



## PLANCHA ELECTRIQUE

### NOTICE D'UTILISATION

*Choisir un plan de travail facile d'entretien sur lequel on posera l'appareil à une distance minimum de 20cm de parois non résistantes à la chaleur. Pour un confort optimal de l'utilisateur, l'appareil doit se situer entre 85 et 95 cm du sol.*

#### **Bac de récupération des jus de cuisson:**

*Ce récipient permet la récupération des jus de cuisson, il doit être manipulé appareil froid, être vidé et nettoyé avant chaque nouvelle utilisation.*

**Lors de l'utilisation de la plancha, le récupérateur des jus de cuisson doit être impérativement monté à l'emplacement prévu (risque de détérioration des manettes de commande).**

*Choisissez la température de cuisson en fonction des aliments.*

*Préchauffer la plancha en réglant à la température choisie pendant 10 min.*

*Enduire uniformément la plancha d'huile avec un tampon ou un pinceau.*

*Disposer les aliments sur la plaque et réaliser la cuisson à votre convenance.*

**Température et temps de cuisson donnés à titre indicatif:**

<i>Aliments</i>	<i>Température de cuisson</i>	<i>Temps de cuisson</i>
<b><i>POISSON &amp; FRUITS DE MER</i></b>		
<i>Brochettes de poisson</i>	160°C	15min
<i>Gambas</i>	160°C	15min
<i>Noix de pétoncles</i>	160°C	15min
<i>Saumon</i>	160°C	15min
<i>Joue de lotte ou de cabillaud</i>	180°C	15min
<i>Coquilles St-Jacques</i>	160°C	15min
<i>Seiche, calamars, poulpe</i>	220°C	15min
<b><i>VIANDE &amp; VOLAILLE</i></b>		
<i>Côte de bœuf saignante</i>	250°C	5min sur chaque face
<i>Côte de bœuf à point</i>	220°C	15min sur chaque face
<i>Steak de bœuf saignant</i>	250°C	1min sur chaque face
<i>Steak de bœuf à point</i>	220°C	3min sur chaque face
<i>Porc ou veau émincé</i>	220°C	20min
<i>Lapin ou poulet émincé</i>	200°C	30min
<i>Aiguillettes de canard</i>	220°C	1 à 3min sur chaque face
<i>Magrets de canard</i>	240°C puis 200°C	10min sur la face côté peau puis 5min sur l'autre face
<i>Brochettes de bœuf</i>	240°C	5 à 10 min
<i>Côtes ou brochettes d'agneau</i>	240°C	5 à 10min
<b><i>LEGUMES</i></b>		
<i>Champignons/Oignons/Courgettes/Tomates...</i>	150°C	
<b><i>FRUITS</i></b>		
<i>Bananes/Pommes Oranges....</i>	150°C	