

目录

• 烤箱的烹饪功能	1
• 其他功能	2
• 环保地使用烤箱	3
• 烹饪指南	3
• 解冻	3
• 温度和时间表	5
家禽	5
肉类	6
鱼	8
披萨	9
面包	9
前菜和意大利面	10
蛋糕和糕点	11
解冻表	13

烤箱的烹饪功能

警告

请记住，不同的型号会有不同的功能。
请确认烤箱的可用功能，请参阅本烹饪指南附带的用户手册

常规

此功能适用于烘焙蛋糕，其中热量应均匀，以产生海绵质地。

常规+风扇

适合烤肉和烘焙。风扇在烤箱内部均匀分配热量，以减少烹饪时间和温度。

烧烤+下层烹饪

烤肉的理想选择。此设置均可用于任何大小的肉类。

双重烧烤

用于烘烤比烧烤设置更大的表面，具有更大的烘烤能力，以加快食物烹饪。

烧烤

烘烤。此设置将食物表面烤至金黄而不影响食物的内部。适用于牛排，排骨，鱼和吐司等食物。

烧烤+风机双重烧烤

用于均匀烘烤和同时表面烤至金黄。适用于混合烤架。适合家禽和野味等较大的食物。应将肉放在网格架上，下面的托盘收集肉汁。

下层烹饪

热量只来自下半部分。适合加热餐具或让面团或类似产品加热。

通风烹饪+下层烹饪

非常适合烹饪比萨饼和烤馅饼，水果挞和海绵蛋糕。

通风烹饪

风扇和来自位于烤箱后部的元件的热量组合。由于温度均匀分布，食物可以

同时在两个架子上烹饪。

慢炖

专为烹饪传统砂锅菜，炖菜等而设计.....适用于任何特别长的烹饪时间和低热量的菜肴。

为了获得最佳效果，我们建议使用带盖的带盖砂锅，首先确保它们可以在烤箱中使用。

ECO 节能

此程序能耗低。烤箱使用常规加热，在烹饪结束前几分钟关闭，使用烤箱内的剩余热量并完美地完成烹饪。推荐用于鱼和所有类型的烤肉。

解冻

此功能适用于缓慢解冻食物，特别是未加热的食物，如汤，糕点，蛋挞，蛋糕等。

在某些型号中，解冻功能可使用两级热风系统来加热食物。高级适用于一般的肉类，低级用于鱼类，糕点和面包。

面团加热

专门设计用于面团的加热。

快速预热

此功能允许将烤箱快速预热至所选温度。当您的配方要求烤箱处于特定温度时，请使用此功能。

其他功能

有关如何使用这些功能的更多详细信息，请参阅烤箱的用户指南。

蒸汽辅助清洁

蒸汽辅助清洁功能可以轻松去除可能粘在烤箱侧面的油脂和其他食物残渣。在清洁循环期间，烤箱内的灯将保持关闭状态

热解自洁功能

该热解清洁循环使用烘箱内的高温来引起烹饪期间积聚的油脂的氧化和碳

化。在清洁循环期间，烤箱内的灯将保持关闭状态。

环保地使用烤箱

节能小贴士：

- 从烤箱中取出所有未使用的配件。
- 使用耐烤的碗碟，最好是深色的。
- 在烹饪过程中尽可能少地打开烤箱门。
- 避免在烤箱是空的时候进行预热。如果配方允许，将食物放入冷烤箱。
- 假如你的烤箱有节能功能，如果配方允许，请使用此功能。
- 对于烹饪时间长的食谱，在总烹饪时间结束前 5 到 10 分钟关闭烤箱以利用余热。
- 如果您的烤箱有风扇功能，请同时烹饪多个菜肴。

烹饪指南

烹饪功能因型号而异。提供的表格仅列举了关键的烹饪时间。

图表中显示的时间和温度作为指导。建议从最低的指数开始，并根据需要增加。

对于 45 厘米的烤箱：烹饪时间和温度通常略低于 60 厘米烤箱。始终使用表格中给出的范围的下限。

通常情况下，计算表中所示的时间以将食物放入冷烤箱中来进行计算的。

要求烤箱预热的配方将明确提到这一点。

部分型号具有快速预热功能。该功能减少了烹饪时间，请参照表中所示。使用此功能时，请等到达到所选温度后再将食物放入烤箱。

架子的烹饪水平如下（从底部）：

- 1：低
- 2：中
- 3：高

4 级和 5 级适合烧烤和烤肉。

对于 45 厘米的烤箱：最适合烹饪的水平始终为 1 级。2 级和 3 级适合烧烤和烘烤。

将食物放在架子或架子的中央，以获得最均匀的效果。

解冻

解冻的时候，请记住：

- 食物应从包装中取出，放在烤箱托盘或盘子上。
- 解冻大块的肉或者鱼的时候，要将他们放在网格架上并在下面放置托盘来收集液体。
- 烹饪前肉类和鱼类不需要完全解冻。只要足够软就能腌制入味了。
- 解冻后应该将食物煮熟。
- 解冻后不要重新冷冻食物。

- 图表*中显示的时间仅做参考。解冻所需的时间取决于环境温度，食物的重量以及它的冷冻程度。

*见第 13 页解冻图

温度和时间表

家禽

	重量 (kg)	烤架 位置	烹饪 模式	温度 (°C)	时间 (分钟)	器具
鸭	1.5	下层		190-120	55-60	托盘
				170-190	45-55	
						
鸭胸肉	0.4	高层		180-190	10-12	烤架
				200-210	8-10	
						
鸭腿	2 只	中间		170-190	45-50	托盘
				160-180	55-60	
						
鸡	1.2	下层		190-210	55-60	托盘
				170-190	50-55	
						
鸡腿	4 只	中间		190-210	25-30	托盘
				190-200	20-25	
						
			ECO	190	55	
火鸡	4	下层		190-200	70-75	托盘
				180-200	65-70	
						

肉类

	重量 (kg)	烤架 位置	烹饪 模式	温度 (°C)	时间 (分钟)	器具
烤 小 牛 肉	2	下层	  	190-210 180-200 180-200	85-90 90-95 80	托盘
烤 牛 肉	0.6	中间	  	190-210 190-210 180-200	45-50 60-65 35-40	托盘
			ECO	180-200	25-30	
什 锦 烤 肉	1	中间	  	175-180 170-180 170-180	45-50 55-60 45-50	托盘
小 牛 排	0.5	中间		220	15	烤架
			ECO	220	15	
牛 排	1	中间		220	15	烤架
			 	220	25-30	
炖 牛 排	1	中间		180-200	33-45	托盘
			 	180-200	25-30	
烤 猪 肉	1	中间	  	180-190 170-190 180-200	50-55 45-50 55-60	托盘
猪 排	0.5	中间		200-220	15	烤架

	重量 (kg)	烤架 位置	烹饪 模式	温度 (°C)	时间 (分钟)	器具
猪肩	1.5	中间		190-200	55-60	托盘
			 	190-200	40-50	
烤乳猪	1.4	中间		190-210	60-70	托盘
			 	170-190	70-75	
猪肋排	0.5	中间		190-210	25-30	托盘
			 	190-210	30	
圆火腿	1	中间	  	190-210 180-200 170-190	50-55 45-50 45-55	托盘
野猪肉	2块	中间		180	15	烤架
			 	190-200	12-15	
羊羔肉	1	中间	  	190-210 180-200 190-200	35-40 45-50 45-50	托盘
带骨腿关节	0.6	中间		170-190	45-55	托盘
			 	180-190	35-40	
袋鼠	0.5	中间		190-210	55-60	托盘
			 	180-200	45-55	

鱼

	重量 (kg)	烤架 位置	烹饪 模式	温度 (°C)	时间 (分钟)	器具
盐 烤 鲈 鱼	1	中间		180-200	20-25	托盘
				190-200	18-20	
						
海 鲷	1	中间		190-200	20-25	托盘
				190-200	10-15	
						
鳕 鱼	1.1	中间	ECO	200	25	托盘
				190-210	15-20	
				180-200	10-12	
						
鲑 鱼	1.1	中间		190-200	15-20	托盘
				200-210	10-15	
						
鱼 冻	2	下层	ECO	200-210	12-15	托盘
				160	50	
				150-160	60-65	
鱼 酥 皮	0.5	中间		180-190	18-20	托盘

披萨

	重量 (kg)	烤架 位置	烹饪 模式	温度 (°C)	时间 (分钟)	器具
厚 披 萨	0.6	中间		190-210	30-35	烤架
				190-200	20-25	
						
薄 披 萨	0.6	中间		190-200	15-20	烤架
				200-210	10-15	
						

面包

	重量 (kg)	烤架 位置	烹饪 模式	温度 (°C)	时间 (分钟)	器具
白 面 包	0.5	中间		200-220	20-25**	托盘
黑 麦 面 包	0.15	中间		200-220	10-15**	托盘
全 麦 面 包	0.15	中间		200-220	10-30**	托盘

**预热功能，100°C，约 30 分钟。

前菜和意大利面

	重量 (kg)	烤架 位置	烹饪 模式	温度 (°C)	时间 (分钟)	器具
烤 土 豆	1	下层		180-190	55-60	托盘
				180-200	40-45	
						
烤 蔬 菜	1	中间		190-210	30-45	烤架
蘑 菇	0.5	中间		200-210	13	烤架
意 大 利 面		中间		200-210	35-40	托盘

糕点

	重量 (kg)	烤架 位置	烹饪 模式	温度 (°C)	时间 (分钟)	器具
海绵蛋糕	0.5	中间		180-200	25-30	浅盘
				190-200	20-25	
				180-200	20-25	
发酵面团	0.5	中间		170-190	20-25	浅盘
				170-180	25-30	
						
酥皮糕点	0.5	中间		180-190	15-20	浅盘
				170-180	15-20	
						
点心	0.3	中间		180-190	20-22	托盘
				180-190	18-20	
						
泡芙	0.5	中间		180-190	18-20	托盘
干酪派	0.4	中间		180	24	托盘
				180-190	20	
						
泡芙	0.5	中间		190*	30	浅盘
芝士蛋糕	0.8	中间		180	30-35	烤盘
				180-290	25-30	
						
蜂蜜蛋糕	0.6	中间		170-190	40-45	浅盘

			 	180-190	35-40	
蛋酥		中间		100-110	190	托盘
			 	100-110	170-180	
杏仁蛋酥	0.5	高层		110-120	15-20	托盘
酸奶	1 升	***		45-50	8 小时	酸奶罐
果酱	1	中间		100-110	18-20	罐子
松饼	0.4	中间	 	200-210* 200*	30	小容器
面皮	0.4	下层	 	200-220* 200*	25-30 25	托盘
海绵蛋糕	0.6	中间	 	170-180* 165-170*	50-55 45	浅盘
苹果馅	0.5	下层		160-170	35	托盘
布丁	1 升	中间		100	60-70	布丁罐
泡芙	0.2	中间	 	200* 190-200*	10-12 8-10	托盘

* 对于这些菜肴，预热空烤箱，然后在达到所选温度后将食物放入烤箱。

*** 把酸奶罐直接放在烤箱的底部。

解冻表

食物	低水平		高水平	
	重量	时间	重量	时间
面包	0.5 公斤	35 分钟		
蛋糕	0.5 公斤	25 分钟		
鱼	0.5 公斤	30 分钟		
鱼	1 公斤	40 分钟		
鸡肉			1 公斤	75 分钟
鸡肉			1.5 公斤	90 分钟
块状牛肉			0.5 公斤	40 分钟
肉馅			0.5 公斤	60 分钟
肉馅			1 公斤	120 分钟