



BOSCH



Register your
new device on
MyBosch now and
get free benefits:
**[bosch-home.com/
welcome](https://bosch-home.com/welcome)**

Teppan Yaki and Grill for the Flex Zone

HEZ390512 - HEZ390522

es Recipiente Teppan Yaki y Grill para la zona Flex 2

pt recipientes para cozinhar Teppan Yaki e Grill para a zona Flex Zone 4

es Recipiente Teppan Yaki y Grill para la zona Flex

Los accesorios Teppan Yaki y Grill son ideales para la zona Flex y son recipientes óptimos para la función Freír.

Su placa de cocción no incluye estos accesorios, pueden adquirirse con posterioridad, como accesorio opcional, en comercios especializados o en nuestro Servicio de Asistencia Técnica. Indicar siempre la referencia correspondiente.

- HEZ390512 recipiente Teppan Yaki.
- HEZ390522 recipiente Grill.

Teppan Yaki

El Teppan Yaki permite cocinar de forma fácil y saludable carnes, pescados, marisco, verduras, platos dulces y pan con la mínima cantidad de aceite. El Teppan Yaki se ajusta perfectamente a la zona Flex, el contacto directo con la plancha y su homogeneidad transmitiendo calor, hace posible saltear y dorar los alimentos manteniendo su consistencia, color y jugosidad.

Grill

























El Grill se ajusta a la zona Flex. Permite cocinar de forma saludable y sencilla grandes y pequeñas cantidades de carnes, pescados, verduras frescas y pan con la mínima cantidad de aceite, su forma de ranuras ayuda a que los platos absorban menos cantidad de grasa. Su facilidad de uso hace posible cocinar alimentos consiguiendo un sabor y apariencia similar al que se obtiene con la parrilla tradicional. Con el fin de facilitar la transmisión de calor, se recomienda añadir un poco de aceite en el grill o en la superficie del alimento.

Función Freír

La siguiente tabla muestra una selección de los platos por categorías de alimentos. La temperatura y la duración del tiempo de cocción pueden variar en función de la cantidad, el estado y la calidad de los alimentos.

Notas

- En las instrucciones de uso de la placa de cocción se incluye información más detallada de esta función. Leer detenidamente dichas instrucciones.
- Para la correcta activación de la función, ajustar la zona Flex como una única zona de cocción.

	Recipiente	Nivel de temperatura	Tiempo total de fritura a partir de la señal acústica (min)
Carne			
Escalope natural ¹	 / 	4	6 - 10
Solomillo ¹	 / 	4	6 - 10
Chuletas ¹	 / 	3	10 - 15
Bistec poco hecho (3 cm de grosor) ¹	 / 	5	6 - 8
Bistec al punto (3 cm de grosor) ¹	 / 	5	8 - 12
Bistec muy hecho (3 cm de grosor) ¹	 / 	4	8 - 12
Pechuga (2 cm de grosor) ¹	 / 	3	10 - 20
Bacon ¹	 / 	3	5 - 8
Hamburguesas ¹	 / 	3	6 - 15
Salchichas cocidas ¹	 / 	4	8 - 20
Salchichas frescas ¹	 / 	4	8 - 20
Gyros ²		4	7 - 12
Carne picada ²		4	6 - 10

¹ Añadir el aceite (si es necesario) y el alimento tras la señal acústica. Dar la vuelta tantas veces como sea necesario.



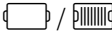



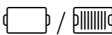

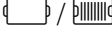



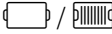



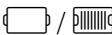


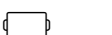









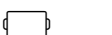
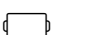
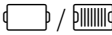



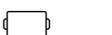
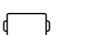
² Añadir el aceite (si es necesario) y el alimento tras la señal acústica. Remover con frecuencia.

³ Añadir la mantequilla y el alimento tras la señal acústica. Dar la vuelta tantas veces como sea necesario

⁴ Añadir el aceite (si es necesario) y el alimento tras la señal acústica. Tiempo para cada porción. Freír una tras otra

⁵ Añadir el aceite (untar en la superficie del alimento) y el alimento tras la señal acústica. Dar la vuelta tantas veces como sea necesario.

⁶ Añadir el alimento tras la señal acústica.

	Recipiente	Nivel de temperatura	Tiempo total de fritura a partir de la señal acústica (min)
Pescado y Marisco			
Filete de pescado, natural ¹	 / 	4	10 - 20
Gambas ¹	 / 	4	4 - 8
Camarones ¹	 / 	4	4 - 8
Pescado frito entero ¹	 / 	3	15 - 30
Verduras			
Calabacín ¹	 / 	3	4 - 12
Berenjena ¹	 / 	3	4 - 12
Pimiento ¹	 / 	3	4 - 15
Espárragos trigueros ¹	 / 	3	4 - 15
Setas ²	 / 	4	10 - 15
Ajo ²		2	2 - 10
Cebolla rehogada ²		2	2 - 10
Verduras glaseadas ²		3	6 - 10
Patatas			
Saltear patatas hervidas sin pelar ²		5	6 - 12
Crepes de patata ⁴		5	2,5 - 3,5
Patatas glaseadas ²		3	10 - 15
Platos elaborados con huevo			
Huevos a la plancha con mantequilla ³		2	2 - 6
Huevos fritos ¹		4	2 - 6
Huevos revueltos ²		2	4 - 9
Tortilla francesa ⁴		2	3 - 6
Crepes ⁴		5	1,5 - 2,5
Tostadas francesas ⁴		3	4 - 8
Crepes dulces con pasas ⁴		3	10 - 15
Otros			
Tostar pan ⁵	 / 	4	4 - 6
Picatostes ²		3	6 - 10
Tostar almendras ⁶		4	3 - 15
Tostar nueces ⁶		4	3 - 15
Tostar piñones ⁶		4	3 - 15

¹ Añadir el aceite (si es necesario) y el alimento tras la señal acústica. Dar la vuelta tantas veces como sea necesario.

² Añadir el aceite (si es necesario) y el alimento tras la señal acústica. Remover con frecuencia.

³ Añadir la mantequilla y el alimento tras la señal acústica. Dar la vuelta tantas veces como sea necesario

⁴ Añadir el aceite (si es necesario) y el alimento tras la señal acústica. Tiempo para cada porción. Freír una tras otra

⁵ Añadir el aceite (untar en la superficie del alimento) y el alimento tras la señal acústica. Dar la vuelta tantas veces como sea necesario.

⁶ Añadir el alimento tras la señal acústica.

pt recipientes para cozinhar Teppan Yaki e Grill para a zona Flex Zone

Os acessórios Teppan Yaki e Grill são ideais para a zona Flex Zone e perfeitas para utilização do sensor de fritura.

Estes acessórios são opcionais não estão incluídos no material fornecido com a placa de cozinhar. Pode adquiri-los posteriormente no comércio especializado ou junto da nossa Assistência Técnica. Indique os respetivos números de referência:

- HEZ390512 Recipientes para cozinhar Teppan Yaki.
- HEZ390522 Recipientes para cozinhar Grill.

Teppan Yaki

O Teppan Yaki permite-lhe preparar de forma fácil e saudável carne, peixe, marisco, legumes, doçaria e pão com muito pouco óleo. O Teppan Yaki adapta-se perfeitamente à zona Flex Zone. O contacto direto com a chapa e a transferência uniforme de calor preservam a consistência, a cor e a suculência dos alimentos ao tostar e dourar.

Grill

























O Grill adapta-se à zona Flex Zone. Pode preparar, de forma simples e saudável, quantidades grandes e pequenas de carne, peixe, legumes frescos e pão com muito pouco óleo. O padrão das ranhuras permite que os pratos absorvam pouca gordura. O manuseamento simples permite grelhar pratos que, na aparência e no sabor, parecem ter sido preparados no grelhador tradicional. Adicione um pouco de óleo na grelha ou na superfície dos alimentos, para facilitar a transferência de calor.

Sensor de fritura

A tabela que se segue mostra uma seleção de pratos, ordenados pelos alimentos. A temperatura e o tempo de cozedura dependem da quantidade, estado e qualidade dos alimentos.

Conselhos

- O manual de instruções da placa de cozinhar inclui outras informações sobre esta função. Leia as instruções com atenção.
- Defina a zona Flex Zone como disco único, para ativar a função corretamente.

	Recipientes para cozinhar	Nível de temperatura	Tempo de cozedura total após sinal sonoro (min.)
Carne			
Escalopes, simples ¹	 / 	4	6 - 10
Filete ¹	 / 	4	6 - 10
Costeleta ¹	 / 	3	10 - 15
Bife, mal passado (3 cm de espessura) ¹	 / 	5	6 - 8
Bife, no ponto (3 cm de espessura) ¹	 / 	5	8 - 12
Bife, bem passado (3 cm de espessura) ¹	 / 	4	8 - 12
Peito de frango (2 cm de espessura) ¹	 / 	3	10 - 20
Toucinho ¹	 / 	3	5 - 8
Hambúrguer ¹	 / 	3	6 - 15
Salsicha escaldada ¹	 / 	4	8 - 20
Salsicha, crua ¹	 / 	4	8 - 20
Gyros ²		4	7 - 12
Carne picada ²		4	6 - 10

¹ Adicionar o óleo (se necessário) e os alimentos após o sinal sonoro. Virar, quando for necessário



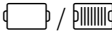



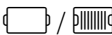

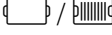



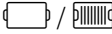



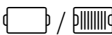














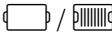





² Adicionar o óleo (se necessário) e os alimentos após o sinal sonoro. Mexer com regularidade.

³ Adicionar a manteiga e os alimentos após o sinal sonoro. Virar, quando for necessário.

⁴ Adicionar o óleo (se necessário) e os alimentos após o sinal sonoro. Duração total por dose. Assar sucessivamente.

⁵ Adicionar o óleo (espalhar pela superfície dos alimentos) e os alimentos após o sinal sonoro. Virar, quando for necessário.

⁶ Adicionar os alimentos após o sinal sonoro.

	Recipientes para cozinhar	Nível de temperatura	Tempo de cozedura total após sinal sonoro (min.)
Peixe e frutos do mar			
Filete de peixe, simples ¹	 / 	4	10 - 20
Caranguejos ¹	 / 	4	4 - 8
Camarões ¹	 / 	4	4 - 8
Cozinhar o peixe inteiro ¹	 / 	3	15 - 30
Legumes			
Curgete ¹	 / 	3	4 - 12
Beringela ¹	 / 	3	4 - 12
Pimento ¹	 / 	3	4 - 15
Cozinhar espargos verdes ¹	 / 	3	4 - 15
Cogumelos ²	 / 	4	10 - 15
Alho ²		2	2 - 10
Refogar a cebola ²		2	2 - 10
Glacear legumes ²		3	6 - 10
Batatas			
Batatas assadas a partir de batatas cozidas ²		5	6 - 12
Panqueca de batata ⁴		5	2,5 - 3,5
Batatas glaceadas ²		3	10 - 15
Pratos de ovos			
Ovos fritos em manteiga ³		2	2 - 6
Ovos fritos em óleo ¹		4	2 - 6
Ovo mexido ²		2	4 - 9
Omeleta ⁴		2	3 - 6
Panqueca ⁴		5	1,5 - 2,5
Rabanada ⁴		3	4 - 8
Kaiserschmarrn ⁴		3	10 - 15
Outros			
Torrada ⁵	 / 	4	4 - 6
Croutons ²		3	6 - 10
Torrar amêndoas ⁶		4	3 - 15
Torrar nozes ⁶		4	3 - 15
Torrar pinhões ⁶		4	3 - 15

¹ Adicionar o óleo (se necessário) e os alimentos após o sinal sonoro. Virar, quando for necessário

² Adicionar o óleo (se necessário) e os alimentos após o sinal sonoro. Mexer com regularidade.

³ Adicionar a manteiga e os alimentos após o sinal sonoro. Virar, quando for necessário.

⁴ Adicionar o óleo (se necessário) e os alimentos após o sinal sonoro. Duração total por dose. Assar sucessivamente.

⁵ Adicionar o óleo (espalhar pela superfície dos alimentos) e os alimentos após o sinal sonoro. Virar, quando for necessário.

⁶ Adicionar os alimentos após o sinal sonoro.



Thank you for buying a Bosch Home Appliance!

Register your new device on MyBosch now and profit directly from:

- **Expert tips & tricks for your appliance**
- **Warranty extension options**
- **Discounts for accessories & spare-parts**
- **Digital manual and all appliance data at hand**
- **Easy access to Bosch Home Appliances Service**

Free and easy registration – also on mobile phones:
www.bosch-home.com/welcome



Looking for help? You'll find it here.

Expert advice for your Bosch home appliances, need help with problems or a repair from Bosch experts.

Find out everything about the many ways Bosch can support you:

www.bosch-home.com/service

Contact data of all countries are listed in the attached service directory.

Robert Bosch Hausgeräte GmbH

Carl-Wery-Straße 34

81739 München

Germany

www.bosch-home.com



9001366565
980110(00)