



Garzeitentabelle Monsieur Cuisine und Monsieur Cuisine Plus

	ZUTATEN	Menge	GARZEIT	TEMP./EINSTLG.	STUFE	BEMERKUNGEN	GERÄT	
Gemüse	Auberginen-Fenchel-Karottengemüse		30 min	SF	1		MC	
	Avocado	1 Stk	15 min	SF	1	Dampfgareinsatz	MC	
	Brokkoli klein		10 min	Dampfgarstufe	--		MC Plus	
	Chicoree mit San Marzanotomaten	500 gr	15 min	SF	1		MC	
	Gemüseburger		20 min	SF	1		MC	
	Kefen	200 gr	30 min	SF	1		MC	
	Kürbis	200 gr	20 min	SF	1		MC	
	Pimientos de Padron	1 Schale	20 min	SF	1		MC	
	Tomaten	2 Stk	30 min	SF	1		MC	
	Hackbällchen	10 Stk	40 min	SF	1		MC	
Fleisch - Geflügel	Pouletbrüste	2 Stk	30 min	SF	1		MC	
	Pouletgeschnetzeltes	230 gr	15 min	SF	1		MC	
	Rindsgeschnetzeltes	300 gr	25 min	SF	1		MC	
	Schweinskoteletten	2 Stk	30 min	SF	1		MC	
	Trutenmedaillons	230 gr	15 min	SF	1		MC	
	Zwiebelschnitzel	2 Stk	15 min	SF	1		MC	
	Rindsgeschnetzeltes mit Pilzen	300 gr	7 min	Anbraten	--		MC Plus	
			20 min	Linkslauf / 95°	1		MCPlus	
	Kalbsschnitzel	2 Stk	15 min	SF	1		MC	
	Fleischkäsecurry		7 min	Anbraten	--		MC Plus	
			25 min	Linkslauf / 95°	1			
	Hähnchen in Orangensauce	2 Stk	30	Dampfgaren	--	im Vakuumierbeutel	MCPlus	
	Pfeffersteak		20 min	Dampfgaren	--	in Alufolie	MCPlus	
	Fisch	Lachsfilet	250 gr	25 min	SF	1	in Alufolie	MC
		hartgekocht		15 min	SF	1	Garkorbchen	MC
Eier	hartgekocht		15 min	Dampfgaren (Aufheizphase ausschalten)	--	Garkorbchen	MC Plus	
	Parboiled	125 gr	40 min	100°	1	Garkorbchen	MC	
Reis	Parboiled	125 gr	30 min	Linkslauf / 95°	1	(ohne Garkorbchen)	MC Plus	
	Risotto (Arborio) Schritt 1	125 gr	5 min	90°	1	glasig dünsten	MC	
	Risotto (Arborio) Schritt 2		20 min	90°	1	mit 400 ml Gemüsebrühe (Deckel für Einfüllöffnung nicht einsetzen!)	MC	
Kartoffeln	Salzkartoffeln	300 gr	35 min	SF	1	Garkorbchen	MC	
	blaue Kartoffeln	300 gr	40 min	SF	1	Dampfgareinsatz	MC	
	Knoblauchkartoffeln	8 Stk	30 min	SF	1	Dampfgareinsatz	MC	
	Kräuterkartoffeln		45 min	SF	1	Dampfgareinsatz	MC	
Pilze	Champignons		30 min	SF	1	Dampfgareinsatz	MC	
Schokolade	Kuvertüre Schritt 1	200 gr	20 sek		8	zerkleinern	MC	
	Kuvertüre Schritt 2		3 min	50°	1	schmelzen	MC	
Diverses	Apfelmus		7 min	80°	2	genaue Zubereitung s. Rezept	MC	

SF = Dampfgarstufe (120°)

Küchenstories - Cook & Write

