

# Inhaltsverzeichnis

|                               |    |                                    |    |
|-------------------------------|----|------------------------------------|----|
| Bedienungselemente,           |    | Fisch und Meerestiere              | 23 |
| Abkürzungen                   | 6  | Fleisch                            | 25 |
| Bedienungs- und Anzeigenfeld  | 7  | Gemüse                             | 27 |
|                               |    | Reis                               | 30 |
| <b>Einleitung</b>             | 9  | Pudding                            | 30 |
| <b>Einführung und</b>         |    | Schmelzen von Kuchen-              |    |
| <b>Grundsätzliches</b>        | 10 | glasuren und Butter                | 30 |
| Die Garmethoden im Überblick  | 10 | Eierspeisen, Aufläufe              | 31 |
| Mikrowelle – was ist das?     | 10 | Auftauen                           | 31 |
| Vorteile der Mikrowelle       | 12 | Warmhalten                         | 33 |
| Sicherheit                    | 13 | Wiedererwärmen                     | 33 |
| Welche Geräte werden          |    | Erhitzen von Flüssigkeiten         | 33 |
| angeboten?                    | 13 | Einkochen                          | 34 |
| Einsatzmöglichkeit            | 14 | MR-6460/MR-6760                    | 34 |
| Was kann man im Mikrowellen-  |    |                                    |    |
| gerät zubereiten?             | 15 | <b>Spezialitäten – Vorspeisen</b>  |    |
| Kann man verschiedene Speisen |    | <b>und kleine Gerichte</b>         | 35 |
| gleichzeitig zubereiten?      | 15 | <b>Leckere Fleisch- und</b>        |    |
| Ist eine Bräunung möglich?    | 16 | <b>Gemüsegerichte</b>              | 40 |
| Welche Geschirre können       |    | <b>Fischgerichte zum Probieren</b> | 57 |
| benutzt werden?               | 19 | <b>Hauptgerichte – Eintöpfe</b>    | 67 |
| Wie sollen die Speisen        |    | <b>Überbackene Leckereien</b>      | 74 |
| vorbereitet werden?           | 20 | <b>Süße Kleinigkeiten</b>          | 76 |
| Anordnung der Speisen im      |    |                                    |    |
| Mikrowellenofen               | 21 | Rezeptverzeichnis                  | 80 |