

GEBRAUCHSANWEISUNG

Wok elektrisch Expert 5 Liter
QWK 460





Mit diesem Gerät haben Sie einen Qualitätsartikel erworben, in den die gesamte Erfahrung von Riviera-et-Bar auf dem Gebiet des Kochens eingeflossen ist. Es entspricht den Qualitätskriterien von Riviera-et-Bar: Bei seiner Herstellung wurden die besten Materialien und Komponenten verwendet und es wurde strengen Kontrollen unterzogen. Wir wünschen Ihnen, dass Sie mit seiner Verwendung zufrieden sind.



INHALT

PRODUKTBESCHREIBUNG	4
ALLGEMEINE SICHERHEITSEMPFEHLUNGEN	5
BESONDERE SICHERHEITSEMPFEHLUNGEN	8
VOR DER ERSTEN INBETRIEBNAHME	9
INBETRIEBNAHME	9
TIPPS UND TRICKS	10
REINIGUNG UND PFLEGE	11
REINIGUNG VOR DER ERSTEN INBETRIEBNAHME	
REINIGUNG NACH GEBRAUCH	
TECHNISCHE EIGENSCHAFTEN	13
UMWELT	13
ZUBEHÖR	13
GARANTIE	13
REZEPTIDEEN	14

PRODUKTBESCHREIBUNG



- | | |
|---------------------------------------|--|
| 1 Griff des Deckels | 8 Abnehmbarer Thermostatblock mit Netzkabel |
| 2 Scheibe zur Dampfregulierung | 9 Entriegelungshebel für den Thermostatblock |
| 3 Glasdeckel | 10 Thermoplastischer Sockel |
| 4 Griffe des Topfes | 11 Entriegelungs-/Verriegelungsknopf des Topfes |
| 5 Topf mit Antihafbeschichtung | 12 Thermoplastischer Spatel |
| 6 Thermostatkopf | |
| 7 Temperaturanzeigeleuchte | |

ALLGEMEINE SICHERHEITSEMPFEHLUNGEN

Bitte lesen Sie die Anweisungen in dieser Bedienungsanleitung sehr aufmerksam durch. Sie enthalten unter anderem wichtige Informationen zur Sicherheit bei der Installation, Nutzung und Wartung Ihres Geräts.

Bewahren Sie Ihre Bedienungsanleitung auf; Sie könnten sie in Zukunft noch benötigen.



- Beachten Sie unbedingt die Sicherheits-, Gebrauchs- und Reinigungsanweisungen in dieser Anleitung.

Jede Nichteinhaltung dieser Anweisungen führt zum Erlöschen der Garantie.

- Dieses Gerät ist ausschließlich für den häuslichen Gebrauch bestimmt. Es wurde nicht für die Verwendung in den folgenden Fällen konzipiert, die nicht von der Garantie abgedeckt sind:
 - in Personalküchen von Geschäften, Büros und anderen professionellen Umgebungen;
 - Auf Bauernhöfen;
 - durch Kunden in Hotels, Motels und anderen Umgebungen mit Wohncharakter;
 - In Umgebungen wie Bed & Breakfasts.
- Dieses Gerät darf nicht von Kindern zwischen 0 und 8 Jahren benutzt werden. Kinder ab 8 Jahren dürfen das Gerät nur unter ständiger Aufsicht verwenden. Personen mit reduzierten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder einem Mangel an Erfahrung und Wissen dürfen dieses Gerät nur benutzen, wenn sie beaufsichtigt wurden oder Anweisungen zur sicheren Verwendung erhalten haben und die damit verbundenen Gefahren verstehen. Halten Sie das Gerät und sein Netzkabel außerhalb der Reichweite von Kindern unter 8 Jahren.

Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Reinigung und Wartung durch den Benutzer dürfen nicht von Kindern durchgeführt werden.

- Das Gerät darf nicht mit einer externen Zeitschaltuhr oder einem separaten Fernbedienungssystem in Betrieb genommen werden.
 - Vorsicht vor potenziellen Gefahren bei unsachgemäßer Verwendung des Geräts.
 - Das Gerät darf nicht in Wasser oder andere Flüssigkeiten getaucht werden.
 - Die vollständigen Anweisungen zur sicheren Reinigung der Oberflächen, die mit Lebensmitteln oder Öl in Berührung kommen, sowie des gesamten Geräts finden Sie im Abschnitt „Reinigung und Pflege“ dieser Anleitung.
 - Es wird empfohlen, das Gerät regelmäßig zu überprüfen. Sollte das Netzkabel beschädigt sein, muss es vom Hersteller, seinem Kundendienst oder ähnlich qualifizierten Personen ersetzt werden, um Gefahren zu vermeiden.
 - Im Falle einer Panne, Fehlfunktion oder Beschädigung des Geräts muss es von einem Fachmann eines autorisierten Riviera-et-Bar Servicezentrums repariert werden.
- Sie finden die Kontaktdaten des nächstgelegenen autorisierten Riviera-et-Bar Servicezentrums auf:
www.riviera-et-bar.fr





- Ziehen Sie das Netzkabel des Geräts in den folgenden Fällen unbedingt aus der Steckdose:
 - Wenn es unbeaufsichtigt gelassen wird.
 - Nach Gebrauch.
 - Vor jeder Reinigung oder Wartung.
 - Im Falle einer Fehlfunktion.
- Schließen Sie das Gerät nur an eine geerdete Steckdose an, die den aktuell geltenden elektrischen Sicherheitsvorschriften entspricht. Sollte ein Verlängerungskabel erforderlich sein, verwenden Sie ein Verlängerungskabel mit integrierter Erdung und einer ausreichenden Nennstromstärke, um die Stromversorgung des Geräts zu gewährleisten.
- Stell sicher, dass die Netzspannung mit der auf dem Typenschild des Geräts angegebenen Spannung übereinstimmt.
- Wickel das Netzkabel vollständig ab.
- Um eine Überlastung des Stromnetzes zu vermeiden, schließen Sie keine weiteren Geräte an denselben Stromkreis an.
- Ziehen Sie zum Abziehen des Steckers nicht am Netzkabel oder am Gerät selbst.



- Fass das Gerät nicht mit nassen Händen an.
- Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, horizontale, trockene und rutschfeste Oberfläche.
- Stell sicher, dass du das Gerät nicht an den Rand des Tisches oder der Arbeitsplatte stellst, um ein Umkippen zu vermeiden.
- Stell sicher, dass das Netzkabel und eventuelle Verlängerungskabel nicht an Durchgangsstellen liegen, um ein Stolpern oder Umkippen zu vermeiden.
- Bewege das Gerät niemals, wenn es in Betrieb ist.
- Benutz das Gerät niemals im Freien.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Nähe von Wasser.
- Stell das Gerät nicht in die Nähe einer Wärmequelle und vermeide, dass das Netzkabel eine heiße Oberfläche berührt.
- Das Gerät muss vor Frost geschützt werden. Lass es niemals im Winter in einem Auto oder an einem anderen frostgefährdeten Ort, um Beschädigungen zu vermeiden.

BESONDERE SICHERHEITSEMPFEHLUNGEN



- Das Gerät und der Deckel werden während des Gebrauchs heiß und bleiben auch einige Zeit danach heiß. Fassen Sie ausschließlich an den Griffen und dem wärmeisolierten Griff an.
- Achten Sie auf Fettspritzer.
- Das Gerät und seine Bestandteile müssen vor dem Anschließen an das Stromnetz ordnungsgemäß montiert und befestigt sein.
- Um jegliches Brandrisiko zu vermeiden, stellen Sie das Gerät auf eine hitzebeständige Unterlage (keine Glasplatten, lackierten Tische, Kunststofftischdecken etc.) und halten Sie mindestens 20 cm Abstand zu allen Wänden ein. Der Raum über dem Gerät muss frei bleiben.
- Das Gerät muss standsicher aufgestellt werden, wobei die Griffe so ausgerichtet sein sollten, dass ein Verschütten heißer Flüssigkeiten vermieden wird.
- Es darf ausschließlich der dafür vorgesehene abnehmbare Stecker verwendet werden.
- Glasplatten sind zu schützen: Ein thermischer oder mechanischer Schock kann zum Bruch der Platte führen und dazu führen, dass das heiße Gerät auf die Gäste stürzt.
- Vermeiden Sie ruckartige Bewegungen in der Nähe des Geräts während des Betriebs, da diese seine Stabilität gefährden könnten.
- Das Gerät darf nicht leer betrieben werden – außer während der Vorheizphase.
- Stellen Sie sicher, dass das Netzkabel nicht mit den heißen Teilen des Geräts in Berührung kommt.
- Verwenden Sie ausschließlich das mitgelieferte Zubehör – einschließlich des Thermostatablocks mit Netzkabel – und keine anderen Komponenten.
- Lassen Sie keine Küchenutensilien aus Kunststoff oder anderen hitzeempfindlichen Materialien während des Garvorgangs mit der Wanne in Kontakt kommen.
- Die Wanne niemals bespritzen oder eintauchen, solange sie noch heiß ist.

- Niemals Wasser auf das Fett in der Wanne gießen – es kann sich bei hohen Temperaturen entzünden.
- Das Gerät darf niemals als Heizquelle verwendet werden.
- Den Thermostatregler stets auf 0 (unterer Anschlag) stellen, bevor das Netzkabel abgezogen wird.
- Das Gerät nicht verstauen, solange es noch heiß ist. Lassen Sie es vorher an der Luft vollständig abkühlen.

VOR DER ERSTEN INBETRIEBNAHME

- Packen Sie das Gerät aus und entfernen Sie alle Kunststoffbeutel, Kartons und Papiere, die die einzelnen Teile schützen.
- **Bewahren Sie das Verpackungsmaterial auf.**
- **Plastikbeutel dürfen niemals in Reichweite von Kindern liegen.**
- Entfernen Sie außerdem eventuell vorhandene selbstklebende Etiketten, die sich auf dem Gehäuse des Produkts befinden könnten, sowie alle weiteren Informationsblätter.
- Für die Reinigung der verschiedenen Geräteteile beachten Sie bitte den entsprechenden Abschnitt „Reinigung und Pflege“ auf Seite 11.

INBETRIEBNAHME

1. Drehen Sie den Knopf (11) unter dem Gerätesockel in die Position ****Entriegeln („Unlock“)** ******.
2. Drehen Sie die Wanne (5) um, setzen Sie den Sockel (10) auf die Wanne und drehen Sie den Knopf in die Position ****Verriegeln („Lock“)** ******.
3. Stecken Sie den Thermostatblock (8) in den dafür vorgesehenen Anschluss an der Seite des Woks.



Wichtige Hinweise

- **Bevor Sie den Thermostatblock anschließen, stellen Sie sicher, dass sich der Thermostatregler (6) in der Position 0 (unterer Anschlag) befindet und vollständig trocken ist – ebenso wie der Anschluss am Wok.**
- **Schließen Sie stets zuerst den Thermostatblock an, bevor Sie das Netzkabel anschließen.**
- **Verwenden Sie ausschließlich den mitgelieferten Thermostatblock.**



Wichtige Hinweise

- **Betreiben Sie den Wok niemals, wenn die Wanne nicht korrekt auf dem Sockel verriegelt ist.**
- **Achten Sie stets darauf, dass die Wanne richtig auf dem thermoplastischen Sockel sitzt, bevor Sie den Knopf in die Position Verriegeln drehen.**

4. Schließen Sie das Netzkabel an.
5. Heizen Sie den Wok vor, indem Sie den Thermostatregler auf die für Ihre Zubereitung passende Position stellen. Die Temperaturanzeige (7) leuchtet auf.
6. Sobald die gewünschte Temperatur erreicht ist, erlischt die Kontrollleuchte. Ihr Gerät ist nun bereit zum Kochen.
7. Geben Sie die Zutaten gemäß den Anweisungen des Rezepts in die Wanne.



ZU BEACHTEN

- Die Temperaturanzeigeleuchte kann während des Kochens mehrmals an- und ausgehen.
Dies zeigt an, dass eine korrekte Temperatur aufrechterhalten wird.
 - Für weitere Informationen zu den Kochtechniken lesen Sie bitte den Abschnitt „Tipps und Tricks“ sowie die beigefügten Rezepte.
8. Drehen Sie den Thermostatkopf nach Beendigung des Kochvorgangs vollständig auf 0 (bis zum unteren Anschlag gegen den Uhrzeigersinn), um die Heizfunktion komplett auszuschalten.
 9. Ziehen Sie das Netzkabel aus der Steckdose.
 10. Warten Sie, bis der Wok vollständig abgekühlt ist, bevor Sie den Thermostatblock mit dem Entriegelungshebel (9) entfernen.

TIPPS UND TRICKS

- Warte, bis der Wok heiß ist, bevor du Öl oder Lebensmittel hineingibst. So bewahrst du den Geschmack und die richtige Garung der Speisen.
- Der Behälter (5) hat eine Antihafbeschichtung. Verwende vorzugsweise den mitgelieferten thermoplastischen Spatel (12), um die Antihafteigenschaften des Behälters zu erhalten. Lass den Spatel während des Kochens nicht dauerhaft in Kontakt mit dem Behälter.
- Der Glasdeckel (3) ist mit einem Dampfregulierungsrad (2) ausgestattet. Dieses ermöglicht es Ihnen, den Dampf je nach Kochanforderungen entweichen zu lassen oder im Wok zu halten.



Wichtige Hinweise

- Vor jeder Reinigung oder Wartung muss das Gerät vom Stromnetz getrennt und abgekühlt sein. Der abnehmbare Thermostatblock (8) muss entfernt werden.
- Stellen Sie den heißen Glasdeckel (3) nicht auf eine kalte Oberfläche und halten Sie ihn nicht unter kaltes Wasser. Der Kontakt mit Kälte könnte ihn zerbrechen.
- Tauchen Sie auf keinen Fall den Sockel (10), den Behälter (5), den Thermostatblock und das Netzkabel in Wasser oder andere Flüssigkeiten ein.
- Die Schale, der Glasdeckel und der Spatel sind spülmaschinenfest.
- Es ist zwingend erforderlich, dass der elektrische Anschluss sowie der Thermostatblock vor der Benutzung vollständig trocken sind.
- Die Wanne ist mit einer Antihaftbeschichtung versehen. Verwenden Sie zur Reinigung weder chemische Produkte, Scheuermittel noch Stahlwolle, ebenso wenig für andere Teile des Geräts.

REINIGUNG VOR DER ERSTEN INBETRIEBNAHME

Waschen Sie den Deckel, die Schale und den Spatel mit warmem Wasser, Spülmittel und einem Schwamm ab. Spülen Sie sie anschließend ab und trocknen Sie sie mit einem weichen Tuch.

Stellen Sie sicher, dass alle Teile vollständig trocken sind, bevor Sie das Gerät benutzen.

REINIGUNG NACH GEBRAUCH

Reinigen Sie Ihr Gerät immer nach jedem Gebrauch, um die Ansammlung von angebrannten Speiseresten zu vermeiden.

1. Ziehen Sie das Netzkabel ab.

2. Entferne den Thermostatblock, indem du auf den Entriegelungshebel (9) drückst.



3. Wischen Sie den Behälter mit einem weichen Tuch aus, um Speisereste zu entfernen.
4. Dreh das Gerät um und stelle den Knopf (11) auf die Position „Entriegeln“.
5. Nimm die Schale vom thermoplastischen Sockel ab.



6. Reinigen Sie die Schale, den Glasdeckel und den Spatel mit warmem Seifenwasser und einer Nylonbürste. Spülen Sie sie ab und wischen Sie sie sorgfältig trocken.
7. Der Thermostatblock und der Gerätesockel werden mit einem weichen, leicht feuchten Tuch gereinigt. Wischen Sie diese sorgfältig trocken.

Aufbewahrung

Nach der Reinigung bewahren Sie Ihren Wok an einem trockenen und sauberen Ort auf.

TECHNISCHE EIGENSCHAFTEN

Fassungsvermögen:	5 Liter (bis zu 8 Personen)
Durchmesser der Wanne:	35,5 cm
Leistung :	2200 W
Spannung :	220-240 V- 50-60 Hz
Gewicht :	4 kg
Abmessungen :	L 470 x H 220 x P 355 mm

UMWELT

Bitte beachten Sie die folgenden Empfehlungen:

- Sie dürfen dieses Gerät nicht mit Ihrem Hausmüll entsorgen.
- Die Gemeinden haben ein selektives Sammelsystem für diese Art von Produkten eingerichtet. Sie sollten sich bei Ihrer Gemeindeverwaltung erkundigen, um die Standorte zu erfahren. Elektrische und elektronische Produkte enthalten nämlich gefährliche Substanzen, die schädliche Auswirkungen auf die Umwelt oder die menschliche Gesundheit haben und recycelt werden müssen.



ZUBEHÖR

Das gesamte Zubehör für unsere Produkte finden Sie auf unserer Website: **www.accessoires-electromenager.fr**. Die Verwendung von Produkten, die nicht von Riviera-et-Bar empfohlen werden, führt zum Erlöschen der Garantie.

GARANTIE

Die allgemeine Garantie für das Gerät beträgt 2 Jahre und gilt ausschließlich für den privaten Gebrauch.

Von der Garantie ausgeschlossen sind:

- Verschleißteile,
- herausnehmbare oder bewegliche Teile, die durch unsachgemäße Handhabung, Sturz oder Stoß beschädigt wurden, wie z. B. die Wanne, der Sockel, der Thermostatblock, der Deckel oder der Spatel,
- Geräte, die nicht bestimmungsgemäß im privaten Gebrauch verwendet wurden.

Der Hersteller kann nicht für mögliche Schäden haftbar gemacht werden, die durch eine unsachgemäße Verwendung des Geräts, die nicht der Bedienungsanleitung entspricht, oder durch Reparaturen, die von nicht qualifiziertem Personal durchgeführt wurden, verursacht werden.

Reparaturen dürfen ausschließlich in einem der autorisierten Servicezentren der Marke durchgeführt werden. Für jegliche Informationen kontaktieren Sie bitte den Kundendienst von Riviera-et-Bar unter 03.88.18.66.18 oder besuchen Sie die Website www.riviera-et-bar.fr.

Verschleißteile und von der Garantie ausgeschlossene Schäden werden kostenpflichtig ersetzt oder repariert.

Die Garantiedauer beginnt mit dem ursprünglichen Kaufdatum. Die Garantie kann nur durch Vorlage des defekten Geräts zusammen mit der Rechnung oder dem Kaufbeleg in Anspruch genommen werden.

Gemäß Artikel L111-2 des französischen Verbraucherschutzgesetzes (Code de la consommation) beträgt die Verfügbarkeit von Ersatzteilen für ein reparierbares Produkt 5 Jahre ab seinem Herstellungsdatum (Information auf dem Produkt vermerkt: Los- oder Seriennummer).

Wichtiger Hinweis: Für jede Reparaturmaßnahme werden Sie gebeten, das Produkt in seiner Originalverpackung zurückzusenden, um zusätzliche Transportschäden zu vermeiden. Wir empfehlen Ihnen daher dringend, die Originalverpackung vollständig aufzubewahren.

Gerichtsstand : Strasbourg.

Die Bestimmungen der Garantie schließen nicht aus, dass der Käufer zusätzlich von der gesetzlichen Gewährleistung für Mängel und versteckte Sachmängel profitiert, die in jedem Fall unter den Bedingungen der Artikel 1641 ff. des französischen Zivilgesetzbuches (Code Civil) Anwendung findet.





REZEPTIDEEN

Zwiebelsuppe

Für 4 Personen

Zutaten:

- 40 g Butter
- 2 zerdrückte Knoblauchzehen
- 500 g geschälte, fein geschnittene Zwiebeln
- 20 g Mehl
- 1/4 Liter Weißwein
- 1 l Rinderbrühe
- 4 Scheiben gut getoastetes Brot

1. Erhitze den Wok auf Stufe 7, gib dann die Butter, den Knoblauch und die Zwiebeln hinzu. Rühre regelmäßig um, bis die Zwiebeln goldbraun sind.
2. Gib das Mehl hinzu, verrühre es gut und lass es 5 Minuten kochen.
3. Löse es mit dem Wein und der Brühe ab.
4. Reduziere den Thermostat auf Stufe 4 und lass es 20 bis 30 Minuten köcheln.
5. Salze und pfeffere nach Belieben.

Serviere die Suppe mit einem getoasteten Brot, das mit Greyerzer Käse überbacken ist.

Vegetarische Frühlingsrollen

Für 3 Personen

Zutaten:

- 6 Reisblätter
 - 30 g Zuckerschoten
 - 30 g Frühlingszwiebeln
 - 30 g Bambussprossen
 - 30 g Sojabohnen
 - 30 g Karotten
 - 1 Knoblauchzehe
 - 1 Esslöffel Sojaöl
 - 1 EL Sojasauce
 - Quatre-épices, Ingwer
1. Schälen, waschen und schneiden Sie sämtliches Gemüse in feine Julienne-Streifen.
 2. Geben Sie das Öl in den Wok und erhitzen Sie es auf Stufe 8.
 3. Geben Sie das Gemüse hinzu und braten Sie es, bis es leicht gebräunt ist.

4. Würzen Sie mit Sojasauce, Quatre-épices und Ingwer.
5. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.
6. Weichen Sie die Reispapierblätter einzeln in warmem Wasser ein, damit sie weich werden. Trocknen Sie sie auf Küchenpapier ab und legen Sie sie anschließend auf einen Teller.
7. Belegen Sie den unteren Teil jeder Reispapiergallette mit Gemüse, schlagen Sie dann die Oberseite und die Seiten ein, um eine Rolle zu formen.
8. Legen Sie diese Rolle auf ein weiteres angefeuchtetes Reispapier und verschließen Sie es auf die gleiche Weise, um die erste Rolle zu doppelten. Wiederholen Sie den Vorgang mit den restlichen Zutaten.

Diese Rollen können auch als Nems (Frühlingsrollen) verzehrt werden. Erhitzen Sie dazu das Öl in Ihrer Fritteuse auf 150°C und frittieren Sie die Rollen, bis sie schön knusprig sind. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Würzige chinesische Nudeln

Für 4 Personen

Zutaten:

- 200 g Zuckerschoten
 - 2 Karotten, geschält und in Julienne geschnitten
 - 1 Frühlingszwiebel, fein gehackt
 - 2 rote Paprikaschoten, in Julienne geschnitten
 - 250 g Sojasprossen
 - 400 g chinesische Nudeln
 - 6 EL Öl
 - 5 EL Sojasauce
 - 1 EL Chilipaste
1. Kochen Sie die Nudeln in sprudelndem Wasser gemäß den Anweisungen des Herstellers.
 2. Geben Sie das Öl in den Wok und erhitzen Sie es auf Stufe 8.
 3. Geben Sie das Gemüse hinzu und garen Sie es unter ständigem Rühren, bis es zart, aber noch bissfest ist.
 4. Würzen Sie mit Sojasauce und Chilipaste, und geben Sie anschließend die Nudeln hinzu.
 5. Zum Schluss alles gut vermengen und sofort servieren.



REZEPTIDEEN

Gebratenes Gemüse

Für 6 Personen

Zutaten:

- 1 rote Paprika, in Julienne geschnitten.
- 1 gelbe Paprika, in Julienne geschnitten.
- 250 g Champignons, fein geschnitten.
- 4 Karotten, fein geschnitten.
- 150 g Sojabohnen
- 250 g grüne Bohnen, geputzt.
- 2 Frühlingszwiebeln, fein geschnitten.
- 1 EL Sesamöl (oder Erdnussöl).
- 3 Teelöffel Sesamsamen.
- 2 EL Sojasauce.

1. Gib das Öl in den Wok und erhitze ihn auf Stufe 8.
2. Gib das Gemüse hinzu und brate es unter ständigem Rühren 8 Minuten lang an.
3. Gib die Sojasauce und die Sesamsamen hinzu und verlängere die Kochzeit um 5 Minuten.

Lachs in Kokosnusssauce

Für 4 Personen

Zutaten:

- 600 g Lachsfilet, in 2 cm breite Streifen geschnitten.
- 400 g Brokkoli, in kleine Würfel geschnitten.
- 4 Karotten, fein geschnitten.
- 600 ml Kokosmilch.
- 2 Esslöffel Öl.
- 1 Esslöffel Zitronensaft.
- 1 Prise Chilipulver

1. Gib das Öl in den Wok und erhitze ihn auf Stufe 6.
2. Gib das Gemüse, den Zitronensaft und das Chilipulver hinzu und vermische alles miteinander.
3. Leg die Lachstreifen darüber und übergieße sie mit der Kokosmilch.
4. Reduziere den Thermostat auf Stufe 4 und lass es 15 Minuten köcheln.
5. Schmecke es bei Bedarf ab.





REZEPTIDEEN

Marinière-Miesmuscheln

Für 4 Personen

Zutaten:

- 4 Liter gereinigte Muscheln
 - 6 geschälte und gehackte Schalotten
 - 1 Knoblauchzehe
 - 1 Zweig Thymian
 - 1 Lorbeerblatt
 - 100 ml trockener Weißwein
 - 100 ml Wasser
 - Gehackte Petersilie
 - Pfeffer
 - 3 EL Öl
1. Erhitzen Sie das Öl im Wok auf Stufe 8 und braten Sie die Schalotten darin goldbraun an.
 2. Geben Sie die restlichen Zutaten hinzu und decken Sie den Wok ab.
 3. Stellen Sie den Thermostat auf Stufe 10 und lassen Sie die Muscheln garen, bis sie sich geöffnet haben.

Hähnchen mit Spargel

Für 2-3 Personen

Zutaten:

- 1/2 Brathähnchen, entbeint und in kleine Stücke geschnitten
 - 500 g weißer Spargel, geschält und in 3 cm lange Stücke geschnitten
 - 500 g grüner Spargel, geschält und in 3 cm lange Stücke geschnitten
 - 3 EL Olivenöl
 - 50 ml Weißwein
 - 50 g Pinienkerne
 - Salz / Pfeffer
1. Erhitzen Sie den Wok auf Stufe 10 und rösten Sie die Pinienkerne darin goldbraun. Herausnehmen und beiseitestellen.
 2. Erhitzen Sie das Öl im Wok auf Thermostatsstufe 8 und geben Sie den weißen Spargel hinzu. Nach 5 Minuten fügen Sie den grünen Spargel dazu. Rühren Sie regelmäßig um, bis der Spargel zart ist.
 3. Fügen Sie das Hähnchen und die Pinienkerne hinzu, mischen Sie alles gut durch und setzen Sie den Deckel auf. Nach 5 Minuten geben Sie den Wein dazu, salzen und pfeffern Sie.

Frittierte Garnelen

Für 4-6 Personen

Zutaten:

- 600 g geschälte Garnelen
 - 1 EL Pfefferkörner
 - 2 TL Salz
 - 1 EL Maisstärke
 - 1 EL Mehl
 - 2 Eiweiße
 - 500 ml Öl zum Frittieren
- Vermengen Sie alle Zutaten in einer Schüssel.
 - Geben Sie das Öl in den Wok und erhitzen Sie es auf Stufe 8, bis es richtig heiß ist.
 - Geben Sie die Garnelen portionsweise (in drei Durchgängen) ins heiße Öl und frittieren Sie sie, bis sie goldbraun sind.
 - Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Mit Limettenscheiben und Korianderblättern servieren.





Paella

Für 5-6 Personen

Zutaten:

- 1 Zwiebel, geschält und in feine Streifen geschnitten
- 200 g Chorizo, in dünne Scheiben geschnitten
- 200 g Hähnchenbrustfilet, in Stücke geschnitten
- 1 grüne Paprika, in Streifen geschnitten
- 1 rote Paprika, in Streifen geschnitten
- 350 g Langkornreis
- 1 l Wasser
- 1 Portion Safran
- 150 g Erbsen
- 200 g gekochte Garnelen
- 200 g Miesmuscheln

1. Erhitzen Sie den Wok auf Stufe 8 und braten Sie darin Chorizo, Zwiebel, Hähnchen und Paprika an (geben Sie bei Bedarf einen Schuss Öl hinzu).
2. Geben Sie den Reis und den Safran dazu, vermengen Sie alles und gießen Sie das Wasser hinzu.
3. Decken Sie den Wok ab und lassen Sie das Gericht etwa 5 Minuten auf Stufe 6 garen, bevor Sie die Erbsen, Miesmuscheln und Garnelen hinzufügen.
4. Lassen Sie das Gericht weitere 5 bis 10 Minuten garen, bis der Reis durchgargt ist.

Rindfleisch nach Pot-au-Feu-Art

Für 6 Personen

Zutaten:

- 6 Rindersteaks à 150 g, in 3 cm große Stücke geschnitten
 - 3 Karotten, geschält und in feine Scheiben geschnitten
 - 1 rote Zwiebel, geschält und in kleine Würfel geschnitten
 - 500 g fein geschnittener Wirsing
 - 1 längliche Steckrübe, geschält und in kleine Würfel geschnitten
 - 3 Stangen Sellerie, fein geschnitten
 - 1 Knoblauchzehe
 - 1 Zweig Thymian
 - 1 Lorbeerblatt
 - 3 EL Olivenöl
 - 10 g Zucker
 - 250 ml Wasser
 - Salz
1. Geben Sie das Öl in den Wok und erhitzen Sie es auf Stufe 8. Fügen Sie das Fleisch hinzu und braten Sie es von allen Seiten gut an. Nehmen Sie es anschließend heraus und stellen Sie es beiseite.
 2. Geben Sie erneut etwas Öl in den Wok und dünsten Sie die Zwiebel mit einer Prise Salz an, bevor Sie die Karotten, Steckrüben und den Zucker hinzufügen.
 3. Sobald alles karamellisiert ist, geben Sie den Wirsing, Sellerie, Thymian, Lorbeer, Knoblauch und eine Prise Salz hinzu und löschen das Ganze mit Wasser ab.
 4. Bringen Sie alles zum Kochen, decken Sie den Wok ab und lassen Sie es 5 bis 10 Minuten garen.
 5. Sobald das Gemüse gar ist, geben Sie das Fleisch zurück in den Wok, um es zu erwärmen, und überprüfen Sie die Würze.

Vor dem Servieren etwas Espelette-Pfeffer darüberstreuen.





Geschnetzeltes Entenfleisch mit feinem Gemüse

Für 3-4 Personen

Zutaten:

- 1 Entenbrust
- 650g Wok-Gemüsemischung (Karotten, Zucchini, Zuckerschoten, Paprika, Spinatblätter ...)
- 4 EL Sojasauce
- 2 EL Honig
- 1 TL Ingwer
- 2 EL Sesamsamen
- 4 EL Sesamöl
- Frisch gemahlener Pfeffer

1. Schneiden Sie die Entenbrust in feine Streifen und lassen Sie sie 10 Minuten im Kühlschrank in einer Mischung aus Sojasauce und Honig marinieren.
2. Erhitzen Sie den Wok auf Stufe 8 und braten Sie die Entenstreifen kurz an (maximal 1 Minute). Herausnehmen und beiseitestellen.
3. Entsorgen Sie das Bratöl und geben Sie das Sesamöl in den Wok. Fügen Sie das restliche Gemüse, die Marinade und 200 ml Wasser hinzu.
4. Stellen Sie den Thermostat auf Stufe 10 und garen Sie alles 10 Minuten bei starker Hitze. Geben Sie anschließend die Entenbruststreifen zum Erwärmen hinzu und servieren Sie sofort.

Rinderfilet mit Paprika und Zwiebeln

Für 4 Personen

Zutaten:

- 400 g Rinderfilet, in dünne Streifen geschnitten.
- 1 rote Paprika, entkernt und in Streifen geschnitten.
- 1 grüne Paprika, entkernt und in Streifen geschnitten.
- 2 geschälte und in Scheiben geschnittene Zwiebeln.
- 2 EL gehackter Knoblauch.
- 1 EL Speisestärke.
- 2 EL Sojasauce.
- 2 EL Sherry.
- 2 TL Balsamico-Essig.
- 2 EL Öl.

1. Bereite eine Marinade aus Sojasauce, Balsamico-Essig und Sherry zu und marinieren das Fleisch darin für 1 Stunde.
2. Erhitze das Öl im Wok auf Stufe 8 und brate den Knoblauch darin an.
3. Reduziere den Thermostat auf Stufe 6, gib das Fleisch hinzu und brate es goldbraun an. Nimm es heraus und stell es beiseite.
4. Stell den Thermostat wieder auf Stufe 8 und brate die Paprika und Zwiebeln unter Rühren an. Gib das Fleisch wieder hinzu, vermische alles, prüfe die Würzung und serviere sofort.





REZEPTIDEEN

Lamm-Tajine

Für 5-6 Personen

Zutaten:

- 3 EL Erdnussöl.
 - 2 gewürfelte Zwiebeln.
 - 500 g Lammshulter, in 1,5 cm große Stücke geschnitten.
 - Tajine-Gewürze
 - 1 kleine Dose Kichererbsen.
 - 400 g Tomaten, gewürfelt
 - 2 Selleriestangen, in 0,5 cm lange Stücke geschnitten
 - 150 g rote Linsen
 - 1 kleine Dose Tomatenmark
 - 1 TL gehackter Knoblauch
 - 300 ml Wasser
- Erhitzen Sie den Wok auf Stufe 10, geben Sie das Öl hinzu und braten Sie die Zwiebel darin an.
- Fügen Sie das Fleisch und die Gewürze hinzu und lassen Sie alles 2 Minuten garen, damit sich die Aromen entfalten.
- Geben Sie die restlichen Zutaten dazu, bringen Sie alles zum Kochen und reduzieren Sie dann den Thermostat auf Stufe 3. Decken Sie den Wok ab und lassen Sie das Gericht 1 Stunde lang köcheln.

Servieren Sie es mit gedämpftem Couscous.



Zimtfrüchte

Für 6 Personen

Zutaten:

- 900 g Obst (Beeren, Pfirsiche, Äpfel, Birnen ...)
 - 4 EL Rohrzucker
 - Saft 1/2 von Orange und 1/2 Zitrone
 - Sternanis (oder Anissterne).
 - 2 Teelöffel Zimt
1. Reinigen Sie die Früchte (je nach Sorte waschen, schälen) und schneiden Sie sie in kleine Stücke.
 2. Erhitzen Sie den Wok auf Stufe 5 und geben Sie alle Zutaten hinein.
 3. Schütteln Sie den Wok, um die Hitze zu verteilen und die Früchte nicht zu zerdrücken.
 4. Servieren Sie es warm, sobald die Früchte weich sind.

Zu diesen Früchten passt wunderbar eine Kugel Eis.

Frucht-Tempura

Für 3-4 Personen

Zutaten:

- 400 g frisches Obst (Ananas, Bananen, Äpfel ...)
 - 150 g Mehl
 - 50 g geriebene Kokosnuss
 - 1 Prise Salz
 - 2 EL Zucker
 - 150 ml Milch
 - 1 Ei
 - 500 ml Öl
1. Bereiten Sie einen Ausbackteig zu, indem Sie Mehl, Kokosraspel, Salz, Zucker, Milch und Ei vermengen, und lassen Sie ihn anschließend 30 Minuten ruhen.
 2. Geben Sie das Öl in den Wok und erhitzen Sie es auf Stufe 5.
 3. Tauchen Sie das Obst in den Teig und frittieren Sie es im heißen Öl, bis es goldbraun ist.
 4. Mit Puderzucker bestreuen.

Diese Beignets können Sie mit Vanillesauce oder einer Kugel Eis servieren.



ARB S.A.S.

Gewerbepark „Les Découvertes“

Thomas-Edison-Straße 8

67452 MUNDOLSHEIM Cedex

Tél. : 03 88 18 66 18

info@arb-sas.fr



www.riviera-et-bar.fr