egnede innstillinger for en rekke retter.

## Slik stiller du inn:

Eksempel: Over-/undervarme , 190 °C



1. Still inn den ønskede varmetypen med funksjonsvelgeren.



2. Still inn temperatur eller grilltrinn med temperaturvelgeren.

**Utkobling**

Når retten er ferdig, slår du av funksjonsvelgeren.

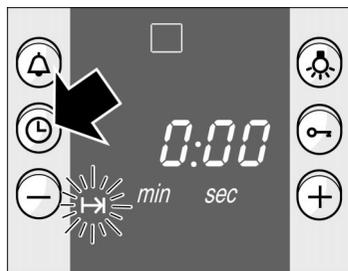
**Endre innstilling**

Du kan når som helst forandre temperaturen eller grilltrinnet.

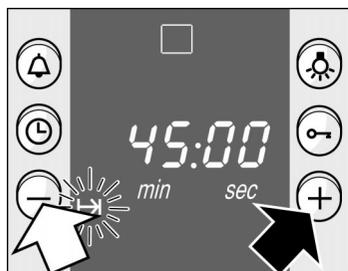
## Stekeovnen skal slås av automatisk

Eksempel: Varigheten er 45 minutter

Still inn som beskrevet i punkt 1 og 2. Angi også koketid (varighet) for retten.



**3.** Trykk på klokketasten ⌚.  
Symbolet for varighet I→I blinker.



**4.** Still inn varighet med "+" eller "-"-tasten.  
Med "+"-tasten er foreslått verdi = 30 minutter  
Med "-"-tasten er foreslått verdi = 10 minutter

Etter noen sekunder starter stekeovnen. I indikasjonen lyser symbolet I→I.

**Varigheten er telt ned.**

Du hører et lydsignal. Stekeovnen slås av. Slå av funksjonsvelgeren.

**Endre innstilling**

Trykk på klokketasten ⌚. Endre varighet med tasten "+" eller "-".

**Slette innstillingen**

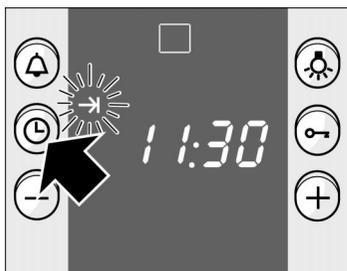
Slå av funksjonsvelgeren.

**Slik viser du innstillingene**

Visning av sluttid →I eller klokkeslett ⌚: Trykk på klokketasten ⌚ inntil det aktuelle symbolet vises.

## Stekeovnen skal slå automatisk på og av

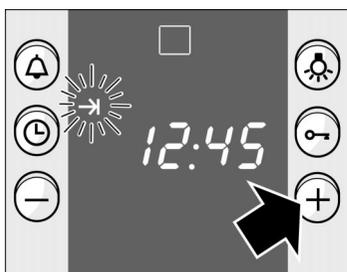
Eksempel: Klokken er 10.45. Det tar 45 minutter å tilberede retten, og den skal være ferdig til kl. 12.45.



Ta hensyn til at lett bedervelige matvarer ikke må stå for lenge i stekeovnen.

Still inn som beskrevet i punkt 1 til 4.

5. Trykk på klokketasten  inntil symbolet  blinker. I indikasjonen ser du når retten er ferdig.



6. Endre sluttiden til et senere tidspunkt med "+"-tasten.

Etter noen sekunder blir innstillingen automatisk gjort gjeldende. I indikasjonen vises sluttiden inntil stekeovnen starter.

**Varigheten er telt ned.**

Du hører et lydsignal. Stekeovnen slås av. Slå av funksjonsvelgeren.

**Veiledning:**

Så lenge et symbol blinker, kan det endres. Når symbolet lyser, brukes den innstilte verdien. Ventetiden frem til innstillingen gjøres gjeldende kan endres. Les mer om dette i kapitlet Grunninnstillinger.

---

# Hurtigoppvarming

Med denne kan du varme opp stekeovnen ekstra raskt.

---

## Slik stiller du inn

1. Still funksjonsvelgeren på .
2. Still inn den ønskede varmetypen med funksjonsvelgeren.

Etter noen sekunder starter stekeovnen. I indikasjonen lyser symbolet .

Du hører et kort lydsignal. Symbolet  slukkes.

Sett retten inn i stekeovnen og still inn stekeovnen.

**Hurtigoppvarmingen er avsluttet**

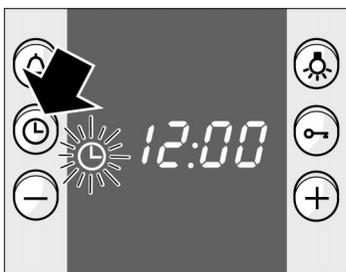
# Klokkeslett

Etter første gangs tilkobling og etter strømbrudd blinker symbolet ☹ og tre nuller i indikasjonen. Still inn klokkeslettet.

Funksjonsvelgeren må være slått av.

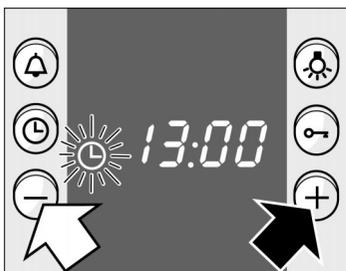
## Slik stiller du inn

Eksempel: Kl. 13.00



1. Trykk på klokketasten ☹.

I indikasjonen vises 12.00, og symbolet ☹ blinker.



2. Still inn klokkeslettet med + eller - tasten.

Etter noen sekunder blir klokkeslettet gjort gjeldende.

**Endring (f.eks. fra sommer- til vintertid)**

Trykk på klokketasten ☹ og endre med tasten + eller -.

**Skjult klokke**

Du kan skjule visning av klokken. Dermed er klokken bare synlig når du foretar innstillinger.

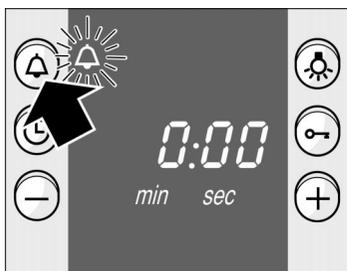
Du må da først endre grunninnstillingen for dette. Les mer om dette i kapitlet Grunninnstillinger.

# Varselur

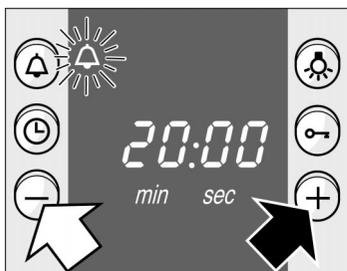
Varseluret kan du bruke som en alarmklokke. Den fungerer uavhengig av stekeovnen. Varseluret har et spesielt signal. Du kan også stille inn varseluret mens barnesikringen er aktiv

## Slik stiller du inn

Eksempel: 20 minutter



1. Trykk på varselurtasten . Symbolet  blinker.



2. Still inn varselurtiden med + eller - tasten. Med + tasten er foreslått verdi = 10 minutter  
Med - tasten er foreslått verdi = 5 minutter

Etter noen sekunder starter varseluret. I indikasjonen lyser symbolet . Tiden telles ned synlig i indikasjonen.

**Tiden er telt ned**

Du hører et lydsignal. Trykk på varselurtasten . Varselurindikasjonen slukkes.

**Endre varselurtiden**

Trykk på varselurtasten . Du kan endre tiden med + eller - tasten.

**Slette innstillingen**

Trykk 3x på varselurtasten .

## Varselur og varighet telles ned parallelt

Symbolene lyser. Varseluret telles ned og er synlig i indikasjonen.

Slik viser du gjenstående varighet **1→1**, sluttid **→1** eller klokkeslett **⊖**: Trykk på klokketasten **⊖** inntil det aktuelle symbolet vises.

Den ønskede verdien vises i indikasjonen i noen sekunder.

---

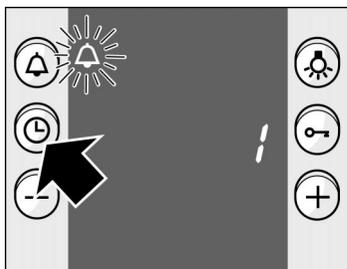
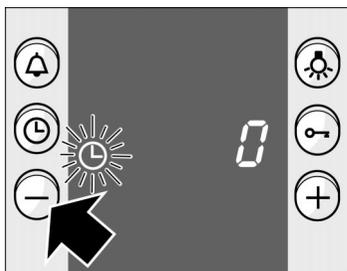
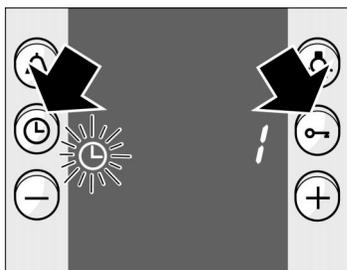
## Grunninnstillinger

Stekeovnen har forskjellige grunninnstillinger. Du kan endre grunninnstilling for klokkeslett, signalvarighet og tiden det tar før en valgt innstilling gjøres gjeldende.

Grunninnstilling	Funksjon	Endre til
Klokkeslett <b>⊖</b> 1 = klokkeslett i forgrunnen	Visning av klokkeslett	Klokkeslett 2 = klokkeslett skjult
Signalvarighet a 1 = ca. 10 sek	Signal etter at en varighet eller en varselurtid er telt ned	Signalvarighet 2 = ca. 1 min 3 = ca. 4 min
Iverksettingstid <b>1→1</b> 2 = middels	Ventetid mellom innstillingstrinnene før innstillingen tas i bruk	Iverksettingstid 1 = kort 3 = lang

## Endring av grunninnstillingene

Eksempel: Skjul klokkeslett



Ovnen må ikke være i bruk.

1. Hold klokketasten  og tasten  nede samtidig inntil det står 1 i indikasjonen. Dette er grunninnstillingen for klokkeslett i forgrunnen.

2. Endre grunninnstilling med "+" eller "-"-tasten.

3. Bekreft med klokketasten .

I indikasjonen vises  for grunninnstilling av signalvarighet.

Endre grunninnstilling slik det er beskrevet i punkt 2 og bekreft med klokketasten . Nå kan du også endre iverksettningstiden. Trykk til slutt på klokke-tasten .

**Du vil ikke endre alle grunninnstillingene**

**Endre innstillingen**

Hvis du ikke ønsker å endre en av grunninnstillingene, trykker du på klokketasten . Den neste grunninnstillingen vises.

Du kan når som helst endre innstillingene igjen.

---

# Barnesikring

For at barn ikke skal slå på stekeovnen utilsiktet er stekeovnen utstyrt med barnesikring.

## Sperring av stekeovnen

Funksjonsvelgeren må være slått av.

Trykk på nøkkeltasten  inntil symbolet  lyser i indikasjonen. Dette tar ca. 4 sekunder.

## Oppheve sperren

Trykk på nøkkeltasten  inntil symbolet  slukkes.

## Veiledning

Varselur og klokkeslett kan også innstilles når komfyren er sperret.

---

# Automatisk tidsbegrensning

Hvis du en gang glemmer å slå av stekeovnen, aktiveres den automatiske tidsbegrensningen. Stekeovnsdriften avbrytes. Når dette skjer, avhenger av innstilt temperatur eller grilltrinn.

Når oppvarmingen i stekeovnen ikke lenger er på, står det 5 i klokkeindikasjonen.

Oppvarmingen forblir avbrutt helt til du kobler ut funksjonsvelgeren. 5 slukkes.

Nå kan du stille inn stekeovnen igjen.

## Oppheving av automatisk tidsbegrensning

Angi en varighet. Deretter slås stekeovnen automatisk av.

Tidsbegrensningen er opphevet.

# Automatisk selvrensprogram

Stekeovnen blir her varmet opp til ca. 500 °C.  
Rester fra steking, grilling eller baking blir brent opp.  
Du kan velge blant tre rengjøringsstrinn.

Trinn	Rengjøringsgrad	Tid (varighet)
1	Lett	ca. 1 time
2	Middels	ca. 1 1/2 timer
3	Intensivt	ca. 2 timer

## Dette bør du vite

For din egen sikkerhet blir stekeovnen automatisk låst fra og med en temperatur på ca. 250 °C. Du kan først åpne stekeovnsdøren igjen når temperaturen er sunket til under 300 °C.



Ovnen blir meget varm på utsiden.  
Pass på at framsiden blir værende fri. Hold barn på sikker avstand.

Ikke prøv å åpne stekeovnsdøren mens selvrensen er i gang. Den kan da bli avbrutt.

Stekeovnslampen kan ikke slås på mens selvrensen pågår.

## Før selvrens

Ta uegnet tilbehør og alle stekeredskaper o.l. ut av stekeovnen.



Løse matrester, fett og stekesjy kan ta fyr - brannfare!  
Tørk av stekeovnen og tilbehør som skal rengjøres, med en fuktig klut.

Rengjør stekeovnsdøren og kanten på stekeovnen i området ved pakningen. Ikke bruk skuremidler på tetningen.

## Rengjøring av tilbehør

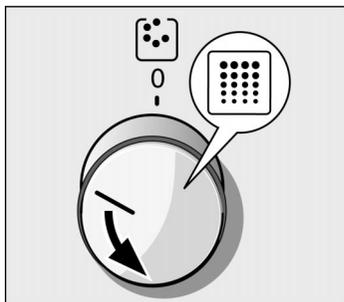


Du kan sette inn universalpannen eller emaljebrettet i høyde 2 og rengjøre disse samtidig. Risten er ikke egnet for selvrens.

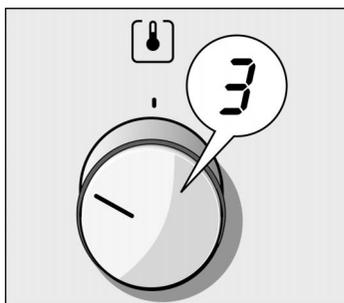
Ikke la brett og former med slippbelegg stå i ovnen når automatisk selvrens pågår (bruk av pyrolyse). Slippbelegget kan avgi giftgasser ved høy varme - fare for alvorlige helseskader!

## Slik stiller du inn

Eksempel: Rengjøringstrinn 3



1. Still funksjonsvelgeren på .



2. Still inn trinn 3 med temperaturvelgeren.

Etter noen sekunder starter selvrens.

**Rengjøringstiden er omme.**

Du hører et lydsignal, og varighetssymbolet  blinker.

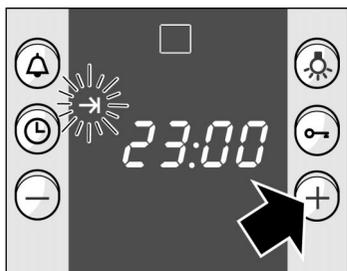
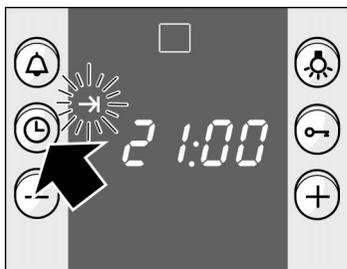
Ikke slå av funksjonsvelgeren før stekeovnsdøren lar seg åpne.

**Vise varighet og sluttid**

Slik viser du gjenstående varighet  eller sluttid : Trykk på klokketasten j inntil det aktuelle symbolet vises.

## Selvrensen skal slå automatisk på og av

Eksempel: Selvrensen skal være ferdig klokken 23.00.



På denne måten kan du f.eks. benytte deg av lavere strømpriser om natten, dersom dette finnes.

Still inn som beskrevet i punkt 1 og 2.

**3.** Trykk på klokketasten  inntil sluttsymbolet  i indikasjonen blinker.

I indikasjonen ser du når selvrensen er ferdig.

**4.** Endre sluttiden til et senere tidspunkt med "+"-tasten.

Selvrensen slår seg på og av til riktig tidspunkt. Etter start vises klokken igjen.

**Rengjøringstiden er omme.**

Du hører et lydsignal, og varighetssymbolet  blinker.

Ikke slå av funksjonsvelgeren før stekeovnsdøren lar seg åpne.

**Avbryte innstillingen**

Slå av funksjonsvelgeren.

**Veiledning:**

Etter at rensingen er startet, kan ikke rengjøringstrinnet forandres lenger.

---

## Når stekeovnen er avkjølt

### For øvrig

Wischen Sie die zurück gebliebene Asche mit einem feuchten Tuch aus dem Backofen heraus.

Ved normal bruk er det tilstrekkelig at stekeovnen blir rengjort hver 2.- 3. måned. Til en rengjøringsrunde trenger du bare ca. 2,5-4,7 kilowattimer.

Den spesielt varmebestandige spesialmaljen og de blanke delene i stekeovnen kan med tiden bli matte eller få misfarginger. Dette er normalt og har ingen innflytelse på funksjonen. Ikke behandle slike misfarginger med harde skureputer eller etsende rengjøringsmidler.

---

## Vedlikehold og rengjøring

Ikke bruke høytrykksspyler eller dampstråle ved rengjøring!

---

### Utsiden av apparatet

Rengjør apparatet med vann og litt oppvaskmiddel. Tørk av med en myk klut.

Aggressive rengjøringsmidler og skuremidler er ikke egnet. Dersom et slikt middel skulle havne på forsiden av komfyren, må det straks vaskes bort med vann.

### Merk

Små fargeforskjeller på forsiden av apparatet kan skyldes ulike materialer, som glass, plast eller metall.

Skygger på glassruten, som virker som striper, er lysreflekser fra stekeovnslampen.

### Apparater med front i rustfritt stål

Fjern kalk-, fett-, stivelses- og eggehviteflekker så snart som mulig. Under slike flekker kan det danne seg korrosjon.

Bruk et rengjøringsmiddel for rustfritt stål. Følg produsentens anvisninger. Prøv først med middelet på et begrenset område før du tar det i bruk over det hele.

## Apparater med aluminiumsfront

Bruk et mildt vinduspusemiddel. Tørk av med en ren vinduspuseklut eller en fuselfri mikrofiberklut. Tørk vannrett og uten å øve trykke mot flaten.

Aggressive rengjøringsmidler, ripende svamper og grove vaskekluter er ikke egnet.

## Stekeovnen

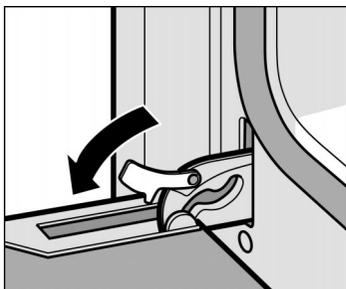
Ikke bruk harde skureputer eller pussesvamper. Stekeovnsrens må bare brukes på de emaljerte flatene i stekeovnen.

### For å gjøre rengjøringen lettere

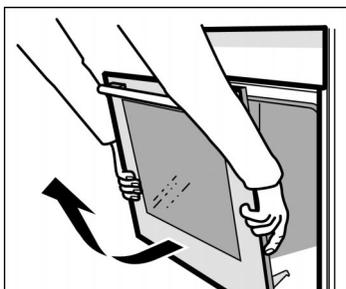
kan du slå på ovnslampen med tasten  og ta av stekeovnsdøren.

Du kan ta stekeovnsdøren helt ut.

### Demontering av stekeovnsdøren



1. Åpne stekeovnsdøren helt opp.
2. Vipp opp de to sperrehendlene på venstre og høyre side.



3. Still stekeovnsdøren på skrå.  
Ta tak med begge hender på høyre og venstre side under døren.  
Lukk stekeovnsdøren litt igjen og trekk den ut.

Etter rengjøring settes stekeovnsdøren inn igjen i motsatt rekkefølge.

### Rengjøring av emaljeflatene i stekeovnen

Ikke bruk varmt såpevann eller vann med eddik.

Hvis ovnen er svært skitten, er det best å bruke stekeovnsrens. Stekeovnsrens må kun brukes i kald ovn.

For øvrig:  
Emalje blir brent ved svært høye temperaturer. Det kan da oppstå små fargeforskjeller. Dette er normalt og har ingen innflytelse på funksjonen. Slike misfarginger må ikke behandles med harde skuresvamber eller etsende rengjøringsmidler.

Kanter av tynne metallplater lar seg ikke emaljere fullstendig. De kan derfor være ru. De er likevel helt beskyttet mot korrosjon.

Glassdekselet rengjøres best med oppvaskvann.

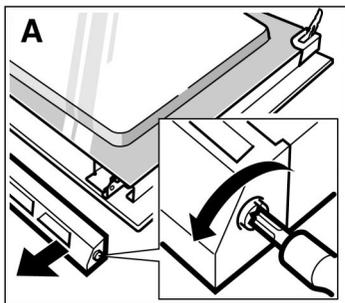
## Glassdekselet på stekeovnslampen

### Rengjøring av glassruten

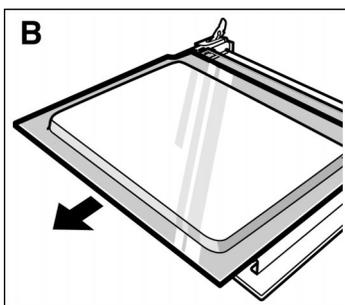
Du kan ta ut glassruten på stekeovnsdøren slik at det blir lettere å foreta rengjøring.

Når du tar ut det innvendige glasset, må du passe på at du monterer glassrutene i samme rekkefølge igjen. Følg nummereringen som står på rutene.

#### Utmontering

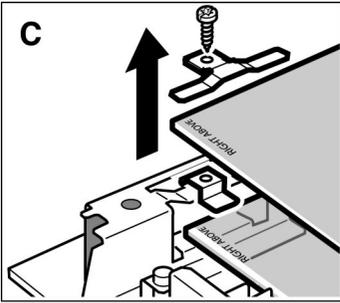


- 1 Ta ut stekeovnsdøren og legg den på et håndtaket ved hjelp av håndtaket.
- 2 Skru av dekselet øverst på stekeovnsdøren. Dette gjør du ved å skru ut skruene på høyre og venstre side. (Figur A)



- 3 Løft den øverste ruten opp og trekk den ut. (Figur B)

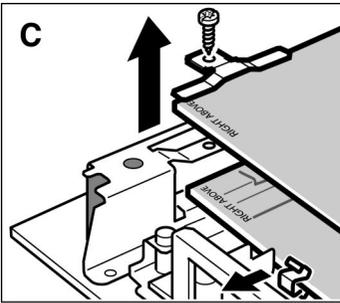
#### Punkt 4. og 5. avhengig av apparattype



- 4 Skru av de store klemmene på høyre og venstre side og ta dem av. (Figur C) Ta ut ruten i midten.
- 5 Ta av de to små klemmene fra nederste rute og løft ut ruten på skrå. (Figur C)

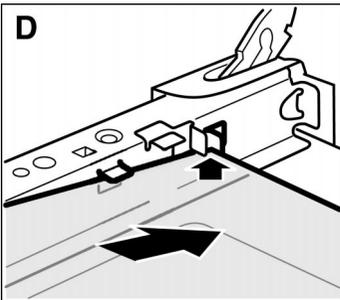
Rengjør glassruten med glassrens og en myk klut.

eller



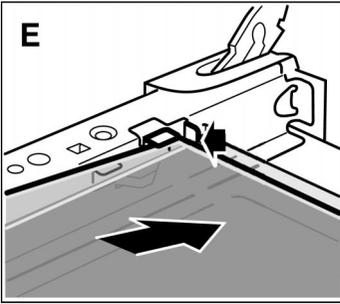
- 4 Skru av de store klemmene på høyre og venstre side og ta dem av. (Figur C) Ta ut ruten i midten.
- 5 Ta av de to små klemmene fra nederste rute og løft ut ruten. (Figur C)

#### Montering

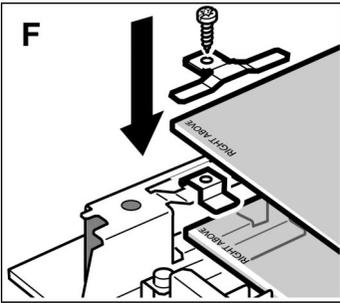


Pass på at merkingen "Right above" står på opp-ned nede til venstre på begge ruter.

- 1 Skyv den nedre glassruten inn på skrå bakover. (Figur D)
- 2 Legg de små klemmene på høyre og venstre side på nedre rute.



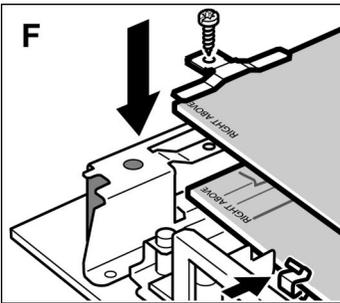
3 Sett inn glassruten i midten. (Figur E)



**Punkt 4. og 5. avhengig av apparattype**

4 Sett de små klemmene på plass på den nedre glassruten igjen. (Figur F)

5 Sett de store klemmene på plass, rett dem til og skru dem fast. (Figur F)



eller

4 Sett de små klemmene på plass på den nedre glassruten igjen. (Figur F)

5 Sett på de store klemmene og skru dem fast. (Figur F)

6 Skyv den øverste ruten inn på skrå bakover.

7 Sett på dekselet og skru det fast.

8 Sett på plass stekeovnsdøren igjen.

**Du må ikke bruke stekeovnen før du har satt inn glassrutene på riktig måte.**

---

## Tetning

Tetningslistene i stekeovnen kan rengjøres med oppvaskmiddel. Ikke bruk aggressive rengjøringsmidler eller skuremidler.

---

## Kokesone

Informasjon om vedlikehold finner du i bruksanvisningen for kokesonen.

---

## Tilbehør

Legg tilbehøret i bløt i oppvaskvann straks etter bruk. Matrester lar seg deretter lett fjerne med børste eller skuresvamp.

Når du bruker automatisk selvrens, kan du rense universalpannen eller emaljebrettet samtidig.

# Det har oppstått en feil, hva kan du gjøre?

Dersom det oppstår en feil, kan det ofte skyldes bagateller. Før du ringer kundeservice, bør du lese følgende veiledning:

Feil	Mulig årsak	Råd/tiltak
Apparatet fungerer ikke.	Sikringen er defekt.	Se etter i sikringsskapet om sikringen er i orden.
Klokkeindikasjonen blinker.	Strømbrydd.	Still inn klokken på nytt.
Stekeovnsdøren lar seg ikke åpne. Funksjonsvelgeren står på  , og i indikasjonen blinker tre nuller.	Strømbrydd.	Slå av funksjonsvelgeren. Still inn klokken og start selvrensen en gang til. Dersom du ikke vil gjenta selvrensen, må du vente til stekeovnen er avkjølt til under 300 °C.
I klokkeindikasjonen vises "5".	Den automatiske tidsbegrensningen ble aktivert.	Slå av funksjonsvelgeren.
I klokkeindikasjonen vises feilmeldingen "Er 1" eller "Er 4".	Temperaturføleren er falt ut.	Ring til kundeservice.
I klokkeindikasjonen vises feilmeldingen "Er 2".	Feil strømtilkobling.	Koble ut sikringen i sikringsskapet, og koble til apparatet på riktig måte.
I klokkeindikasjonen vises feilmeldingen "Er 6". Du har stilt inn selvrens.	Låsen på stekeovnsdøren er defekt.	Slå av funksjonsvelgeren og kontakt kundeservice. Alle andre stekeovnsfunksjoner kan brukes.
Stekeovnsdøren lar seg ikke åpne. I klokkeindikasjonen vises feilmeldingen "Er 7".	Låsemekanismen på stekeovnsdøren er defekt.	Ring til kundeservice.
I klokkeidisplayet vises feilmeldingen "Er 11".	Du har trykket inn en tast for lenge, eller en av tastene er fastklemt.	Trykk på hver enkelt tast. Hvis feilmeldingen ikke forsvinner, må du ta kontakt med kundeservice.

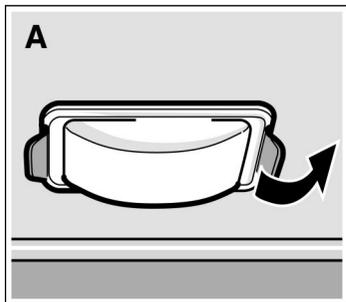
**Reparasjon må bare utføres av servicetekniker med spesiell opplæring.**

Dersom apparatet repareres på ukyndig måte, kan det føre til alvorlig fare for deg.

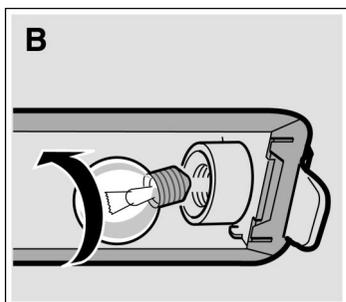
## Skifte ut stekeovnslampen

Dersom stekeovnslampen er ødelagt, må den skiftes. 40 watts reservelamper som tåler høy temperatur fås hos kundeservice eller i faghandelen. Bruk kun disse lampene.

Slik går du frem



1. Koble ut komfysikringen i sikringsskapet.
2. Legg et kjøkkenhåndkle inn i den kalde stekeovnen, for å unngå skader.
3. Ta av glassdekselet. Dette gjør du ved å trykke metalltappen bakover med tomlene. Figur A.



4. Skru ut lampen og bytt den ut med en lampe av samme type. Figur B.
5. Sett glassdekselet på igjen. Sett inn glassdekselet på den ene siden og trykk hardt på den andre siden. Glasset smekker på plass.
6. Ta bort håndkleet og sett inn sikringen igjen.

Bytte glassdeksel

Dersom glassdekselet til stekeovnslampen er ødelagt, må det skiftes. Glassdeksel får du hos kundeservice. Oppgi E-nummer og FD-nummer på apparatet.

---

# Kundeservice

Dersom apparatet ditt må repareres, står vår kundeservice til disposisjon. Adresse og telefonnummer til nærmeste kundeservice finner du i telefonkatalogen. De angitte kundeservicesentrene kan også gi deg informasjon om nærmeste kundeservicested.

## E-nummer og FD-nummer

Når du tar kontakt med kundeservice, må du alltid oppgi produktnummer (E-nr.) og produksjonsnummer (FD-nr.) for komfyren din. Typeskiltet med numrene finner du på høyre side, på siden av bryterfronten. For at du ikke skal bruke tid på å lete etter disse når det har oppstått en feil, bør du med én gang skrive opp disse dataene for apparatet ditt her.

E-nr.	FD
-------	----

Kundeservice 📞
----------------

---

# Emballasje og gammel maskin

Under transporten er apparatet beskyttet av emballasjen. Alle materialer som brukes er miljøvennlige og kan brukes om igjen. Vi ber deg derfor om å kvitte deg med emballasjen på en miljøvennlig måte.

Gamle apparater er ikke verdiløst avfall. Med en miljøvennlig skroting kan det gjenvinnes verdifulle råstoffer.

Før du kvitter det med det gamle produktet, må det gjøres ubrukelig eller merkes med et klebemerke med "OBS! Kassert!"

Adressen til avfallsdeponier og miljøstasjoner får du ved å henvende deg til faghandelen eller kommunen der du bor.

---

# Tabeller og tips

Her finner du et utvalg retter og de beste innstillingene til dem. Du kan lese hvilken varmetype og temperatur som er best egnet for den retten du vil lage, hvilket tilbehør du bør bruke, og i hvilken høyde retten skal stå. Du får mange tips om utstyr og tilberedning og hjelp hvis noe likevel skulle gå galt en gang.

---

## Kaker og bakst

### Steking i én høyde

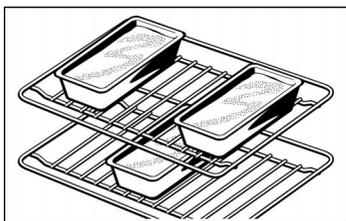
Bruk over- og undervarme  når du steker kaker i én høyde. Da blir kakene best.

### Stekeformer

Mørke stekeformer av metall er best egnet. Til lyse stekeformer med tynne vegger eller til glassformer bør du helst bruke 3d varmluft. Imidlertid vil da steketiden forlenges, og kakene blir ikke så jevnt brune.

Sett alltid kakeformer på rist.

Hvis du skal bake med 3 brødformer samtidig, må du plassere disse på risten slik det fremgår av bildet.



### Tabeller

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn. På den måten sparer du energi. Når du steker i forvarmet ovn, reduseres de angitte steketidene med 5 til 10 minutter.

I tabellene finner du optimale varmetyper for de ulike bakverkene.

Temperatur og steketid er avhengig av deigens/rørens mengde og beskaffenhet. Derfor er det angitt områder i tabellene. Prøv først med den laveste verdien. En lavere temperatur gir en jevnere bruning. Still temperaturen høyere neste gang, dersom dette er ønskelig.

Du finner mer informasjon under ”Tips til bakingen” bak tabellene.

Kaker i form	Form på rist	Høyde	Varme- type	Tempera- tur °C	Steketid, minutter
Formkake, enkel	Rund-/krans-/ brødform	2		170-190	50-60
	3 brødformer*	1+3		150-170	70-100
Fine kaker (f. eks. sandkaker)	Rund-/krans-/ brødform	2		150-170	60-70
	3 brødformer*	1+3		140-160	70-100
Mørdeigbunn med kant	Springform	1		180-200	25-35
Formkakebunn	Fruktkakeform	2		160-180	20-30
Sukkerbrød	Springform	2		160-180	30-40
Frukt- eller ostekake, mørdeig**	Mørk springform	1		160-180	70-90
Fruktkake av formkakedeig	Springform/ rundform	2		160-180	50-60
Quiche, løkpai osv.**	Springform	1		180-200	50-60

\* Ta hensyn til plasseringen av brødformene. Ekstra rister får du som ekstra tilbehør hos forhandleren.

\*\* La kaken avkjøles i ovnen i ca. 20 minutter.

Kaker på Brett		Høyde	Varme- type	Temperatur °C	Steketid, minutter
Formkake- eller gjærdeig med tørt fyll	Stekebrett	2		170-190	20-30
	Stekebrett + universalpanne**	2+4		150-170	35-45
Formkake- eller gjærdeig med saftig fyll* (frukt)	Universalpanne	3		170-190	40-50
	Stekebrett + universalpanne**	2+4		150-170	50-60
Rullekake (forhåndsoppvarming)	Stekebrett	3		180-200	15-20
Gjærkringle med 500 g mel	Stekebrett	2		170-190	30-40
Julekake med 500 g mel	Universalpanne	3		160-180	60-70
Julekake med 1 kg mel	Universalpanne	3		150-170	90-100

Kaker på brett		Høyde	Varme- type	Temperatur °C	Steketid, minutter
Kringle, søt	Universalpanne	2		180-200	55-65
Pizza	Stekebrett	2		230-250	25-35
	Stekebrett + universalpanne**	2+4		180-200	40-50

\* Til svært saftige fruktkaker brukes den dypeste universalpannen.

\*\* Hvis du skal steke i to høyder, må du alltid sette universalpannen over brettet.

Brød og rundstykker		Høyde	Varme- type	Temperatur °C	Varighet, minutter
Brød med 1,2 kg mel*, (forvarme)	Universalpanne	2		300	8
				200	35-45
Surdeigsbrød med 1,2 kg mel*, (forvarme)	Universalpanne	2		300	8
				200	40-50
Rundstykker (f. eks. grove rundstykker)	Universalpanne	3		210-230	20-30

\* Hell aldri vann direkte inn i den varme stekeovnen.

Småkaker		Høyde	Varme- type	Temperatur °C	Steketid, minutter
Småkaker	Stekebrett	3		170-190	10-20
	Stekebrett + universalpanne**	2+4		130-150	25-35
	2 stekebrett* + universalpanne***	2+3+5		130-150	30-40
Marengs	Brett	3		80-100	100-150
Vannbakkels	Brett	2		210-230	30-40
Makroner	Stekebrett	3		110-130	30-40
	Stekebrett + universalpanne**	2+4		100-120	35-45
	2 stekebrett* + universalpanne***	2+3+5		100-120	40-50
Butterdeig	Stekebrett	3		200-220	20-30
	Stekebrett + universalpanne**	2+4		180-200	30-40
	2 stekebrett* + universalpanne***	2+3+5		180-200	35-45

\* Ekstra stekebrett får du som ekstra tilbehør hos forhandleren.

\*\* Hvis du skal steke i to høyder, må du alltid sette universalpannen over brettet.

\*\*\* Sett inn universalpannen nederst. Den kan tas ut tidligere.

## Tips til bakingen

<b>Du vil gjerne bake etter din egen oppskrift.</b>	Se etter lignende kaker i steketabellen.
<b>Slik kan du finne ut om formkaken er ferdigstekt.</b>	Stikk en tannpirker inn på det høyeste stedet på kaken ca. 10 minutter før slutten av steketiden som er angitt i oppskriften. Dersom det ikke henger fast deig på tannpirkeren, er kaken ferdig.
<b>Kaken er falt sammen.</b>	Bruk mindre væske neste gang eller still ovnstemperaturen 10 grader lavere. Ta hensyn til de angitte røretidene i oppskriften.
<b>Kaken er høy på midten og lavere langs kanten.</b>	Ikke smør kanten av springformen. Etter steking løses kaken forsiktig med en kniv.
<b>Kaken blir for mørk oppå.</b>	Sett den inn på en lavere høyde, velg en lavere temperatur og stek kaken litt lenger.
<b>Kaken er for tørr.</b>	Stikk små hull med en tannpirker i den ferdige kaken. Deretter drypper du fruktsaft eller litt likør over. Velg neste gang en temperatur som er 10 grader høyere, og forkort steketiden.
<b>Brød eller kaker (f. eks. ostekaker) ser fine ut på utsiden, men er klissete inni (ustekt, gjennomtrukket av væskestriper).</b>	Bruk litt mindre væske neste gang og stek med lavere temperatur og litt lengre steketid. For kaker med saftig fyll: Stek først bunnen. Strø mandler eller brødrasp over og legg deretter fyllet oppå. Ta hensyn til oppskriften og steketidene.
<b>Kakene er ikke jevnt brunet.</b>	Velg en noe lavere temperatur, dermed blir baksten jevnere. Stek ømfintlige kaker med over- og undervarme  på én høyde. Bakepapir som går ut over brettet, kan innvirke på luftsirkulasjonen. Skjær det derfor alltid til slik at det passer til stekebrettet.
<b>Fruktkaken er for lys under. Fruktsaften renner ut.</b>	Bruk den dypeste universalpannen neste gang.
<b>Du har bakt på flere høyder. På det øverste brettet er kakene mørkere enn på de nederste.</b>	Bruk alltid 3D-varmluft ved steking på flere høyder  . Stekebrett som blir satt inn samtidig, må ikke nødvendigvis bli ferdig samtidig.
<b>Ved steking av saftige kaker oppstår det kondensvann.</b>	Under bakingen kan det oppstå vanndamp. Den kommer ut via dørhåndtaket. Vanndampen kan legge seg på betjeningsfeltet eller på møbelfronter i nærheten og kan dryppe ned som kondensvann. Dette er fysisk betinget.

# Kjøtt, fjærkre, fisk

## Koke-/stekekar

Du kan bruke alle typer varmebestandige kokekar. For stek/store kjøttstykker er universalpannen godt egnet.

Sett alltid kokekaret midt på risten.

Varme kokekar av glass bør settes på et tørt kjøkkenhåndkle. Dersom underlaget er vått eller kaldt, kan glasset sprekke.

## Veiledning for steking

Stekeresultatet er avhengig av kjøtttype og -kvalitet.

For magert kjøtt heller du på 2 til 3 spiseskjeer væske, for oksstek 8 til 10 spiseskjeer, alt etter størrelse.

Kjøttstykker bør snus etter halve steketiden.

Når steken er ferdig, bør den hvile i 10 minutter i avslått, lukket stekeovn. På den måten blir kjøftsaften bedre fordelt.

## Veiledning for grilling

Grill alltid i lukket stekeovn.

Du bør helst velge grillstykker av lik størrelse. Stykkene bør være minst 2 - 3 cm tykke. Dermed brunes de jevnt og forblir fine og saftige. Ikke tilsett salt før etter grillingen.

Legg grillstykkene direkte på risten. Skal du grille ett enkelt grillstykke, blir det best dersom det blir lagt midt på risten.

Sett også inn universalpannen i høyde 1. Kjøftsaften blir dermed samlet opp, og stekeovnen holder seg renere.

Snu grillstykkene etter to tredjedeler av den angitte tiden.

Grillelementet slår seg hele tiden på og av igjen. Dette er normalt. Hvor ofte dette skjer, er avhengig av det innstilte grilltrinnet.

## Kjøtt

Tabellen gjelder for innskyving i kald stekeovn.  
Tidsangivelsene er retningsverdier. De er avhengige  
av kvalitet og beskaffenhet på kjøttet.

Kjøtt	Vekt	Koke-/ stekekar	Høyde	Varme- type	Temperatur °C, grill	Varighet, minutter
Oksestek (f.eks. høyrygg)	1 kg		2		200-220	80
	1,5 kg	lukket	2		190-210	100
	2 kg		2		180-200	120
Okserygg	1 kg		2		210-230	70
	1,5 kg	åpen	2		200-220	80
	2 kg		2		190-210	90
Roastbeef, rosa stekt*	1 kg	åpen	1		220-240	60
Biffer, gjennomstekt		Rist***	5		3	20
Biffer, rosa		Rist***	5		3	15
Svinekjøtt uten svor (f.eks. nakkestykker)	1 kg		1		190-210	100
	1,5 kg	åpen	1		180-200	130
	2 kg		1		170-190	150
Svinekjøtt med svor** (f.eks. bog, knoker)	1 kg		1		210-230	130
	1,5 kg	åpen	1		200-220	160
	2 kg		1		190-210	180
Røkt svinekjøtt med ben	1 kg	lukket	2		210-230	70
Kjøttkaker	750 g	åpen	1		180-200	70
Pølser	ca. 750 g	Rist***	4		3	15
Kalvestek	1 kg	åpen	2		190-210	100
	2 kg		2		170-190	120
Lammelår uten ben	1,5 kg	åpen	1		170-190	120

\* Snu roastbeefen etter halve tiden. Pakk den etter steking inn i aluminiumsfolie og la den hvile i stekeovnen i 10 minutter.

\*\* Skjær inn striper i svoren på svinekjøttet og legg det i gryten med svoren først vendt ned, dersom det skal snus.

\*\*\* Sett inn universalpannen i høyde 1.

## Fjærkre

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Vektopplysningene i tabellen gjelder fjærkre uten fyll, klargjort for steking.

Hvis du griller direkte på risten, bør du i tillegg sette inn universalpannen i høyde 1.

Ved tilberedning av and eller gås må du stikke hull på huden under vingene, slik at fettete kan renne ut.

Snu fjærkreet etter to tredjedeler av grilltiden.

Fjærkreet blir særlig sprøtt dersom det mot slutten av steketiden blir smurt inn med smør, saltvann eller appelsinsaft.

Fjærkre	Vekt	Koke-/stekekar	Høyde	Varme-type	Temperatur °C	Varighet, minutter
Halve kyllinger, 1-4 stk.	à 400 g	Rist	2		210-230	40-50
Kyllingdeler	à 250 g	Rist	2		210-230	30-40
Halve kyllinger, 1-4 stk.	à 1 kg	Rist	2		200-220	50-80
And	1,7 kg	Rist	2		180-200	90-100
Gås	3 kg	Rist	2		170-190	110-130
Babykalkun	3 kg	Rist	2		180-200	80-100
2 kalkunlår	à 800 g	Rist	2		190-210	90-100

## Fisk

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Fisk	Vekt	Kokekar	Høyde	Varme-type	Temperatur °C, grilltrinn	Varighet, minutter
Fisk, grillet	à 300 g		3		2	20-25
	1 kg	Rist*	2		190-210	45-50
	1,5 kg		2		180-200	50-60
Fisk i skiver, f.eks. lakseskiver	à 300 g	Rist*	4		2	20-25

\* Sett inn universalpannen i høyde 1.

## Tips til steking og grilling

For vekten av denne steken står det ikke noe angitt i tabellen.	Velg den neste, lavere vekten i henhold til anvisningene og forleng tiden.
Hvordan kan du vite at steken er ferdig?	Bruk et steketermometer (fås hos en forhandler) eller foreta en "skjeprøve". Trykk med skjeen på steken. Dersom den føles fast, er den ferdig. Dersom den gir etter, kan den steke litt til.
Steken er for mørk, og svoren er delvis brent.	Kontroller innsetningshøyden og temperaturen.
Steken ser fin ut, men sjenen er brent.	Velg et mindre fat neste gang, eller fyll på mer væske.
Steken ser fin ut, men sjenen er for lys og tynn.	Velg et større fat neste gang, eller tilsett mindre væske.
Når steken blir øset, oppstår det vanndamp.	Bruk omluftsgrilling i stedet for over- og undervarme. Dermed blir ikke stekesjen så kraftig oppvarmet, og det oppstår mindre vanndamp.

## Gratenger, toast

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Rett	Koke-/stekekar	Høyde	Varme- type	Temperatur °C, grill	Varigheten er minutter
Søt sufflé (f.eks. ostesufflé med frukt)	Gratengform	2		180-200	40-50
Grateng av kokte ingredienser (f.eks. nudelgrateng)	Gratengform, universalpanne	3		210-230	30-40
		3		210-230	20-30
Grateng av rå ingredienser* (f.eks. potetgrateng)	Gratengform eller universalpanne	2		160-180	50-60
		2		160-180	50-60

Rett		Koke-/stekekar	Høyde	Varme- type	Temperatur °C, grill	Varigheten er minutter
Bruning av toast	4 stk.	Rist	5		3	6-7
	12 stk.		5		3	4-5
Gratinerings av toast	4 stk.	Rist**	4		3	7-10
	12 stk.		4		3	5-8

\* Gratengen må ikke være høyere enn 2 cm.

\*\* Sett alltid inn universalpannen i høyde 1.

## Dypfrosne ferdigretter

Ta hensyn til veiledningen fra produsenten på pakningen.

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Rett	Egnede retter	Høyde	Varme- type	Temperatur °C	Varighet, minutter
Pizza*	Pizza med tynn bunn	2		190-210	15-25
	Pizza med tykk bunn	2		180-200	20-30
	Pizza-baguette	2		180-200	20-30
	Minipizza	3		190-210	10-20
Potetprodukter*	Pommes frites	2		200-220	20-30
	Potetballer	2		200-220	20-30
	Rösti	2		200-220	20-30
	Fylte potetkaker	2		200-220	15-25
Bakst*	Rundstykker	3		180-200	10-20
	Saltkringler	3		190-210	10-20
Stekte retter*	Fiskepinner	2		200-220	5-15
	Kyllingvinger	2		200-220	10-20
	Vegatarburger	2		200-220	15-25
Strudel*	Apfelstrudel	3		190-210	30-40

\* Dekk universalpanne med bakepapir før steking. Kontroller at bakepapiret er egnet til disse temperaturene.

## Opptining

Ta matvarene ut av pakningen og legg dem i et passende kokekar på risten.

Ta hensyn til veiledningen fra produsenten på pakningen.

Opptiningstidene er avhengig av matvaretype og mengde.

Rett	Tilbehør	Høyde	Varmetype	Temperatur °C
<b>Ømfintlige frysevarer</b> f.eks. kaker med fløtekrem eller smørkrem, kaker med sjokolade- eller sukkerglasur, frukt osv.	Rist	2		Temperaturvelgere n skal være slått av.
<b>Andre dypfrosne produkter*</b> Kylling, pølse og kjøtt, brød, rundstykker, kaker og annen bakst	Rist	2		50 °C

\* Frossenvarer må tildekkes med folie som tåler høy temperatur. Fjærkre legges på tallerkenen med brystsiden ned.

## Tørking

Bruk kun fersk og fin frukt og grønnsaker, og vask det grundig.

La dem dryppe godt av seg og tørk dem.

Legg bakepapir eller smørpapir på universalpannen og risten.

Rett	Høyde	Varmetype	Temperatur °C	Varighet, timer
600 g epleringer	2 + 4		80	ca. 5
800 g pære i båter	2 + 4		80	ca. 8
1,5 kg plommer	2 + 4		80	ca. 8-10
200 g rensede urter	2 + 4		80	ca. 1½

### Veiledning:

Frukt eller grønnsaker som er svært saftige, må vendes flere ganger. De tørkede produktene må straks løsnes fra papiret etter tørkingen.

# Hermetisering

## Forberedelse

Glassene og gummiringene må være rene og helt i orden. Bruk helst glass som er like store. Angivelsene i tabellen gjelder for runde glass som rommer 1 liter. Obs! Ikke bruk større eller høyere glass. Lokkene kan bryte.

Bruk kun fersk og fin frukt og grønnsaker. Vask dem grundig.

Fyll frukten eller grønnsakene i glassene. Tørk eventuelt av kanten på glasset. Den må være helt ren. Legg en fuktig gummiring og lokk på hvert glass. Lukk glassene med klemmer.

Ikke sett inn mer enn seks glass i stekeovnen.

De angitte tidene i tabellene er veiledende verdier. De kan påvirkes av romtemperatur, antall glass, mengden og varmen i glassinnholdet. Før du kobler om eller slår av, må du være sikker på at innholdet i glassene bobler ordentlig.

## Slik stiller du inn:

1. Sett inn universalpannen i høyde 2. Glassene settes ned i pannen slik at de ikke berører hverandre.
2. ½ liter varmt vann (ca. 80 °C) helles ned i universalpannen.
3. Lukk stekeovnsdøren.
4. Still funksjonsvelgeren på .
5. Still temperaturvelgeren på 170 til 180 °C.

## Konservering av frukt

Så snart det begynner å danne seg små bobler i glassene med korte mellomrom - etter ca. 40 - 50 minutter - slår du av temperaturvelgeren. Funksjonsvelgeren skal være på.

Etter 25 til 35 minutter ettervarme bør du ta glassene ut av stekeovnen. Dersom de blir stående lenger i stekeovnen, kan det danne seg ansamlinger av mikroorganismer, og dette kan føre til at den konserverte frukten blir sur. Slå av funksjonsvelgeren.

<b>Frukt i énliters glass</b>	<b>fra det begynner å boble</b>	<b>Ettervarme</b>
Epler, solbær, jordbær	utkopling	ca. 25 minutter
Kirsebær, aprikoser, fersken, stikkelsbær	utkopling	ca. 30 minutter
Eplemos, pærer, plommer	utkopling	ca. 35 minutter

### **Konservering av grønnsaker**

Så snart det stiger opp bobler i glassene, slår du temperaturvelgeren først på ca. 120 til 140 °C. I tabellen står det når du kan slå av temperaturvelgeren. La grønnsakene bli stående i stekeovnen i 30-35 minutter til. Funksjonsvelgeren skal være på mens dette pågår.

<b>Grønnsaker i kald kraft i énliters glass</b>	<b>fra det begynner å boble 120 - 140 °C</b>	<b>Ettervarme</b>
Agurk	-	ca. 35 minutter
Rødbeter	ca. 35 minutter	ca. 30 minutter
Rosenkål	ca. 45 minutter	ca. 30 minutter
Bønner, kålrabi, rødkål	ca. 60 minutter	ca. 30 minutter
Erter	ca. 70 minutter	ca. 30 minutter

### **Ta ut glassene**

Ikke sett glassene ned på et kaldt eller vått underlag. De kan sprekke.

## **Energisparetips**

Stekeovnen skal bare forvarmes hvis dette står i oppskriften eller i tabellen i bruksanvisningen.

Bruk mørke, svartlakkerte eller emaljerte stekeformer. Disse opptar varmen særlig godt.

Skal du steke flere kaker, er det best å steke dem etter hverandre. Stekeovnen er ennå varm. Dermed forkortes steketiden for den andre kaken. Du kan også sette to kakeformer ved siden av hverandre.

Ved lengre steketider kan du slå av stekeovnen 10 minutter før steketiden er slutt, og deretter bruke ettervarmen til å steke ferdig.

---

# Akrylamid i matvarer

Fagfolk diskuterer i dag hvor skadelig akrylamid i matvarer er. På grunnlag av aktuelle forskningsresultater har vi satt sammen dette informasjonsbladet til deg.

## Hvordan oppstår akrylamid?

Akrylamid i matvarer oppstår ikke på grunn av ytre forurensning. Stoffet dannes i langt større grad ved tilberedning av selve matvarene - forutsatt at disse inneholder karbohydrater og proteiner. Nøyaktig hvordan dette skjer, har ingen ennå kunnet klarlegge. Men alt tyder på at akrylamidinnholdet er sterkt påvirket av:

Høye temperaturer  
Lavt vanninnhold i matvarene  
Kraftig bruning av produktene.

## Hvilke retter berøres av dette?

Akrylamid oppstår fremfor alt i korn- og potetprodukter som tilberedes ved høy varme. Dette gjelder blant annet:

Potetchips, pommes frites  
Toast, rundstykker, brød  
Finbakst av mørdeig som kjeks, pepperkaker og lignende.

---

## Hva kan du gjøre?

Du kan unngå høye akrylamidverdier ved baking, steking og grilling.  
I den forbindelse har aid<sup>1</sup> og BMVEL<sup>2</sup> (det tyske forbrukerdepartementet) gitt følgende anbefalinger:

### Generelt

Hold steketidene så korte som mulig.  
"Forgylt, ikke forkullet" - la stekevarene bli gyllenbrune.

Jo større og tykkere stekevarene er, jo mindre akrylamid inneholder de.

## Baking

Still temperaturen på maks. 200 °C ved bruk av over-/undervarme og på maks. 180 °C ved bruk av 3D-varmluft.

Småkaker: Still temperaturen på maks. 190 °C ved bruk av over-/undervarme og på maks. 170 °C ved bruk av 3D-varmluft. Egg eller eggeplommer i oppskriften reduserer dannelsen av akrylamid.

Fordel pommes frites jevnt i stekeovnen og legg dem mest mulig i ett lag på stekebrettet. Stek minst 400 g per stekebrett, så unngår du for rask uttøking.

<sup>1</sup>aid-infobrosjyren "Akrylamid", utgitt av aid og BMVEL (det tyske forbrukerdepartementet), utgave 12/02, Internett: <http://www.aid.de>.

<sup>2</sup> Pressemitteilung 365 des BMVEL vom 4.12.2002, Internet:<http://www.verbraucherministerium.de>

# Testretter

Iht. normene DIN 44547 og EN 60350

## Baking

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Rett	Tilbehør og råd	Høyde	Varme- type	Temperatur °C	Steketid, minutter
Sprøytebakst	Stekebrett	2		170-190	20-30
	Stekebrett + universalpanne**	2+4		140-160	30-40
	2 stekebrett* + universalpanne***	2+3+5		130-150	40-50
Småkaker 20 stk.	Stekebrett	3		170-190	20-30
Småkaker 20 stk. per stekebrett (forvarme)	Stekebrett + universalpanne**	2+4		140-160	25-35
	2 stekebrett* + universalpanne***	2+3+5		140-160	30-40
Sukkerbrød	Springform	2		160-180	30-40
Gjærbakst på brett	Universalpanne	3		170-190	40-50
	Stekebrett + universalpanne**	2+4		150-170	50-60
Eplepai	2 rister* + 2 springformer i aluminium Ø 20 cm****	1+3		180-200	70-80
	Universalpanne + 2 springformer i aluminium Ø 20 cm****	1		200-220	70-80

\* Brett og rister får du som ekstra tilbehør hos forhandleren.

\*\* Hvis du skal steke i to høyder, må du alltid sette universalpannen over brettet.

\*\*\* Sett alltid inn universalpannen nederst. Den kan tas ut tidligere.

\*\*\*\* Plasser kakene diagonalt på tilbehør.

## Grilling

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Rett	Tilbehør	Høyde	Varme- type	Grilltrinn	Varigheten er minutter
Bruning av toast (10 min forvarme)	Rist	5		Trinn 3	1-2
Biffburger, 12 stk.*	Rist	4		Trinn 3	25-30

\* Snu etter  $\frac{2}{3}$  av tiden. Sett alltid inn universalpannen i høyde 1.

