



Mangiare meglio.
Vivere meglio.



AMC EasyQuick

Istruzioni per l'uso



Sistema di
cottura Premium

www.amc.info

Leggere attentamente queste istruzioni per l'uso prima di usare EasyQuick, conservarle e consegnarle al proprietario successivo.

Simboli utilizzati



Indicazioni importanti per la sicurezza. La mancata osservanza può causare danni o lesioni alle persone.



Indicazioni utili per gli utenti.



Rappresenta una **cattiva condizione di funzionamento** o uso improprio.



Suggerimenti per
la salvaguardia dell'ambiente,
l'ecologia e l'economia.



Rappresenta una **buona condizione di funzionamento** o uso corretto.

Le fasi di lavoro sono indicate con una freccia.

1. Uso conforme e sicurezza	4	3. Cottura al vapore automatica con inserto Softiera e EasyQuick	11
1.1 Unità di cottura adatte e accessori	4		
1.2 Piani di cottura adatti e relative dimensioni	4		
1.3 Istruzioni d'uso e di sicurezza importanti	5	4. Arrostitura con EasyQuick	12
Evitare danni e un uso improprio	5		
Evitare pericoli...	6	5. Arrostitura e cottura automatica con EasyQuick	13
Controllo	6		
1.4 Cura e manutenzione	7	6. Cottura al vapore con inserto Softiera e EasyQuick	15
Controllo della valvola del vapore	7		
Cosa fare in caso di danneggiamento o malfunzionamento	7		
1.5 Smaltimento	7	7. Cura e manutenzione	16
		7.1 Smontare EasyQuick	16
2. Il Suo EasyQuick	8	7.2 Pulire e riporre EasyQuick	17
2.1 Montaggio di EasyQuick	8	7.3 Montare EasyQuick	17
Unità di cottura e accessori da usare con EasyQuick	8	7.4 Controllare la valvola del vapore	17
Visiotherm E	9		
2.2 Funzionamento e uso	9	8. Cosa fare se...	18
Valvola del vapore	9		
Arrostitura	10	9. Servizio di Assistenza Clienti AMC, parti di ricambio	19
Cottura al vapore	10	9.1 Parti di ricambio	19

1. Uso conforme e sicurezza

EasyQuick consente di cuocere al vapore e arrostitire le pietanze; inoltre si adatta alle Unità di cottura del diametro di 20 cm e 24 cm. Deve essere usato solo per questi scopi. L'uso improprio può causare danni. Attenersi a queste istruzioni per l'uso, in particolare alle informazioni contenute in questo capitolo.

1.1 Unità di cottura adatte e accessori

EasyQuick può essere usato con:

- Unità di cottura AMC di diametro 20 e 24 cm
- Unità della linea Gourmet da 20 e 24 cm
- Inserto Softiera da 20 e 24 cm
- Inserto bacinella da 20 cm e 24 cm
- Visiotherm E (modello con finestra "carne" e finestra "vapore")
- Audiotherm (modello con struttura grigia e tasti neri)
- Navigenio

Non deve essere usato con:

- Unità di cottura da 24 cm e 2,5 l con inserto Softiera*
- Unità di cottura da 20 cm e 2,3 l con inserto Softiera*
- Unità di cottura da 24 cm e 8,0 l in combinazione con Navigenio
- Padella Arcobaleno da 20 e 24 cm
- Unità Unica da 24 cm con inserto Softiera*
- Unità di cottura e padelle di altri produttori
- Anello Combi, inserto GRA o bacinella Combi applicati all'Unità di cottura

*può essere usata **senza** inserto Softiera

1.2 Piani di cottura adatti e relative dimensioni

EasyQuick è particolarmente adatto per la cottura automatica con Navigenio e Audiotherm, che consente il controllo semplice e ottimale della temperatura.

Inoltre, le Unità di cottura chiuse con EasyQuick si possono usare su tutti i tipi di piani di cottura:

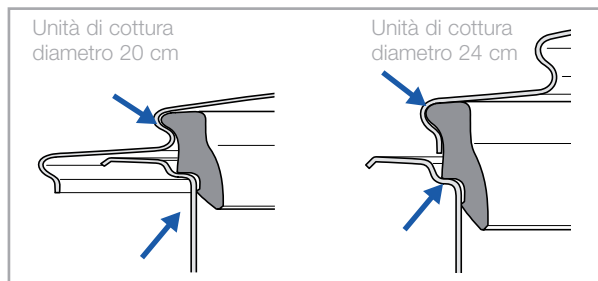
- Il diametro del punto di cottura e dell'Unità di cottura devono coincidere il più possibile.
- Posizionare l'Unità di cottura al centro del punto di cottura.
- Si possono usare piani a induzione se sul marchio alla base delle Unità è specificato "Induzione".
- Non usare booster o incrementatori di potenza del piano a induzione.
- In caso di piano di cottura a gas, si scelga il bruciatore corrispondente al diametro dell'Unità. La fiamma non deve fuoriuscire dal fondo dell'Unità di cottura.
- Leggere anche le istruzioni del capitolo "Come funziona" in "Il nostro libro di cucina" o "AMC Step by Step".

1.3 Istruzioni d'uso e di sicurezza importanti



Evitare danni e un uso improprio

- Con i fornelli a gas, l'anello di tenuta di 24 cm non deve mai essere applicato su EasyQuick se su di esso viene già montato l'anello di tenuta da 20 cm.
In caso contrario l'anello di tenuta potrebbe venire danneggiato o prendere fuoco.
- **Applicare su EasyQuick solo l'anello di tenuta il cui diametro corrisponde a quello dell'Unità di cottura da impiegare.**



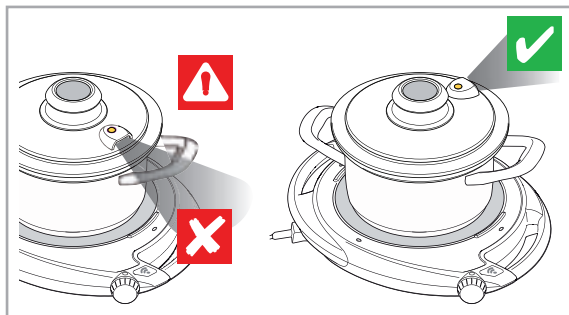
L'anello di tenuta deve essere inserito correttamente lungo il bordo del coperchio.

- Dopo che l'anello di tenuta è stato applicato lungo l'intero bordo, EasyQuick può essere applicato sull'Unità di cottura adatta.
 - Tenere puliti e in buone condizioni l'anello di tenuta e la valvola del vapore di EasyQuick. Se la valvola è ostruita, l'anello non è inserito correttamente e EasyQuick non è applicato nel modo giusto, il coperchio potrebbe sollevarsi facendo fuoriuscire il vapore. Attenersi alle istruzioni del capitolo 7, "Cura e manutenzione".
- Per la cottura al vapore con l'inserto Softiera, aggiungere sempre una tazza d'acqua (circa 120- 150 ml) nell'Unità di cottura, in modo che si formi il vapore, controllando che il livello dell'acqua non superi la base forata dell'inserto Softiera. Se richiesto dal processo di cottura, aggiungere altra acqua.
- Non riempire mai l'Unità di cottura oltre i $\frac{2}{3}$ e, con alimenti che rilasciano liquidi, per più di $\frac{1}{2}$ del volume dell'Unità impiegata per garantire il corretto funzionamento. Non inclinare o rovesciare l'Unità di cottura altrimenti EasyQuick potrebbe cadere, il cibo potrebbe fuoriuscire dalla valvola e il funzionamento potrebbe essere compromesso.
 - Quando si utilizza EasyQuick con l'inserto Softiera attenersi sempre alla regola di aggiungere una tazza di acqua (ca. 120 – 150 ml), altrimenti l'Unità di cottura potrebbe danneggiarsi.
 - **Non usare EasyQuick in forno o nel microonde**, perché le parti in plastica e in gomma potrebbero danneggiarsi. EasyQuick non è adatto per friggere.



Evitare pericoli...

- Con EasyQuick le pietanze vengono preparate **senza sovrappressione, ma ad alta temperatura. L'uso improprio di EasyQuick potrebbe causare lesioni, ustioni o scottature.**
- Non toccare le parti in acciaio inox calde né la valvola del vapore.
- Toccare solo i manici dell'Unità e Visiotherm E di EasyQuick. Se necessario, usare idonee protezioni per le mani.



- Posizionare la valvola del vapore il più possibile lontano dal corpo e non verso i manici dell'Unità di cottura, perché potrebbe fuoriuscire vapore caldo.
- Quando EasyQuick viene messo su un'Unità di cottura calda, il vapore caldo fuoriesce a getti dalla valvola.
- Per togliere EasyQuick dall'Unità di cottura, tenere sempre ferma l'Unità con una mano, altrimenti potrebbe rovesciarsi facendo fuoriuscire il suo contenuto.



Controllo

- Durante la cottura, EasyQuick deve essere controllato. Se Audiotherm (vedere il relativo manuale) viene usato solo per il monitoraggio acustico del processo di cottura, è necessario rimanere a distanza tale da poter udire il segnale acustico.
- Il mancato controllo può causare surriscaldamento, rovinando le pietanze e danneggiando, anche in modo irreparabile, l'Unità di cottura o EasyQuick con pericolo di incidente o incendio.
- EasyQuick non deve essere usato da bambini.
- Se ci sono bambini vicino a EasyQuick, questi devono essere controllati per evitare il pericolo di ustioni o scottature.
- Le persone che, a causa delle loro capacità fisiche, sensoriali o mentali, o a causa di inesperienza o impreparazione, non sono in grado di usare EasyQuick in sicurezza, devono usarlo soltanto con la supervisione o le indicazioni di una persona, responsabile per la loro sicurezza.

1.4 Cura e manutenzione

Occuparsi regolarmente della cura e della manutenzione di EasyQuick per garantirne la funzionalità e la sicurezza.

- Pulire EasyQuick dopo ogni utilizzo e svitare la valvola del vapore per pulirla dopo che è stato usato per cinque volte.
- Prima dell'uso successivo, controllare il funzionamento della valvola del vapore e la posizione dell'anello di tenuta.
- Sostituire gli anelli di tenuta e la valvola del vapore se sono danneggiati, rotti, usurati o lesionati.

Seguire le indicazioni del capitolo 7 "Cura e manutenzione".

Non effettuare sostituzioni su EasyQuick. Non smontarlo, ad eccezione di quando è necessario per la pulizia e la manutenzione. Interventi impropri o un uso eccessivo della forza possono compromettere il suo funzionamento e la sicurezza.

Controllo della valvola del vapore

Prima di ogni uso, verificare che la valvola del vapore non sia ostruita o bloccata. Il canale di fuoriuscita del vapore deve essere saldamente avvitato al dado e l'indicatore interno della valvola deve muoversi liberamente verso l'alto e verso il basso.

Cosa fare in caso di danneggiamento o malfunzionamento

In caso di danneggiamento o malfunzionamento, EasyQuick non deve essere utilizzato. AMC fornisce le parti di ricambio per gli elementi soggetti a usura (per es. gli anelli di tenuta, la valvola del vapore e Visiotherm E), che possono essere sostituiti dall'utente. Usare solo pezzi originali.

1.5 Smaltimento



EasyQuick non fa parte dei rifiuti domestici, il materiale è riciclabile. Quando è necessario, EasyQuick deve essere smaltito nel rispetto dell'ambiente e in conformità alle norme locali.

2. Il Suo EasyQuick

2.1 Montaggio di EasyQuick

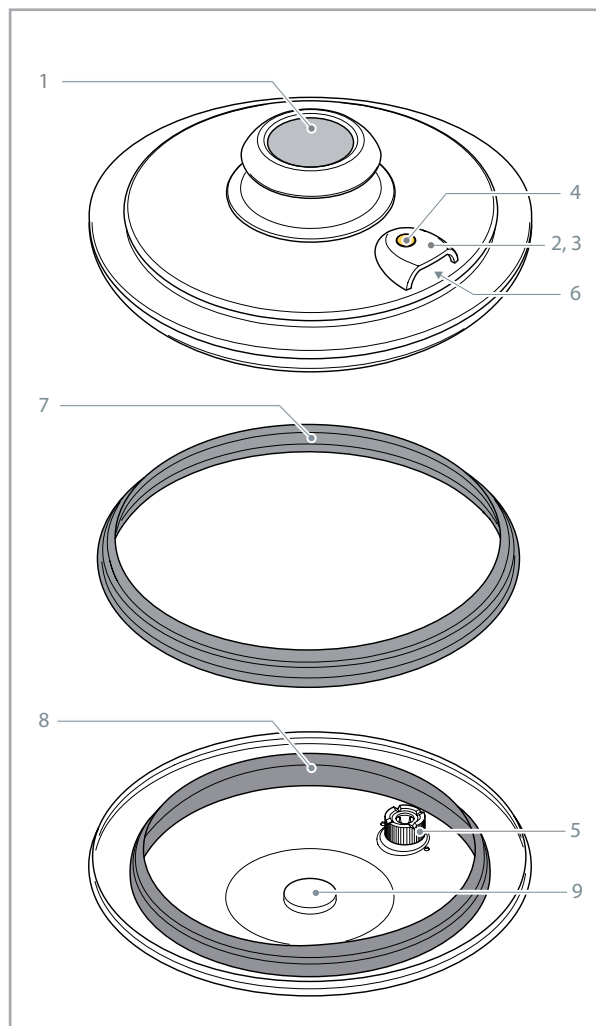
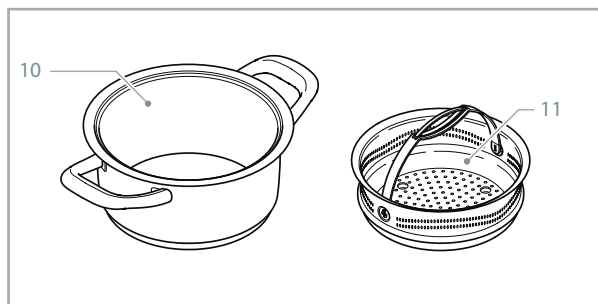
- 1 Visiotherm E
- 2 Valvola del vapore, formata da
 - 3 alloggiamento valvola
 - 4 indicatore valvola
 - 5 dado valvola
 - 6 foro uscita vapore
- 7 Anello di tenuta da 24 cm (sfuso)
- 8 Anello di tenuta da 20 cm (inserito nel coperchio)
- 9 Sensotherm (sensore di temperatura)

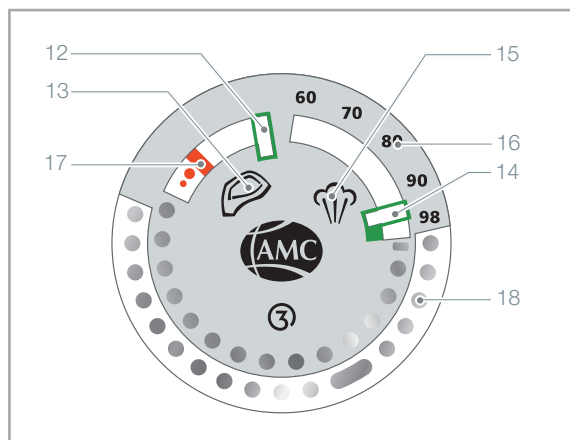
Non inclusi nella consegna:

**Unità di cottura e accessori
da usare con EasyQuick**

10 Unità di cottura diametro 20 cm/24 cm

11 Inserto Softiera diametro 20 cm/24 cm





Visiotherm E

- 12 Finestra "carne"
- 13 Simbolo "carne"
- 14 Finestra "vapore"
- 15 Simbolo "vapore"
- 16 Scala di temperatura - cottura al vapore
- 17 Indicatore rosso della temperatura
- 18 Punti di misurazione per Audiotherm

2.2 Funzionamento e uso

EasyQuick è un capolavoro di multifunzionalità e un talento tuttotfare:

- Può essere usato indifferentemente con Unità di cottura di diametro 20 e 24 cm.
- Può essere usato per cuocere al vapore, cuocere e arrostitire.
- Lavora senza sovrappressione.
- Mantiene le vitamine, i minerali e le sostanze nutrienti degli alimenti.
- Consente un enorme risparmio di tempo.



EasyQuick deve essere applicato sull'Unità di cottura e chiuso bene. Una volta riscaldata, l'evaporazione del liquido contenuto negli alimenti o che è stato aggiunto nell'Unità produce vapore. In questo modo le pietanze vengono cotte in modo più rapido e delicato senza impoverirle e con un maggior risparmio di energia. Inoltre EasyQuick può essere sollevato e aperto in qualsiasi momento del processo di cottura.

Valvola del vapore

La valvola del vapore ha una funzione importante, perché consente la fuoriuscita controllata dell'aria e del vapore generato nell'Unità di cottura. Maggiore è la quantità di vapore, maggiore è l'apertura della valvola. Il getto di vapore e il movimento dell'indicatore interno della valvola causano suoni corrispondenti.

La valvola del vapore funge anche da valvola di sicurezza, in modo che non si crei sovrappressione all'interno dell'Unità di cottura. Se la valvola non funziona correttamente, per esempio perché è occlusa, una leggera sovrappressione fa sollevare il coperchio, senza rischi.



Il vapore che fuoriesce è caldo!

Arrostitura

per cuocere carne, pesce, ecc.

Cuocere e cuocere al vapore

Ideale per patate e verdure con un tempo di cottura medio-lungo, pesce, gnocchi, verdure ripiene o involtini di verdure, stufati, grossi pezzi di carne e legumi secchi.

- Conserva le vitamine, i minerali e i micronutrienti
- Enorme risparmio di tempo
- Nessuna sovrappressione
- Possibilità di sollevare e aprire EasyQuick in qualsiasi momento

Per gli alimenti che devono essere solo cotti al vapore, l'uso dell'insero Softiera è essenziale per evitare il contatto dei cibi con l'acqua, impedendo che si brucino e senza impoverirli. Tutte le sostanze nutrienti essenziali, come le vitamine, vengono in gran parte conservate.

- Mettere l'insero Softiera 20 cm solo in un'Unità di cottura 20 cm 3,0 l o più grande.
- Mettere l'insero Softiera 24 cm solo in un'Unità di cottura 24 cm 3,5 l o più grande.



Per un uso ottimale si raccomanda di usare Easyquick insieme a:

- AMC Audiotherm e
- AMC Navigenio.

In questo modo il processo di cottura avviene in modo del tutto automatico.

Vedere anche i manuali di istruzioni dei singoli prodotti.

Se la cottura al vapore avviene su una fonte di calore standard, l'impostazione del livello di calore deve essere modificata spesso, in modo che la temperatura rimanga nel suo settore ottimale. Per garantire il risparmio di tempo e lo svolgimento ideale del processo di cottura, è necessario controllare il livello di calore anche se si usa Audiotherm per il monitoraggio della temperatura e viene emesso il segnale acustico.

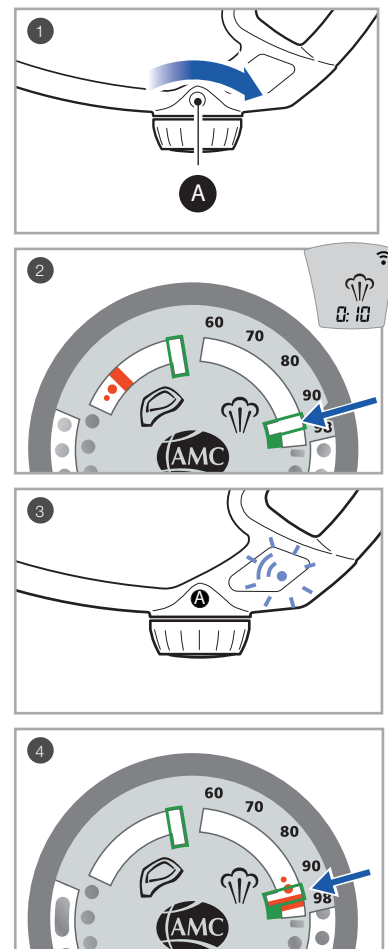
3. Cottura al vapore automatica con inserto Softiera e EasyQuick

- Preparare le pietanze.
- Scegliere un'Unità di cottura adatta e mettere all'interno l'inserto Softiera. Versare una tazza d'acqua (circa 120-150 ml) nell'Unità di cottura, assicurandosi che il livello dell'acqua non superi la base forata dell'inserto Softiera. Deporvi le pietanze precedentemente preparate.
- Inserire in EasyQuick l'anello di tenuta che corrisponde al diametro dell'Unità di cottura da impiegare e posizionare EasyQuick sull'Unità di cottura.
- ❶ Mettere l'Unità di cottura su Navigenio e impostarlo sul programma automatico "A". Accendere Audiotherm con il suo tasto destro o sinistro e inserire il tempo di cottura desiderato (per es. 10 minuti) con il tasto destro.
- ❷ Applicare Audiotherm su Visiotherm E e ruotarlo finché non compare sul suo display il simbolo "vapore" e il simbolo del collegamento senza fili.
- ❸ Ora Navigenio è in collegamento senza fili con Audiotherm e la spia lampeggia di blu. A questo punto il funzionamento è interamente automatico: Navigenio e Audiotherm controllano il riscaldamento e la riduzione di energia in modo del tutto autonomo e monitorano il tempo di cottura.
- ❹ La temperatura ideale viene mantenuta automaticamente durante l'intero tempo di cottura.
- Per aggiungere un ingrediente a cottura iniziata, togliere Audiotherm da Visiotherm E e sollevare EasyQuick. Aggiungere l'ingrediente e riposizionare EasyQuick. Rimettere Audiotherm su Visiotherm E e ruotarlo finché non compare sul suo display il simbolo "vapore" e il simbolo del collegamento senza fili, quindi completare la cottura.



Una volta trascorso il tempo di cottura impostato viene emesso un suono singolo. Non preoccupatevi se non siete presenti per spegnere Navigenio e portare in tavola: le pietanze vengono tenute al caldo per un'ora, alla temperatura di 60 °C.

- Alla fine scollegare Navigenio dalla presa di corrente.



4. Arrostitura con EasyQuick

- Preparare le pietanze. Prima di arrostitire, tamponare gli alimenti per asciugarli.
- Scegliere l'Unità di cottura adatta e inserire in EasyQuick l'anello di tenuta corrispondente al diametro dell'Unità di cottura scelta.
- Posizionare EasyQuick sull'Unità di cottura vuota e asciutta e sistemarla su Navigenio.

→ ❶ Accendere Audiotherm con il suo tasto destro o sinistro. Applicarlo su Visiotherm E e ruotarlo fino a quando non compare il simbolo "carne" sul suo display.

→ ❷ Impostare Navigenio sul livello 6 e riscaldare.



❸ L'indicatore rosso della temperatura incomincia a oscillare e dopo qualche minuto si posiziona sulla finestra "carne". Viene emesso un doppio suono.

→ Interrompere il suono di Audiotherm con il suo tasto destro o sinistro.

→ Togliere Audiotherm e EasyQuick. Deporre il cibo all'interno dell'Unità di cottura.

❹ Ridurre il livello di Navigenio, portandolo a 2.

→ Posizionare di nuovo EasyQuick, applicare Audiotherm su Visiotherm E e ruotarlo finché non compare il simbolo "carne" sul suo display.

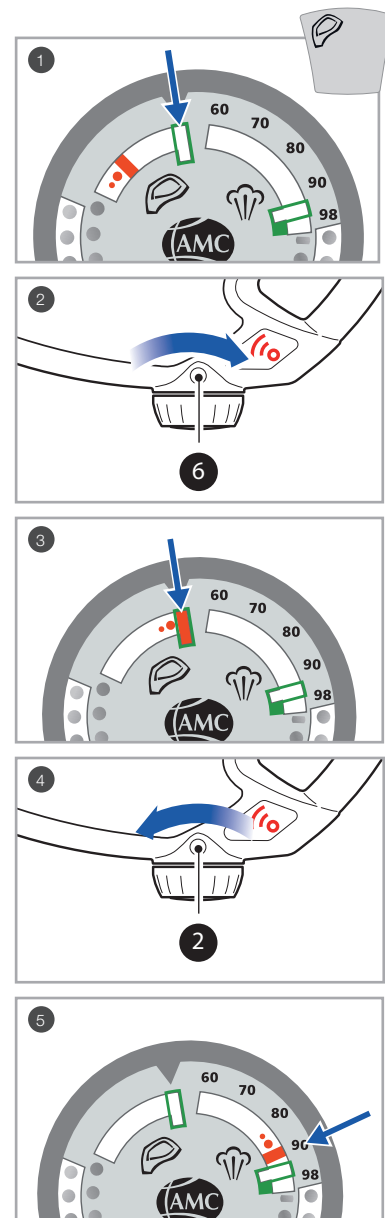


❺ Appena l'indicatore rosso raggiunge i 90 °C, cioè la temperatura a cui bisogna girare l'alimento, Audiotherm emette un doppio suono.

→ Interrompere il suono con il suo tasto destro o sinistro. Togliere Audiotherm e EasyQuick.

→ Girare gli alimenti, posizionare di nuovo EasyQuick e spegnere completamente Navigenio.

→ A seconda dello spessore, lasciar cuocere per alcuni minuti con il calore residuo di Navigenio.



5. Arrostitura e cottura automatica con EasyQuick

- Preparare le pietanze. Prima di arrostitire, tamponare gli alimenti per asciugarli.
- Scegliere l'Unità di cottura adatta e inserire in EasyQuick l'anello di tenuta corrispondente al diametro dell'Unità di cottura scelta.
- Posizionare EasyQuick sull'Unità di cottura vuota e asciutta e sistemarla su Navigenio.

→ ❶ Accendere Audiotherm con il suo tasto destro o sinistro. Applicarlo su Visiotherm E e ruotarlo fino a quando non compare il simbolo "carne" sul suo display.

→ ❷ Impostare Navigenio sul livello 6 e riscaldare.



❸ L'indicatore rosso della temperatura incomincia a oscillare e dopo qualche minuto si posiziona sulla finestra "carne". Viene emesso un doppio suono.

→ Interrompere il suono di Audiotherm con il suo tasto destro o sinistro.

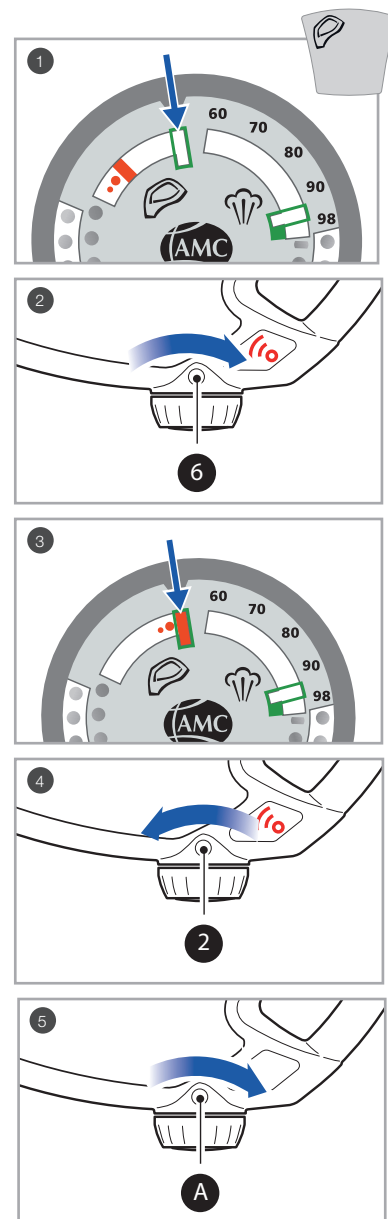
→ Togliere Audiotherm e EasyQuick. Deporre il cibo all'interno dell'Unità.

❹ Ridurre a 2 il livello di Navigenio, cuocere e girare gli alimenti nel modo desiderato.

→ Aggiungere gli ingredienti rimanenti, inclusa una tazza d'acqua o altri liquidi (circa 120-150 ml), mescolare e posizionare EasyQuick.

→ ❺ Impostare Navigenio sul programma Automatico "A". Accendere Audiotherm con il suo tasto destro o sinistro e inserire il tempo di cottura desiderato (per es. 10 minuti) con il tasto destro.

→ Le istruzioni continuano a pag. 14.



→ **6** Mettere Audiotherm su Visiotherm E e ruotarlo finché non compare sul suo display il simbolo “vapore” e il simbolo del collegamento senza fili.

7 Ora Navigenio è in collegamento senza fili con Audiotherm e la spia lampeggia di blu. A questo punto il funzionamento è interamente automatico: Navigenio e Audiotherm controllano il riscaldamento e la riduzione di energia in modo del tutto autonomo e monitorano il tempo di cottura.

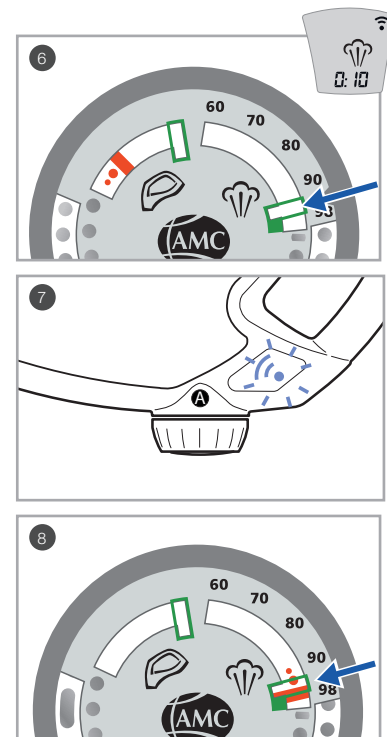
8 La temperatura ideale viene mantenuta automaticamente durante l'intero tempo di cottura.

→ Per aggiungere un ingrediente a cottura iniziata, togliere Audiotherm da Visiotherm E e sollevare EasyQuick. Aggiungere l'ingrediente e riposizionare EasyQuick. Rimettere Audiotherm su Visiotherm E e ruotarlo finché non compare sul suo display il simbolo “vapore” e il simbolo del collegamento senza fili, quindi completare la cottura.



Una volta trascorso il tempo di cottura impostato viene emesso un suono singolo. Non preoccupatevi se non siete presenti per spegnere Navigenio e portare in tavola: le pietanze vengono tenute al caldo per un'ora, alla temperatura di 60 °C.

→ Alla fine scollegare Navigenio dalla presa di corrente.



Per il controllo manuale dell'intero processo fare riferimento al capitolo 6 punto **1**.

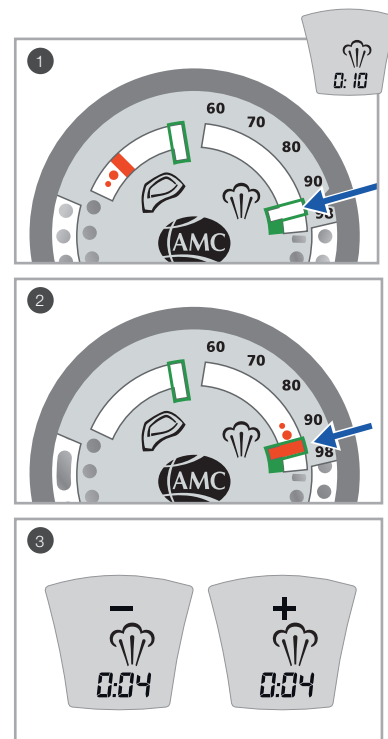
6. Cottura al vapore con inserto Softiera e EasyQuick

- Preparare le pietanze.
- Scegliere un'Unità di cottura adatta e mettere al suo interno l'inserto Softiera. Versare una tazza d'acqua (circa 120-150 ml) nell'Unità di cottura, assicurandosi che il livello dell'acqua non superi la base forata dell'inserto Softiera. Deporvi le pietanze precedentemente preparate.
- Inserire in EasyQuick l'anello di tenuta che corrisponde al diametro dell'Unità di cottura da impiegare e posizionare EasyQuick sull'Unità di cottura.
- Mettere l'Unità di cottura sul punto di cottura. Accendere Audiotherm con il suo tasto destro o sinistro, inserire il tempo di cottura desiderato (per es. 10 minuti) con il tasto destro.
- ❶ Applicare Audiotherm su Visiotherm E e ruotarlo finché non compare sul suo display il simbolo "vapore".
- Regolare il punto di cottura al massimo livello e riscaldare.
- ❷ L'indicatore rosso della temperatura si sposta nella direzione della finestra "vapore". Appena la raggiunge, viene emesso un doppio suono.
- Interrompere il suono di Audiotherm con il suo tasto destro o sinistro. Regolare il punto di cottura al livello inferiore.
- ❸ Osservare Audiotherm e regolare l'apporto di calore del punto di cottura secondo necessità: se la temperatura è troppo alta, compare il simbolo "−". Ridurre ulteriormente l'energia o spegnere del tutto. Se la temperatura è troppo bassa, compare il simbolo "+". Aumentare l'apporto di energia.



Una volta trascorso il tempo di cottura viene emesso un suono singolo.

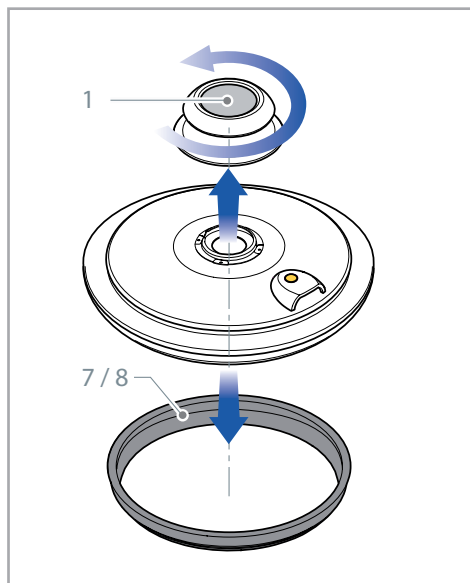
- Interrompere il suono di Audiotherm con il suo tasto destro o sinistro.
- Servire le pietanze o, se necessario, prolungare il tempo di cottura.
- Alla fine spegnere completamente il punto di cottura.



7. Cura e manutenzione

Provvedere alla cura e manutenzione di EasyQuick come segue:

- Lavare dopo ogni utilizzo.
- Controllare il funzionamento della valvola del vapore prima dell'uso successivo.
- Sostituire gli anelli di tenuta e la valvola del vapore se sono danneggiati, rotti, usurati o lesionati.

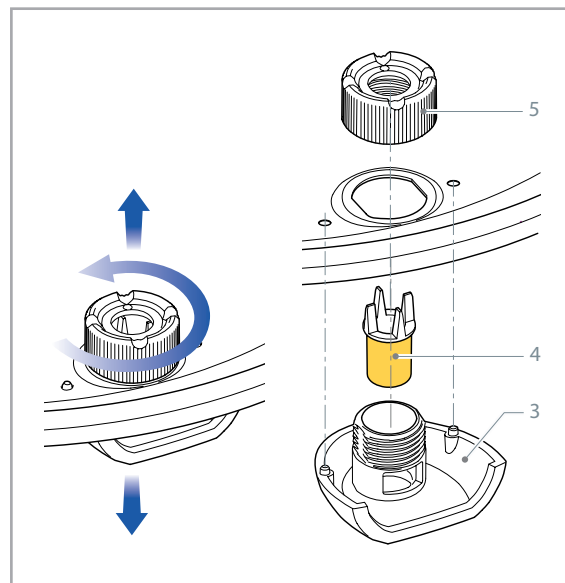


7.1 Smontare EasyQuick



Lasciar sempre raffreddare completamente EasyQuick prima di smontarlo.

- Togliere l'anello di tenuta (7/8).
- Svitare Visiotherm E (1).
- Svitare il dado della valvola (5) dall'interno, con attenzione. Togliere l'alloggiamento della valvola (3) e l'indicatore della valvola (4).



7.2 Pulire e riporre EasyQuick

Per lavare EasyQuick usare la crema in polvere lucidante AMC Clean1 Magic Stone, la schiuma detergente AMC Magic Foam o un detergente neutro per stoviglie.

→ Lavare EasyQuick in lavastoviglie o a mano con una spugna: come ad esempio la spugna Clean1 Magic Sponge, sotto l'acqua calda.

→ Asciugare accuratamente.

→ In caso di sporco ostinato o di valvola otturata, smontare EasyQuick e lavare le parti separatamente.

7.3 Montare EasyQuick

→ Per il montaggio, eseguire i controlli descritti (vedere i capitoli 1.4 e 7.4). È importante per garantire un funzionamento corretto e sicuro.

→ Avvitare Visiotherm E.

→ Applicare l'alloggiamento della valvola all'esterno del coperchio e mantenerlo in posizione, inserire l'indicatore della valvola nell'alloggiamento. Con il dado della valvola, avvitare saldamente dall'interno. Inserire l'anello di tenuta corrispondente al diametro dell'Unità di cottura da usare. Premere bene su tutti i lati, in modo che l'anello di tenuta aderisca bene al bordo.

7.4 Controllare la valvola del vapore

→ Controllare che:

- La valvola del vapore sia stata assemblata correttamente.
- L'indicatore della valvola si trovi all'interno dell'alloggiamento.
- Il dado della valvola sia saldamente avvitato.
- L'indicatore della valvola si muova liberamente.
- Il foro di uscita del vapore sia rivolto verso l'esterno, in direzione del bordo del coperchio.

8. Cosa fare se...

...EasyQuick si solleva leggermente durante il processo di cottura, facendo fuoriuscire il vapore dal bordo dell'Unità di cottura?

- Si è creata una leggera sovrappressione all'interno dell'Unità di cottura.
- Controllare che la valvola del vapore si muova liberamente e sia pulita.
- Controllare che l'anello di tenuta sia stato applicato in modo corretto.

...durante il processo di cottura fuoriesce del cibo dal foro di uscita della valvola del vapore?

- È possibile che l'Unità di cottura sia troppo piena.
- Controllare il livello di riempimento dell'Unità di cottura, che non deve superare i $\frac{2}{3}$ della capacità totale o, se gli alimenti rilasciano acqua, non deve essere superiore a $\frac{1}{2}$.

...Audiotherm non può essere avviato?

- Le finestre di Audiotherm e/o di Visiotherm E potrebbero essere sporche o coperte da un leggero strato d'acqua, o forse Audiotherm che state usando non è adatto.
- Pulire la finestra di Audiotherm e/o di Visiotherm E.
- Controllare che Audiotherm utilizzato sia quello giusto, cioè quello con la struttura grigia e i tasti neri.

...non è possibile stabilire il collegamento senza fili tra Audiotherm e Navigenio?

- Controllare di aver seguito la procedura corretta:
- Posizionare su "A" la manopola di regolazione di Navigenio.
- Accendere Audiotherm e applicarlo su Visiotherm E.
- Per avviare Audiotherm, ruotarlo fino a quando non compare sul suo display il simbolo desiderato.

...il collegamento senza fili si è interrotto durante la cottura automatica o il simbolo "avvio" lampeggia?

- Navigenio lampeggia di rosso e il simbolo del collegamento senza fili è scomparso da Audiotherm.
- Posizionare su "0" la manopola di regolazione di Navigenio, poi di nuovo su "A".
- Per riavviare, ruotare Audiotherm su Visiotherm E finché non compare il simbolo desiderato sul suo display.

...durante la cottura manuale il simbolo "avvio" lampeggia?

- Audiotherm emette un lungo segnale.
- Per riavviare, ruotare Audiotherm finché non compare il simbolo desiderato sul suo display.

9. Servizio di Assistenza Clienti AMC, parti di ricambio

Per il servizio di Assistenza Clienti è un impegno costante soddisfare i desideri e le necessità della nostra clientela. Se avete ulteriori dubbi o domande, mettetevi in contatto con noi. Saremo lieti di aiutarvi. I dati di contatto sono sul retro della pagina.

9.1 Parti di ricambio

- Anelli di tenuta da 20 e 24 cm
- Set valvola del vapore
- Visiotherm E



Mangiare meglio.
Vivere meglio.



AMC EasyQuick



Veloce
Flessibile
Completamente automatico

Sistema di
cottura Premium

www.amc.info

AMC Italia

Alfa Metalcraft Corp. S.p.A.
Via Alfredo Pizzoni 7
20151 Milano
Italia
T: +39 02 57 548 1

it@amc.info



AMC Italia



AMC International

www.amc.info

AMC Svizzera

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

ch@amc.info



AMC Schweiz



AMC International

www.amc.info

AMC International

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

info@amc.info



AMC International



amc_international



AMC International

www.amc.info

Cucinare con EasyQuick è un piacere

EasyQuick AMC, il nostro vanto: 1 coperchio per 2 diversi diametri delle Unità di cottura. Consente di cuocere, cuocere a vapore e arrostiti in modo sano, preservando preziosi nutrienti. Ideale per risparmiare spazio e tempo. Provate questo miracolo di funzionalità e talento a tutto tondo con numerosi vantaggi:

- **EasyQuick è veloce:** risparmierete tempo prezioso. Ad esempio, per cuocere a vapore un pesce intero **risparmierete fino al 50% del tempo** rispetto a una cottura normale.
- **EasyQuick è intelligente:** combinandolo con Navigenio e Audiotherm avrete una cottura completamente automatica.
- **EasyQuick è flessibile:** si adatta a tutte le Unità di cottura AMC da 20 e 24 cm. Un coperchio per due diversi diametri non solo è economico e poco ingombrante, ma anche pratico e innovativo.
- **EasyQuick è versatile:** potrete preparare tante appetitose ricette.
- **EasyQuick funziona senza pressione:** si può rimuovere in qualsiasi momento per seguire con curiosità il processo di cottura e, ad esempio, aggiungere gli ingredienti necessari per il vostro piatto.
- **EasyQuick è sano:** il processo di cottura veloce ma delicato preserva gran parte delle vitamine, dei nutrienti e dei minerali.
- **EasyQuick è appetitoso:** la preparazione accurata garantisce tanto gusto in più. Le verdure sanno di fresco, la carne e il pesce restano succosi e gli stufati prendono un gusto intenso.
- **EasyQuick risparmia energia:** gli alimenti cuociono più in fretta, consentendo di risparmiare energia e proteggere il portafoglio.

Lasciatevi ispirare dalle nostre ricette veloci e saporite: sarete inseriti in un mondo culinario che ammalerà i vostri sensi. **EasyQuick, Navigenio e Audiotherm** cuociono in modo completamente automatico, voi dovrete solo gustare e gradire.

Come viene semplificata la scelta delle ricette:



ricco di
vitamine



pochi grassi



poche calorie



ricco di fibre



poco colesterolo

Cuocere a vapore con l'inserto Softiera

EasyQuick AMC – la soluzione geniale per una preparazione sana e accurata – e un risparmio di tempo impressionante.

Risparmio di tempo*



-50%



-44%



-43%



-35%



-47%



Trota farcita

Per 2 persone

2 trote (300 g ciascuna)
1 cipolla
50 g di datteri
30 g di mandorle
4 rametti di coriandolo essiccato
30 g di riso bollito
30 g di burro fuso
Pepe
Zenzero in polvere
1 cucchiaino di zucchero
1 cucchiaino di cannella

Per 2 persone

Unità di cottura 24 cm, 3.5 l
Softiera 24 cm
EasyQuick
Navigenio
Audiotherm
Tritamix

 ca. 20 minuti



- Eviscerare e pulire le trote, lavarle e asciugarle per bene.
- Sbucciare la cipolla, metterla nel Tritamix assieme ai datteri, alle mandorle e al coriandolo e tritare. Aggiungere il riso. Farcire la trota con il ripieno ottenuto e posizionarla nella Softiera 24 cm.
- Versare 120 ml di acqua nell'Unità di cottura e inserire la Softiera all'interno. Chiudere l'Unità con EasyQuick e metterla su Navigenio.
- Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", accendere Audiotherm, inserire il tempo di cottura di 5 minuti su Audiotherm, posizionarlo su Visiotherm e ruotarlo finché compare il simbolo "vapore".
- Al termine del tempo di cottura, spennellare le trote con del burro fuso. Mescolare il pepe, lo zenzero e lo zucchero e ricoprire le trote.
- Coprire l'Unità con Navigenio capovolto e impostarlo a livello "II". Inserire un tempo di 5 minuti su Audiotherm e gratinare.
- Al termine del tempo di cottura, spolverare con la cannella.

Tempo di cottura: 5 minuti + 5 minuti di gratinatura
ca. 650 kcal a persona



Spiedini di salmone e frutta

Per ca. 30 spiedini

 ca. 20 minuti



1 mango
400 g di filetto di salmone
150 g di taccole
100 g di senape
250 g di yogurt greco
5 steli di aneto
40 g di miele
Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità di cottura
24 cm 3,5 l
Softiera 24 cm
EasyQuick con
anello di tenuta
da 24 cm
Audiotherm
Navigenio
Tritamix

- Sbucciare il mango e separare la polpa. Tagliare il filetto di salmone e il mango a cubetti di ca. 1,5 cm di spessore. Dividere a metà le taccole, a seconda della loro grandezza. Infilare su degli spiedini di legno i cubetti di salmone e mango e un paio di pezzi di taccole; disporre la prima metà degli spiedini in un inserto Softiera 24 cm.
- Versare dell'acqua (ca. 150 ml) nell'Unità di cottura 24 cm 3,5 l, inserire l'inserto Softiera e coprire l'Unità con EasyQuick.
- Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 4 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Trascorso il tempo di cottura, estrarre l'inserto Softiera e cuocere allo stesso modo l'altra metà di spiedini.
- Mescolare nel Tritamix la senape, lo yogurt greco, l'aneto e il miele. Insaporire con sale e pepe e servire la salsa con gli spiedini di salmone.

Tempo di cottura: ca. 4 minuti
ca. 45 kcal per spiedino

Suggerimento: il salmone è ricco di acidi grassi Omega 3. Gli Omega 3 hanno effetti positivi sul sistema cardiovascolare.

Gamberoni speziati

Per 10 gamberoni

10 gamberoni crudi
3 peperoncini rossi
piccanti
70 ml di olio di
arachidi
3 cucchiaini di salsa
di soia

Prodotti AMC

Unità di cottura
24 cm 3,5 l
Padella
Arcobaleno 20 cm
Softiera 24 cm
EasyQuick con
anello di tenuta
da 24 cm
Audiotherm
Navigenio

 ca. 10 minuti



- Disporre i gamberoni nell'inserto Softiera 24 cm.
- Versare dell'acqua (ca. 150 ml) nell'Unità di cottura 24 cm 3,5 l, inserire l'inserto Softiera, Coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio.
- Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 4 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Tagliare ad anelli i peperoncini e metterli nella Padella Arcobaleno 20 cm insieme con l'olio di arachidi. Riscaldare a calore massimo fino alla finestra "carne". Quindi, togliere dal fuoco e far raffreddare leggermente. Unire la salsa di soia.
- Trascorso il tempo di cottura, estrarre l'inserto Softiera e disporre i gamberoni in un piatto. Irrorarli con l'olio al peperoncino e servire.

Tempo di cottura: ca. 4 minuti
ca. 90 kcal per gamberone

Suggerimento: se preferite usare un olio diverso da quello di arachidi, fate attenzione alla sua stabilità al calore affinché non sia nocivo per la salute. Se non piace il piccante, potete utilizzare altre spezie.



Involtini di sogliola con pesto di rucola

Per ca. 8 involtini

8 filetti di sogliola
limanda sottili (da
ca. 50 g ciascuno)

70 g di parmigiano
(non grattugiato)

50 g di pistacchi

40 g di rucola

5 cucchiaini di olio di
oliva

Sale, pepe

8 pomodorini da
cocktail

Prodotti AMC

Unità di cottura
24 cm 3,5 l

Softiera 24 cm

EasyQuick con anello
di tenuta da 24 cm

Audiotherm

Navigenio

Tritamix

 ca. 20 minuti



- Appiattire leggermente i filetti di pesce. Tritare finemente il parmigiano e i pistacchi nel Tritamix. Aggiungere la rucola e continuare a tritare. Versare l'olio di oliva, insaporire con sale e pepe e mescolare.
- Spalmare un po' di pesto sui filetti di pesce, disporre un pomodorino da cocktail su ciascun filetto, arrotolarlo e fissarlo con uno stuzzicadenti. Disporre gli involtini in un inserto Softiera 24 cm.
- Versare dell'acqua (ca. 100 ml) nell'Unità di cottura 24 cm 3,5 l, inserire l'inserto Softiera, Coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio.
- Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 4 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Trascorso il tempo di cottura, estrarre l'inserto Softiera e servire gli involtini con il pesto rimasto.

Tempo di cottura: ca. 4 minuti
ca. 185 kcal per involtino

Suggerimento: questa ricetta necessita di massimo 100 ml di acqua, poiché il pesce rilascia già di per sé del liquido sotto l'influenza del calore e permette in questo modo la cottura al vapore.

Barchette di zucchine con riso

Per 6 barchette

100 g di riso tipo Carnaroli
3 zucchine
1 spicchio d'aglio
1 cipolla
1 carota
80 g di porro
50 g di albicocche secche
200 g di ricotta
Sale, pepe
1 mozzarella

Prodotti AMC

Unità di cottura 24 cm 3,5 l
Softiera 24 cm
EasyQuick con anello di tenuta da 24 cm
Audiotherm
Navigenio
Tritamix

 ca. 45 minuti



- Cuocere il riso.
- Tagliare a metà le zucchine e scavarle con un cucchiaino. Pelare l'aglio, la cipolla e la carota e tritarli finemente nel Tritamix. Mondare il porro e tagliarlo ad anelli sottili, tagliare a dadini le albicocche.
- Mescolare il riso con tutti gli ingredienti fino alla ricotta inclusa e aggiustare di sale e pepe. Disporre il ripieno nelle mezze zucchine e metterne una prima parte nell'inserto Softiera 24 cm.
- Versare dell'acqua (ca. 150 ml) nell'Unità di cottura 24 cm 3,5 l e inserire l'inserto Softiera. Coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 5 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore". Affettare la mozzarella.
- Trascorso il tempo di cottura, collocare l'Unità di cottura su un piano resistente al calore e distribuire la mozzarella sulle mezze zucchine. Coprire l'unità con Navigenio in posizione capovolta e, con l'ausilio di Audiotherm, gratinare a regolazione alta per ca. 4 minuti.
- Procedere allo stesso modo con le mezze zucchine rimaste.

Tempo di cottura: ca. 5 minuti + 4 minuti per la gratinatura
ca. 160 kcal per barchetta

Suggerimento: questa ricetta ben si adatta anche ad altre verdure, come ad esempio i peperoni. In tal caso, basta raddoppiare gli ingredienti per il ripieno.





Canederli con broccoli e pinoli

Per ca. 12 canederli

Per i canederli:

8 panini di grano duro del
giorno prima
500 ml di latte
1 cipolla
4 steli di prezzemolo
2 uova
Sale, pepe
Burro per ungere

Ripieno:

150 g di broccoli cotti
2 spicchi d'aglio
100 g di formaggio fresco
30 g di pinoli tostati
Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità di cottura 24 cm 3,5 l
Softiera 24 cm
EasyQuick con anello di tenuta da 24 cm
Audiotherm
Navigenio

 ca. 60 minuti



- Tagliare i panini a dadini di 1/2 cm. Scaldare il latte, versarlo sul pane e far macerare per mezz'ora circa.
- Pelare la cipolla, tritarla finemente e metterla in un'Unità di cottura piccola. Riscaldare a calore massimo fino alla finestra "carne" e rosolare brevemente la cipolla a calore basso. Tritare grossolanamente le foglie di prezzemolo e unirle ai dadini di pane insieme con le uova e la cipolla. Impastare bene il tutto e insaporire con sale e pepe.
- Schiacciare i broccoli. Pelare l'aglio, tritarlo finemente e unirlo ai broccoli. Aggiungere il formaggio fresco e i pinoli e impastare bene. Salare e pepare generosamente.
- Formare 12 canederli mettendo nel mezzo di ciascuno l'equivalente di un cucchiaino di ripieno. Disporre 6 canederli in un inserto Softiera 24 cm imburato.
- Versare dell'acqua (ca. 150 ml) nell'Unità di cottura 24 cm 3,5 l, coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 8 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Trascorso il tempo di cottura, estrarre l'inserto Softiera e cuocere allo stesso modo il resto dei canederli.

Tempo di cottura: ca. 8 minuti
ca. 180 kcal per canederlo

Suggerimento: i canederli ai broccoli sono perfetti come contorno per sostanziosi piatti a base di pesce o gulasch.

Involtini di verza ripieni di cuscus

Per 8 involtini

80 g di cuscus
20 g di uva passa
1 cipolla
40 g di anacardi non salati
2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
150 g di panna acida
Sale, pepe
Pepe di Cayenna
Paprica piccante
8 foglie di verza sbollentate

Prodotti AMC

Unità di cottura
24 cm 3,5 l
Softiera 24 cm
EasyQuick con anello di tenuta da 24 cm
Audiotherm
Navigenio
Tritamix

 ca. 30 minuti



- Cuocere il cuscus e l'uva passa.
- Pelare la cipolla e tagliarla a dadini. Tritare finemente gli anacardi nel Tritamix.
- Mescolare cuscus, uva passa, cipolla, anacardi, concentrato di pomodoro e panna acida e insaporire con sale, pepe, pepe di Cayenna e paprica.
- Stendere le foglie di verza su uno strofinaccio asciutto e farle asciugare bene, tagliare la costola centrale dura e disporvi sopra il ripieno. Avvolgere a formare un pacchettino, legare con spago da cucina e metterli in un inserto Softiera 24 cm.
- Versare dell'acqua (ca. 150 ml) nell'Unità di cottura 24 cm 3,5 l e inserire l'inserto Softiera con gli involtini di verza. Coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 8 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".

Tempo di cottura: ca. 8 minuti
ca. 130 kcal per involtino

Suggerimento: servire con una salsa al formaggio o agli champignon.





Champignon ripieni

Per ca. 35 champignon

 ca. 20 minuti



350 g di champignon
(ca. 35 pezzi di diametro
di ca. 4 cm)

1 cipolla

30 g di olive nere
denocciolate

2 pomodori secchi

100 g di feta

2 cucchiaini di formaggio
fresco (20% di grassi)

150 g di macinato di
manzo

Sale, pepe

Peperoncino in scaglie

Prodotti AMC

Unità di cottura
24 cm 3,5 l

Softiera 24 cm

EasyQuick con anello
di tenuta da 24 cm

Audiotherm

Navigenio

Tritamix

- Pulire gli champignon con un pennello o uno strofinaccio e privarli dei gambi.
- Pelare la cipolla e tritarla finemente nel Tritamix insieme con le olive e i pomodori secchi. Incorporare la feta, il formaggio fresco e il macinato di manzo, quindi insaporire con sale, pepe e peperoncino in scaglie. Farcire gli champignon e disporre una prima metà in un inserto Softiera.
- Versare dell'acqua (ca. 150 ml) nell'Unità di cottura 24 cm 3,5 l e inserire l'inserto Softiera 24 cm. Coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 4 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Trascorso il tempo di cottura, eventualmente coprire l'Unità con Navigenio in posizione capovolta affinché gli champignon assumano un bel colore dorato (regolazione alta, ca. 3 minuti)
- Estrarre l'inserto Softiera e cuocere allo stesso modo la seconda metà di champignon.

Tempo di cottura: ca. 4 minuti
ca. 25 kcal per champignon

Tortellini alla russa (Pelmeni)

Per ca. 12 tortellini

Per la sfoglia:

100 g di farina
2 cucchiaini di olio di
arachidi
1/2 cucchiaino di sale
acqua (ca. 50 ml)

Per il ripieno:

1 cipolla
1 spicchio d'aglio
1 pezzetto di zenzero
2 peperoncini piccanti
100 g di macinato di
manzo
Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità di cottura
24 cm 3,5 l
Softiera 24 cm
EasyQuick con anello
di tenuta da 24 cm
Audiotherm
Navigenio

 ca. 25 minuti (escluso il tempo di riposo)



- Per la sfoglia, mescolare la farina, l'olio e il sale e impastare con l'acqua fino a formare un impasto morbido. Coprire e far riposare 30 minuti.
- Pelare e tagliare a dadini la cipolla e l'aglio, pelare e grattugiare lo zenzero, mondare i peperoncini e tagliarli finemente, quindi mescolare il tutto con il macinato di manzo. Salare e pepare.
- Impastare nuovamente la pasta, suddividerla in 12 palline e stenderle in dischi di ca. 5 cm. Distribuire il ripieno su metà dischi e ricoprire con l'altra metà, in modo da ottenere un semicerchio. Sigillare i bordi e disporre la prima metà in un inserto Softiera 24 cm.
- Versare dell'acqua (ca. 150 ml) nell'Unità di cottura 24 cm 3,5 l, inserire l'inserto Softiera, coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 10 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Trascorso il tempo di cottura, estrarre l'inserto Softiera e cuocere allo stesso modo l'altra metà di tortellini.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti
ca. 55 kcal per pezzo

Suggerimento: servire i tortellini accompagnandoli con una salsa di panna acida ed erbe aromatiche fresche.

Mele ripiene

Per 4 porzioni

1 cucchiaino di chicchi
di caffè
50 g di uvetta
ricoperta di cioccolato
50 g di mandorle
a lamelle
4 mele acidule ben
sode

Per completare:

Liquore al cioccolato o
all'uovo
Gelato alla vaniglia
Panna montata

Prodotti AMC

Unità di cottura
24 cm 5,0 l
Softiera 24 cm
EasyQuick con anello
di tenuta da 24 cm
Audiotherm
Navigenio
Tritamix

 ca. 20 minuti



- Tritare finemente i chicchi di caffè nel Tritamix. Aggiungere l'uvetta e le mandorle e tritare.
- Lavare le mele ed eliminare il torsolo con un levatorsoli. Distribuire il ripieno nelle mele e disporle in un inserto Softiera 24 cm.
- Versare dell'acqua (ca. 150 ml) nell'Unità di cottura 24 cm 5,0 l, inserire l'inserto Softiera, coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 10 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Trascorso il tempo di cottura, completare a piacere le mele con liquore al cioccolato o all'uovo, gelato alla vaniglia, panna montata e servire.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti
ca. 310 kcal a persona





Gnocchi dolci ripieni con crema alla vaniglia

Per ca. 4 gnocchi

Per gli gnocchi dolci:

125 ml di latte tiepido
1/2 cubetto di lievito
di birra
250 g di farina
25 g di zucchero
25 g di burro morbido
1 uovo
1 tuorlo
Burro per ungere

Per la salsa alla vaniglia:

1 baccello di vaniglia
10 g di amido di mais
25 g di zucchero
150 ml di latte
125 ml di panna
2 tuorli
30 g di cioccolato bianco

Per il ripieno:

2 prugne piccole
4 cucchiaini di semi di
papavero

Prodotti AMC

Unità di cottura 24 cm 5 l
Softiera 24 cm
EasyQuick con anello di tenuta da 24 cm
Audiotherm
Navigenio

 ca. 45 minuti (escluso il tempo di riposo)



- Per la pasta lievitata, mescolare il latte con il lievito sbriciolato, un cucchiaino di farina e un cucchiaino di zucchero, coprire e far riposare per circa 30 minuti in luogo caldo, finché il volume sia quasi raddoppiato. Integrare l'impasto con il resto della farina e dello zucchero, il burro, l'uovo e il tuorlo fino a ottenere un impasto liscio. Coprire e far riposare in luogo caldo per altri 30 minuti.
- Per la crema alla vaniglia, mescolare in un'Unità di cottura piccola la polpa del baccello di vaniglia, l'amido di mais, lo zucchero, il latte e la panna. Portare a bollore mescolando continuamente. Togliere l'Unità di cottura dal fuoco, unire i tuorli e sciogliervi il cioccolato mescolando di continuo. Tenere in caldo la crema mescolando di tanto in tanto.
- Tagliare a metà le prugne. Tagliare in quattro pezzi la pasta lievitata, farcire ciascuno con mezza prugna e un cucchiaino di semi di papavero, richiudere bene e formare uno gnocco. Ungere con il burro l'inserto Softiera 24 cm e disporvi gli gnocchi farciti.
- Versare dell'acqua (ca. 150 ml) in un'Unità 24 cm 5 l e inserire l'inserto Softiera. Coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 15 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Trascorso il tempo di cottura, estrarre l'inserto Softiera e condire gli gnocchi con la crema alla vaniglia. Eventualmente, servire cosparsi di semi di papavero.

Tempo di cottura: ca. 15 minuti
ca. 580 kcal per gnocco

Suggerimento: per cambiare, aggiungere al ripieno qualche dadino di cioccolato.

Cuocere e arrostitire

Con EasyQuick AMC si preparano piatti particolarmente saporiti e cotti alla perfezione. Il cibo resta succoso con grande risparmio di tempo.

Risparmio di tempo*



	⇒	-22%
	⇒	-38%
	⇒	-22%
	⇒	-33%
	⇒	-47%



* risparmio di tempo con la cottura automatica con EasyQuick rispetto alla cottura automatica con coperchio classico AMC

Zuppa di pesce

Per 4 persone

2 cipolle

600 g di patate a pasta gialla

250 g di carote

1,5 l di brodo vegetale

300 g di filetto di salmone

200 g di filetto di merluzzo

1 mazzetto di prezzemolo

Salsa di soia

Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità di cottura
20 cm 4,5 l

EasyQuick con anello
di tenuta da 20 cm

Audiotherm

Navigenio

 ca. 30 minuti



- Pelare le cipolle e tagliarle a dadini. Pelare le patate e tagliarle a pezzi di ca. 3 cm, pelare le carote e tagliarle a fette.
- Mettere le cipolle in un'Unità di cottura 20 cm 4,5 l, coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Con l'ausilio di Audiotherm, riscaldare a livello 6 fino alla finestra "carne". Rosolare brevemente le cipolle, quindi aggiungere le patate e le carote. Sfumare con il brodo. Coprire nuovamente con EasyQuick, impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 15 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Tagliare il pesce a cubetti, trascorso il tempo di cottura unirli alla zuppa e cuocere a fuoco lento per 5 minuti circa.
- Tritare finemente le foglie di prezzemolo. Insaporire la zuppa con la salsa di soia, sale e pepe e cospargerla di prezzemolo.

Tempo di cottura: ca. 15 minuti
ca. 380 kcal a persona

Suggerimento: la rana pescatrice è una gustosa alternativa al filetto di merluzzo.

Misto gratinato di champignon, spinaci e patate

Per 4 persone

3 cipolle
2 spicchi d'aglio
600 g di patate farinose
400 g di champignon
200 g di spinaci
2 cucchiaini di brodo
vegetale
200 g di panna acida
Sale, pepe
100 g di formaggio
grattugiato

Prodotti AMC

Unità di cottura
24 cm 6,5 l
EasyQuick con anello
di tenuta da 24 cm
Audiotherm
Navigenio

 ca. 25 minuti



- Pelare e tritare finemente le cipolle e gli spicchi d'aglio. Pelare le patate e tagliarle a cubetti di 2 cm. Pulire gli champignon con un pennello o uno strofinaccio. Mondare e lavare gli spinaci.
- Mettere le cipolle in un'Unità di cottura 24 cm 6,5 l, coprire l'Unità con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Con l'ausilio di Audiotherm, riscaldare a livello 6 fino alla finestra "carne", scoperchiare l'Unità e rosolare brevemente il mix di cipolle e aglio a livello 2. Unire gli champignon e continuare a rosolare.
- Aggiungere gli spinaci ancora grondanti d'acqua e i dadini di patate, chiudere con EasyQuick. Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 10 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Mescolare il brodo vegetale con la panna acida, trascorso il tempo di cottura, unire il tutto alla preparazione. Aggiustare di sale e pepe e cospargere di formaggio grattugiato.
- Posizionare l'Unità di cottura su un piano resistente al calore, coprire l'Unità con Navigenio in posizione capovolta e gratinare a regolazione alta per 5 minuti con l'ausilio di Audiotherm.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti + 5 minuti gratinatura
ca. 330 kcal a persona



Minestrone

Per 4 persone

600 g di verdure miste (ad es.,
carote, melanzane, zucchine,
sedano da costa, peperoni rossi)
1,25 l di brodo vegetale saporito
1 scatola (ca. 400 g) di polpa di
pomodoro

100 g di pastina
per brodo
Sale, pepe
Olio di oliva
Parmigiano
grattugiato a piacere

Prodotti AMC

Unità di cottura 20 cm 4,0 l
EasyQuick con anello di
tenuta da 20 cm
Audiotherm
Navigenio

 25 minuti



- Mondare le verdure e tagliarle a piccoli pezzi. Metterle, insieme con il brodo vegetale e la polpa di pomodoro, in un'Unità di cottura 20 cm 4,0 l e posizionarla su Navigenio.
- Coprire l'Unità con EasyQuick, impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 8 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Trascorso il tempo di cottura, aggiungere la pastina e cuocere a calore basso per 3-4 minuti. Condire con sale, pepe e olio di oliva e servire cosperso di parmigiano grattugiato.

Tempo di cottura: 8 minuti
ca. 240 kcal a persona

Curry vegetariano

Per 4 persone

500 g di tofu
150 ml di brodo vegetale
1 cipolla
2 spicchi di aglio
3 rametti di menta
800 g di pomodori (tagliati a dadini)
Garam masala q.b.
50 g di anacardi
Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità di cottura 24 cm 5,0 l
EasyQuick
Navigenio
Audiotherm

 75 minuti



- Tagliare il tofu a cubetti di circa 1,5 cm e lasciar marinare per almeno un'ora nel brodo.
- Sbucciare la cipolla e tagliarla a dadini. Sbucciare l'aglio e tagliare a dadi.
- Mettere il misto di cipolla nell'Unità di cottura a freddo e posizionarla su Navigenio. Coprire l'Unità di cottura con EasyQuick e mettere l'unità su Navigenio. Impostare Navigenio a livello 6. Accendere Audiotherm, posizionarlo su Visiotherm e ruotare finché compare il simbolo "carne".
- Tritare finemente le foglie di menta.
- Al suono di Audiotherm, impostare Navigenio a livello 2 e far rosolare il misto di cipolla e aglio.
- Aggiungere i pomodori, il garam masala, gli anacardi e la menta. Infine unire anche il tofu.
- Chiudere l'Unità con EasyQuick, Impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", inserire il tempo di 4 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Al termine del tempo di cottura, aggiustare con sale e pepe.

Tempo di cottura: 4 minuti
ca. 277 kcal a persona

Zuppa di lenticchie rosse

Per 4 persone

2 cipolle
un pezzetto di zenzero
200 g di speck a dadini
30 g di cranberries o
dadini di albicocche
secche

200 g di lenticchie rosse
800 ml di brodo vegetale
1 scatola (ca. 400 g) di
polpa di pomodoro
4 cucchiaini di arachidi
salate, a piacere
Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità di cottura 20 cm 3,0 l
EasyQuick con anello di
tenuta da 20 cm
Audiotherm
Navigenio
Tritamix

 ca. 15 minuti



- Pelare le cipolle e lo zenzero. Tagliare a dadini lo zenzero e tagliare le cipolle ad anelli. Coprire l'Unità di cottura 20 cm 3,0 l con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Con l'ausilio di Audiotherm, riscaldare a livello 6 fino alla finestra "carne". Portare Navigenio al livello 2 e rosolare i dadini di speck.
- Aggiungere gli anelli di cipolla, lo zenzero, i cranberries o i dadini di albicocca e le lenticchie, quindi sfumare con il brodo vegetale. Unire la polpa di pomodoro e chiudere con EasyQuick. Impostare Navigenio nella modalità di cottura automatica "A", su Audiotherm impostare un tempo di cottura di 6 minuti, applicarlo e ruotare finché appare il simbolo "vapore".
- Tritare finemente le arachidi nel Tritamix.
- Trascorso il tempo di cottura, insaporire con sale e pepe, cospargere di arachidi e servire.

Tempo di cottura: ca. 6 minuti
ca. 725 kcal a persona

Tajine di pollo e pere

Per 4 persone

1 cucchiaino di curcuma macinata
 1 cucchiaino di cumino macinato
 1 cucchiaino di coriandolo macinato
 1 cucchiaino di sale
 5 cucchiaini olio EVO
 4 cosce di pollo
 1 mazzetto di coriandolo
 1 pezzetto piccolo di zenzero
 2 pere
 2 cipolle
 2 bastoncini di cannella
 2 foglie secche di alloro
 150 ml di acqua
 2 cucchiaini di miele

Prodotti AMC

Unità di cottura 24 cm 3,5 l
 EasyQuick
 Navigenio
 Audiotherm
 Tritamix

 30 minuti



- Mescolare la curcuma, il cumino, il coriandolo con il sale e l'olio e spalmare il composto sulle cosce di pollo.
- Sbucciare e tagliare le pere a dadini. Tagliare a pezzetti le foglie di coriandolo. Sbucciare e grattugiare lo zenzero.
- Sbucciare le cipolle, tritarle nel Tritamix e metterle nell'Unità di cottura.
- Coprire l'Unità di cottura con EasyQuick e mettere l'unità su Navigenio. Impostare Navigenio a livello 6. Accendere Audiotherm, posizionarlo su Visiotherm e ruotare finché compare il simbolo "carne".
- Al suono di Audiotherm, impostare Navigenio a livello 2 e rosolare brevemente le cipolle. Aggiungere il pollo, distribuirvi sopra i bastoncini di cannella, sbriciolare le foglie di alloro e cospargerle sopra il pollo.
- Aggiungere il coriandolo, lo zenzero, l'acqua e metà delle pere tagliate a dadini.
- Chiudere l'Unità con EasyQuick, impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", inserire il tempo di 10 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "verdura".
- Al termine del tempo di cottura, unire le pere restanti e cospargere di miele.

Tempo di cottura: 10 minuti

Ca. 540 kcal a persona

Ragù speciale

Per 6 persone

2 spicchi d'aglio
2 cipolle
3 peperoncini rossi piccanti
700 g di pomodori da insalata
500 g di macinato di manzo

1 scatola (ca. 250 g) di mais
1 scatola (ca. 250 g) di fagioli borlotti
70 g di senape piccante

150 g di concentrato di pomodoro
2 stecche di cannella
500 ml di brodo di manzo
3 cucchiaini di olio di oliva
Sale, pepe

Prodotti AMC

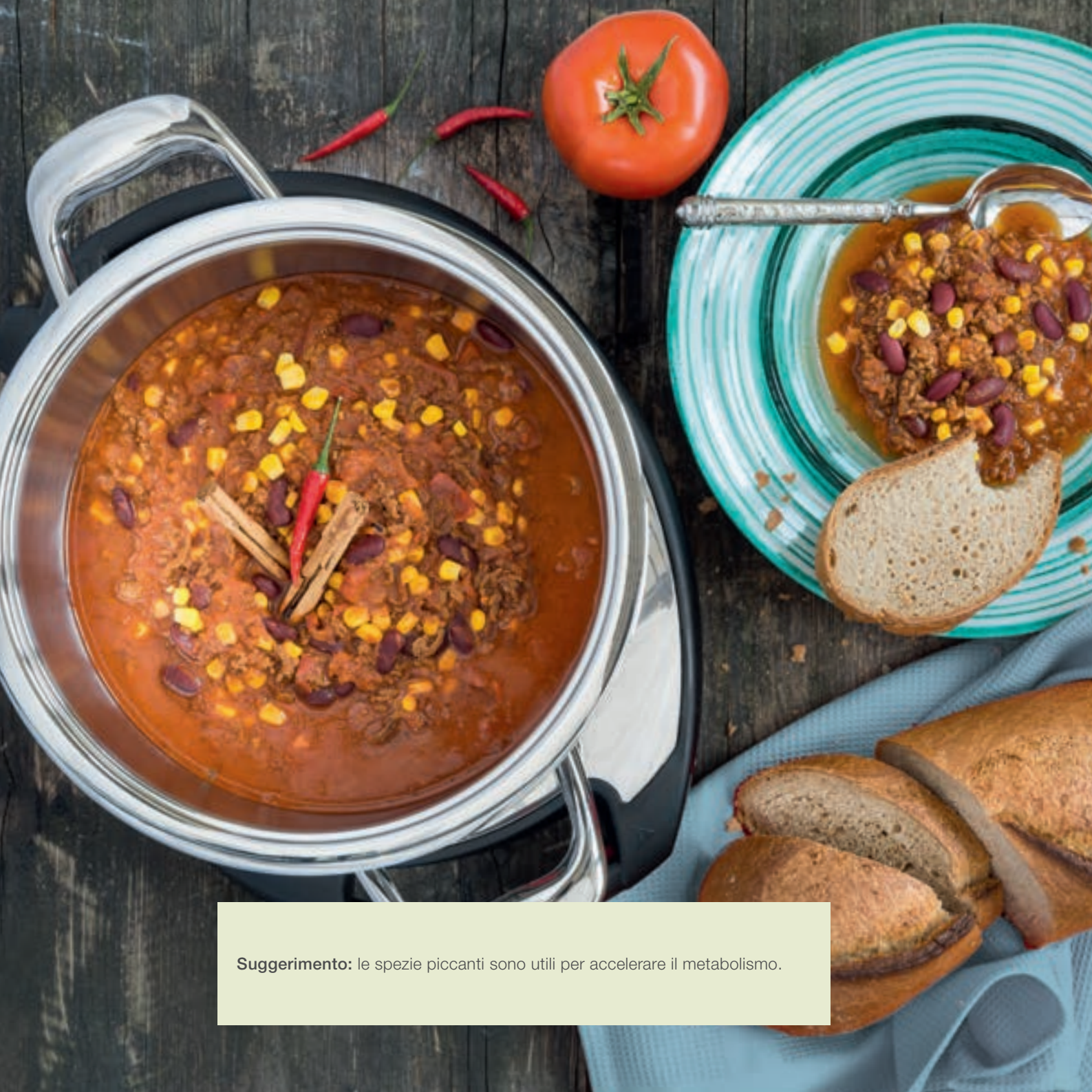
Unità di cottura 24 cm 5,0 l
EasyQuick con anello di tenuta da 24 cm
Audiotherm
Navigenio

 ca. 40 minuti



- Pelare le cipolle e l'aglio, eliminare i semi del peperoncino e tagliare il tutto a dadini. Mondare i pomodori e tagliare anch'essi a dadini.
- Coprire l'Unità di cottura 24 cm 5,0 l con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Con l'ausilio di Audiotherm, riscaldare a livello 6 fino alla finestra "carne".
- Aggiungere il macinato di manzo e rosolare a livello 2. Unire il resto degli ingredienti fino al brodo incluso e mescolare bene.
- Coprire di nuovo l'Unità con EasyQuick, impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 10 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Trascorso il tempo di cottura, completare con olio di oliva, aggiustare di sale e pepe e servire.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti
ca. 380 kcal a persona



Suggerimento: le spezie piccanti sono utili per accelerare il metabolismo.

Pollo in umido con patate, cavolo e porri

Per 4 persone

400 g di petto di pollo
500 g di patate farinose
350 g di cavolo rapa
2 peperoncini
200 ml di brodo di pollo
250 g di porri
2 arance
40 g di panna acida
Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità di cottura
20 cm 4,0 l
EasyQuick con anello
di tenuta da 20 cm
Audiotherm
Navigenio

 ca. 25 minuti



- Tagliare il petto di pollo a dadini. Pelare le patate e il cavolo rapa. Tagliare le patate a dadini e il cavolo rapa a bastoncini. Mondare i peperoncini e tagliarli ad anelli.
- Coprire l'Unità di cottura 20 cm 4,0 l con EasyQuick e posizionarla su Navigenio. Con l'aiuto di Audiotherm, riscaldare a livello 6 fino alla finestra "carne". Unire il petto di pollo, ridurre a calore 2 e rosolare.
- Aggiungere le patate, il cavolo rapa e i peperoncini e sfumare con il brodo. Coprire nuovamente l'Unità con EasyQuick, impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 10 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Mondare i porri, tagliarli per il lungo e affettarli. Trascorso il tempo di cottura, aggiungere i porri e cuocere a fuoco lento per 3 minuti circa. Nel frattempo pelare e sfilettare le arance. Amalgamare la panna acida, aggiustare di sale e pepe e servire guarnito con le arance.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti
ca. 340 kcal a persona

Suggerimento: questa ricetta si adatta a diverse varianti. Potete, ad esempio, sostituire il cavolo rapa con carote o cavolfiore.

Curry di pollo cremoso

Per 4 persone

750 g di petto di pollo

3 cipollotti

3 carote di media
grandezza

1 stelo di citronella

350 ml di latte di cocco

3 cucchiaini di pasta di
curry gialla

1 mango

Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità di cottura 20 cm 4,0 l

EasyQuick con anello
di tenuta da 20 cm

Audiotherm

Navigenio

 ca. 25 minuti



- Tagliare il petto di pollo a dadini di 2 cm circa, mondare i cipollotti e tagliarli a rondelle sottili, pelare le carote e tagliarle a fette di 0,5 cm. Premere leggermente la citronella.
- Coprire l'Unità di cottura 20 cm 4,0 l con EasyQuick, posizionarla su Navigenio e con l'aiuto di Audiotherm riscaldare a livello 6 fino alla finestra "carne". Unire il pollo a dadini e rosolare a livello 2. Aggiungere i cipollotti e le carote e continuare a rosolare. Sfumare con il latte di cocco, amalgamare la pasta di curry e l'erba cipollina.
- Coprire nuovamente l'Unità con EasyQuick, impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 10 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Nel frattempo pelare il mango, eliminare il nocciolo e tagliarlo a dadini. Trascorso il tempo di cottura, unire i dadini di mango, aggiustare di sale e pepe e servire.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti
ca. 480 kcal a persona





Polpette di carne in sugo di pomodori

Per ca. 8 polpette

1/2 cipolla
 1 spicchio d'aglio
 3 rametti di timo
 1/2 panino del giorno prima
 1 cucchiaino di formaggio fresco
 (20 % di grassi)
 250 g di macinato misto
 Sale, pepe
 Pepe di Cayenna

Per il sugo di pomodori:

1 peperone giallo
 1 scatola (ca. 400 g) di
 polpa di pomodoro
 1 mazzetto di prezzemolo liscio
 2 cucchiaini di olio di oliva
 Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità di cottura 24 cm 3,5 l
 EasyQuick con anello
 di tenuta da 24 cm
 Audiotherm
 Navigenio

 ca. 35 minuti



- Pelare e tagliare a dadini la cipolla e l'aglio, tritare le foglie di timo. Tagliare a dadini il panino e ammolloarlo in acqua.
- Strizzare i dadini di pane per eliminare l'acqua in eccesso, amalgamarli con la cipolla, l'aglio, il timo, il formaggio fresco e il macinato misto e condire generosamente con sale, pepe e pepe di Cayenna. Formare 8-10 polpette.
- Coprire l'Unità 24 cm 3,5 l con EasyQuick, posizionarla su Navigenio e con l'ausilio di Audiotherm riscaldare a livello 6 fino alla finestra "carne". Mettere le polpette, coprire nuovamente con EasyQuick e rosolare a livello 2, fino al raggiungimento dei 90°C. Girare le polpette, coprire nuovamente l'Unità con EasyQuick e cuocere anche il secondo lato fino ai 90°C.
- Mondare il peperone, tagliarlo a dadini e amalgamarlo alle polpette insieme con la polpa di pomodoro. Riposizionare EasyQuick, impostare Navigenio sulla modalità automatica "A", impostare il tempo di cottura di 5 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Tritare grossolanamente le foglie di prezzemolo. Trascorso il tempo di cottura, unire il prezzemolo, insaporire con olio di oliva e aggiustare di sale e pepe.

Tempo di cottura: ca. 5 minuti
 ca. 130 kcal per polpetta

Ragù di pesce

Per 4 persone

1 spicchio di aglio
1 cipolla
100 g di porro
1 carota
2 gambi di sedano
500 g di passata di pomodori
100 ml di brodo vegetale
600 g filetti di pesce (ad es. merluzzo e rana pescatrice)
1 mazzetto di prezzemolo
2 cucchiaini di olio EVO
Sale, pepe

Prodotti AMC

Unità Gourmet 24 cm 4,4 l
Navigenio
EasyQuick
Audiotherm
Tritamix

 20 minuti



- Sbucciare lo spicchio di aglio e la cipolla. Pulire e sbucciare il porro, la carota e il sedano e tritarli finemente nel Tritamix.
- Mettere gli ingredienti nell'Unità Gourmet, chiudere con EasyQuick e mettere l'Unità su Navigenio. Impostare Navigenio su livello 6. Accendere Audiotherm, posizionarlo su Visiotherm e ruotare finché compare il simbolo "carne".
- Al suono di Audiotherm, impostare Navigenio a livello 2 e lasciar rosolare.
- Aggiungere i pomodori, il brodo vegetale e il pepe. Chiudere nuovamente l'Unità con EasyQuick, impostare Navigenio sul programma automatico "A". Inserire il tempo di 5 minuti su Audiotherm, applicarlo e ruotarlo finché appare il simbolo "vapore".
- Tagliare i filetti di pesce in pezzi larghi e aggiungerli al termine del tempo di cottura. Coprire nuovamente con EasyQuick e impostare sul programma automatico "A". Inserire altri 5 minuti di tempo su Audiotherm e cuocere.
- Aggiungere il prezzemolo tritato, irrorare con un filo d'olio e insaporire con sale e pepe.

Tempo di cottura: 10 minuti
Ca. 271 kcal a persona

