

In Kooperation mit
Oh! OF THE DAY

Das Premium
Kochsystem

www.amc.info

Vorwort

Liebe AMC Produkttesterinnen und -tester,

entdecken Sie mit AMC die Lust am **gesunden und genussvollen Kochen.**

In diesem Rezeptbuch finden Sie eine Auswahl an Rezepten, die speziell auf das Kochen mit AMC Produkten und AMC Kochmethoden ausgelegt sind.

Unser Motto: Simply smart

Ein verbessertes Design mit einfacherer Bedienung, innovativer Technologie und eine bequeme Steuerung des Kochvorgangs mit der App Cook & Go macht das Kochen kontrollierter, einfacher und schneller als je zuvor!

Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Es steht Ihnen frei die AMC Rezepte nach eigenen Vorstellungen zu verändern. Sobald Sie sich in der Produkt- und Kochmethodenwelt zurechtgefunden haben, wird es für Sie ein leichtes sein, Ihre persönlichen Lieblings- und Alltagsrezepte zu kreieren..

**Viel Spaß beim Testen
und guten Appetit!**

Legende für Navigonio / Audiotherm

„bis zum Brat-Fenster aufheizen“

Kochprogramm „Brat/Fleisch“-Symbol auswählen.
Anschließend warten bis der Audiotherm piepst.

„bis zum Gemüse-Fenster aufheizen“

Kochprogramm „Gemüse“-Symbol auswählen.
Anschließend warten bis der Audiotherm piepst.

**„Navigonio überkopf auflegen und
auf kleine Stufe schalten“**

1 Strich

**„Navigonio überkopf auflegen und
auf große Stufe schalten“**

2 Strich

„Topf auf höchster Stufe“

Navigonio Stufe 6 alternativ Herd auf höchste mögliche Stufe

„auf niedrige Stufe schalten“

Navigonio Stufe 2 oder Herd auf 1/3 der möglichen Stufen stellen (z.B. bei insgesamt 9 Stufen --> Stufe 3)

„Wendepunkt“

wenn 90°C erreicht sind bzw. der rote Punkt auf dem Audiotherm aufleuchtet

„tropfnass“

Gemüse waschen, abtropfen lassen und in den Topf geben

Rezeptregister



Frühstücksideen

- 3 Granola mit Chiasamen
- 4 Knusper-Müsli
- 5 Gekochte Eier
- 6 Aufbackbrötchen



Ideen zum Mittag- & Abendessen

Vegetarisch

- 7 Frühlingsgemüse
- 8 Bratkartoffeln
- 9 Backkartoffeln
- 10 Grüne Bohnen
- 11 Karotten mit Ingwer
- 12 Blumenkohlpizza
- 13 Käse-Toaströllchen
- 14 Türkisches Fladenbrot
- 15 Gefülltes Fladenbrot

Fleisch & Fisch

- 16 Hähnchenbrust
- 17 Panierte Schnitzel
- 18 Köfte (ovale Frikadellen)
- 19 Putenröllchen
- 20 Salami-Pizza
- 21 Lahmacun
- 22 Brathähnchen
- 23 Gebratenes Lachsfilet



Kuchen & Desserts

- 24 Cheesecake
- 25 Russische Watruschki
- 26 Russische Quarkplätzchen
- 27 Zwetschgen Crumble
- 28 Apfel-Walnuss-Crumble
- 29 Tarte Tatin
- 30 Türkische Nudeln mit Mozzarella
- 31 Apfelstrudel



GRANOLA MIT CHIASAMEN

Für 4 Personen

(ca. 338 kcal pro Person)

70 g	gemischte Nüsse
2 EL	Kokosflocken
3 EL	Leinsamen
2 EL	Kürbiskerne
1 EL	Chiasamen
20 g	gepuffter Amaranth
20 g	gepuffter Dinkel
30 g	Haferflocken
20 g	Dinkelflakes
1 EL	Kokosöl, flüssig
1 EL	Honig
1 TL	Zimt

Vor- und Zubereitungszeit

30 Min.

Eine Legende mit
produktspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Nüsse grob hacken und mit allen Zutaten bis einschließlich Dinkelflakes in eine Schüssel geben.
2. Kokosöl mit Honig und Zimt verrühren und gut mit der Granola-Mischung vermengen.
3. Mit Hilfe eines Deckel 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden.
4. Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen. Backpapier einlegen, Granola-Mischung darauf verteilen und Topf in den umgedrehten Deckel stellen.
5. Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 30 Sekunden backen. Mischung umrühren und Vorgang solange wiederholen, bis eine schöne Bräunung entstanden ist.
6. Granola-Mischung herausnehmen und abkühlen lassen.



Damit es besonders lecker und ausgewogen wird, kann man 1 EL Gojibeeren untermischen. Mit frischen Früchten und Joghurt oder Quark servieren.



KNUSPERMÜSLI

Für 8 Personen

(ca. 202 kcal pro Person)

Für ein Gefäß à 750 ml

150 g	grobe Haferflocken
20 g	Quinoapops
30 g	Kokoschips
50 g	gehackte Pistazien
50 g	Mandelstifte
10 g	geschrotete Leinsamen
2 EL	brauner Zucker
1/2 TL	Vanillepulver
25 g	Kokosöl, flüssig

Vor- und Zubereitungszeit

25 Min.

Eine Legende mit
produktspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

- Alle trockenen Zutaten von Haferflocken bis Vanillepulver vermischen, Kokosöl gut unterarbeiten.
- Mit Hilfe des Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden.
- Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen. Topf in den umgedrehten Deckel stellen. Backpapier hineinlegen und Müsli-Mischung darauf verteilen.
- Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 30 Sekunden backen. Müsli wenden und den Vorgang wiederholen, bis der gewünscht Bräunungsgrad erreicht ist.
- Müsli aus dem Topf nehmen, komplett auskühlen lassen und luftdicht verpacken.



Müsli nach Belieben mit frischem oder getrockneten Früchten und mit Joghurt servieren



GEKOCHTE EIER

Für 4 Personen
(ca. 82 kcal pro Person)

4 Eier

Vor- und Zubereitungszeit
15 Min.

1. 8 Esslöffel Wasser und Eier in den Topf geben.
2. Topf auf höchster Stufe bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und ca. 6 Minuten (weiche Eier) oder ca. 10 Minuten (harte Eier) im Gemüse-Bereich garen.

*Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2*



AUFBACKBRÖTCHEN

Für 4 Stück

(ca. 170 kcal pro Stück)

4 Brötchen zum Aufbacken

Vor- und Zubereitungszeit

15 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Mit Hilfe des Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier für den Topf ausschneiden.
2. Topf auf Navigenio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen.
3. Navigenio ausschalten, Topf in den umgedrehten Deckel stellen, Backpapier und Brötchen einlegen.
4. Navigenio überkopf auflegen und unter Nutzung der Restwärme ca. 5 Minuten backen.



FRÜHLINGSGEMÜSE

Für 4 Personen

(ca. 56 kcal pro Person)

1 kg	frisches Gemüse der Saison (z.B. Karotten, Brokkoli, Spargel, Kohlrabi, frische oder tiefgekühlte Zuckerschoten)
2	Frühlingszwiebeln
1/2 Bund	Petersilie

Vor- und Zubereitungszeit

35 Min.

Eine Legende mit produktsspezifischen Begrifflichkeiten finden Sie auf Seite 2

1. Gemüse putzen, in Scheiben oder mundgerechte Stücke schneiden und tropfnass in den Topf geben. Frühlingszwiebeln putzen, in feine Ringe schneiden und über dem Gemüse verteilen.
2. Topf auf höchster Stufe bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und ca. 15 Minuten im Gemüse-Bereich garen.
3. Petersilienblätter abzupfen, fein hacken und zum Servieren über das Gemüse streuen. Deckel stellen, Backpapier und Brötchen einlegen.



Garzeit verkürzen oder verlängern, je nach dem wie knackig das Gemüse sein soll.

Das Gemüse zum Servieren mit etwas Butter, Olivenöl oder Crème fraîche verfeinern.



BRATKARTOFFELN

Für 2 Personen

(ca. 379 kcal pro Person)

800 g festkochende Kartoffeln
1 Zwiebel
30 g Bratbutter
Salz oder Bratkartoffelgewürz

Vor- und Zubereitungszeit

35 Min.

Eine Legende mit produktsspezifischen Begrifflichkeiten finden Sie auf Seite 2

1. Kartoffeln schälen, in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Zwiebel schälen, fein würfeln.
2. Topf auf höchster Stufe bis zum Brat-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und Bratbutter in den Topf geben.
3. Kartoffelwürfel im Topf verteilen und braten bis der Wendepunkt erreicht ist.
4. Kartoffeln wenden, Zwiebelwürfel zugeben und würzen. Deckel wieder auflegen. Visiotherm abschrauben, damit überschüssige Feuchtigkeit entweichen kann.
5. Bratkartoffeln insgesamt ca. 20 Minuten unter gelegentlichem Wenden braten. Zum Schluss den Deckel ganz wegnehmen und Bratkartoffeln noch ca. 2 Minuten knusprig fertig braten.



Variante Tiroler Bauern-Gröstl:

Mit den Zwiebelwürfeln auch klein geschnittene Wurst oder Bratenreste unterheben und wie beschrieben fertig braten.

Nach Ende der Garzeit gehackte Petersilie und Schnittlauch zusammen mit halbierten Cocktailltomaten unter das Gröstl mischen und servieren.



BACKKARTOFFELN

Für 2 Personen

(ca. 167 kcal pro Person)

750 g	festkochende Kartoffeln
1	Knoblauchzehe
2 Zweige	Rosmarin
2 EL	Olivenöl
1/2 TL	Paprikapulver
	Salz, Pfeffer

Vor- und Zubereitungszeit

10 Min.

Eine Legende mit produktsspezifischen Begrifflichkeiten finden Sie auf Seite 2

1. Kartoffeln gründlich waschen und in Spalten schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken.
2. Kartoffeln, Knoblauch, Rosmarin, Olivenöl und Paprikapulver mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Mit Hilfe des Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden.
4. Backpapier in den Topf legen, Kartoffelmischung hineingeben. Topf auf höchster Stufe bis zum Brat-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten.
5. Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 10 Minuten backen.
6. Anschließend auf große Stufe schalten und die Kartoffeln ca. 5 Minuten goldbraun backen.



Besonders raffiniert schmecken die Backkartoffeln, wenn du vor dem Backen unbehandelte Zitronenspalten dazu gibst.



GRÜNE BOHNEN

Für 4 Personen

(ca. 83 kcal pro Person)

1 kg grüne Bohnen
1 kleine Zwiebel
1 TL getrocknetes Bohnenkraut
Salz, Pfeffer

Vor- und Zubereitungszeit

40 Min.

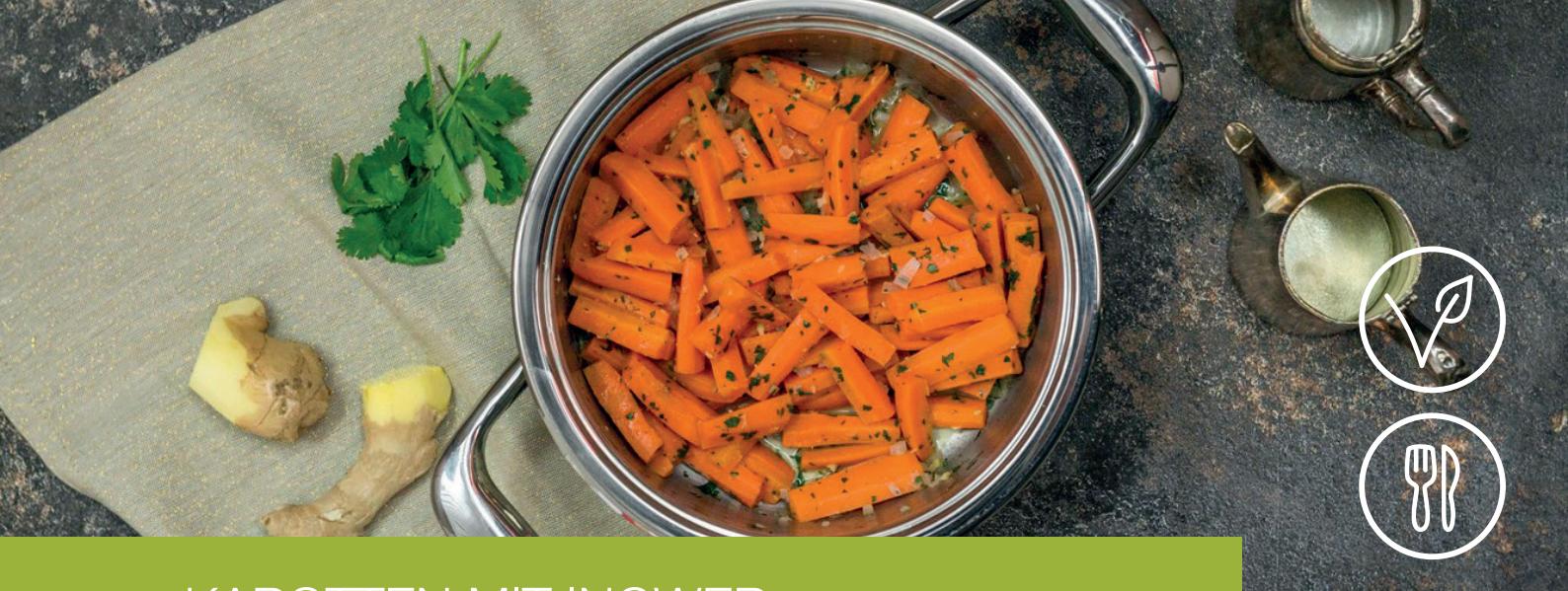
Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Bohnen putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden.
2. Bohnen tropfnass in den Topf geben, Zwiebelwürfel darüber verteilen. Topf auf höchster Stufe bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und ca. 20 Minuten im Gemüse-Bereich garen.
3. Bohnenkraut zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Das Bohnengemüse lässt sich geschmacklich vielfältig variieren. Mit knusprig gebratenen Speckwürfeln wird es besonders herhaft.

Für einen mediterranen Pfiff eine fein gewürfelte Knoblauchzehe mitgaren und nach dem Garen Tomatenwürfel sowie etwas Olivenöl unterheben.



KAROTTEN MIT INGWER

Für 4 Personen

(ca. 90 kcal pro Person)

600 g Karotten
1 Schalotte
1 kleines Stück Ingwer
5 Stiele Koriander
20 g Butter
Salz, Pfeffer

Vor- und Zubereitungszeit

40 Min.

1. Karotten schälen und in Stifte schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden.
2. Karotten tropfnass in den Topf geben und Schalottenwürfel darüber verteilen. Topf auf höchster Stufe bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und ca. 20 Minuten im Gemüse-Bereich garen.
3. Ingwer schälen und fein reiben, Koriander fein hacken. Beides nach Ende der Garzeit mit der Butter zu den Karotten geben, mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2



BLUMENKOHLPIZZA

Für 2 Personen

(ca. 614 kcal pro Person)

700 g	Blumenkohl
100 g	geriebener, würziger Käse
1	Ei
1 TL	Muskat
	Salz, Pfeffer
10	bunte Cocktailltomaten
1	Frühlingszwiebel
150 g	Burrata oder Mozzarella
2 EL	Olivenöl
	Frische Basilikumblätter

Vor- und Zubereitungszeit

30 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Blumenkohl putzen und die Röschen hacken. Mit Käse, Ei und Gewürzen in einer Schüssel verkneten (am besten mit den Händen).
2. Mit Hilfe eines Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier mit Durchmesser 28 cm ausschneiden.
3. Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen. Auf Stufe 2 schalten, Backpapier in Topf geben, Mischung darauf verteilen und etwas andrücken.
4. Topf in den umgedrehten Deckel stellen. Navigonio überkopf auflegen und auf große Stufe schalten, ca. 5 Minuten backen.
5. Cocktailltomaten waschen und halbieren, Frühlingszwiebel putzen und in Ringe schneiden. Blumenkohlboden mit dem Backpapier vorsichtig herausnehmen. Beides darüber verteilen. Burrata mit einer Gabel grob zerpfücken, darauf geben, mit Olivenöl beträufeln und mit Basilikumblättern servieren.



Backpapierkreis zerknüllen und wieder glätten. So kann es einfacher in den heißen Topf gelegt werden.

Dieses Rezept ist auch eine leckere Vorspeise für 4 Personen.



KÄSE-TOASTRÖLLCHEN

Für 2 Personen
(ca. 93 kcal pro Person)

12 Scheiben Toastbrot
1 Knoblauchzehe
3 EL Ricotta
80 g Blauschimmelkäse
Salz, Pfeffer

Vor- und Zubereitungszeit
30 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Toastscheiben halbieren. Mit Nudelholz sehr flach walzen.
2. Knoblauch schälen und fein schneiden. Mit Ricotta und Blauschimmelkäse verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Käsecreme auf die Brotstreifen streichen, aufrollen, mit Zahnstochern fixieren.
4. Mit Hilfe des Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden.
5. Topf auf Navigenio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen, Navigenio ausschalten, Backpapier und die Hälfte der Röllchen hineinlegen.
6. Sobald der Audiotherm bei Erreichen des Brat-Fensters piepst, Backpapier und die Hälfte der Röllchen einlegen.
7. Topf in den umgedrehten Deckel stellen, Navigenio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 3 Minuten hellbraun backen.
8. Für die restlichen Röllchen, Backpapier herausnehmen, Topf auf Navigenio stellen, Deckel auflegen und auf Stufe 6 ca. 2 Minuten aufheizen und die Röllchen dann auf dieselbe Weise backen.



TÜRKISCHES FLADENBROT

Für 4 Personen

(ca. 349 kcal pro Person)

300 g Mehl
Salz
20 g frische Hefe
175 ml lauwarmes Wasser
100 g Kräuterfrischkäse
1 EL Sesam
1 EL Thymian getrocknet

Vor- und Zubereitungszeit
30 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Mehl mit einem Teelöffel Salz vermischen. Hefe in 125 ml Wasser auflösen und zum Mehl geben.
2. Frischkäse zufügen und alles zu einem geschmeidigen Hefeteig verkneten. Hefeteig gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrössert hat.
3. Restliches Wasser mit einem halben Teelöffel Salz verrühren.
4. Mit Hilfe des Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden. Teig halbieren. Jeweils einen Teigling mit den Händen zu einem Fladen (ca. 22 cm Durchmesser) drücken und auf das Backpapier setzen. Mit dem Messer rautenförmig einritzen.
5. Navigonio auf «A» schalten, bis zum Brat-Fenster aufheizen. Auf kleine Stufe reduzieren und den ersten Teigling in den Topf legen. Mit Salzwasser einpinseln und mit Sesam und Thymian bestreuen. Deckel auflegen und ca. 4 Minuten im Gemüse-Fenster backen.
6. Navigonio ausschalten, Topf in umgedrehten Deckel stellen. Navigonio überkopf auflegen und auf kleiner Stufe ca. 3 Minuten fertig backen.
7. Zweiten Teigling auf die gleiche Weise backen.



GEFÜLLTES FLADENBROT

Für 6 Personen

(ca. 696 kcal pro Person)

Teig:

125 g Butter
250 ml Milch
500 g Mehl
1 TL Salz
20 g frische Hefe
1/2 TL Zucker
Mehl zum Bearbeiten

Füllung:

1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Bund Petersilie
300 g Schafskäse
150 g frischer Spinat
Salz, Pfeffer
edelsüßes Paprikapulver
50 g Butter, flüssig

Vor- und Zubereitungszeit

60 Min.

Gehen

60 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Butter und Milch erwärmen.
2. Mehl und Salz mischen, in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken und die Hefe hineinbröseln. Zucker zufügen, die lauwarme Milch-Butter-Mischung nach und nach in die Mulde geben.
3. Alles zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort aufgehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat.
4. Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Petersiliebärtchen abzupfen und fein hacken. Schafskäse zerbröseln, Spinat grob hacken und mit Frühlingszwiebeln und Petersilie vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.
5. Teig in Portionen von ca. 70 Gramm teilen. Die einzelnen Portionen auf einer bemehlten Arbeitsfläche sehr dünn ausrollen und mit der flüssigen Butter bestreichen.
6. Die Fladen mit der Füllung bestreichen und einmal zusammenklappen.
7. Topf auf höchster Stufe bis zum Brat-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und den ersten gefüllten Teigfladen einlegen. Deckel auflegen und die erste Seite ca. 1 Minute braten, Fladen wenden, Deckel auflegen und ca. 1 Minute fertig braten.
8. Restliche Fladen genauso braten. Bratzeit erhöht sich ab dem zweiten Fladen auf ca. 1-2 Minuten pro Seite, falls die Bräunung nicht ausreichend ist, Energiezufuhr etwas erhöhen.



HÄHNCHENBRUST

Für 4 Personen

(ca. 155 kcal pro Person)

- 4 Hähnchenbrüste
- scharfes Paprikapulver
- Curry
- Salz, Pfeffer

Vor- und Zubereitungszeit

25 Min.

*Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2*

1. Hähnchenbrust ca. 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.
2. Fleisch mit Küchenpapier trocken tupfen. Topf auf höchster Stufe bis zum Brat-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und Hähnchenbrust einlegen. Deckel auflegen und braten, bis der Wendepunkt erreicht ist.
3. Fleisch wenden und würzen, Deckel wieder auflegen und Kochstelle ausschalten.
4. Je nach Dicke ca. 10 Minuten ziehen lassen.



Braten mit Deckel ist perfekt für zartes Fleisch wie Geflügelbrust, denn so bleibt es schön saftig und trocknet nicht aus. Ein weiteres Plus: Der Bratgeruch bleibt im Topf!



PANIERTE SCHNITZEL

Für 2 Personen

(ca. 473 kcal pro Person)

2	Schnitzel (nach Belieben Schwein, Kalb oder Pute) Salz, Pfeffer scharfes Paprikapulver
2 EL	Mehl
5 EL	Paniermehl
1	Ei
40 g	Butter

Vor- und Zubereitungszeit

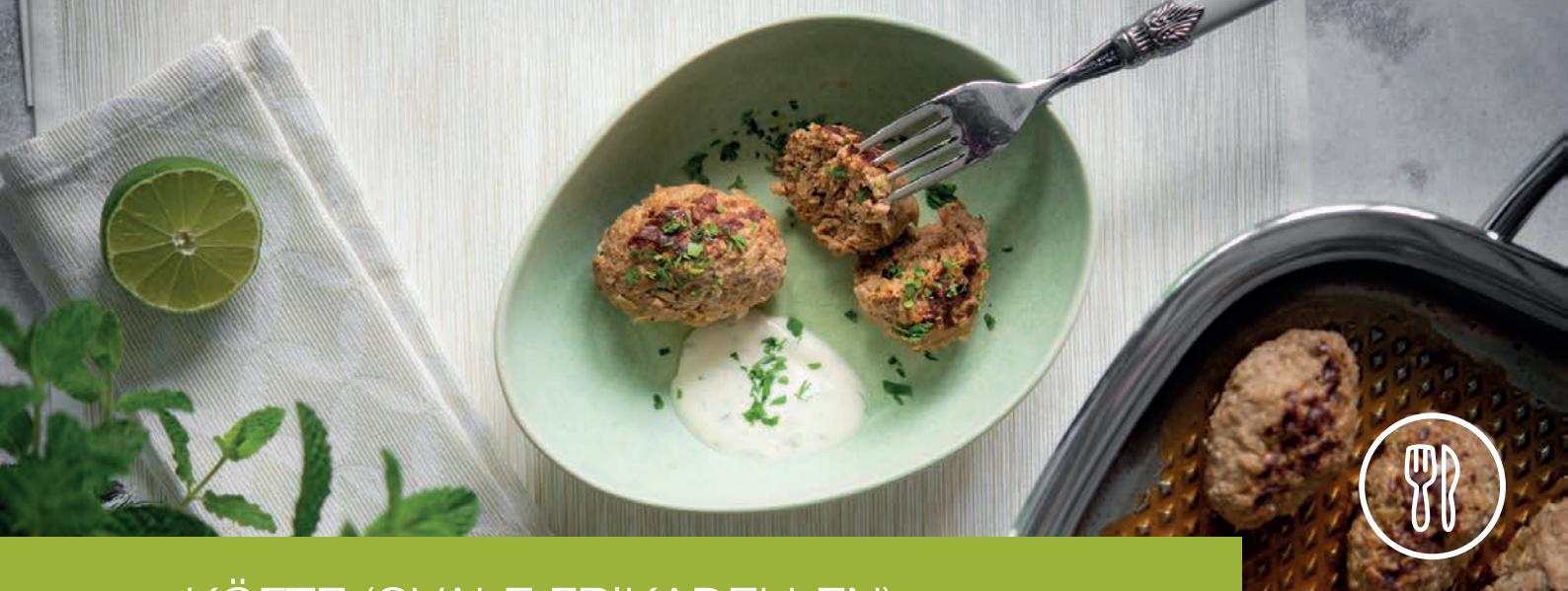
20 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Schnitzel mit Küchenpapier trocken tupfen, falls nötig zwischen Frischhaltefolie noch etwas flach klopfen, würzen.
2. Mehl und Paniermehl jeweils auf Teller geben. Ei in einem tiefen Teller mit einer Gabel verschlagen. Schnitzel jeweils zuerst in Mehl, dann in Ei und zuletzt im Paniermehl wenden. Überschüssige Panade leicht abschütteln.
3. Butter in den Topf geben, auf höchster Stufe aufheizen.
4. Sobald die Butter zu schäumen beginnt, Schnitzel in den Topf legen, Deckel auflegen und auf höchster Stufe braten, bis das Brat-Fenster erreicht ist.
5. Auf niedrige bis mittlere Stufe schalten, weiter braten, bis der Wendepunkt erreicht ist. Schnitzel wenden, mit einem Küchenpapier die Deckelinnenseite trocknen, Deckel wieder auflegen.
6. Visiotherm abschrauben und Schnitzel ca. 3 Minuten braten, bis sie gold-braun sind.
7. Schnitzel herausnehmen und sofort servieren.



Dickere oder gefüllte Schnitzel wie z. B. Cordon bleu fertig braten, bis sie den gewünschten Garpunkt erreicht haben.



KÖFTE (OVALE FRIKADELLEN)

Für 4 Personen

(ca. 275 kcal pro Person)

2	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
1 EL	Ajvar (scharfe Paprikacreme)
500 g	Lamm- oder Rinderhackfleisch
1 TL	rosenscharfes Paprikapulver
1 TL	Kreuzkümmel Salz, Pfeffer

Vor- und Zubereitungszeit

30 Min.

Marinieren

2 Std.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein schneiden. Zwiebeln, Knoblauch und Ajvar mit dem Hackfleisch vermengen.
2. Paprikapulver sowie Kreuzkümmel zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Im Kühlschrank 2 Stunden ruhen lassen.
3. Ca. 80 Gramm schwere ovale Frikadellen (Köfte) formen.
4. Topf auf höchster Stufe bis zum Brat-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und Köfte einlegen.
5. Mit Hilfe des Audiotherm braten, bis der Wendepunkt erreicht ist. Köfte wenden, Deckel auflegen, Kochstelle ausschalten und 15 Minuten ziehen lassen.



PUTENRÖLLCHEN

Für 4 Personen

(ca. 456 kcal pro Person)

4	Putenschnitzel (à ca. 120 g)
4 Stangen	Staudensellerie
500 g	Karotten
1	Zwiebel
1	Mango
50 g	Erdnussbutter
	Salz
	Cayennepfeffer
50 ml	Hühnerbrühe
200 ml	Kokosmilch
n.B.	Speisestärke

Vor- und Zubereitungszeit

40 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Schnitzel ca. 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.
2. Staudensellerie putzen und in Scheiben schneiden, zarte Sellerieblätter fein hacken.
3. Karotten schälen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden.
4. Mango schälen und vom Fruchtfleisch vier dünne Scheiben vom Stein schneiden, restliches Fruchtfleisch in Würfel schneiden.
5. Putenschnitzel zwischen Frischhaltefolie flach klopfen. Mit etwas Erdnussbutter bestreichen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen.
6. Jeweils eine Scheibe Mango und etwas Selleriegrün daraufgeben, aufrollen und mit Zahnstochern feststecken.
7. Topf auf höchster Stufe bis zum Brat-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten, Putenröllchen rundherum anbraten und herausnehmen.
8. Zwiebeln anbraten, Gemüse zugeben und mit Geflügelbrühe ablöschen, restliche Mango darübergeben.
9. Putenröllchen auf das Gemüse setzen, auf höchster Stufe bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und ca. 15 Minuten im Gemüse-Bereich garen.
10. Putenröllchen herausnehmen und warm halten, Kokosmilch zum Gemüse geben, aufkochen, nach Belieben leicht binden und abschmecken.



SALAMI-PIZZA

Für 4 Stück

(ca. 663 kcal pro Stück)

500 g	Pizzateig (Fertigprodukt oder selbstgemacht)
100 g	Salami, in dünnen Scheiben
250 g	würzige Tomatensauce für Pizza (selbstgemacht oder Fertigprodukt)
150 g	geriebener Käse Pfeffer

Vor- und Zubereitungszeit

30 Min.

1. Salami in Streifen schneiden. Pizzateig in vier Portionen teilen und zu runden Teigplatten mit einem Durchmesser von ca. 22 cm ausrollen.
2. Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen
3. Erste Teigplatte in den Topf legen, 1/4 der Tomatensauce darauf streichen und ebenso je 1/4 der restlichen Zutaten darauf verteilen. Zuletzt Käse darüber streuen.
4. Topf in den umgedrehten Deckel stellen, Navigonio überkopf auflegen und auf große Stufe schalten, ca. 2 Minuten backen.
5. Pizza herausnehmen, Topf wieder bei Stufe 6 auf den Navigonio stellen. Nächste Teigplatte einlegen, ebenso belegen und backen wie unter Punkt 3 und 4 beschrieben. Topf zum Belegen immer bei Stufe 6 auf den Navigonio stellen. Falls nötig die Backzeiten etwas verlängern.
6. Pizza zum Servieren mit Pfeffer würzen.



Bei Pizza gibt es natürlich viele Variationsmöglichkeiten. Jeder kann seine Lieblingspizza kreieren. Achte nur darauf, dass besonders das Gemüse klein genug geschnitten wird, damit es in der kurzen Backzeit gar wird.

Die Pizza lässt sich einfacher aus dem Topf nehmen und der Topf bleibt sauberer, wenn Backpapier verwendet wird. Dazu einfach mit Hilfe eines Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden, nach dem Aufheizen in den Topf legen und Teig darauf geben.



LAHMACUN

Für 10 Stück

(ca. 315 kcal pro Stück)

Teig:

400 g Mehl
20 g frische Hefe
150 ml lauwarmes Wasser
8 EL Olivenöl

Belag:

3 Tomaten
1 Bund glatte Petersilie
2 Zwiebeln
2 grüne Spitzpaprika
350 g Lamm- oder Rinderhackfleisch
1 EL Tomaten- oder Paprikamark
1/4 TL Cayennepfeffer
1/4 TL Pfeffer
1/2 TL getrocknete Minze
1/2 TL getrockneter Oregano
1/2 TL Salz

Vor- und Zubereitungszeit

50 Min.

Gehen

30 Min.

Eine Legende mit produktsspezifischen Begrifflichkeiten finden Sie auf Seite 2

1. Mehl in eine Schüssel geben, eine Vertiefung hineindrücken und die Hefe hineinkrümeln. Wasser und Olivenöl zugeben und alles nach und nach zu einem geschmeidigen Hefeteig verarbeiten. Zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat.
2. Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, kurz ziehen lassen, mit kaltem Wasser abschrecken und häuten.
3. Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Zwiebeln schälen und Spitzpaprika putzen und beides zusammen mit den Tomaten sehr fein würfeln. Alle Zutaten für den Belag gut vermengen.
4. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu 10 Kugeln portionieren. Jede Kugel rund mit ca. 22 cm Durchmesser ausrollen.
5. Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen. Erste Teigplatte in den Topf legen und ca. zwei Esslöffel Belag darauf verteilen.
6. Topf in umgedrehten Deckel stellen. Navigonio überkopf auflegen und auf große Stufe schalten, ca. 2 Minuten kross backen.
7. Lahmacun herausnehmen, Topf wieder auf den Navigonio bei Stufe 6 stellen.
8. Nächste Teigplatte einlegen, ebenso belegen und backen, wie unter Punkt 5 und 6 beschrieben. Falls nötig die Backzeiten etwas verlängern. Beim Belegen der Teigplatten muss der Topf immer bei Stufe 6 auf dem Navigonio stehen.



BRATHÄHNCHEN

Für 2 Personen

(ca. 830 kcal pro Person)

- 1 Brathähnchen (ca. 1 kg)
Brathähnchengewürz

Vor- und Zubereitungszeit

55 Min.

Marinieren

15 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Hähnchen mit einer Geflügelschere halbieren, rundherum kräftig mit Brathähnchengewürz einreiben, Haut im Bereich der Schenkel einige Male einstechen. Gewürz ca. 15 Minuten einwirken lassen.
2. Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen, Hähnchenhälften mit der Schnittseite nach unten in den Topf geben.
3. Auf Stufe 6 bis zum Gemüse-Fenster weiterheizen, auf Stufe 2 schalten und ca. 10 Minuten im Gemüse-Bereich garen.
4. Topf nach Ende der Garzeit in den umgedrehten Deckel stellen. Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 30 Minuten kross backen.



GEBRATENES LACHSFILET

Für 2 Personen

(ca. 270 kcal pro Person)

- 4 Lachsfilet ohne Haut
(à ca. 150 g)
Salz, Pfeffer

Vor- und Zubereitungszeit

15 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Lachsfilet unter fließendem Wasser abspülen und mit Küchenpapier trockentupfen.
2. Topf auf höchster Stufe bis zum Brat-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und Lachsfilets einlegen. Deckel auflegen und braten, bis der Wendepunkt erreicht ist.
3. Lachsfilets wenden, mit Salz und Pfeffer würzen und Deckel wieder auflegen. Kochstelle ausschalten und ca. 3 Minuten ziehen lassen.



CHEESECAKE

Für 8 Personen

(ca. 343 kcal pro Person)

Teig:

180 g	Mehl
3 EL	Zucker
150 g	Butter

Belag:

400 g	Magerquark
1 Päckchen	Vanillezucker
2 EL	Mehl
3	Eier
1 TL	unbehandelte Zitronenschale

Beeren-Topping:

300 g	gemischte Beeren
3 EL	Cassis- oder Himbeersirup

Vor- und Zubereitungszeit

40 Min.

Eine Legende mit produktsspezifischen Begrifflichkeiten finden Sie auf Seite 2

- Alle Zutaten für den Teig in einer Schüssel miteinander vermengen.
- Alle Zutaten für den Belag ebenfalls in einer Schüssel gut miteinander vermischen.
- Mit Hilfe eines Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier, der ca. 2 cm grösser ist (ca. 28 cm), ausschneiden.
- Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen.
- Backpapier in den Topf legen, 3/4 des Teiges daraufgeben und mit einem Esslöffel verteilen, Belag darüber geben. Restlichen Teig zu großen Crumbles verkneten und über den Belag geben.
- Topf in den umgedrehten Deckel stellen, Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 8 Minuten gold-gelb backen.
- Etwas abkühlen lassen und aus dem Topf nehmen.
- Beeren verlesen, mit dem Sirup mischen und mit dem noch warmen oder erkalteten Cheesecake servieren.



In nur 8 Minuten Backzeit hast du einen leckeren Kuchen für spontanen Besuch auf dem Tisch.



RUSSISCHE WATRUSCHKI

Für 8 Personen

(ca. 249 kcal pro Person)

Hefeteig:

1 Würfel frische Hefe
2 EL Wasser, lauwarm
80 g Zucker
500 g Mehl
220 ml Milch, lauwarm
2 Eigelb
1 TL Salz
100 g Butter, weich
Sonnenblumenöl zum Bestreichen

Füllung:

250 g Sahnequark
1 Ei
30 g Zucker
1 TL Vanilleextrakt
25 g Speisestärke

Zum Bestreichen:

1 Eigelb
2 EL Milch

Vor- und Zubereitungszeit

55 Min.

Gehen

60 Min.

Eine Legende mit produktspezifischen Begrifflichkeiten finden Sie auf Seite 2

Hefeteig:

1. Hefe mit Wasser und Zucker verrühren. Mit den restlichen Zutaten – dabei die Butter zuletzt – zu einem weichen und glatten Hefeteig verarbeiten. Dabei ca. 10 Minuten gut durchkneten.
2. Teig zu einer Kugel formen, mit etwas Öl bestreichen und zugedeckt etwa 60 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat.

Füllung:

3. Alle Zutaten zu einer glatten Masse verrühren.

Watruschki:

4. Teig in ca. 70 g schwere Portionen teilen und Teigportionen zu Kugeln formen. Zum Bestreichen das Eigelb mit der Milch verrühren.
5. Mit einem bemehlten Glasboden eine runde Mulde in die Teigkugeln drücken und den Rand der Teiglinge mit Eigelb-Mischung einpinseln.
6. Mit Hilfe des Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden.
7. Topf auf Navigenio stellen, auf „A“ schalten und bis zum Brat-Fenster aufheizen. Topf in den umgedrehten Deckel stellen.
8. Backpapier in den Topf legen und vier Watruschki auf dem Backpapier verteilen.
9. Watruschki mit etwas Quarkmasse füllen (am besten geht das mit einem kleinen Messbecher). Navigenio überkopf auflegen und nur mit der Restwärme ca. 5 Minuten vorbacken. Danach auf kleine Stufe schalten und ca. 10 Minuten fertig backen.
10. Topf wieder auf den Navigenio stellen, Backpapier herausnehmen und Deckel auflegen. Navigenio auf Stufe 6 schalten und Topf ca. 1 Minute aufheizen.
11. Restliche Watruschki backen, wie in den Punkten 8, 9 und 10 beschrieben.



RUSSISCHE QUARKPLÄTZCHEN

Für 8 Personen
(ca. 75 kcal pro Person)

250 g Magerquark
250 g Mehl
1/4 TL Backpulver
1/4 TL Salz
125 g Butter
1 TL Anissamen
100 g Zucker

Vor- und Zubereitungszeit
80 Min.
Ruhens
12 Std.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Am Vortag den Quark über Nacht im Kühlschrank abtropfen lassen.
2. Am nächsten Tag Mehl, Backpulver und Salz in einer Schüssel mischen. Quark und Butter in Stückchen zufügen. Erst mit den Knethaken des Rührgerätes, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Anis fein mörsern und mit Zucker mischen.
3. Teig portionsweise auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 3 mm dick ausrollen. Kreise (ca. 7cm Ø) ausschneiden. Teigkreise mit etwas Aniszucker bestreuen, leicht andrücken. Zu einem Halbkreis falten. Erneut mit Aniszucker bestreuen und andrücken. Zu einem Viertelkreis zusammenklappen und im übrigen Aniszucker wälzen.
4. Mit Hilfe des Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden.
5. Topf auf Navigonio stellen und auf „A“ bis zum Brat-Fenster aufheizen, Topf in umgedrehten Deckel stellen, Backpapier hineinlegen und Plätzchen darauf verteilen.
6. Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 13 Minuten hellbraun backen. Fertige Plätzchen nach Ende der Backzeit herausnehmen.
7. Topf wieder auf den Navigeno stellen, Backpapier herausnehmen, Deckel auflegen, auf Stufe 6 schalten und 1 Minute aufheizen.
8. Topf wieder in den umgedrehten Deckel stellen, Backpapier und die nächsten Plätzchen einlegen und wie in Punkt 6 und 7 beschrieben backen.



ZWETSCHGEN CRUMBLE

Für 8 Personen

(ca. 451 kcal pro Person)

100 g	Weizenmehl
50 g	Buchweizenmehl
60 g	Zucker
1 Prise	Salz
100 g	Butter, weich
500 g	Zwetschgen
1 Päckchen	Vanillezucker
2 TL	Speisestärke
	Puderzucker zum Bestäuben

Vor- und Zubereitungszeit

50 Min.

Kühlen

30 Min.

Eine Legende mit
produktspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Mehle, 45 g Zucker, Salz und Butter in eine Rührschüssel geben, zu Streuseln verarbeiten und ca. 30 Minuten kühl stellen.
2. Zwetschgen putzen, entsteinen und in Viertel schneiden. In einem Topf mit restlichem Zucker und Vanillezucker mischen und ca. 15 Minuten ruhen lassen. Speisestärke darüber stäuben und unterrühren.
3. Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen.
4. Umrühren und Streusel darauf verteilen. Topf in den umgedrehten Deckel stellen, Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 15 Minuten gold-braun backen.
5. Crumble etwas abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäubt servieren.



Variiere den Crumble mit Früchten der Saison z. B. mit Äpfeln (dann die Speisestärke weglassen), Aprikosen, Rhabarber oder Beeren. Falls gewünscht etwas mehr Zucker zugeben. Dazu schmeckt sehr gut eine Kugel Vanilleeis oder Vanillesauce.



APFEL-WALNUSS-CRUMBLE

Für 6 Personen

(ca. 377 kcal pro Person)

3	säuerliche Äpfel
75 g	Zucker
50 g	Rosinen
1/2 TL	Zimt
3 EL	Zitronensaft
50 ml	Apfelsaft
50 g	Walnusskerne
75 g	Butter
1 Prise	Salz
150 g	Mehl

Vor- und Zubereitungszeit

40 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden, im Topf mit 50 g Zucker, Rosinen, Zimt, Zitronen- und Apfelsaft mischen.
2. Walnusskerne fein hacken, mit Butter, restlichem Zucker, Salz, Mehl zu Streuseln verkneten.
3. Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen, Topf in den umgedrehten Deckel stellen, Streusel über den Äpfeln verteilen.
4. Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 15 Minuten backen, bis die Streusel hellbraun sind.



Am besten noch heiß mit einer Kugel Eis servieren.



TARTE TATIN

Für 1 Tarte

(ca. 283 kcal pro Stück)

Mürbeteig:

170 g Mehl
1/2 TL Backpulver
80 g Zucker
1 Eigelb
100 g Butter

Belag:

3 säuerliche Äpfel
2 EL Zitronensaft
20 g Butter, weich
50 g Karamellsauce

Vor- und Zubereitungszeit

35 Min.

Kühlen

60 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Zutaten für den Mürbeteig zügig zu einem glatten Teig verkneten. Zwischen Frischhaltefolie rund zu einem Durchmesser von ca. 22 cm ausrollen. Teigplatte ca. 30 Minuten kalt stellen.
2. Äpfel schälen, vierteln und entkernen. In dünne Spalten schneiden und mit Zitronensaft mischen.
3. Mit Hilfe des Deckels 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden.
4. Backpapier in den Topf legen und gleichmäßig mit der weichen Butter bestreichen. Karamellsauce darüber verteilen und Apfelscheiben fächerartig darüberlegen, Mürbeteigplatte darauflegen.
5. Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen, Topf in den umgedrehten Deckel stellen. Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 5 Minuten hellbraun backen.
6. Tarte einige Minuten abkühlen lassen und dann auf eine Kuchenplatte stürzen.



Sehr gut schmeckt die Tarte auch mit Aprikosen- oder Zwetschgenhälften. Da diese Obstsorten viel Säure enthalten, kann der Zitronensaft weglassen werden.



TÜRKISCHE NUDELN MIT MOZZARELLA (PEYNIRLI KÜNEFE)

Für 4 Personen

(ca. 770 kcal pro Person)

150 ml Wasser
200 g Zucker
1 EL Zitronensaft
100 g Butter, flüssig
250 g Mozzarella
250 g türkische Fadennudeln

Vor- und Zubereitungszeit
30 Min.

Eine Legende mit
produktsspezifischen
Begrifflichkeiten
finden Sie auf Seite 2

1. Wasser, Zucker und Zitronensaft in einem kleinen Topf aufkochen. Den Sirup ca. 5 Minuten offen kochen lassen, dann von der Kochstelle nehmen.
2. Geschmolzene Butter mit den Fadennudeln vermischen. Mozzarella in Scheiben schneiden. Mit Hilfe eines Deckel 24 cm einen Kreis aus Backpapier ausschneiden.
3. Topf auf Navigonio stellen und auf Stufe 6 bis zum Brat-Fenster aufheizen. Backpapier in den Topf legen und Hälfte der Fadennudeln im Topf verteilen und andrücken.
4. Topf in den Deckel stellen, Mozzarella darauf verteilen, mit den restlichen Fadennudeln zudecken und alles gut andrücken.
5. Navigonio überkopf auflegen, auf kleiner Stufe ca. 7 Minuten hellbraun backen.
6. Künefe auf eine Platte stürzen, kurz stehen lassen und mit dem Sirup übergießen und am besten warm servieren.



Nach Belieben mit gehackten Pistazien bestreuen.



APFELSTRUDEL

Für 4 Personen

(ca. 288 kcal pro Person)

400 g	säuerliche Äpfel
60 g	Butter, flüssig
1 EL	Paniermehl
1 EL	Zucker
1 Prise	Zimt
1 TL	unbehandelte Zitronenschale, abgerieben
30 g	Rosinen
1 Päckchen	Strudelteig (eckig, ca. 120 g, 4 Teigblätter)
	Puderzucker zum Bestäuben

Vor- und Zubereitungszeit

30 Min.

Eine Legende mit produktsspezifischen Begrifflichkeiten finden Sie auf Seite 2

1. Äpfel schälen, vierteln, entkernen und quer in dünne Scheiben schneiden.
2. Hälfte der Butter mit Paniermehl, Zucker, Zimt, Zitronenschale, Rosinen und den Apfelscheiben mischen.
3. Ein Studelteigblatt auf ein Geschirrtuch legen und dünn mit etwas Butter bestreichen. Ein weiteres Blatt darauflegen und ebenfalls mit Butter bestreichen.
4. Hälfte der Apfelmasse auf das untere Drittel des Teiges geben, Seiten einschlagen, Teig mit Hilfe des Tuches aufrollen und den Strudel in den Topf legen.
5. Einen weiteren Strudel auf dieselben Weise herstellen, ebenfalls in den Topf legen und beide Strudel mit Butter bestreichen.
6. Topf auf Herd stellen und diesen auf niedrige Stufe schalten. Navigonio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten, ca. 20 Minuten backen.
7. Nach Ende der Backzeit Herd und Navigonio ausschalten, mit der Restwärme ca. 10 Minuten fertig backen.
8. Strudel aus dem Topf nehmen, mit Puderzucker bestäuben und warm servieren.



Dazu schmeckt am besten selbst gemachte Vanillesauce oder eine Kugel Vanilleeis. Falls du keinen Strudelteig bekommst, kannst du auch Filoteig oder selbst gemachten Strudelteig verwenden.



AMC Deutschland
Alfa Metalcraft Corporation Handelsgesellschaft mbH
Mainzer Straße 312
55411 Bingen am Rhein

T: +49 (0)6721 - 18001
de@amc.info
www.amc.info

