



**BOSCH**

Tecnologia per la vita



# Cucinare facile - risultati perfetti in maniera semplice.

Consigli e ricette per il vostro forno con funzione di ausilio del vapore.



# Risultati perfetti in tutta semplicità

Non importa quanto sembri complicato un piatto, adesso sarà semplice prepararlo. Il nuovo forno con funzione di ausilio del vapore vi aiuta con tante funzioni.

Pollame, carne, pesce, verdure, pane o dolci: i vostri piatti preferiti saranno sempre cotti a puntino. Comodamente e in modo semplicissimo. Finalmente potete contare su un altro chef in cucina: il vostro forno.

Ogni dettaglio dell'apparecchio è stato studiato, fabbricato e controllato dai nostri tecnici per garantirvi il 100% della nostra qualità. Il risultato è una tecnologia all'avanguardia particolarmente facile da usare e che farà il lavoro al vostro posto, assicurandovi sempre i migliori risultati. Le ricette di questa brochure sono state elaborate e provate secondo gli stessi principi. Sono studiate appositamente per il vostro forno, per fare in modo che tutto riesca sempre perfettamente. Buon appetito!

# Cottura a vapore- Cottura con l'ausilio del vapore

Durante il funzionamento dell'apparecchio con l'ausilio del vapore viene immesso vapore nel vano di cottura. In questo modo si raggiunge un migliore risultato di cottura, poiché la pietanza non si asciuga e resta croccante fuori.

## **La pietanza**

---

- ▶ conserva una superficie lucida
- ▶ all'interno è succosa e morbida
- ▶ e il suo volume si riduce di pochissimo

Installare personalmente il tipo di riscaldamento desiderato. Per scegliere il tipo di riscaldamento adatto, consultare le indicazioni riportate nelle tabelle.

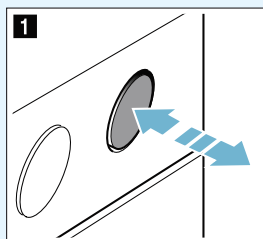
Un'ulteriore selezione delle pietanze e le impostazioni ottimali sono riportate nelle istruzioni per l'uso.

# Riempire il serbatoio dell'acqua

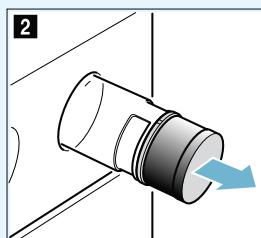
Accertarsi che la durezza dell'acqua sia correttamente impostata.

## **i** Note

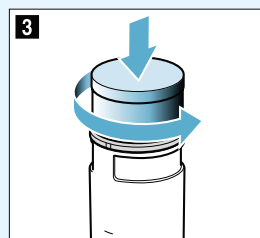
- ▶ Se l'acqua della propria zona è molto calcarea, si consiglia di utilizzare acqua addolcita.
- ▶ Se si utilizza esclusivamente acqua addolcita, si può impostare la durezza dell'acqua su "addolcita".
- ▶ Se si utilizza acqua minerale, impostare la durezza dell'acqua su "4 molto dura".
- ▶ Se si utilizza acqua minerale, quest'ultima non deve essere gassata.



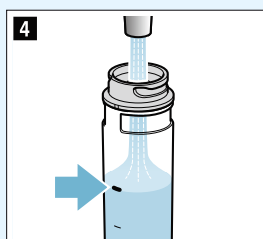
**1** Premere sul serbatoio dell'acqua



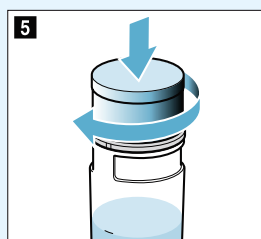
**2** Estrarre il serbatoio dell'acqua



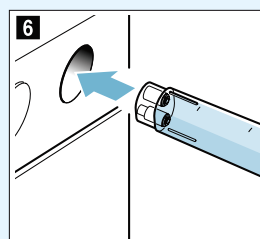
**3** Premere sul coperchio del serbatoio dell'acqua, tenere premuto e svitare.



**4** Inserire l'acqua.



**5** Premere sul coperchio del serbatoio dell'acqua e avvitare.



**6** Inserire nuovamente il serbatoio dell'acqua nell'apertura.

# Tabella di cottura

Pietanza	Accessori/ stoviglie	Livello di inse- rimento	Tipo di riscalda- mento	Tempera- tura in °C	Durata in min.
<b>Pan di Spagna, 6 uova</b>	Stampo a cerniera, diametro = 28 cm	2		150-160	15
				150-160	25-30
<b>Treccia lievitata</b>	Teglia	2		150-160	25-30
<b>Dolcetti lievitati</b>	Teglia	3		160-170	20-30
<b>Panfocaccia</b>	Leccarda	3		220-230	20-30
<b>Pane bianco 750 g</b>	Stampo a cassetta/ Leccarda	2		210-220	15
				180-190	25-35
<b>Pane misto 1 kg</b>	Stampo a cassetta/ Leccarda	2		210-220	15
				180-190	35-50
<b>Pagnotte dolci, fresche</b>	Teglia	3		160-170	20-30
<b>Pagnotte fresche</b>	Teglia	3		180-190	20-30
<b>Pollo, 1,3 kg</b>	Stoviglia senza coperchio	2		200-220	50-60
<b>Tranci di pollo, 250 g ciascuno</b>	Stoviglia senza coperchio	2		200-220	30-40
<b>Arrosti di maiale con cotenna ad es. spalla, 2 kg</b>	Stoviglia senza coperchio	2		100	30
				180-190	70-90
				200-210	20-25
<b>Cosciotto d'agnello disossato, cottura media, 1,0 kg</b>	Stoviglia senza coperchio	2		170-180	65-75



# Pane bianco

ca. 20 fette

### **Ingredienti:**

---

750 g di farina

---

1 bustina di lievito secco

---

1 cucchiaino colmo di zucchero

---

1 cucchiaino raso di sale

---

15-20 g di burro

---

400-425 ml di acqua tiepida

---

### **Accessori:**

---

leccarda

---

### **Indicazioni sui valori nutrizionali:**

---

Ogni fetta equivale a circa 136 kcal,

1 g di grassi, 27 g di carboidrati,

4 g di proteine

---

### **Preparazione:**

---

- 1** | setacciare la farina in una ciotola e mescolare uniformemente il lievito in polvere con una forchetta.
- 2** | Aggiungere gli ingredienti rimanenti. Lavorare con i ganci della frusta a mano al livello minimo, successivamente al livello massimo per circa 5 minuti, fino a ottenere un impasto omogeneo. Lasciare lievitare per un'ora in un luogo caldo oppure utilizzare il programma "Lievitazione impasto".
- 3** | Impastare fino a formare una pagnotta e adagiare in una leccarda imburrata e infarinata. Lasciare lievitare ancora in un luogo caldo per 20-30 minuti.
- 4** | Successivamente fare cuocere come indicato.

### **Consiglio:**

---

- ▶ al posto dell'acqua è anche possibile utilizzare il latte.

### **Regolazione:**

---

Teglia, livello 2

Aria calda con ausilio del vapore, 220 °C

15 minuti

3D Aria calda, 180 °C

30-35 minuti



## Pane integrale ai quattro cereali

Per 1 pagnotta, ca. 25 fette



## **Ingredienti:**

---

### **Pasta lievitata:**

---

200 g di farina di segale integrale

---

500 g di farina di frumento integrale

---

2 bustine di lievito secco

---

1 cucchiaio di miele

---

ca. 250 ml d'acqua, tiepida

---

ca. 250 ml di latticello, tiepido

---

2-3 cucchiai di semi di lino

---

2-3 cucchiari di semi di sesamo

---

2-3 cucchiari di semi di girasole  
sgusciati

---

1-2 cucchiari di semi di zucca sgusciati

---

½-1 cucchiaio di sale

---

1-2 cucchiari di aromi per pane

---

### **Inoltre:**

---

Olio per la leccarda

---

Farina per spolverare gli stampi

---

### **Accessori:**

---

Leccarda

---

### **Indicazioni sui valori nutrizionali:**

---

113 kcal, 19 g di carboidrati,

2 g di grassi, 5 g di proteine

---

## **Preparazione:**

---

- 1** | Mescolare i due tipi di farina con il lievito in una grossa ciotola. Aggiungere tutti gli altri ingredienti e lavorare bene l'impasto. Lasciare lievitare in un luogo caldo oppure utilizzare il programma "Lievitazione impasto" finché il volume dell'impasto non sarà raddoppiato.
- 2** | Impastare la pasta lievitata formando una pagnotta, mettere sulla leccarda imburata e infarinata, coprire e lasciar lievitare per altri 15-20 minuti.
- 3** | Servendosi di un coltello affilato, tracciare un disegno a quadri sull'impasto e bucherellarlo più volte con uno stecchino.

## **Consiglio:**

---

- ▶ Se si impiega farina integrale, aumentare sempre la quantità di liquido e fare lievitare più a lungo la pasta.
- ▶ Prima tostare i semi in una padella senza grassi.

## **Regolazione:**

---

Leccarda, livello 2

Aria calda con ausilio del vapore, 220°C

15 minuti

3D Aria calda, 180°C

35-45 minuti



# Petto di vitello farcito alle erbe

Per 6 porzioni

## **Ingredienti:**

---

### **Carne ripiena:**

---

1,2 kg di petto di vitello con una tasca incisa (preparato dal macellaio)

---

200 g di ossa di vitello tagliate a pezzi piccoli

---

Sale

---

Pepe macinato

---

½ mazzetto di erbe miste per la salsa Frankfurter (cerfoglio, borragine, melissa, pimpinella, prezzemolo, acetosella e cipollina in parti uguali, ca. 100 g in tutto)

---

4 fette di pane in cassetta

---

125 ml di latte, caldo

---

½ limone bio

---

3 scalogni

---

3 tuorli

---

25 g di burro chiarificato

---

1 mazzo di sapori

---

600 ml di brodo di carne

---

150 ml di panna

---

### **Inoltre:**

---

spago da cucina

---

Ago

---

### **Accessori:**

---

leccarda

---

### **Indicazioni sui valori nutrizionali:**

---

286 kcal, 1,4 g di carboidrati,  
13 g di grassi, 40 g di proteine

---

## **Preparazione:**

---

- 1 |** Sciacquare brevemente il petto di vitello con acqua fredda e asciugarlo tamponando. Insaporire con sale e pepe sia all'interno che all'esterno.
- 2 |** Sciacquare le erbe miste, scuotere via l'acqua e tritare finemente. Tagliare il pane in cassetta a dadini e inzuppare nel latte. Lavare la metà del limone bio con acqua calda e grattugiare la scorza.
- 3 |** Sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini molto piccoli. Strizzare il pane inzuppato nel latte e mescolarlo con le erbe tritate, gli scalogni a dadini, i tuorli e la scorza di limone. Insaporire con sale e pepe. Farcire il petto di vitello e chiuderlo. Rosolare la carne e le ossa su tutti i lati nel burro chiarificato caldo.
- 4 |** Pulire i sapori e tagliarli a dadini di ca. 2 cm. Mettere la verdura a dadini sulla leccarda, adagiarvi sopra la carne e le ossa e irrorare con il grasso dell'arrosto rimanente. Versare metà del brodo e cuocere come indicato.
- 5 |** Estrarre l'arrosto pronto e farlo riposare coperto per 5 minuti. Nel frattempo filtrare con un colino il sughetto dell'arrosto con le verdure, versarlo in una pentola, aggiungere il resto del brodo e far addensare insieme alla panna. Tagliare la carne a fette e servire con la salsa.

## **Regolazione:**

---

Leccarda, livello 2

Aria calda con ausilio del vapore, 160–170 °C

70–80 minuti



# Galletto nutrito con mais con burro alle erbe

Dosi per 4 porzioni

## **Ingredienti:**

---

### **Burro alle erbe:**

---

60 g di burro ammorbidito

---

1 cucchiaio di olio d'oliva

---

3 cucchiaini di erbe italiane surgelate  
senza cipolla

---

Sale

---

Pepe macinato

---

Paprica dolce in polvere

---

### **Carne:**

---

1 galletto nutrito con mais da 1,6 kg

---

Sale

---

Pepe macinato

---

### **Accessori:**

---

leccarda

---

### **Indicazioni sui valori nutrizionali:**

---

811 kcal, 0 g di carboidrati,  
67 g di grassi, 53 g di proteine

---

## **Preparazione:**

---

- 1** | lavorare il burro con una frusta fino a ottenere un composto cremoso. Aggiungere l'olio d'oliva e le erbe e mescolare. Insaporire generosamente con sale, pepe e paprica in polvere.
- 2** | Sciacquare il galletto brevemente sotto l'acqua fredda e asciugarlo con carta da cucina. Insaporire l'interno e l'esterno con sale e pepe. Staccare delicatamente la pelle dal lato del petto. Distribuire il burro alle erbe tra la pelle e la carne del petto.
- 3** | Mettere il polletto sulla leccarda con il petto rivolto verso il basso e arrostito come indicato.
- 4** | Girare dopo ca. 30 minuti e ultimare la cottura.

## **Regolazione:**

---

leccarda, livello 2

Aria calda con ausilio del vapore, 200–210 °C

50–60 minuti



## Sformato di pesce estivo

Dosi per 4 porzioni

## **Ingredienti:**

---

### **Sformato di pesce:**

---

6 patate medie lesse

---

1 limone bio

---

2 pomodori

---

80 g di olive nere denocciolate

---

1 mazzo di prezzemolo

---

600 g di filetto di pesce, ad es.  
merluzzo

---

Sale

---

Pepe macinato

---

3-5 cucchiaini di olio d'oliva

---

### **Inoltre:**

---

Burro per lo stampo

---

### **Accessori:**

---

Griglia, stampo per sformato

---

### **Indicazioni sui valori nutrizionali:**

---

512 kcal, 35 g di carboidrati,  
25 g di grassi, 35 g di proteine

---

## **Preparazione:**

---

- 1** | Lavare le patate, sbucciarle e tagliarle a fettine. Far bollire dell'acqua salata in una pentola e cuocere le patate.
- 2** | Lavare il limone con acqua calda e asciugarlo. Lavare i pomodori. Tagliare a fette il limone e i pomodori. Spezzettare grossolanamente le olive. Sciacquare il prezzemolo, scuotere via l'acqua e tritarlo.
- 3** | Ungere lo stampo per sformato.
- 4** | Disporre a strati le fettine di patate precotte. Disporre le olive e i pomodori a fettine sulle patate.
- 5** | Sciacquare brevemente i filetti di pesce con acqua fredda, asciugarli tamponando e disporli sui pomodori. Salare e pepare il tutto e cospargere di prezzemolo. Infine, ricoprire con le fettine di limone.
- 6** | Irrorare generosamente con olio d'oliva e cuocere come indicato.

## **Regolazione:**

---

Stampo per sformato sulla griglia, livello 2

Aria calda con ausilio del vapore, 150–160 °C

30–40 minuti



# Strudel agli spinaci

Per 4 porzioni



## **Ingredienti:**

---

### **Sfoglia per lo strudel:**

---

250 g di farina

---

1 cucchiaino di sale

---

20 g di burro fuso

---

1 uovo sbattuto

---

4-8 cucchiaini di acqua

---

Un po' di olio

---

### **Ripieno:**

---

1 cipolla, 1-2 spicchi d'aglio

---

Un po' di olio

---

300 g di spinaci surgelati

---

100 g di pomodori secchi

---

200 g di ricotta

---

2 uova

---

60 g pinoli

---

Un po' di scorza oppure aroma  
d'arancia

---

15 foglie di melissa

---

2 cucchiaini di parmigiano grattugiato

---

1 pizzico di noce moscata grattugiata  
fresca

---

Sale, pepe macinato

---

### **Inoltre:**

---

Pellicola trasparente

---

Carta da forno

---

Burro per la decorazione finale

---

### **Accessori:**

---

Teglia

---

### **Indicazioni sui valori nutrizionali:**

---

532 kcal, 53 g di carboidrati,

23 g di grassi, 28 g di proteine

---

## **Preparazione:**

---

- 1 |** Impastare la farina, il sale, il burro, l'uovo e l'acqua e creare un impasto a forma di palla, ungerlo di olio e lasciarlo riposare per 2 ore in frigorifero avvolto nella pellicola trasparente.
- 2 |** Per il ripieno, tritare finemente la cipolla e l'aglio e soffriggerli nell'olio. Mettere gli spinaci scongelati in una ciotola. Tritare finemente i pomodori secchi. Aggiungere la cipolla, l'aglio e la ricotta agli spinaci e amalgamare bene tutto. Unire gli ingredienti rimanenti e impastare tutto fino a ottenere una massa uniforme.
- 3 |** Disporre l'impasto su un panno da cucina infarinato e allungarlo afferrandolo da sotto e stendendolo con il dorso delle mani a partire dal centro. Stendere la pasta fino a ottenere un rettangolo oblungo.
- 4 |** Distribuire uniformemente il ripieno sulla sfoglia lasciando liberi circa 2 cm di bordo. Piegare il bordo della sfoglia ai lati coprendo il ripieno.
- 5 |** Togliere il panno da cucina e arrotolare la sfoglia. Disporla sulla carta da forno. Aiutandosi con la carta da forno, disporre la sfoglia sulla teglia, eventualmente a forma di U. Cospargere con il burro e fare cuocere come indicato.

## **Regolazione:**

---

Teglia, livello 3

Aria calda con ausilio del vapore, 160–170 °C

45–55 minuti



## Torta ai lamponi - Ricetta base per il pan di Spagna

Per 12 pezzi

## Ingredienti:

### Pan di Spagna:

3 uova

3 cucchiaini di acqua calda

150 g zucchero

150 g farina

1 cucchiaino di lievito in polvere

### Farcitura:

900 g di lamponi congelati

100 g di zucchero

200 ml di panna

4 fogli di gelatina

200 g di yogurt, 3,5%

½ stecca di vaniglia

3 bustine di glassa rossa

### Inoltre:

Carta da forno

### Accessori:

Griglia, stampo a cerniera Ø 26 cm

### Indicazioni sui valori nutrizionali:

240 kcal, 36 g di carboidrati,

8 g di grassi, 5 g di proteine

### Regolazione:

Stampo a cerniera sulla griglia,  
livello 2

Aria calda con ausilio del vapore,  
150-160 °C

10 minuti

3D Aria calda, 150-160 °C

20-30 minuti

## Preparazione:

- 1 | Ricoprire il fondo dello stampo a cerniera con carta da forno. Far scongelare un terzo dei lamponi con 50 g di zucchero.
- 2 | Separare gli albumi dai tuorli. Montare a neve ferma gli albumi con 3 cucchiaini d'acqua calda. Incorporarvi lo zucchero poco alla volta. Continuare a sbattere il composto finché non assume un aspetto cremoso e lucido. Sbattere il tuorlo con la forchetta e aggiungerlo all'albume montato. Mescolare farina e lievito, setacciarli, unirli al composto e mescolare brevemente. Mettere l'impasto nello stampo e fare cuocere come indicato.
- 3 | Una volta pronta, mettere la torta su una gratella per torte e rimuovere delicatamente la carta da forno. Lasciar raffreddare completamente la torta.
- 4 | Per la farcitura, passare i lamponi scongelati e zuccherati in un colino. Montare la panna. Mettere in ammollo la gelatina, strizzarla e farla sciogliere. Mescolare lo yogurt con lo zucchero rimasto e i semi di mezza stecca di vaniglia. Amalgamare velocemente la gelatina sciolta. Aggiungere il composto di lamponi e incorporare la panna.
- 5 | Tagliare la torta orizzontalmente e adagiare il fondo su un piatto per torte. Adagiare sul fondo della torta un anello per torte alto. Farcire con metà della crema ai lamponi e poggiarvi sopra la parte superiore della torta. Spalmare sopra la crema ai lamponi rimasta.
- 6 | Distribuire uniformemente sulla torta i lamponi rimasti. Preparare la gelatina come indicato sulla confezione, lasciarla raffreddare un po' e versarla sui lamponi.
- 7 | Prima di tagliarla, lasciare la torta in frigorifero per almeno 3-4 ore.

**[www.bosch-home.com](http://www.bosch-home.com)**

(040513) 9001938073

