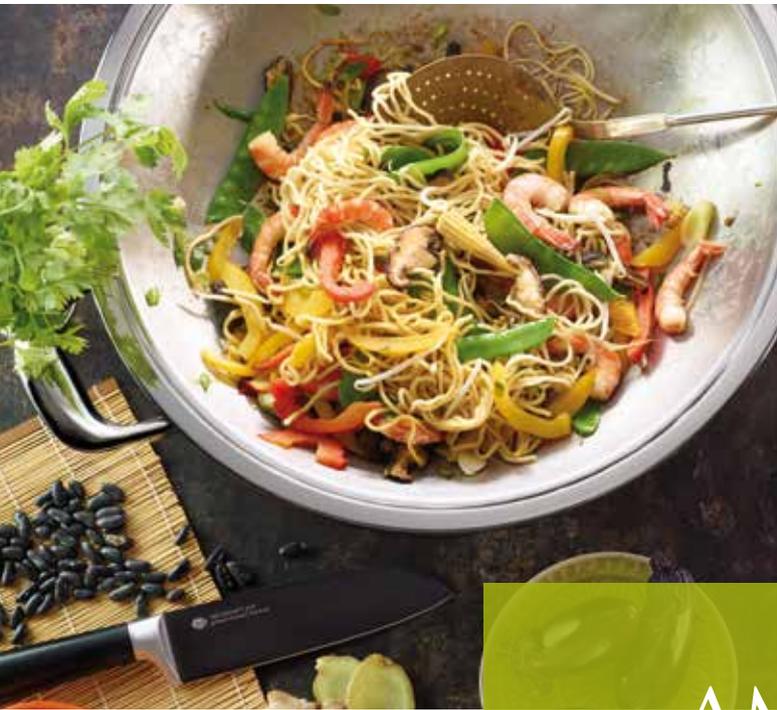




Besser essen.  
Besser leben.



# AMC Wok & Eurasia



Rundum gesund  
und lecker!

Das Premium  
Kochsystem

[www.amc.info](http://www.amc.info)

# Euro-asiatisch genießen mit AMC

Ganz egal, ob Sie sich für den traditionellen Wok oder den Eurasia, der genialen Verschmelzung des asiatischen Originals mit einem europäischen Topf, entschieden haben – AMC sorgt in jedem Fall für den maximalen Genuss verbunden mit besonders einfacher Handhabung.

AMC hat den traditionellen asiatischen **Wok**, der ursprünglich für offene Feuerstellen gedacht war, perfekt an die Bedürfnisse europäischer Küchen angepasst:

- mit dem an der Wand hochgezogenen Akkutherm-Kapselboden für eine gute und schnelle Wärmeverteilung und Wärmespeicherung
- mit kugeligem Innenboden und sanft gerundetem Übergang zwischen Wand und Boden
- mit Dämpfeinsatz für asiatische und europäische Teigtaschen, Knödel usw.
- mit Abtropfgitter, das das Abtropfen von Öl beim Frittieren erleichtert

Der **AMC Eurasia** übernimmt die Vorzüge des Woks – insbesondere den kugeligen Innenboden.

- ohne Ecken und Kanten mit einem Übergang auf eine traditionell gerade Topfwand, so dass er zusätzlich perfekt für europäische Rezepte geeignet ist
- erhältlich in den Durchmessern 24 cm und 28 cm  
Der „Große“:
  - bietet viel Platz ohne viel Platz zu benötigen
  - ist genial für Geschnitztes aller Art, besonders für Rezepte mit SauceDer „Kleine“:
  - ist perfekt für kleine Haushalte oder Beilagen
  - kann mit Secuquick softline, EasyQuick oder Navigenio überkopf kombiniert werden

Zum perfekten Pfannenrühren sind Wok und Eurasia gleichermaßen geeignet. Für Wok und beide Eurasia ist der Navigenio – zusätzlich zu Ihrem Herd – eine ideale Kochstelle. Geeignet nicht nur in der Küche, sondern auch auf dem Esstisch im Wohnzimmer oder auf der Terrasse.



Wie die Rezeptausswahl einfach wird:



vitaminreich



fettarm



kalorienarm



ballaststoffreich



cholesterinarm



# Asiatische Krautwickel



## Für 4 Personen

15 g getrocknete  
Shiitake-Pilze  
1 rote Paprikaschote  
2 Frühlingszwiebeln  
2 rote Chilischoten  
1 Knoblauchzehe  
500 g gemischtes  
Hackfleisch  
8 Stängel Koriander  
1 kleines Stück Ingwer  
4 EL Sojasauce  
Salz, Pfeffer  
1 EL Sesamöl  
12 große blanchierte  
Wirsing- oder  
Weißkohlblätter  
2 Stängel Zitronengras

## AMC Produkte

Wok  
Audiotherm

- Shiitake-Pilze in warmem Wasser einweichen. Paprikaschote und Frühlingszwiebeln putzen und sehr fein würfeln.
- Chilischoten entkernen und Knoblauchzehe schälen, beides ebenfalls sehr fein würfeln. Pilze gut ausdrücken und fein schneiden.
- Frühlingszwiebeln in einen kleinen Topf geben und Deckel auflegen. Topf auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten, Deckel abnehmen und Frühlingszwiebeln unter Rühren anbraten.
- Nach und nach Paprikawürfel, Knoblauch, Chili und Pilze zufügen und mit anbraten. Alles etwas abkühlen lassen und danach gut mit Hackfleisch verkneten.
- Blätter von der Hälfte des Korianders abzupfen, fein hacken und unter den Hackfleischteig kneten. Ingwer schälen, die Hälfte davon fein reiben und ebenfalls zugeben.
- Hackfleischteig mit Sojasauce, Salz, Pfeffer und Sesamöl pikant würzen.
- Kohlblätter gut trocken tupfen und Mittelrippe flach schneiden. Hackfleischfüllung darauf verteilen und alles zu kleinen Rouladen aufwickeln.
- 250 ml Wasser in einen Wok geben, restlichen Ingwer und Koriander sowie angedrücktes Zitronengras zufügen. Dämpfeinsatz einlegen und Krautwickel darauf geben.
- Herd auf höchste Stufe schalten, Wok bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und mit Hilfe des Audiotherms ca. 25 Minuten fertig garen.

**Garzeit:** ca. 25 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 35 Minuten

ca. 415 kcal pro Person

# Geflügel-Garnelencurry



## Für 4 Personen

800 g Hähnchenbrust  
 2 Knoblauchzehen  
 1 rote Chilischote  
 2 Stängel Zitronengras  
 3 EL Sesamöl  
 300 g Blumenkohl  
 100 g Zuckerschoten  
 2 Frühlingszwiebeln  
 1 Möhre  
 250 g rohe geschälte Garnelen  
 200 ml Kokosmilch  
 1 EL rote Currypaste  
 Salz, Pfeffer  
 Sojasauce

## AMC Produkte

Eurasia 28 cm  
 Audiotherm

- Hähnchenbrust in Streifen schneiden. Knoblauch schälen, Chilischote entkernen und beides in grobe Stücke schneiden. Zitronengras andrücken und alles mit Sesamöl mischen, in einen Gefrierbeutel geben, verschließen und im Kühlschrank ca. 2 Stunden marinieren.
- Blumenkohl, Zuckerschoten und Frühlingszwiebeln putzen und Möhre schälen. Gemüse fein schneiden.
- Fleisch aus dem Beutel nehmen, Knoblauch- und Chiliwürfel aussortieren und mit Kokosmilch und Currypaste pürieren.
- Eurasia auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten, marinierte Hähnchenbrust und Garnelen portionsweise anbraten, herausnehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Gemüse anbraten und Kokos-Gewürzmilch zugeben. Herd auf höchste Stufe schalten, bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und mit Hilfe des Audiotherms ca. 8 Minuten fertig garen.
- Fleisch und Garnelen wieder zugeben, nochmals auf höchste Stufe schalten, bis zum Gemüse-Fenster aufheizen und auf dem ausgeschalteten Herd ca. 5 Minuten gar ziehen lassen.
- Curry mit den Gewürzen pikant abschmecken.

**Garzeit:** ca. 13 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 20 Minuten

ca. 515 kcal pro Person



# Mini-Frühlingsrollen



## Für 4 Personen

1 Möhre  
 100 g Lauch  
 1 Zwiebel  
 1 kleines Stück Ingwer  
 175 g Mungobohnen-Keimlinge (Konserven)  
 200g Hähnchenbrust  
 Salz, Pfeffer  
 1 EL Sesamöl  
 16 Frühlingsrollenblätter (ca. 20x 20 cm)  
 1 Eiweiß  
 800 ml Öl zum Frittieren

## AMC Produkte

HotPan 24 cm  
 Wok  
 Navigenio  
 Audiotherm

- Möhre schälen, Lauch putzen und beides in feine Streifen schneiden.
- Zwiebel und Ingwer schälen und in Würfel schneiden. Mungobohnen-Keimlinge abtropfen lassen. Hähnchenbrust in Streifen schneiden.
- HotPan auf Navigenio stellen und diesen auf Stufe 6 schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf Stufe 2 schalten, Fleisch kräftig anbraten und herausnehmen.
- Gemüse und Ingwer ebenfalls anbraten. Keimlinge zugeben und kurz mitbraten. Alles herausnehmen und mit dem Fleisch mischen.
- Alles mit Salz, Pfeffer und Sesamöl würzen und abkühlen lassen.
- Frühlingsrollenblätter halbieren und die Hälften übereinander legen. Jeweils etwas Füllung darauf geben, Ränder mit Eiweiß bestreichen, Seiten nach innen klappen und aufrollen.
- Öl in einen Wok füllen und Deckel auflegen, auf den Navigenio stellen, diesen auf Stufe 6 schalten und mit Hilfe des Audiotherms bis zum Brat-Fenster aufheizen.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf Stufe 2 schalten und ca. 8 Frühlingsrollen in den Wok geben.
- Deckel auflegen und mit Hilfe des Audiotherms frittieren bis der Wendepunkt 90°C erreicht ist.
- Deckel abnehmen, Frühlingsrollen wenden, fertig frittieren bis sie rundherum gold-braun sind. Abtropfgitter am Wok einhängen und Frühlingsrollen darauf kurz abtropfen lassen.
- Anschließend auf Küchenpapier legen und restliche Rollen ebenso frittieren.

**Frittierzeit:** ca. 5 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 30 Minuten

ca. 245 kcal pro Person

# Seeteufel auf Mango-Lauchgemüse



## Für 4 Personen

800 g Seeteufelfilet

½ Limette

Salz

1 Stange Lauch

2 Mangos

1 rote Chilischote

200 g Bambussprossen (Konserve)

30 g eingelegter  
Sushi-Ingwer

Pfeffer

## AMC Produkte

Wok

Audiotherm

- Falls nötig die dünne graue Haut vom Seeteufel entfernen. Fischfilet in mundgerechte Stücke schneiden.
- Limette auspressen, Fisch mit dem Saft beträufeln und leicht salzen.
- Lauch putzen und in Ringe schneiden. Mangos schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und würfeln.
- Chilischote entkernen und fein würfeln. Bambussprossen und Ingwer abtropfen lassen.
- Tropfnassen Lauch und zwei Drittel der Mangowürfel in einen Wok geben Chiliwürfel, Bambussprossen und Fischstücke darüber verteilen.
- Wok auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, ca. 10 Minuten Garzeit am Audiotherm eingeben, auf Visotherm aufsetzen und drehen bis das Gemüse-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Gemüse-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten und fertig garen.
- Eingelegten Ingwer fein würfeln, mit den restlichen Mangowürfeln vorsichtig unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Garzeit:** ca. 10 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 15 Minuten

ca. 205 kcal pro Person

**Tipp:** Sushi-Ingwer bekommen Sie im gut sortierten Supermarkt oder im Asia-Laden.



### **Für 8 Personen**

Pflaumensauce:

2 Schalotten

1 kleines Stück Ingwer

500 g tiefgekühlte  
Pflaumen

50 ml Pflaumenwein

1 EL Zucker

Salz

1 EL Essig

Tempura:

200 g Mehl

200 g Kartoffelstärke

2 TL Salz

4 Eigelb

300 ml eiskaltes Wasser

3 EL Zitronensaft

Pfeffer

16 große rohe und  
geschälte Garnelen

16 Champignons

16 kleine Brokkoli-Röschen

800 ml Öl zum Frittieren

### **AMC Produkte**

Wok

Navigenio

Audiotherm

# Garnelen-Gemüsetempura mit Pflaumensauce



## Pflaumensauce:

- Schalotten und Ingwer schälen und fein würfeln.
- Tiefgekühlte Pflaumen in einen Topf geben. Pflaumenwein zugeben und Zucker, Schalotten- und Ingwerwürfel darüber verteilen.
- Topf auf Navigenio stellen und diesen auf Stufe 6 schalten. Audiotherm einschalten, ca. 20 Minuten Garzeit am Audiotherm eingeben, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Gemüse-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Gemüse-Fensters piepst, auf Stufe 2 schalten und fertig garen.
- Mit Salz und Essig würzen, pürieren, warm halten.

## Tempura:

- Für den Tempurateig Mehl, Kartoffelstärke und Salz mischen. Eigelbe mit dem eiskalten Wasser in einer Schüssel verquirlen und nach und nach zwei Drittel der Mehlmischung unterrühren bis der Teig eine cremige Konsistenz hat.
- Garnelen säubern, mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Champignons und Brokkoli putzen.
- Öl in einen Wok füllen und Deckel auflegen, auf den Navigenio stellen, diesen auf Stufe 6 schalten und mit Hilfe des Audiotherms bis zum Brat-Fenster aufheizen.
- Garnelen, Champignons und Brokkoli in der verbliebenen Mehlmischung wenden. Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf Stufe 2 schalten. Erste Portion des Frittierguts durch den Tempurateig ziehen und direkt in den Wok geben.
- Deckel auflegen und mit Hilfe des Audiotherms frittieren bis der Wendepunkt 90°C erreicht ist.
- Deckel abnehmen, Frittiergut wenden, fertig frittieren bis sie rundherum gold-braun sind. Abtropfgitter am Wok einhängen und Frittiergut darauf kurz abtropfen lassen.
- Anschließend auf Küchenpapier legen und restliches Frittiergut ebenso frittieren. Noch heiß mit der Pflaumensauce servieren.

**Frittierzeit:** ca. 5 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 40 Minuten

ca. 385 pro Person

# Zürcher Geschnetzeltes



## Für 4 Personen

1 Zwiebel  
400 g Champignons  
600 g Kalbs-  
geschnetzeltes  
Salz, Pfeffer  
100 ml trockener  
Weißwein  
100 ml Fleischbrühe  
200 ml Sahne  
20 g Butter  
20 g Mehl  
4 Stängel Petersilie

## AMC Produkte

Eurasia 28 cm  
Audiotherm

- Zwiebel schälen und fein würfeln. Champignons mit Pinsel oder Tuch säubern und in Scheiben schneiden. Eurasia auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten, Fleisch portionsweise anbraten, herausnehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Zwiebelwürfel und Champignons ebenfalls anbraten. Weißwein, Fleischbrühe und Sahne zugießen.
- Fleisch wieder zugeben und Herd auf höchste Stufe schalten, Topf bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und mit Hilfe des Audiotherms ca. 10 Minuten fertig garen.
- Butter und Mehl miteinander verkneten, zum Geschnetzelten geben, unter Rühren aufkochen und einige Minuten köcheln lassen.
- Petersilienblätter abzupfen und hacken. Geschnetzeltes abschmecken und mit Petersilie bestreut servieren.

**Garzeit:** ca. 10 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 20 Minuten  
ca. 395 kcal pro Person





# Mexikanischer Fleischtopf



## Für 4 Personen

2 Zwiebeln  
 2 Knoblauchzehen  
 2 rote Chilischoten  
 400 g Schweinegulasch  
 Salz, Pfeffer  
 gemahlener Koriander  
 gemahlener  
 Kreuzkümmel  
 2 EL Tomatenmark  
 100 ml trockener  
 Rotwein  
 300 ml Fleischbrühe  
 100 g getrocknete  
 Kidneybohnen  
 ½ grüne Paprikaschote  
 ½ rote Paprikaschote  
 250 g Gemüsemais  
 (Konserve)  
 100 g Crème fraîche

## AMC Produkte

Eurasia 24 cm  
 Secuquick softline 24 cm  
 Audiotherm  
 Quick Cut

- Zwiebeln und Knoblauch schälen, Chilischoten entkernen und alles im Quick Cut fein hacken.
- Eurasia auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten und Gulasch rundherum kräftig anbraten. Zwiebelmischung zugeben und kurz mitbraten.
- Mit Salz, Pfeffer, Koriander und Kreuzkümmel würzen. Tomatenmark zufügen, unter Rühren kurz anrösten und mit dem Rotwein und der Brühe ablöschen.
- Kidneybohnen zugeben, den Secuquick softline aufsetzen und verschließen.
- Herd auf höchste Stufe schalten, Topf bis zum ersten Turbo-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und mit Hilfe des Audiotherms ca. 20 Minuten fertig garen.
- In der Zwischenzeit die Paprikaschoten putzen, in feine Streifen schneiden und den Gemüsemais abtropfen lassen.
- Secuquick drucklos machen und abnehmen. Paprikastreifen zugeben und offen ca. 10 Minuten kochen lassen. Mais zugeben und noch einmal aufkochen.
- Fleischtopf pikant abschmecken und mit etwas Crème fraîche servieren.

**Garzeit:** ca. 30 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 20 Minuten  
 ca. 430 kcal pro Person

# Rinderfiletstreifen süß-scharf



## Für 4 Personen

500 g Rinderfilet  
 3 EL Erdnussöl  
 1 Zwiebel  
 1 Stange Lauch  
 1 rote Paprikaschote  
 150 g Champignons  
 2 rote Chilischoten  
 200 g eingelegte  
 Maiskölbchen  
 (Konserve)  
 200 g Bambus-  
 sprossen (Konserve)  
 Salz, Pfeffer  
 1 EL Honig  
 1 EL Speisestärke  
 100 ml  
 Rindfleischbrühe  
 50 ml trockener Sherry  
 Süße Sojasauce  
 (Ketjap Manis)

## AMC Produkte

Wok  
 Audiotherm

- Rinderfilet in dünne Streifen schneiden und mit Erdnussöl mischen.
- Zwiebel schälen und würfeln, Lauch und Paprikaschote putzen und in feine Streifen schneiden. Champignons mit Tuch oder Pinsel säubern und in Scheiben schneiden. Chilischoten entkernen und fein würfeln.
- Maiskölbchen und Bambussprossen abtropfen lassen und Maiskölbchen klein schneiden.
- Wok auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten, Filetstreifen darin portionsweise anbraten und herausnehmen.
- Gemüse unter Rühren kurz anbraten, das Fleisch wieder zufügen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Honig zugeben und leicht karamellisieren. Speisestärke darüber stäuben, unterrühren und mit Brühe und Sherry ablöschen.
- Herd auf höchste Stufe schalten, bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und mit Hilfe des Audiotherms ca. 5 Minuten fertig garen.
- Vor dem Servieren mit Salz, Pfeffer und süßer Sojasauce abschmecken.

**Garzeit:** ca. 5 Minuten

**Vorbereitungszeit:** 30 Minuten

ca. 350 kcal pro Person



# Pfirsich-Risotto mit Lammrückenfilet



## Für 4 Personen

250 g Lammrückenfilet  
 2 Pfirsiche  
 1 Zwiebel  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 rote Chilischote  
 Salz, Pfeffer  
 200 g Risottoreis  
 100 ml trockener Weißwein  
 400 ml Gemüsebrühe  
 50 ml Sahne  
 80 g frisch geriebener Pecorino oder Parmesan

## AMC Produkte

Eurasia 24 cm  
 Secuquick softline 24 cm  
 Audiotherm

- Lammrückenfilet in dünne Scheiben schneiden. Pfirsiche entsteinen und in Würfel schneiden.
- Zwiebel schälen und fein würfeln, Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken. Chilischote entkernen und fein würfeln.
- Eurasia auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten, Fleisch portionsweise anbraten, herausnehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und warm halten.
- Pfirsiche anbraten und ebenfalls herausnehmen.
- Zwiebeln, Chiliwürfel, Rosmarin und Reis zugeben und ebenfalls anbraten. Mit Wein ablöschen und mit Brühe aufgießen.
- Secuquick softline aufsetzen und verschließen. Herd auf höchste Stufe schalten, Topf bis zum ersten Soft-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und mit Hilfe des Audiotherms ca. 7 Minuten fertig garen.
- Secuquick drucklos machen und abnehmen. Sahne, Pecorino oder Parmesan und Pfirsichwürfel unterheben und abschmecken.
- Lammfleischstücke auf dem Risotto anrichten.

**Garzeit:** 7 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 15 Minuten

ca. 430 kcal pro Person



# Entenbruststreifen in würziger Orangensauce



## Für 4 Personen

100 g Lauch  
 3 Möhren  
 1 kleines Stück Ingwer  
 1 rote Chilischote  
 600 g Entenbrust ohne Haut  
 350 g Mungobohnensprossen (Konserven)  
 100 g Cashewkerne  
 300 ml Orangensaft  
 3 EL Sojasauce  
 3 EL Austersauce  
 150 g kleine blanchierte Brokkoliröschen  
 Salz, Pfeffer

## AMC Produkte

Wok  
 Audiotherm

- Lauch putzen und in Ringe schneiden. Möhren schälen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Ingwer schälen und fein reiben, Chilischote entkernen und fein würfeln.
- Entenbrust in Streifen schneiden und Mungobohnensprossen abtropfen lassen.
- Wok auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten, Cashewkerne unter Rühren rosten und herausnehmen.
- Entenbrust portionsweise anbraten, herausnehmen und warm halten. Möhrenscheiben ebenfalls anbraten und mit Orangensaft ablöschen, Soja- und Austersauce sowie Chili und Ingwer zugeben. Alles offen ca. 5 Minuten dicklich einkochen.
- Lauch, Mungobohnensprossen, Brokkoliröschen und Entenbrust zugeben. Herd auf höchste Stufe schalten, bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, Herd ausschalten und ca. 2 Minuten gar ziehen lassen.
- Abschmecken und mit den Cashewkernen bestreut sofort servieren.

**Garzeit:** ca. 7 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 20 Minuten

ca. 590 kcal pro Person

# Pikante Dampfnudeln



## Für 6 Stück

1 Zwiebel  
 125 g Speckwürfel  
 5 Stängel Petersilie  
 300 g Mehl  
 30 g frische Hefe  
 1 Prise Zucker  
 200 ml lauwarme Milch  
 1 Ei  
 1 TL Salz  
 Mehl zum Bearbeiten  
 250 ml Weißwein  
 10 Pfefferkörner  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 Zweig Thymian  
 1 Lorbeerblatt  
 Butter zum Einfetten

## AMC Produkte

Wok  
 Audiotherm

- Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Topf auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten, Speckwürfel zugeben und unter Rühren anbraten. Zwiebelwürfel zugeben und mitbraten, dann vollständig abkühlen lassen.
- Petersilieblätter abzupfen und fein hacken.
- Für den Hefeteig Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde hineindrücken. Hefe hineinkrümeln, Zucker, Milch und Ei zugeben. Zuletzt Zwiebel-Speckmischung sowie Petersilie und Salz zugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Zugedeckt etwa eine Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat.
- Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals durchkneten, in 6 Portionen teilen und zu Kugeln formen.
- Weißwein in einen Wok geben, Pfefferkörner, Kräuterzweige und Lorbeerblatt zugeben. Dämpfeinsatz gut einfetten und in den Wok setzen. Teigkugeln darauf setzen und Deckel auflegen. Nochmals an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.
- Herd auf höchste Stufe schalten, Wok bis zum Gemüse-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten und mit Hilfe des Audiotherms ca. 20 Minuten fertig garen.

**Garzeit:** ca. 20 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 10 Minuten (ohne Gehzeit)  
 ca. 355 kcal pro Stück



## Für 4 Personen

### Tzatziki:

- 100 g Salatgurke
- 2 Knoblauchzehen
- 250 g Quark (20%)
- 150 g griechischer Joghurt
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Zitronensaft

### Gyros:

- 3 Zwiebeln
- 4 Zweige Thymian
- 4 Zweige Oregano
- 1 Zweig Rosmarin
- 600 g Geschnetzeltes (vom Schwein oder Lamm)
- 3 EL Olivenöl
- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- 2 TL edelsüßes Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

## AMC Produkte

- Eurasia 24 cm
- Audiotherm
- Quick Cut

# Gyros mit Tzatziki



## Tzatziki:

- Salatgurke schälen, längs halbieren und Kerne mit einem Löffel entfernen.
- Gurke in Stücke schneiden. Knoblauch schälen und mit Gurken im Quick Cut fein hacken.
- Quark und Joghurt unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Bis zum Servieren kalt stellen.

## Gyros:

- Zwiebeln schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Kräuter abzupfen und fein hacken. Fleisch mit Olivenöl, Kräutern und Kreuzkümmel gut vermischen und zugedeckt im Kühlschrank mindestens 2 Stunden marinieren.
- HotPan auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Brat-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Brat-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten und mariniertes Fleisch portionsweise rundherum kräftig anbraten. Mit der letzten Portion auch die Zwiebeln anbraten.
- HotPan vom Herd nehmen, Deckel auflegen und das Gyros ca. 2 Minuten ziehen lassen.
- Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Tellern anrichten und mit dem Tzatziki servieren.

**Garzeit:** ca. 2 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 30 Minuten (ohne Marinierzeit)

ca. 385 kcal pro Person

# Grießknödel mit Pistazien-Bröseln und Erdbeersauce



## Für 8 Knödel

500 g gegarte  
Kartoffeln (mehlig  
kochend, vom Vortag)  
100 g weiche Butter  
75 g Weizengrieß  
75 g Speisestärke  
100 g Quark (20%)  
1 Prise Salz  
2 Eigelb  
750 g Erdbeeren  
2 EL Puderzucker  
Butter zum Einfetten  
50 g Paniermehl  
30 g gehackte  
Pistazien  
2 EL Zucker

## AMC Produkte

Wok  
Audiotherm  
HotPan 24 cm

- Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken oder fein zerstampfen. Mit 50 g Butter, Grieß, Stärke, Quark, Salz und Eigelb verkneten. Mit Frischhaltefolie abdecken und ca. 1 Stunde ruhen lassen.
- Erdbeeren putzen und 8 mittelgroße für die Füllung zur Seite legen. Restliche Beeren mit dem Puderzucker pürieren.
- Ca. 150 ml Wasser in einen Wok geben, Dämpfeinsatz einfetten und in den Wok setzen. Teig in acht Portionen teilen, zu einem runden Taler formen und je eine Erdbeere damit umschließen, zu einem Knödel rollen.
- Knödel auf den Dämpfeinsatz in den Wok geben. Auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, ca. 15 Minuten Garzeit am Audiotherm eingeben, auf Visotherm aufsetzen und drehen bis das Gemüse-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Gemüse-Fensters piepst, auf niedrige Stufe schalten und fertig garen.
- Restliche Butter in eine HotPan geben, auf den Herd stellen und auf höchste Stufe schalten. Sobald sie zu schäumen beginnt, Paniermehl und Pistazien zu geben, auf niedrige Stufe schalten und hell anrösten. Zucker zugeben und karamellisieren.
- Knödel aus dem Wok nehmen und in den Bröseln schwenken. Auf Tellern anrichten und mit Erdbeersauce servieren.

**Garzeit:** ca. 15 Minuten

**Zubereitungszeit:** ca. 50 Minuten (ohne Wartezeit)  
ca. 270 kcal pro Person



**Tipp:** Füllen Sie die Knödel außerhalb der Saison mit Aprikosen- oder Pflaumenstückchen und pürieren Sie auch Aprikosen oder Pflaumen für die Sauce.

# Apfel-Walnuss-Crumble



## Für 6 Personen

3 Äpfel (z.B. Cox Orange)  
75 g Zucker  
50 g Rosinen  
½ TL Zimt  
3 EL Zitronensaft  
50 ml Apfelsaft  
100 g Walnuskerne  
75 g Butter  
1 Prise Salz  
150 g Mehl

## AMC Produkte

Eurasia 24 cm  
Audiotherm

- Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und Äpfel würfeln. Mit 50 g Zucker, Rosinen, Zimt, Zitronen- und Apfelsaft mischen.
- Für den Teig Walnuskerne fein hacken. Butter, restlichen Zucker, Salz, Mehl und gehackte Walnüsse zu Streuseln verkneten.
- Apfelmischung in einen Eurasia geben, auf Herd stellen und diesen auf höchste Stufe schalten. Audiotherm einschalten, auf Visiotherm aufsetzen und drehen bis das Gemüse-Symbol erscheint.
- Sobald der Audiotherm beim Erreichen des Gemüse-Fensters piepst, Herd ausschalten und die Streusel über den Äpfeln verteilen.
- Navigenio überkopf auflegen und auf kleine Stufe schalten. Solange der Navigenio rot/blau blinkt ca. 20 Minuten im Audiotherm eingeben und Streusel hellbraun backen.

**Backzeit:** ca. 20 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 20 Minuten  
ca. 425 kcal pro Person

**Tipp:** Servieren Sie zum warmen Crumble ein Vanilleeis oder Sahne.





Besser essen.  
Besser leben.

**AMC Deutschland**

Alfa Metalcraft Corporation  
Handelsgesellschaft mbH  
55408 Bingen  
Deutschland  
T: +49 6721 - 180 01

de@amc.info  
www.amc.info



AMC Deutschland

**AMC Schweiz**

Alfa Metalcraft AG  
Buonaserstrasse 30  
6343 Rotkreuz  
Schweiz  
T: +41 41 - 799 51 11

ch@amc.info  
www.amc.info



AMC Schweiz

**AMC Österreich**

Alfa Metalcraft Corporation  
Handelsgesellschaft mbH  
Handelskai 388/Top 222  
1020 Wien/ Österreich  
T: +43 1 - 258 26 18 0

at@amc.info  
www.amc.info



AMC Österreich

**AMC International**

Alfa Metalcraft Corporation AG  
Buonaserstrasse 30  
6343 Rotkreuz  
Switzerland  
T: +41 41 - 799 52 22

info@amc.info  
www.amc.info



AMC International



amc\_international

Das Premium  
Kochsystem

www.amc.info