

Gemüse	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage
Artischocken	Dämpfen	100	nein	40-50	2
Auberginen	Dämpfen	100	nein	15-25	2
Blumenkohl	Dämpfen	100	nein	15-20	2
Bohnen	Dämpfen	100	nein	30-40	2
Broccoli	Dämpfen	100	nein	15-20	2
Chicorée	Dämpfen	100	nein	20-25	2
Dörrbohnen eingeweicht	Dämpfen	100	nein	35-45	2
Erbsen	Dämpfen	100	nein	10-15	2
Fenchel	Dämpfen	100	nein	15-20	2
Kabis (Weisskohl)	Dämpfen	100	nein	20-30	2
Karotten	Dämpfen	100	nein	10-20	2
Kefen	Dämpfen	100	nein	10-20	2
Kohlrabi	Dämpfen	100	nein	15-25	2
Kohl	Dämpfen	100	nein	40-50	2
Krautstiel (Mangold)	Dämpfen	100	nein	10-20	2
Kürbis	Dämpfen	100	nein	20-30	2
Lauch	Dämpfen	100	nein	20-30	2
Maiskolben	Dämpfen	100	nein	30-45	2
Peperoni (Paprika)	Dämpfen	100	nein	10-15	2
Randen (Rote Bete)	Dämpfen	100	nein	70-90	2
Rosenkohl	Dämpfen	100	nein	25-30	2
Sauerkraut roh	Dämpfen	100	nein	40-70	2
Sauerkraut vorgegart	Dämpfen	100	nein	20-30	2
Schwarzwurzel	Dämpfen	100	nein	25-35	2
Sellerie	Dämpfen	100	nein	10-20	2
Spargeln grün	Dämpfen	100	nein	15-20	2
Spargeln weiss	Dämpfen	100	nein	20-25	2
Spinat	Dämpfen	100	nein	5-10	2
Stangensellerie	Dämpfen	100	nein	20-25	2
Süsskartoffeln	Dämpfen	100	nein	30-45	2
Tomaten	Dämpfen	100	nein	10-15	2
Wirsing	Dämpfen	100	nein	15-20	2
Zucchini	Dämpfen	100	nein	10-15	2
Eier	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage
Eier weichgekocht	Dämpfen	100	nein	8-12	2
Eier hartgekocht	Dämpfen	100	nein	15-20	2
Beilagen	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage
Bulgur (1 Teil Bulgur, 1 Teil Wasser)	Dämpfen	100	nein	25-35	2
Baked Potatoes	Heissluft mit Beschwaden	230	nein	30-50	1
Couscous (1 Teil Couscous, 1 Teil Wasser)	Dämpfen	100	nein	10-15	2
Ebly (1 Teil Ebly, 1 Teil Wasser)	Dämpfen	100	nein	20-30	2
Gratin	Heissluft mit Beschwaden	180	nein	30-40	1
Griess (1 Teil Griess, 2,5 Teile Milch)	Dämpfen	100	nein	10-15	2
Hirse (1 Teil Griess, 1,5 Teile Wasser)	Dämpfen	100	nein	20-40	2
Kartoffeln zerkleinert	Dämpfen	100	nein	15-25	2
Kartoffeln ganz	Dämpfen	100	nein	30-45	2
Kartoffelschnitze	Heissluft mit Beschwaden	230	nein	20-30	2
Knödel	Dämpfen	100	nein	30-40	2
Knöpfli mit Reibkäse und Butter	Dämpfen	100	nein	25-30	2
Lasagne	Heissluft mit Beschwaden	170	nein	30-40	1

Polenta						
(1 Teil Polenta, 3 Teile Flüssigkeit)	Dämpfen	100	nein	45-50	2	
Reis						
(1 Teil Reis, 1,5 Teile Flüssigkeit)	Dämpfen	100	nein	20-25	2	
Risotto						
(1 Teil Risotto, 2,5 Teile Flüssigkeit)	Dämpfen	100	nein	30-40	2	
Linsen, rot						
(1 Teil Linsen, 1 Teil Flüssigkeit)	Dämpfen	100	nein	20-30	2	
Linsen, grün/braun						
(1 Teil Linsen, 1 Teil Flüssigkeit)	Dämpfen	100	nein	60	2	
Fleisch	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage	
Entrecôte, Roastbeef	Heissluft feucht	200	ja	40-50	1	
Filet	Dämpfen	100	nein	20-30	2	
Filet im Blätterteig	Heissluft feucht	190	ja	25-40	1	
Fleischkäse	Heissluft	165	ja	45-60	1	
Geschnetzeltes	Dämpfen	100	nein	60-90	2	
Gulasch	Heissluft feucht	170	ja	45-60	1	
Hackbraten	Heissluft feucht	200	ja	50-70	1	
Kalbsschulter	Heissluft feucht	200	ja	60-75	1	
Lammgigot	Heissluft feucht	210	ja	60-90	1	
Pouletbrüstchen	Dämpfen	100	nein	10-20	2	
Pouletschenkel	Heissluft mit Beschwadern	225	ja	20-30	1	
Rindsschulter	Heissluft feucht	195	ja	60-75	1	
Rippli	Dämpfen	100	nein	45-60	2	
Saucisson	Dämpfen	100	nein	30-45	2	
Schinkli	Dämpfen	100	nein	60-90	2	
Schweinsschulter	Heissluft feucht	195	ja	60-90	1	
Siedfleisch	Dämpfen	100	nein	60-90	2	
Speck	Dämpfen	100	nein	20-30	2	
Voressen	Heissluft feucht	170	ja	45-60	1	
Fisch, Meeresfrüchte	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage	
Fischfilet	Dämpfen	80	nein	10-20	2	
Fisch ganz	Dämpfen	80	nein	20-30	2	
Fischterriner	Dämpfen	100	nein	15-30	2	
Muscheln	Dämpfen	100	nein	20-30	2	
Thunfisch	Dämpfen	100	nein	10-30	2	
Gebäck	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage	
Apérogebäck	Heissluft feucht	180	nein	10-15	1	
Blätterteiggebäck gefüllt	Heissluft feucht	180	nein	25-30	1	
Bruschetta	Heissluft	180	ja	5-10	1	
Eclairs	Heissluft	160	ja	20-30	1	
Hefe-Kleingebäck	Profibacken	190	nein	15-25	1	
Knoblauchbrot	Heissluft	180	ja	5-10	1	
Meringues	Heissluft	80	nein	80-100	1	
Entsaften	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage	
Früchte	Dämpfen	100	nein	30-90	2	
Beeren	Dämpfen	100	nein	30-90	2	
Dessert	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage	
Apfelstrudel	Heissluft	180	ja	30-40	1	
Bisquitroulade	Heissluft	175	ja	8-12	1	
Blechkuchen	Heissluft	180	ja	25-35	1	
Cake	Heissluft	160	ja	50-70	1	
Caramelköppli	Dämpfen	90	nein	20-40	2	
Flan	Dämpfen	90	nein	20-60	2	
Kompott	Dämpfen	100	nein	10-15	2	
Linzertorte	Heissluft	160	ja	40-50	1	
Luzerner Lebkuchen	Heissluft	150	ja	50-60	1	
Meringuierter Kuchen	Heissluft	140	ja	25-35	1	
Mürbeteig mit Früchten	Heissluft	170	ja	40-50	1	

Russenzopf	Profibacken	190	nein	30-40	1
Torte	Heissluft	160	ja	30-50	1
Joghurt	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage
Joghurt cremig	Dämpfen	40	nein	5-6h	2
Joghurt stichfest	Dämpfen	40	nein	7-8h	2
Brot	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage
Brot	Profibacken	200	nein	40-50	1
Brötchen	Profibacken	210	nein	25-30	1
Zopf	Profibacken	190	nein	30-40	1
Auftauen	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage
Brot	Regenerieren	145	nein	15-25	1
Fleisch, Geflügel, Fisch	Dämpfen	45	nein	15-25	2
Nudeln, Reis, Spätzli	Regenerieren	125	nein	15-40	2
Einmachen	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage
Äpfel	Dämpfen	90	nein	30	1
Aprikosen	Dämpfen	90	nein	30	1
Birnen	Dämpfen	90	nein	30	1
Bohnen	Dämpfen	100	nein	60	1
Essiggurken	Dämpfen	90	nein	20-30	1
Karotten	Dämpfen	100	nein	90	1
Kirschen	Dämpfen	80	nein	30	1
Zwetschgen	Dämpfen	90	nein	30	1
Entkeimen	Dämpfen	100	nein	8	1
anschliessend	Heissluft	100	nein	2	1
Wellness	Art	°C	Vorheizen	Dauer	Auflage
Feuchtwarme Tücher	Dämpfen	80	nein	5-10	2
Heisse Wickel	Dämpfen	90	nein	5-15	2
Hot Stone	Dämpfen	80	nein	15-20	0
Kirschstein-Säckchen	Heissluft feucht	140	nein	10-20	0