

FR

# SMAKSAK

Livre de recettes



Table des matières

Conseils 3

Sous réserve de modifications.

Conseils

**⚠** **AVERTISSEMENT!** Reportez-vous aux chapitres concernant la sécurité.

**i** La température et les temps de cuisson indiqués sont fournis uniquement à titre indicatif. Ils varient en fonction des recettes ainsi que de la qualité et de la quantité des ingrédients utilisés.

Vapeur Directe

Gâteaux/pâtisseries/pains  
Préchauffez toujours le four à vide pendant 5 minutes.

Utilisez le plateau de cuisson.

Utilisez le deuxième niveau de la grille.

Utilisez 150 ml d'eau.

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Biscuits, scones, croissants	150 - 180	10 - 20
Focaccia	200 - 210	10 - 20
Pizza	230	10 - 20
Petits pains	200	20 - 25
Pain	180	35 - 40

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Gâteau aux prunes, tarte aux pommes, petits pains à la cannelle cuits dans un moule à cake.	160 - 180	30 - 60

Plats préparés surgelés  
Préchauffez toujours le four à vide pendant 10 minutes.

Utilisez le deuxième niveau de la grille.

Utilisez 200 ml d'eau.

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Pizza	200 - 210	10 - 20
Croissants	170 - 180	15 - 25
Lasagnes	180 - 200	35 - 50

Régénération des aliments  
Utilisez le deuxième niveau de la grille.

Utilisez 100 ml d'eau.

Réglez la température sur 110 °C.

Plat	Durée (min)
Petits pains	10 - 20

Plat	Durée (min)
Pain	15 - 25
Focaccia	15 - 25
Viande	15 - 25
Gratin De Pâtes	15 - 25
Pizza	15 - 25
Riz	15 - 25
Légumes	15 - 25

Utilisez le deuxième niveau de la grille.

Utilisez 200 ml d'eau.

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Rôti de bœuf	200	50 - 60
Poulet	210	60 - 80
Rôti de porc	180	65 - 80

Rôtissage  
Utilisez le plat de cuisson en verre.

Rôtissage et cuisson

Gâteaux

Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Pâtes à gâteaux	170	2	160	3 (2 et 4)	45 - 60	Dans un moule à gâteau
Pâte sablée	170	2	160	3 (2 et 4)	20 - 30	Dans un moule à gâteau
Gâteau au fromage	170	1	165	2	80 - 100	Dans un moule à gâteau de 26 cm
Tarte aux pommes <sup>1)</sup>	170	2	160	2 (gauche et droit)	80 - 100	Dans deux moules à gâteau de 20 cm sur une grille métallique

Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Strudel	175	3	150	2	60 - 80	Sur un plateau de cuisson
Tarte à la confiture	170	2	165	2 (gauche et droit)	30 - 40	Dans un moule à gâteau de 26 cm
Génoise/ Gâteau Savoie	170	2	150	2	40 - 50	Dans un moule à gâteau de 26 cm
Gâteau de Noël/Cake aux fruits <sup>1)</sup>	160	2	150	2	90 - 120	Dans un moule à gâteau de 20 cm
Gâteau aux prunes <sup>1)</sup>	175	1	160	2	50 - 60	Dans un moule à pain
Petits gâteaux - sur un seul niveau <sup>1)</sup>	170	3	150 - 160	3	20 - 30	Sur un plateau de cuisson
Petits gâteaux - sur deux niveaux <sup>1)</sup>	-	-	140 - 150	2 et 4	25 - 35	Sur un plateau de cuisson
Petits gâteaux - sur trois niveaux <sup>1)</sup>	-	-	140 - 150	1, 3 et 5	30 - 45	Sur un plateau de cuisson

Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Biscuits/ Gâteaux secs/Tresses feuilletées - sur un seul niveau	140	3	140 - 150	3	25 - 45	Sur un plateau de cuisson
Biscuits/ Gâteaux secs/Tresses feuilletées - sur deux niveaux	-	-	140 - 150	2 et 4	35 - 40	Sur un plateau de cuisson
Biscuits/ Gâteaux secs/Tresses feuilletées - sur trois niveaux	-	-	140 - 150	1, 3 et 5	35 - 45	Sur un plateau de cuisson
Meringues - sur un seul niveau	120	3	120	3	80 - 100	Sur un plateau de cuisson
Meringues - sur deux niveaux <sup>1)</sup>	-	-	120	2 et 4	80 - 100	Sur un plateau de cuisson
Petits pains <sup>1)</sup>	190	3	190	3	12 - 20	Sur un plateau de cuisson
Éclairs - sur un seul niveau	190	3	170	3	25 - 35	Sur un plateau de cuisson

Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Éclairs - sur deux niveaux	-	-	170	2 et 4	35 - 45	Sur un plateau de cuisson
Tourtes	180	2	170	2	45 - 70	Dans un moule à gâteau de 20 cm
Cake aux fruits	160	1	150	2	110 - 120	Dans un moule à gâteau de 24 cm
Gâteau à étages <sup>1)</sup>	170	1	160	2 (gauche et droit)	30 - 50	Dans un moule à gâteau de 20 cm

1) Préchauffez le four pendant 10 minutes.

Pain et pizza

Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Pain blanc <sup>1)</sup>	190	1	190	1	60 - 70	1 à 2 pièces, 500 g par pièce
Pain de seigle	190	1	180	1	30 - 45	Dans un moule à pain
Petits pains <sup>1)</sup>	190	2	180	2 (2 et 4)	25 - 40	6 à 8 petits pains sur un plateau de cuisson

Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Pizza <sup>1)</sup>	230 - 250	1	230 - 250	1	10 - 20	Sur un plateau de cuisson ou un plat à rôtir
Scones <sup>1)</sup>	200	3	190	3	10 - 20	Sur un plateau de cuisson

1) Préchauffez le four pendant 10 minutes.

Préparations à base d'œufs

Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Gratin de pâtes	200	2	180	2	40 - 50	Dans un moule
Gratin aux légumes	200	2	175	2	45 - 60	Dans un moule
Quiches <sup>1)</sup>	180	1	180	1	50 - 60	Dans un moule
Lasagnes <sup>1)</sup>	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40	Dans un moule
Cannelloni <sup>1)</sup>	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40	Dans un moule

1) Préchauffez le four pendant 10 minutes.

Viande

Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Bœuf	200	2	190	2	50 - 70	Sur une grille métallique



Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Porc	180	2	180	2	90 - 120	Sur une grille métallique
Veau	190	2	175	2	90 - 120	Sur une grille métallique
Rôti de boeuf, saignant	210	2	200	2	50 - 60	Sur une grille métallique
Rôti de boeuf, cuit à point	210	2	200	2	60 - 70	Sur une grille métallique
Rôti de boeuf, bien cuit	210	2	200	2	70 - 75	Sur une grille métallique
Épaule de porc	180	2	170	2	120 - 150	Avec couenne
Jarret de porc	180	2	160	2	100 - 120	2 morceaux
Agneau	190	2	175	2	110 - 130	Gigot
Poulet	220	2	200	2	70 - 85	Entier
Dinde	180	2	160	2	210 - 240	Entière
Canard	175	2	220	2	120 - 150	Entier
Oie	175	2	160	1	150 - 200	Entière
Lapin	190	2	175	2	60 - 80	En morceaux
Lièvre	190	2	175	2	150 - 200	En morceaux
Faisan	190	2	175	2	90 - 120	Entier

Poisson

Plat	Voûte		Cuisson à air pulsé		Durée (min)	Remarques
	Température (°C)	Positions des grilles	Température (°C)	Positions des grilles		
Truite/daurade	190	2	175	2	40 - 55	3 - 4 poissons
Thon/saumon	190	2	175	2	35 - 60	4 - 6 filets

**Gril** Régler la température maximale.

Préchauffez le four pendant 3 minutes.

Utilisez le quatrième niveau de la grille.

Plat	Quantité		Durée (min)	
	Morceaux	Quantité (kg)	1re face	2e face
Filet de bœuf	4	0.8	12 - 15	12 - 14
Steaks de bœuf	4	0.6	10 - 12	6 - 8
Saucisses	8	-	12 - 15	10 - 12
Côtelettes de porc	4	0.6	12 - 16	12 - 14
Poulet (coupé en deux)	2	1	30 - 35	25 - 30
Brochettes	4	-	10 - 15	10 - 12
Escalope de poulet	4	0.4	12 - 15	12 - 14
Steak haché	6	0.6	20 - 30	-
Filet de poisson	4	0.4	12 - 14	10 - 12
Sandwiches toastés	4 - 6	-	5 - 7	-
Toasts	4 - 6	-	2 - 4	2 - 3

**Gril avec ventilateur** ci-dessous par l'épaisseur de la viande en cm.

Utilisez le premier ou le deuxième niveau de la grille.

Bœuf  
Préchauffez le four.

Pour calculer le temps de rôtissage, multipliez le temps indiqué dans le tableau

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Rôti ou filet de bœuf saignant	190 - 200	5 - 6
Rôti ou filet de bœuf à point	180 - 190	6 - 8
Rôti ou filet de bœuf bien cuit	170 - 180	8 - 10

Porc

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Épaule, collet, morceau de jambon, 1 - 1,5 kg	160 - 180	90 - 120
Côtelette, côte, 1 - 1,5 kg	170 - 180	60 - 90
Pâté à la viande, 0,75 kg - 1 kg	160 - 170	50 - 60
Jarret de porc (pré-cuit), 0,75 kg - 1 kg	150 - 170	90 - 120

Veau

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Rôti de veau, 1 kg	160 - 180	90 - 120
Jarret de veau, 1,5 - 2 kg	160 - 180	120 - 150

Agneau

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Gigot d'agneau, rôti d'agneau, 1 - 1,5 kg	150 - 170	100 - 120
Carré d'agneau, 1 - 1,5 kg	160 - 180	40 - 60

Volaille

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Morceaux de volaille, 0,2 - 0,25 kg	200 - 220	30 - 50
Moitié de poulet, 0,4 - 0,5 chacune	190 - 210	35 - 50
Poulet, poularde, 1 kg - 1,5 kg	190 - 210	50 - 70
Canard, 1,5 - 2 kg	180 - 200	80 - 100
Oie, 3,5 kg - 5 kg	160 - 180	120 - 180
Dinde, 2,5 kg - 3,5 kg	160 - 180	120 - 150
Dinde, 4 kg - 6 kg	140 - 160	150 - 240

Poisson (à l'étuvée)

Plat	Température (°C)	Durée (min)
Poisson entier, 1 - 1,5 kg	210 - 220	40 - 60

Décongélation

Plat	Quantité (kg)	Durée de décongélation (min)	Décongélation complémentaire (min)	Remarques
Poulet	1,0	100 - 140	20 - 30	Placez le poulet sur une sous-tasse retournée, posée sur une grande assiette. Retournez à mi-cuisson.
Viande	1,0	100 - 140	20 - 30	Retournez à mi-cuisson.
Viande	0,5	90 - 120	20 - 30	Retournez à mi-cuisson.
Truite	1,50	25 - 35	10 - 15	-
Fraises	3,0	30 - 40	10 - 20	-
Beurre	2,5	30 - 40	10 - 15	-
Crème	2 x 2,0	80 - 100	10 - 15	La crème fraîche peut aussi être battue même si elle n'est pas complètement décongelée.
Gâteau	1,4	60	60	-

Séchage - Cuisson à air pulsé

Utilisez des plaques recouvertes de papier sulfurisé.

Pour obtenir un meilleur résultat, arrêtez le four à la moitié de la durée de

déshydratation, ouvrez la porte et laissez refroidir pendant une nuit pour terminer le séchage.

Légumes

Pour une plaque, utilisez le troisième niveau de la grille.

Pour deux plaques, utilisez les premier et quatrième niveaux de la grille.

Plat	Température (°C)	Durée (h)
Haricots	60 - 70	6 - 8
Poivrons	60 - 70	5 - 6
Légumes pour potage	60 - 70	5 - 6
Champignons	50 - 60	6 - 8

Plat	Température (°C)	Durée (h)
Fines herbes	40 - 50	2 - 3

Fruits

Plat	Température (°C)	Durée (h)	Positions des grilles	
			1 position	2 positions
Prunes	60 - 70	8 - 10	3	1 / 4
Abricots	60 - 70	8 - 10	3	1 / 4
Pommes, lamelles	60 - 70	6 - 8	3	1 / 4
Poire	60 - 70	6 - 9	3	1 / 4





