



Besser essen.
Besser leben.



AMC oPan

Frühstück & Brunch
einfach & trendy



Das Premium
Kochsystem

www.amc.info



Herzlichen Glückwunsch! Sie sind ab jetzt stolze Besitzerin oder Besitzer der neuesten Koch-Innovation von AMC! Die oPan ist mehr als nur eine Pfanne, sie eröffnet völlig neue Kocherlebnisse: offenes Braten mit AMC!

Erleben Sie

- **den ersten abnehmbaren Griff**
Er liegt außerordentlich gut in der Hand – die Ergonomie wurde ausgiebig geprüft.
- **das flache & elegante Design**
Eine formvollendete Pfanne – ein Hingucker in jedem Haushalt!
- **die einfache Handhabung**
Die oPan ist leicht, handlich und für alle Herdarten geeignet – sie benötigt wenig Platz im Schrank und im Geschirrspüler.
- **das einfache & schnelle Kochen**
Die oPan garantiert durch den cleveren und dünnen Kapselboden eine schnelle Aufheizzeit – Sie gewinnen wertvolle Zeit.
- **die leckeren Rezepte**
Sie ist perfekt für schnelle Gerichte wie Pfannkuchen, Crêpes, Toasties, Fladenbrote und natürlich Eierspeisen.

-  Alles mit Ei! 8
-  Pancakes 12
-  Crêpes..... 14
-  Toasts & Snacks..... 18
-  Fladenbrot-Hits 24
-  Für den kleinen Hunger..... 28



oPan ist die ideale Pfanne für die einfache & schnelle Zubereitung von Köstlichkeiten zum Frühstück & Brunch.

Herzlichst
AMC International

SERVIER-TIPPS FÜR KINDER

Hier finden Sie tolle Servierempfehlungen für Ihre Kinder. Denn Kinder sehen Dinge mit anderen Augen!

So finden Sie noch leichter das Rezept, das Sie suchen:



vitaminreich



fettarm



kalorienarm



ballaststoffreich



cholesterinarm

AMC oPan

Junges & modernes Kochen

Der oPan Strukturboden

- spezielle o-Struktur
- einzigartiger Look



Der oPan Pfannenkörper

- aus hochglanzpoliertem Premium Edelstahl
- große Bratfläche (identisch wie HotPan 28 cm)
- flaches und elegantes Design
- leicht und handlich, einfach zu greifen und zu bewegen



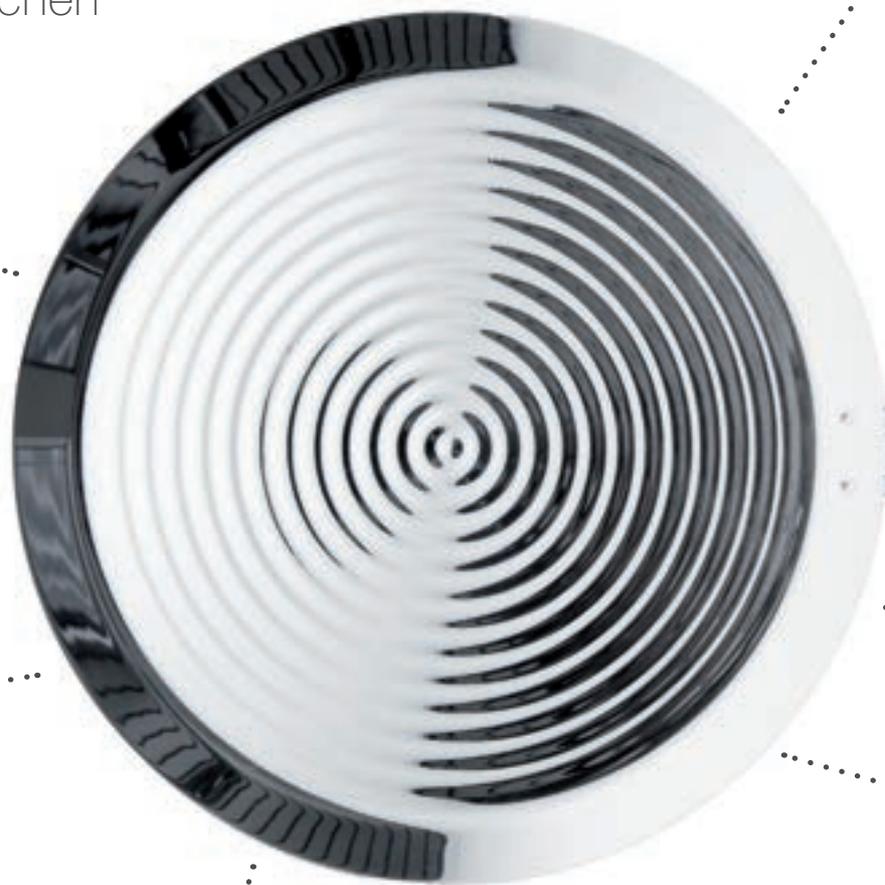
Beste Edelstahlpfanne ohne Beschichtung – für Ihre Gesundheit:

- gesundes Braten ohne Zusatz von Fett
- weniger Kalorien, mehr Geschmack
- kein Ablösen ungesunder Substanzen
- kein Austreten von Giften, wie bei beschichteten Pfannen



Der oPan Pfannenrand

- niedrig und flach für kreatives Braten
- leichtes Wenden und Herausnehmen von Gerichten
- Spektakulär einfaches Herausgleiten von Speisen



Einfache Reinigung

- keine Ecken, leicht zu reinigen
- geeignet für die Geschirrspülmaschine
- optimale Hygiene ist garantiert



Erster abnehmbarer AMC Griff

- der **stabilste und sicherste Griff** auf dem Markt
- geprüfte ergonomische Handhabung
- patentiertes Schließsystem
- einfach in der Geschirrspülmaschine zu reinigen
- ergonomisches Design
- platzsparende Aufbewahrung



Platzsparende Aufbewahrung

- flach und handlich
- wenig Platzbedarf in Regal und Geschirrspülmaschine



Der AMC Akkutherm Kapselboden

- schnelle Wärmeleitung
- gute und gleichmäßige Wärmeverteilung
- Kapselboden und Pfannenkörper sind durch ein spezielles, von AMC entwickeltes, Press-Schweiß-Verfahren permanent und nahtlos miteinander verbunden
- aufgrund des Kapselbodens können Sie die oPan energiesparend auf allen Herdarten benutzen, egal ob Gas, Elektrik, Induktion

Die oPan Garantie

- die oPan hat eine lange Lebensdauer – wir geben Ihnen **30 Jahre** Garantie auf die Pfanne und **2 Jahre** Garantie auf den Griff
- AMC Garantie gilt für Mängel des Produktes selbst, nicht des unsachgemäßen Gebrauchs
- schont Ihren Geldbeutel und die Umwelt

Braten mit der AMC oPan – Step by Step

Bei AMC ist die Temperatur entscheidend. Die richtige Temperatur gewährleistet ein tolles Bratergebnis. Auch bei der neuen „offenen“ AMC Kochmethode.

So finden Sie die richtige Temperatur

1. Aufheizen mit tanzenden Wassertropfen

1. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen.
2. Ein paar Wassertropfen in die Pfanne geben. Sobald ein Tropfen Wasser auf dem heißen Pfannenboden nicht nur verdampft, sondern auf der Pfannenoberfläche „tanzt“, hat der Pfannenboden die perfekte Temperatur zum Braten erreicht.



3. Auf kleine Stufe/Flamme reduzieren und Speise hineingeben.
4. Wenden, sobald sich die Speise lösen lässt und zweite Seite fertig braten.

2. Aufheizen mit Deckel

1. Deckel 24 cm auf oPan setzen und auf größter Stufe/Flamme bis zum Bratfenster aufheizen. Sobald das Bratfenster erreicht ist, auf kleine Stufe/Flamme reduzieren und Speise hineingeben.
2. Wenden, sobald sich die Speise lösen lässt und zweite Seite fertig braten.

Tipp: Mit dem Audiotherm geht es noch bequemer und leichter.



Ihre oPan ist schnell

Aufheizzeiten* auf verschiedenen Herden

(*im Durchschnitt)



Elektroherd
ca. 3 Minuten



Navigenio
ca. 3 Minuten



Gas
ca. 2 Minuten



Induktion
ca. 1 Minute

Tipp: Wenn Sie die oPan auf Induktion oder Gas verwenden, heizen Sie am besten ohne Deckel auf. Dann geht es noch schneller!

Falls es doch einmal etwas Fett zum Braten benötigt

1. oPan auf größter Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist – tanzende Wassertropfen oder Bratfenster.
2. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und Fett hineingeben (ca. 1 TL Öl oder Butter). Gleichmäßig in der oPan verteilen (durch Bewegen der Pfanne oder durch Ausreiben mit einem Küchenpapier) und Speise hineingeben.
3. Wenden, sobald sich die Speise lösen lässt und zweite Seite fertig braten.



Lassen Sie die oPan während des Aufheizens und Bratens nie unbeaufsichtigt. Es besteht die Gefahr, dass die Pfanne zu heiß wird und das Lebensmittel anbrennt.



Alles mit Ei!

Spiegeleier



2 Eier
Salz, Pfeffer
1 TL Fett, Öl oder Butter

1. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
2. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Fett hineingeben und in der oPan verteilen.
3. Eier in die oPan aufschlagen und auf kleiner Stufe/Flamme je nach Belieben fertig garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Rührei



2 Eier
Salz, Pfeffer
1 TL Fett, Öl oder Butter

1. Eier mit Salz und Pfeffer würzen, mit einer Gabel verquirlen.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Fett hineingeben und in der oPan verteilen.
4. Eimasse hineingeben und unter Rühren braten, bis die Masse gestockt ist.

**FÜR KINDER:
ACHTEN SIE DARAUF,
DIE GERICHTE LUSTIG
UND KINDGERECHT
ZU PRÄSENTIEREN!**



Mit krossem Frühstücksspeck servieren:

1. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
2. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und Speck hineingeben.
3. Sobald der Speck knusprig wird, wenden und je nach Wunsch fertig braten.





Omelett



2 Eier

Salz, Pfeffer

1 TL Fett, Öl oder Butter

1. Eier mit Salz und Pfeffer würzen, mit einer Gabel verquirlen.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Fett hineingeben und in der oPan verteilen.
4. Eimasse hineingeben und braten, bis die Masse gestockt ist.

SERVIERTIPP FÜR KINDER



Gemüse-Frittata



2 Eier
Salz, Pfeffer
Gemüse, z. B. Paprika oder Zucchini
Frischer Schnittlauch
1 TL Fett, Öl oder Butter

1. Eier mit Salz und Pfeffer würzen, mit einer Gabel verquirlen. Gemüse putzen und in kleine Würfel schneiden. Schnittlauch in feine Ringe schneiden.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Fett hineingeben und in der oPan verteilen.
4. Gemüse in oPan geben und kurz anbraten. Eimasse darüber geben und braten, bis die Masse gestockt ist. Mit Schnittlauch verfeinern.

Gefülltes Omelett



2 Eier
Salz, Pfeffer
½ rote Paprika
Frische Petersilie
3 EL geriebener Käse, z. B. Emmentaler
1 TL Fett, Öl oder Butter

1. Eier mit Salz und Pfeffer würzen, mit einer Gabel verquirlen. Petersilie und Paprika im Quick Cut zerkleinern.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Fett hineingeben und in der oPan verteilen.
4. Eimasse hineingeben und braten, bis die Masse gestockt ist.
5. Mit geriebenem Käse und Gemüse-Mix garnieren. Die Seiten nach innen klappen und servieren.





PANCAKES



Pancakes



125 g Mehl
½ TL Zucker
250 ml Milch
2 Eier
2 EL Öl

1. Alle Zutaten zu einem Teig vermischen und 30 Minuten ruhen lassen.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und kleine Teigportionen in die oPan geben.
4. Sobald der Teig fest wird, wenden und fertig backen. Mit dem restlichen Teig fortfahren.

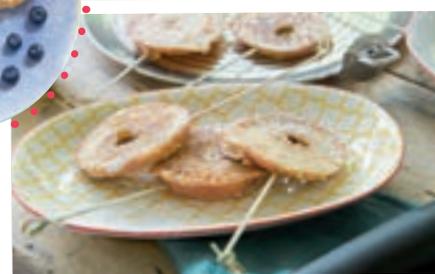
Leckere Pancake-Varianten:

Apfel-Küchlein



1. Bereiten Sie den Teig gemäß dem Basis-Rezept zu und fügen 1 TL Zimt hinzu.
2. 3 Äpfel in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Mit etwas Mehl bestäuben und im Teig wenden.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, 1 TL Fett, Öl oder Butter hineingeben und in der oPan verteilen.
5. Ca. 3 Apfelfringe in oPan legen und von beiden Seiten kross backen. Mit den restlichen Apfelfringen fortfahren.

**SERVIERTIPP
FÜR KINDER**



Tipp: Wenn Sie Holzspieße in die Küchlein stecken, können Sie diese wie einen Lolli essen.

Ricotta-Pancakes



Ersetzen Sie 70 ml der Milch durch 70 g Ricotta.

Tipp: Ricotta-Pancakes mit einem Klecks Ricotta und Ahornsirup servieren.



Schoko-Pfannkuchentorte



100 g Mehl
2 EL Schokopulver
3 EL Zucker

250 ml Milch
2 Eier
2 EL Öl

1. Alle Zutaten zu einem Teig vermischen und 30 Minuten quellen lassen.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und Menge für einen Pfannkuchen in die oPan geben.
4. Sobald der Teig fest wird, wenden und fertig backen. Mit dem restlichen Teig fortfahren.



Tipp: Verwenden Sie kleine Backringe oder offene Silikonformen für Ihre Lieblings-Torte.

Crêpes

Crêpes



100 g Mehl 200 ml Milch
1 Prise Salz 2 Eier

1. Alle Zutaten zu einem dünnen Teig vermischen und 30 Minuten ruhen lassen.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Teigmenge für einen Crêpe in die oPan geben und gleichmäßig verteilen.
4. Sobald der Teig fest wird, wenden und fertig backen.

Gut organisiert:

1. Crêpe-Teig zubereiten, ruhen lassen.
2. In der Zwischenzeit Sauce und Füllung zubereiten.
3. Crêpes backen, warm stellen.
4. Wenn nötig Sauce oder Füllung nochmals erwärmen, Crêpes füllen, servieren.



So sorgen Sie für Abwechslung

Pikante oder süße Teige durch Zugabe von

- Kresse oder gehackten Kräutern
- Schokopulver, Mohnsamen, Zimt
- Curry, Kurkuma, Chiliflocken
- Zitronen- oder Orangenschale
- Ein Schuss Likör oder Schnaps z. B. Rum oder Grand Marnier

Pikante oder süße Füllungen aus

- Quark oder Ricotta
- Schinken, Käse oder Räucherlachs
- Gemüse oder Obst

„Gallettes“

Buchweizen-Crêpes



100 g Buchweizenmehl, Vollkorn
 ½ TL Salz
 1 Ei
 300 ml Milch
 40 g Butter

1. Die Butter in einem Topf bei niedriger Temperatur schmelzen und etwas auskühlen lassen. Das Mehl mit dem Salz in eine Schüssel sieben. Die Eier mit der Milch verquirlen, zum Mehl geben, verrühren und dann die Butter dazugeben. Alles zu einem glatten Teig ohne Klumpen verrühren.
2. Teig im Kühlschrank mindestens eine Stunde, besser noch länger ruhen lassen.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Teigmenge für einen Crêpe in die oPan geben und gleichmäßig verteilen.
5. Sobald der Teig fest wird, wenden und fertig backen.
6. Nach Belieben süß oder pikant füllen.

Kennen Sie Buchweizen?

Falls nicht, sollten Sie dieses Lebensmittel – bewertet als eines der gesündesten Lebensmittel überhaupt – unbedingt probieren. Buchweizen besitzt nicht nur viele gesundheitsfördernde Eigenschaften, sondern ist auch noch lecker, leicht zuzubereiten und günstig.



SERVIERTIPP FÜR KINDER

Crêpes Suzette



Bereiten Sie die Crêpes wie beschrieben vor und falten Sie diese je zweimal zu einem Tortenviertel. Crêpes abgedeckt auf einem Teller warmhalten.

Für die Sauce

2 Orangen (Bio)
 2 EL Zucker
 2 EL Orangenlikör, z. B. Grand Marnier oder Cointreau
 2 EL Rum
 Puderzucker

1. Etwas Orangenschale mit einem Zestenreißer abziehen und 1 Orange auspressen (ca. 100 ml). Andere Orange filetieren.
2. Orangensaft- und Schale mit Zucker in die oPan geben und auf mittlerer Stufe/Flamme auf die Hälfte sirupartig einkochen.
3. Crêpes hineingeben, Rum und Orangenlikör zugeben und nach Belieben flambieren.
4. Mit Orangenfilets anrichten und mit Puderzucker bestäubt sofort servieren.





Leckere Crêpes-Varianten mit dem Grundrezept von Seite 14

Kokos-Crêpes



Ersetzen Sie die Milch durch Kokosmilch und geben Sie 2 EL Kokosflocken unter den Teig. Bereiten Sie diese wie im Grundrezept beschrieben zu.

Crêpes-Wraps

Bereiten Sie die Crêpes wie beschrieben zu und genießen Sie diese mit der Füllung, die Sie mögen:

Süße Varianten

- Himbeeren mit Ricotta
- Aprikosen mit Vanillequark
- Banane mit Schokosauce und Mandeln
- Orangenmarmelade mit Schokoraspel
- Ananas mit Kokosflocken
- Mango mit Ziegenfrischkäse und Walnüssen
- Granatapfel mit Chia-Joghurt

Pikante Varianten

- Kräuter mit Frischkäse
- Geraspeltetes Gemüse mit Hüttenkäse
- Geräucherter Lachs mit Sahnemeerrettich
- Salami mit Basilikum-Pesto
- Putenschinken mit Rucola
- Tomaten mit Avocado und Limette
- Feta mit getrockneten Tomaten und Frühlingszwiebeln



Crêpes-Päckchen

Probieren Sie diese zusätzliche Servierempfehlung (gleiche Füllung, unterschiedliche Verpackung).



TOASTS &

SNACKS



CLASSIC STYLE

Klassischer French Toast (Armer Ritter)



Für 4 Stück
8 Scheiben
Toastbrot
3 Eier
50 ml Milch
Zucker und Zimt

1. Eier und Milch miteinander verquirlen. Toasts in der Eiernmilch wenden.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und Toast in oPan legen. Sobald sich der Toast löst, wenden und von der anderen Seite braten.
4. Weitere Toasts in oPan geben und ebenfalls von beiden Seiten braten.
5. Vor dem Servieren mit Zucker und Zimt verfeinern.

SERVIERTIPP FÜR KINDER



SPECIAL STYLES

Zwetschgen-Bavesen

**Für 4 Stück**

8 Scheiben
Toastbrot
4 TL Pflaumen-
mus
3 Eier
50 ml Milch

1. Hälfte der Toasts mit Pflaumenmus bestreichen und mit den restlichen Toasts belegen.
2. Eier und Milch miteinander verquirlen. Toasts in der Eiermilch wenden.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und Toast in oPan legen. Sobald sich der Toast löst, wenden und von der anderen Seite braten.
5. Weitere Toasts in oPan geben und ebenfalls von beiden Seiten braten.



French Toast mit Überraschung

**Für 4 Stück**

8 Scheiben
Toastbrot
4 TL
Schokocreme
1 Banane
3 Eier
50 ml Milch

1. Hälfte der Toasts mit Schokocreme bestreichen und mit Bananenscheiben belegen. Mit restlichen Toasts abdecken.
2. Eier und Milch miteinander verquirlen. Toasts in der Eiermilch wenden.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und Toast in oPan legen. Sobald sich der Toast löst, wenden und von der anderen Seite braten.
5. Weitere Toasts in oPan geben und ebenfalls von beiden Seiten braten.

**Varianten:**

- Mit Erdbeerscheiben oder dünnen Mangospalten belegen
- Mit Aprikosenkonfitüre oder Erdnussbutter bestreichen
- Mit Schokostücken oder Erdnüssen verfeinern

So lecker!

Pizza-Toast



Für 4 Stück

8 Scheiben Toastbrot

3 Eier

50 ml Milch

Zum Belegen:

- Gouda, Mozzarella, Gorgonzola
- Schinken, Salami
- Ananas, Tomate, Birne
- Kräuter, z. B. Oregano, Thymian, Basilikum

1. Hälfte der Toasts nach Wunsch mit z. B. Käse- und Schinkenscheiben belegen und mit restlichen Toasts abdecken.
2. Eier und Milch mit Kräutern verquirlen. Toasts in der Eiermilch wenden.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und Toast in oPan legen. Sobald sich der Toast löst, wenden und von der anderen Seite braten.
5. Weitere Toast in oPan geben und ebenfalls von beiden Seiten braten.



Italienischer French Toast



Für 4 Stück

8 Scheiben Brot

80 g getrocknete

Tomaten (in Öl)

2 EL schwarze Oliven

1 EL Kapern

Frischer Oregano und Basilikum

250 g Büffelmozzarella

4 Eier

180 ml Milch

Salz, Pfeffer

60 g geriebener

Parmesan

1. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und mit schwarzen Oliven, Kapern, Oregano und Basilikum im Quick Cut klein hacken. Die Olivenmischung auf der Hälfte der Brotscheiben verteilen, dabei Ränder frei lassen.
2. Büffelmozzarella in ca. 1 cm dünne Scheiben schneiden. Auf die Olivenmischung legen. Mit restlichen Brotscheiben abdecken.
3. Eier mit Milch, etwas Salz und Pfeffer verrühren. Ränder der Brotscheiben hineintauchen und fest zusammendrücken. Anschließend Parmesan unter die Eiermilch mischen und Brote darin wenden.
4. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
5. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und Toast in oPan legen. Sobald sich der Toast löst, wenden und von der anderen Seite braten.
6. Weitere Brote in oPan geben und ebenfalls von beiden Seiten braten.



Panino und Croque Monsieur



Für 4 Stück

8 Scheiben Toastbrot oder Roggenbrot

Zum Belegen:

- Grünes oder rotes Pesto
- Gouda oder Mozzarella in Scheiben
- Schinken oder Salami in Scheiben
- Rucola, Paprikastreifen, Tomatenscheiben oder Avocadostücke

1. Hälfte der Toasts nach Wunsch belegen und mit restlichen Toasts abdecken.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und Toast in oPan legen. Sobald sich der Toast löst, wenden und von der anderen Seite braten.
4. Weitere Toasts in oPan geben und ebenfalls von beiden Seiten ca. 2 Minuten braten.



Verwenden Sie am besten Toastbrot mit Vollkornanteil, das schmeckt nussiger und punktet mit wertvollen Ballaststoffen.

Spanisches Tomatenbrot



Für 4 Stück

4 Scheiben Brot (z. B. Bauernbrot)

2 Tomaten

1 Knoblauchzehe

Meersalz

Olivenöl

Schneiden Sie das Brot in ca. 1 cm dicke Scheiben. Je dünner, desto knuspriger wird es!



1. Tomaten halbieren. Ende einer Knoblauchzehe abschneiden.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, 2 Brotscheiben in oPan legen und je nach Wunsch rösten. Nach dem Wenden mit Knoblauch und Tomate einreiben.
4. Mit Salz abschmecken und mit etwas Olivenöl verfeinern.
5. Restliche Brote ebenso zubereiten und servieren.

Tipp: Servieren Sie die Brote mit spanischem Iberico Rohschinken oder Anchovies und Aioli (spanische Knoblauch-Mayonnaise).



**SERVIERTIPP
FÜR KINDER**

Italienische Bruschetta



Für 12 Stück

12 Scheiben Weißbrot (z. B. Ciabatta)
 3 Tomaten
 2 Knoblauchzehen
 Salz, Pfeffer
 5 EL Olivenöl
 Einige Blättchen Basilikum

1. Tomaten putzen, in grobe Stücke schneiden und Knoblauch schälen. Beides im Quick Cut mit wenigen Zügen hacken. Mit Salz und Pfeffer würzen und 15 Minuten ruhen lassen.
2. Basilikumblätter fein abzupfen und mit 2 Esslöffeln Olivenöl unter die Tomaten heben.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und 6 Brotscheiben in oPan legen. Je nach Wunsch rösten und wenden. Nach dem Wenden Tomaten-Mix auf den gerösteten Brotscheiben verteilen, mit Olivenöl beträufeln und servieren.
5. Restliche Bruschette ebenso belegen und servieren.

Fladenbrot-Hits

Grundrezept Weizen-Fladen



Für 8 Stück

225 g Mehl
1 TL Backpulver
150 ml Wasser
1 TL Salz

1. Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig vermischen und 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
2. Teig in 8 Portionen teilen und dünn ausrollen.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf mittlere Stufe/Flamme schalten und einen Fladen in oPan legen.
5. Nach ca. 1 Minute wenden und fertig backen. Mit dem restlichen Teig fortfahren.
6. Nach Wunsch belegen oder einfach so essen.

Tipp: Wer die Fladen knusprig mag, einzeln auskühlen lassen. Wer sie weich mag, um sie z. B. später zu füllen und aufzurollen, stapelt sie übereinander und deckt sie mit einem sauberen Küchentuch oder Klarsichtfolie ab.





Piadina



Für 9 Stück

500 g Mehl	1 EL Salz
100 g Schweineschmalz	150 ml Wasser (lauwarm)
1 Prise Backpulver	150 ml Milch (lauwarm)

1. Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig vermischen und eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Teig nochmal kräftig durchkneten, in 9 Stücke teilen und dünn auswellen. Jedes Stück mit einer Gabel mehrmals einstechen.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf mittlere Stufe/Flamme schalten und einen Fladen in oPan legen.
5. Nach ca. 3 Minuten wenden und fertig backen. Mit den restlichen Piadina fortfahren.
6. Piadina halbieren, jede Hälfte nach Wunsch belegen und zu einem Viertel zusammenklappen.

Für die Füllung

Ganz nach Wunsch können Sie die Piadina oder die Quesadillas mit folgenden Zutaten füllen:

- Käsescheiben, z. B. Mozzarella, Parmesan, Brie, Gorgonzola oder Ziegenkäse
- Gekochtem Schinken, rohem Schinken, Salami oder Speck
- Rucola oder Lattich
- Frischkäse, Ricotta oder Crème fraîche
- Pesto oder Olivenpaste
- Gegrilltem Gemüse oder Pilzen
- Birnen oder Feigen

Falten Sie Ihre persönliche Piadina zusammen und guten Appetit!



Chapati



Für 10-12 Stück

200 g Mehl
100 ml Wasser
1 TL Salz
1 TL Öl, z. B. Sesamöl
Extra Mehl zum Auswellen

1. Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig vermischen und eine Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
2. Teig nochmal kräftig durchkneten, in 10-12 Stücke teilen und dünn auswellen.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf kleine Stufe/Flamme schalten und einen Fladen in oPan legen.
5. Nach ca. 2 Minuten wenden und fertig backen. Mit den restlichen Fladen fortfahren.

Tipp: Dieses indische Fladenbrot schmeckt besonders gut zu Curry-Gerichten oder zum Dippen in Chutneys.

Quesadillas

Leckere Fladen-Variante mit dem Grundrezept von Seite 24



Für 4 Stück

1. Fladen wie im Grundrezept beschrieben zubereiten.
2. Einen Fladen nach Belieben belegen (siehe Vorschläge Seite 25) und mit zweitem Fladen abdecken.
3. Quesadillas von beiden Seite ca. 2 Minuten braten.

Fladen aus Kichererbsenmehl

„Panella“

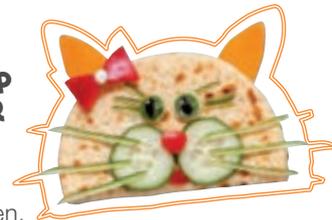


Für 8 Stück

150 g Kichererbsenmehl
50 g Mehl
6 EL Olivenöl
2 TL Salz
500 ml kaltes Wasser
1 TL Fett, Öl oder Butter

1. Zutaten (außer 1 TL Fett zum Braten) mit dem Schneebesen zu einem glatten recht flüssigen Teig verrühren. Abgedeckt 30 Minuten quellen lassen.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf mittlere Stufe/Flamme schalten, Fett hineingeben und verteilen.
4. Teig in die oPan geben und braten, bis der Teig fest ist.
5. Fladen wenden und fertig braten. Restliche Fladen backen.
6. Fladen zusammenfalten, mit Meersalz und Pfeffer bestreuen und frisch essen.

**SERVIERTIPP
FÜR KINDER**





Lecker!

Servieren Sie die Panella mit etwas Rucola, getrockneten Tomaten und Parmesan-Spänen.



Tipp: Panella kommt aus Sizilien und besteht vor allem aus Kichererbsenmehl, welches einen sehr hohen Gehalt an Eiweiß und Ballaststoffen liefert. Dieses Mehl ist in allen Küchen dieser Welt zu finden, weshalb wir Ihnen dieses einzigartige Mehl natürlich nicht vorenthalten wollen.

Für den kleinen Hunger

Shrimp-Küchlein



Für 12 Stück

250 g Shrimps oder Garnelen
1 Zwiebel
Frische Petersilie
350 g Kichererbsenmehl
1 TL Salz
500 ml Gemüsebrühe
1 TL Fett, Öl oder Butter



1. Shrimps/Garnelen ggf. kochen.
2. Zwiebel putzen und im Quick Cut mit der Petersilie hacken. Mit Kichererbsenmehl und Salz in einer Schüssel mischen. Mit 500 ml Gemüsebrühe zu einem dünnen Teig mischen und für eine Stunde ruhen lassen.
3. Shrimps/Garnelen unterheben.
4. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
5. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Fett hineingeben und verteilen.
6. 3 kleine Teigportionen in die oPan geben. Sobald der Teig fest wird, wenden und fertig backen.
7. Mit dem restlichen Teig fortfahren. Sofort servieren.

Kartoffel-Happen



Für 12 Stück

500 g vorwiegend festkochende Kartoffeln

½ TL Salz

2 EL Butterschmalz

1. Kartoffeln schälen, grob raspeln und mit Salz würzen.
2. Mit Hilfe eines sauberen Geschirrtuches oder einer doppelten Lage Küchenpapier gut ausdrücken, so dass die Kartoffelraspel trocken sind.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Fett hineingeben und verteilen.
5. Kartoffelraspel in 4 kleinen Portionen in die oPan geben und mit einem Pfannenwender leicht andrücken.
6. Ca. 5 Minuten braten, wenden und zweite Seite braten bis sie goldbraun ist, nach Belieben noch einmal wenden.

Tipp: Verteilen Sie nach dem Wenden etwas Käse auf den Kartoffel-Happen.





Gemüseplätzchen



Für 12 Stück

300 g Gemüse (Erbsen,
Karotten, Mais)

1 Ei

40 g geriebener

Parmesan

4 EL Semmelbrösel

Frische Kräuter

(Petersilie, Basilikum)

Salz, Pfeffer

1 TL Fett, Öl oder Butter

1. Gemüse putzen und im Quick Cut zerkleinern.
2. Ei, Käse, Kräuter und Gewürze zugeben und im Quick Cut mischen.
3. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
4. Auf mittlere Stufe/Flamme schalten, Fett hineingeben und verteilen.
5. Kleine Plätzchen in die oPan geben, mit einem Pfannenwender leicht andrücken und braten, bis sie fest sind.
6. Plätzchen wenden und fertig braten. Restlichen Teig backen.

Tip: Servieren Sie einen Knoblauch-Dip dazu:

- 2 Knoblauchzehen und 1 Schalotte im Quick Cut hacken.
- 200 g Frischkäse, 100 g Quark, Salz und Pfeffer unterheben und würzen.



Gegrillte Ananas



Für 6 Spieße

½ Ananas

30 g Puderzucker

30 g Kokosraspel

6 Holzspieße

1. Ananas in 6 Streifen schneiden, mit Puderzucker bestäuben und auf Spieße stecken.
2. oPan auf höchster Stufe/Flamme aufheizen bis die perfekte Brat-Temperatur erreicht ist.
3. Auf kleine Stufe/Flamme schalten, Ananas in die oPan legen und je nach gewünschtem Gargrad von beiden Seiten braten.
4. Mit Kokosraspel bestreut servieren.

Servieren Sie
die Ananas mit
einer Kugel Eis.

So funktioniert's – Gebrauchsanleitung oPan

Lesen Sie diese Gebrauchsanleitung aufmerksam durch, bevor Sie die oPan das erste Mal verwenden. Gebrauchsanleitung aufbewahren, an Nachbesitzer weitergeben.

Für alle Herdarten geeignet

Gas, Elektrik oder Induktion? Egal welchen Herd Sie zu Hause benutzen – die oPan passt immer



Heizen Sie immer auf **größter Stufe/Flamme** auf – egal ob Elektroherd, Gas oder Induktion. Verwenden Sie jedoch nie die Booster- oder Powerstufe auf Induktion oder die automatische Kochfunktion auf einem Elektroherd.



Sobald die perfekte Temperatur zum Braten erreicht ist (Wassertropfen oder Deckel), können Sie auf **kleine oder mittlere Stufe/Flamme** reduzieren.

Tipp: Detailliertere Informationen bezüglich der verschiedenen Herdarten finden Sie im AMC Kochbuch. Auf Seite 6 und 7 finden Sie detailliertere Informationen zum Braten mit der oPan!

Geeignete Kochstellengröße

Die Durchmesser der Kochstelle und der oPan müssen möglichst übereinstimmen. Ist die oPan kleiner als die Kochstelle, wird unnötige Energie verbraucht. Bei Gas ist darauf zu achten, dass die Flammen nicht über die Bodenfläche der oPan hinaustreten.



Vergewissern Sie sich, dass die Flamme bei einem Gasherd oder die Kochstelle eines Elektroherdes nicht größer ist als die Bodenfläche der oPan.

Abnehmbarer Griff

Griff demontieren und montieren

Der **erste abnehmbare AMC Griff**, der nicht weiß, dass er abnehmbar ist ... weil er so unglaublich stabil ist. Das Demontieren und Montieren des Griffes ist angenehm und einfach.

Demontieren:

Lösen Sie den Griff, indem Sie den Riegel an der Unterseite des Griffes mit Ihren Fingerspitzen nach unten drücken **1**. Dann nehmen Sie den Griff von der Halterung ab **2**.



Montieren:

Legen Sie den Griff an der Halterung an **3** und drücken Sie den Riegel nach oben, um den Griff zu verschließen **4**.



Pflege und Wartung

Wertvolle, schöne Produkte brauchen Pflege

Die neue oPan ist da!

Jede neue oPan sollte vor der ersten Benutzung gereinigt werden, um z.B. winzige Reste von Polierstaub oder leichte Verunreinigungen zu entfernen.

Tipps für eine dauerhaft schöne oPan

- Lassen Sie Speisereste nicht antrocknen! Nach Gebrauch oPan sofort mit Wasser abspülen um Speisereste zu entfernen.
- Reinigen Sie mit Clean1 Magic Foam oder Stone.
- Clean1 entfernt auch hartnäckige Verschmutzungen schnell und bequem.
- Verwenden Sie niemals Scheuermittel oder kratzende Bürsten! Alle glänzenden Flächen mit Magic Sponge (Schwamm) säubern. Benutzen Sie hierfür immer nur die weiche Schwammseite.
- Benutzen Sie grundsätzlich keine scharfen oder spitzen Gegenstände wie z.B. Messer oder Edelstahl-Spatel zur Reinigung. Eingebrennte Speisereste nicht stundenlang in saurer Spüllauge (z.B. Essiglauge oder Magic Foam) einweichen.
- Trocknen Sie die oPan und den abnehmbaren Griff nach der Reinigung gründlich ab.

Ab in die Spülmaschine!

- Die oPan ist für die Spülmaschine geeignet. Trotzdem ist die Reinigung mit AMC Clean1 von Hand prinzipiell schonender und pflegender.
- Verwenden Sie nur haushaltsübliche, für Edelstahl geeignete Geschirrspülmittel – gemäß empfohlener Dosierung.
- Bei starker Verschmutzung ist eine Vorreinigung hilfreich.
- Entfernen Sie den Griff. Platzieren Sie die Pfanne wie einen Teller und den Griff im Besteckkorb so, dass das Schließsystem nach unten schaut, damit das Reinigungswasser abfließen kann.



Tipp: Bitte schlagen Sie nochmals das Kapitel „Pflege und Wartung“ sowie die Seiten 52-55 im AMC Kochbuch auf.

Bestimmungsgemäße Verwendung und Sicherheit

Die oPan dient zum Braten von Speisen gemäß den Kochmethoden (Seite 6). Gebrauchsanleitung – insbesondere die Angaben in diesem Kapitel – beachten und einhalten.



Beschädigungen vermeiden, unsachgemäße Verwendung vermeiden

- Die oPan während des Aufheizens und Bratens nie unbeaufsichtigt lassen.
- Halten Sie sich immer an die Kochempfehlungen und die entsprechenden Hinweise (auf Seite 6).
- Lesen Sie aufmerksam die Tipps im Kapitel „Pflege und Wartung“.



Gefahren meiden...

- Keine heißen Edelstahlteile berühren.
- Bei einem Gasherd den zum Durchmesser passenden Brenner wählen. Die Gasflamme darf nie größer als die Bodenfläche der oPan sein.

Beaufsichtigung

- Die oPan muss während dem Aufheizen und Braten beaufsichtigt werden.
- Unbeaufsichtigtes, unkontrolliertes Braten kann zu Überhitzung führen. Die Gerichte können verderben, oPan kann beschädigt oder zerstört werden. Unfall- und Brandgefahr.
- Die oPan ist nicht für die Benutzung durch Kinder geeignet.



Entsorgung

Die oPan gehört nicht in den Hausmüll, die Materialien sind wieder verwertbar. Bei Bedarf umweltgerecht und entsprechend den örtlichen Vorschriften entsorgen.



Für die Sicherheit wichtige Anweisungen. Nichtbeachtung kann zu Verletzungen oder Schäden führen.



Nützliche Anwenderhinweise.



Hinweise zu Umweltschutz, Ökologie und Ökonomie



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_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



amc_international



AMC Rezept Community

kochen@amc.info
www.kochenmitamc.info

Das Premium
Kochsystem

www.amc.info