



Spis bedre.  
Lev bedre.



# AMC EasyQuick



Hurtig  
Fleksibel  
Fuldautomatisk

The Premium  
Cooking system

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

**AMC Cookware (Denmark)**

T: +45 7060 5280

[info@amc-cookware.dk](mailto:info@amc-cookware.dk)

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



AMC Cookware (Denmark)

**AMC International**

Alfa Metalcraft Corporation AG

Buonaserstrasse 30

6343 Rotkreuz

Switzerland

T: +41 41 - 799 52 22

[info@amc.info](mailto:info@amc.info)

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



AMC International



[amc\\_international](#)

[kochen@amc.info](mailto:kochen@amc.info)

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



AMC Recept Community

# Nyd madlavning med EasyQuick

AMC EasyQuick gør det muligt at koge, dampe og stege på en sund måde: værdifulde fødevarer indholdsstoffer bliver bibeholdt. Vores stolthed: 1 låg til 2 gryde diametre. Ideel til at spare plads og tid. Oplev vores funktions mester og allround-talent med talrige fordele:

- **EasyQuick er hurtig:** Du vinder værdifuld fritid. For eksempel sparer du ved damptilberedelse af en hel fisk op til 50 % tid i sammenligning med almindelig tilberedelse.
- **EasyQuick er smart:** I kombination med Navigenio og Audiotherm kan du nyde fuldautomatisk tilberedelse af mad.
- **EasyQuick er fleksibel:** Den passer på AMC gryder med en diameter på 20 cm og 24 cm. Ét låg til to gryde diametre er ikke alene økonomisk og pladsbesparende, men også praktisk og innovativt.
- **EasyQuick er alsidig:** Du kan tilberede en stor variation af lækre opskrifter.
- **EasyQuick arbejder uden tryk:** du kan til enhver tid tage låget af, nysgerrigt følge mad tilberedelsen og f.eks. give din ret det passende krydderi.
- **EasyQuick er sund:** Ved en hurtig, men skånsom tilberedelses proces bliver vitaminer, næringsstoffer og mineraler stort set bibeholdt.
- **EasyQuick er lækker:** Den skånsomme tilberedelse garanterer mere smag. Grøntsager smager friske, kød og fisk forbliver saftige, og sammenkogte retter får en kraftig smag.
- **EasyQuick sparer energi:** Fødevarer bliver tilberedt hurtigere, det sparer energi og skåner således din pengepung.

Lad dig inspirere af vores hurtige og lækre opskrifter, og bliv bortført til en kulinarisk verden, som vil fortrylle dine sanser. **EasyQuick, Navigenio og Audiotherm** overtager madlavningen helt automatisk, så du blot behøver nyde.

Sådan bliver valg af opskrift nemt:



Rig på  
vitaminer



Fedtfattig



Kalorielet



Rig på kostfibre








Lav på  
kolesterol

# Damptilberedelse med Softiera-indsats

AMC EasyQuick – den geniale løsning til sund og skånsom tilberedelse, kombineret med en imponerende tidsbesparelse.

Tidsbesparelse\*



	⇒	-50%
	⇒	-44%
	⇒	-43%
	⇒	-35%
	⇒	-47%



\* Besparelse i tilberedelsestid sammenlignet med automatisk tilberedelse med AMC

# Guldbars

## Til 2 personer

1/2 økologisk citron  
1 guldbars (ca. 350 g)  
4 kviste timian  
Salt, peber

## AMC produkter

Gryde 24 cm 3,5 l  
Softiera indsats 24 cm  
EasyQuick med  
tætningsring 24 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 10 minutter



- Vask citronen med varmt vand og skær den i skiver.
- Dup guldbarsen tør og tag hovedet af. Fyld fiskens mave med citronskiver og timian kviste og krydr med salt og peber. Læg den fyldte guldbars i en Softiera-indsats 24 cm.
- Hæld vand (ca. 150 ml) i en gryde på 24 cm 3,5 l, sæt Softiera-indsats med den fyldte guldbars i og sæt gryden på Navigenio enheden. Sæt EasyQuick med en 24 cm tætningsring på gryden. Indstil Navigenio på „A“ og angiv 10 minutters tilberedelsestid. Sæt Audiotherm på og drej indtil du ser damp symbolet.
- Når tilberedelsestiden er gået serveres fisken varm.

**Tilberedelse:** ca. 10 minutter


**Næringsindhold:** ca. 140 kcal per person

**Tip:** Du kan udmærket tilberede andre slags fisk på samme måde, f.eks. Red Snapper eller havbars.



# Lakse-spids med frugt

Til ca. 30 styk

 ca. 20 minutter



1 Mango  
400 g laksefilet  
150 g sukkerærter  
100 g sennep  
250 g græsk yoghurt  
5 Kviste dild  
40 g honning  
Salt, peber

## AMC produkter

Gryde 24 cm 3,5 l  
Softiera indsats  
24 cm  
EasyQuick  
med tætningsring  
24 cm  
Audiotherm  
Navigenio

- Skræl mangoen, tag stenen ud. Skær hhv. laks og mango i tern på ca 1,5 cm. Halver sukkerærterne, hvis det er nødvendigt, alt afhængig af størrelsen. Sæt nu laksetern, mangotern og et par sukkerærter på træspids og læg den første halvdel af spiddene i en Softiera indsats 24 cm.
- Hæld vand (ca. 150 ml) i en gryde på 24 cm 3,5 l, sæt Softiera indsats i og luk gryden med EasyQuick med en 24 cm tætningsring.
- Sæt Navigenio på „A“, angiv 4 minutters tilberedelsestid på din Audiotherm, sæt den på og drej indtil damp symbolet ses i displayet.
- Når tilberedelsestiden er gået, tag Softiera indsatsen ud og tilbered resten af spiddene på samme måde.
- Bland sennep, græsk yoghurt, dild og honning i Quick Cut. Smag til med salt og peber og servér sammen med lakse spiddene.

**Tilberedelsestid:** ca. 4 minutter

**Næringsindhold:** ca. 45 kcal per styk

**Tip:** Laks er rig på sunde omega-3-fedtsyrer, som har en positiv effekt på hjerte-kar systemet.

# Kæmperejer med chili-olie

## Til 10 styk

10 rå kæmperejer  
3 røde chili  
70 ml jordnøddeolie  
3 spsk. soja sauce

## AMC produkter

Gryde 24 cm 3,5 l  
Softiera indsats 24 cm  
EasyQuick med  
tætningsring på 24 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 10 minutter



- Kom kæmperejerne i en 24 cm Softiera-indsats.
- Hæld vand (ca. 150 ml) i en gryde på 24 cm 3,5 l, sæt Softiera-indsatsen i, og luk med EasyQuick med 24 cm tætningsringen. Sæt det hele på en Navigenio.
- Indstil Navigenio på „A“, angiv 4 minutters tilberedelse på Audiotherm, sæt den på og drej indtil du ser damp-symbolet.
- Skær chili i ringe og hæld i en lille pande sammen med jordnøddeolien. Varm op til stege-vinduet på højeste varme. Når stege-vinduet er opnået, tag panden af varmen, lad det køle lidt ned og rør soja sauce i.
- Når tilberedelsestiden er gået, tag Softiera-indsatsen ud og anret kæmperejerne på en tallerken. Dryp chili-olien henover og servér.

**Tilberedelsestid:** ca. 4 minutter

**Næringsindhold:** ca. 90 kcal per styk

**Tip:** Hvis du foretrækker en anden slags olie end jordnøddeolie, så læg af hensyn til din sundhed mærke til hvor varmebestandig den anvendte olie er. Raffinerede olier er bedre egnet.







# Fiske ruller med rucola-pesto

## Til ca. 8 styk

8 rødtunge-fileter  
(à ca. 50 g)  
70 g parmesan  
50 g pistacier  
40 g rucola salat  
5 spsk. olivenolie  
Salt, peber  
8 cocktail tomater

## AMC produkter

Gryde 24 cm 3,5 l  
Softiera indsats 24 cm  
EasyQuick med 24  
cm tætningsring  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 20 minutter



- Hak parmesan og pistacier i Quick Cut enheden, tilsæt krydderierne og rucola og hak det. Tilsæt olivenolie, krydr med salt og peber og bland det hele godt.
- Læg fiskefileterne frem. Fordel lidt pesto på fiskefileterne og rul dem sammen om en cherrytomat, sæt det fast med en tandstik. Læg fiskerullerne i en Softiera-indsats 24 cm.
- Hæld vand (ca. 100 ml) i en gryde på 24 cm 3,5 l, sæt Softiera-indsatsen i, og luk gryden med EasyQuick med 24 cm tætningsringen. Sæt det hele på Navigenio enheden.
- Tænd Navigenio på indstilling „A“, angiv 4 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej indtil du ser damp-symbolet.
- Når tilberedelsestiden er gået, tager du Softiera-indsatsen ud og serverer fiskerullerne med resten af pestoen.

**Tilberedelsestid:** ca. 4 minutter

**Næringsindhold:** ca. 185 kcal per styk

**Tip:** Til denne opskrift skal du bruge højst 100 ml vand, da fisk normalt vil afgive væske under tilberedelsen, som så står til rådighed for damp processen.

# Fyldte squash med ris

## Til 6 styk

100 g ris  
3 squash  
1 fed hvidløg  
1 løg  
1 gulerod  
80 g porre  
50 g tørrede abrikoser  
200 g ricotta  
Salt, peber  
1 kugle mozzarella

## AMC produkter

Gryde 24 cm 3,5 l  
Softiera-indsats 24 cm  
EasyQuick med  
tætningsring 24 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 45 minutter



- Kog risen i en lille gryde efter anvisning på pakken.
- Skær squash i halve og skrab indmaden ud med en ske. Skræl hvidløg, løg og gulerod, læg dem i Quick Cut enheden og hak det. Rens porre og skær den i fine ringe, snit abrikoserne i små tern.
- Bland den kogte ris med alle ingredienser til og med ricotta og smag til med salt og peber. Fordel fyldet i de udhulede squash halvdele og sæt de første 3 squash halvdele i en 24 cm Softiera-indsats.
- Hæld vand (ca. 150 ml) i en gryde på 24 cm 3,5 l og sæt Softiera-indsats i. Luk gryden med EasyQuick med tætningsring 24 cm og sæt den på Navigenio. Tænd Navigenio enheden på indstilling „A“, angiv 5 minutters tilberedelsestid på Audiotherm. Sæt Audiotherm på og drej indtil du ser damp-symbolet. Skær mozzarella i skiver.
- Når tilberedelsestiden er gået, sæt gryden på et varmebestandigt underlag og fordel mozzarellaskiverne på squash halvdelene. Læg Navigenio ovenpå gryden og gratiner med hjælp fra Audiotherm på høj varme i ca. 4 minutter.
- Gentag med næste portion.

**Tilberedelsestid:** hver ca. 5 minutter + 4 minutter til gratinering

**Næringsindhold:** ca. 160 kcal per styk

**Tip:** Denne opskrift egner sig også til andre grøntsager, som f.eks. peberfrugter. Hertil skal du blot gange mængden til fyld med to.





# Sprøde brokkoli- nødde dumplings (knödel)

## Til 12 styk

### Til dejen:


4 daggamle, hvide rundstykker  
4 daggamle, "pretzel" rundstykker  
(eller alm. rundstykker)  
500 ml mælk  
1 løg  
4 kviste bredbladet persille  
2 æg  
salt, peber  
smør til smøring af Softiera-indsats

### Til fyldet:

150 g kogte broccoli  
buketter  
2 fed hvidløg  
100 g friskost  
30 g ristede pinjekerner  
salt, peber

## AMC produkter

Gryde 24cm 3.5l  
Softiera indsats 24 cm  
EasyQuick med tætningsring på 24 cm  
Navigenio  
Audiotherm

 ca. 60 minutter



- Skær rundstykkerne I tern på ca. ½ cm. Varm mælken op og hæld over brødterne; lad det trække i ca. en halv time.
- Pil løget og hak det fint. Kom det I den lille gryde. Varm det op til stege-vinduet på høj varme og svits løget hurtigt på lav varme. Pluk persilleblade og hak dem groft, og kom dem så til brødterne sammen med æg og løg. Bland det hele godt sammen og krydr med salt og peber.
- Knus broccoli buketterne. Pil hvidløg, hak det fint og kom det I broccoli mosen. Vend friskost og pinjekerner i, rør det godt sammen og smag til med salt og peber.
- Form 12 dumplings af dejen, og kom ca. 1 tsk. fyld i midten af hver. Kom 6 dumplings i en Softiera-indsats smurt med smør.
- Kom ca. 150 ml vand i en 24 cm gryde på 3,5l, sæt EasyQuick låg med 24 cm tætningsring på. Stil gryden på Navigenio, og tænd den på indstilling "A". Angiv 8 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på Visiotherm og drej, til du ser damp-symbolet.
- Når tiden er gået tager du Softiera-indsatsen ud og tilbereder de resterende dumplings på samme måde.

**Tilberedelsestid:** ca. 8 minutter

**Næringsindhold:** ca. 180 kcal per styk

**Tip:** Disse broccoli-nødde dumplings egner sig fremragende som tilbehør til kraftigt kød eller gullasch.

# Savoy kålruller med couscous

## Til 8 ruller

80 g couscous  
20 g rosiner  
1 løg  
40 g usalte  
cashewnødder  
2 spsk. tomatpure  
150 g crème fraiche  
Salt, peber  
Cayenne peber  
Stærkt paprikapulver  
8 blade blancheret  
savoy kål

## AMC produkter

Gryde 24 cm 3,5 l  
Softiera-indsats 24 cm  
EasyQuick med  
tætningsring 24 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 30 minutter



- Kog couscous og rosiner i en lille gryde efter anvisningerne på pakken.
- Skræl løget og skær det i små tern. Læg cashewnødder i Quick Cut enheden og hak dem.
- Bland couscous, rosiner, løg, cashewnødder, tomatpure og crème fraiche og smat til med salt, peber, cayennepeber og paprikapulver.
- Tør savoybladene på et rent viskestykke, skær den hårde midterstilk flad, og fordel fyldet på bladene. Fold det sammen til en pakke, bind den med kødsnor og læg pakkerne i en Softiera-indsats 24 cm.
- Hæld vand (ca. 150 ml) i en 24 cm gryde på 3,5 l og sæt Softiera-indsatsen med kålrullerne i. Luk med EasyQuick med en 24 cm tætningsring og sæt den på Navigenio. Tænd Navigenio på indstilling „A“, angiv 8 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej indtil du ser damp-symbolet.

**Tilberedelsestid:** ca. 8 minutter

**Næringsindhold:** ca. 130 kcal per styk

**Tip:** Server med en oste- eller champignonsauce.










# Farserede champignoner

Til ca. 35 styk

350 g champignoner  
(ca. 35 styk med en diameter på ca. 4 cm)  
1 løg  
30 g sorte oliven uden sten  
2 soltørrede tomater  
100 g feta  
2 spsk. kvark (20 %)  
150 g hakket oksekød  
Salt, peber, chiliflager

## AMC produkter

Quick Cut  
Gryde 24 cm 3,5 l  
Softiera indsats 24 cm  
EasyQuick med tætningsring 24 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 20 minutter



- Rens champignoner med en pensel eller klud og skær stilkene af.
- Skræl løget, og kom det i Quick Cut sammen med oliven og soltørrede tomater, hak det hele fint. Tilsæt feta, kvark og kødet, bland det sammen og smag til med salt, peber og chiliflager. Fordel blandingen i champignonerne og sæt ca. halvdelen i en Softiera indsats.
- Hæld vand (ca. 150 ml) i en gryde på 24 cm 3,5 l og sæt
- Softiera-indsatsen i. Sæt EasyQuick låg med en 24 cm tætningsring på og sæt gryden på Navigenio enheden. Tænd Navigenio på indstilling „A“, angiv 4 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej indtil du ser damp-symbolet.
- Når tilberedelsestiden er gået, kan du vælge at lægge Navigenio ovenpå gryden, for at give de farserede champignoner en sprød, gylden farve. (Høj varmeindstilling, ca. 3 minutter)
- Tag Softiera-indsatsen ud og tilbered resten på samme måde.

**Tilberedelsestid:** ca. 4 minutter

**Næringsindhold:** ca. 25 kcal per styk

# Pelmeni

## Til ca. 12 styk

Dej:

100 g mel  
2 spsk. jordnøddeolie  
1/2 spsk. salt  
Vand (ca. 50 ml)

Fyld:

1 løg  
1 fed hvidløg  
1 stykke ingefær  
2 chili  
100 g hakket oksekød  
Salt, Peber

## AMC Produkter

Gryde 24 cm 3,5 l  
Softiera-indsats 24 cm  
EasyQuick med  
tætningsring 24 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 25 minutter (uden hævetid)



- Til dejen: bland mel, olie og salt og ælt det til en smidig dej. Lad den stå tildækket i 30 minutter.
- Skræl løg og hvidløg og skær det i tern. Skræl ingefær og riv den. Rens chilier og snit dem. Bland det hele med kødet. Krydr med salt og peber.
- Ælt dejen igennem igen og del den i 12 kugler, som du ruller ud i ca. 5 cm store cirkler. Fordel fyld på den ene halvdel af cirklen og klap den anden halvdel over, så det bliver til halvcirkler. Tryk dem let sammen på randen, og læg ca. halvdelen af dem i en Softiera-indsats på 24 cm.
- Hæld vand (ca. 150 ml) i en 24 cm gryde på 3,5 l, sæt Softiera-indsatsen i og luk gryden med EasyQuick med en 24 cm tætningsring. Tænd Navigenio på indstilling „A“, angiv 10 minutters tilberedelsestid på din Audiotherm, sæt den på og drej til du ser damp-symbolet.
- Tag Softiera-indsatsen ud når tilberedelsestiden er gået og tilbered resten på samme måde.

**Tilberedelsestid:** ca. 10 minutter

**Næringsindhold:** ca. 55 kcal per styk

**Tip:** Servér dine pelmeni med en dip af crème fraiche og friske krydderurter.

# Fyldte drømmeæbler

## Til 4 styk


1 spsk. kaffebønner  
50 g chokoladerosiner  
50 g mandelflager  
4 faste syrlige æbler

Til servering:

Chokolade- eller  
æggelikør  
Vaniljeis  
Flødeskum

## AMC produkter

24 cm gryde på 5,0 l  
Softiera-indsats, 24 cm  
EasyQuick med 24 cm  
tætningsring  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 20 minutter



- Kom kaffebønner i en Quick Cut og hak dem fint. Tilsæt også chokoladerosiner og mandelflager og hak dem.
- Vask æblerne og fjern kernehuset. Fordel fyldet i æblerne og sæt dem i en 24 cm Softiera-indsats.
- Hæld vand (ca. 150 ml) i en 24 cm gryde på 5,0 l, sæt Softiera-indsatsen i, sæt EasyQuick låget med en 24 cm tætningsring på og sæt den på Navigenio. Tænd Navigenio på indstilling „A“, angiv ca. 10 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej indtil du ser damp-symbolet.
- Når tilberedelsestiden er gået serveres æblerne efter ønske med chokolade- eller æggelikør, vaniljeis og flødeskum.

**Tilberedelsestid:** ca. 10 minutter

**Næringsindhold:** ca. 310 kcal per person







# Fyldte dumplings med vaniljesauce

## Til ca. 4 styk

### Dumplings:

125 ml lunken mælk

25 g gær

250 g mel

25 g sukker

25 g blødt smør

1 æg

1 æggeblomme

Smør til formen

### Vaniljesauce:

1 vaniljestang

10 g majs mel

25 g sukker

150 ml mælk

125 ml fløde

2 æggeblommer

30 g hvid chokolade

### Fyld:

2 små blommer

4 tsk. blå birkes

## AMC produkter

GourmetLine 24 cm, 4,4l

Softiera-indsats 24 cm

EasyQuick med 24 cm tætningsring

Navigenio

Audiotherm

 ca. 45 minutter (uden hævetid)



- Til gærdejen, mælken med gær, 1 spsk. mel og 1 tsk. sukker. Dæk det til og lad det stå lunt i ca. 30 minutter, til volumen er blevet næsten fordoblet. Ælt fordejen med resten af mel, sukker og smør, æg og æggeblomme til en smidig dej. Lad det hæve tildækket i yderligere ca. 30 minutter.
- I en lille gryde blandes kornene fra vaniljestangen med majsme, sukker, mælk og fløde til vaniljesaucen. Kog det op under konstant omrøring. Tag gryden af varmen, rør æggeblommerne i og smelt chokoladen i saucen under omrøring. Hold saucen varm, rør af og til.
- Halver blommerne. Del gærdejen i 4 stykker og fyld hver bolle med et stykke blomme og 1 tsk. blå birkes. Luk dejen om fyldet og form 4 dumplings. Smør Softiera-indsatsen med smør og kom dine dumplings i.
- Kom ca. 150 ml vand i gryden og sæt Softiera -indsatsen i. Sæt EasyQuick låg med 24cm tætningsring på. Stil gryden på Navigenio og indstil denne til „A“. Tænd for din Audiotherm og angiv ca. 15 minutters tilberedningstid på din Audiotherm. Så snart du ser „+“ i displayet, angiv den ønskede tidsudskydelse (ca. 30 minutter), sæt den på Visiotherm og drej til du ser damp-symbolet.
- Når tilberedelsestiden er gået, tag Softiera-indsatsen ud. Hæld vaniljesauce over dine dumplings og server med et drys blå birkes.

**Tilberedelsestid:** ca. 15 minutter

**Næringsindhold:** ca. 580 kcal per styk




**Tip:** Som variation kan du tilsætte nogle ekstra stykker chokolade til fyldet.

# Stege og koge

Sprød bruning og tilberedelse af kraftige, sammenkogte retter Zubereitung schmack lykkes perfekt med AMC EasyQuick. Alt forbliver saftigt og sparer desuden en masse tid.

Tidsbesparelse\*



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



\* Sammenlignet med fuldt automatisk tilberedelse med AMC



# Fiskesuppe

## Til 4 personer

2 løg

600 g fastkogende  
kartofler

250 g gulerødder

1,5 l grøntsagsbouillon

300 g laksefilet

200 g torskefilet

1 bundt bredbladet  
persille

Sojasauce

Salt, peber


## AMC produkter

Gryde 20 cm 4,5 l

EasyQuick med 20 cm  
tætningsring

Audiotherm

Navigenio

 ca. 30 minutter



- Skræl løg og skær det i fine tern. Skræl kartoflerne og skær dem o ca. 3 cm store stykker. Skræl gulerødderne og skær dem i skiver.
- Kom løg i en 20 cm gryde på 4,5 l, sæt EasyQuick med 20 cm tætningsring på og stil gryden på Navigenio. Varm det op på niveau 6 til stege-vinduet ved hjælp af Audiotherm. Svits løgene, tilsæt kartofler og gulerødder. Hæld bouillon ved. Sæt EasyQuick låget på, indstil Navigenio til position „A“, og angiv 15 minutter på Audiotherm. Sæt den på lågets Visiotherm og drej, indtil du ser damp-symbolet.
- Skær fisken i tern og tilsæt til suppen når tilberedningstiden er gået. Lad det trække i ca. 5 minutter.
- Pluk persilleblade og hak dem fint. Smag suppen til med sojasauce, salt og peber, og servér suppen med et drys persille.

**Tilberedelsestid:** ca. 15 minutter

**Næringsindhold:** ca. 380 kcal per person

**Tip:** Havtaske er et lækkert alternativ til torskefilet.

# Gratineret champignon-spinat- ragout med kartofler

## Til 4 personer

3 løg  
2 fed hvidløg  
600 g melede kartofler  
400 g champignoner  
200 g spinat  
2 spsk. groft  
grøntsagsbouillon  
pulver  
200 g crème fraîche  
Salt, peber  
100 g revet ost

## AMC produkter

Gryde 24 cm 6,5 l  
EasyQuick med  
tætningsring 24 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 25 minutter



- Skræl løg og hvidløg og snit det fint. Skræl kartoflerne og skær i 2 cm store tern. Rens champignoner med en pensel eller klud. Skyl spinaten.
- Kom løg og hvidløg i en 24 cm gryde på 6,5 l, luk med EasyQuick med 24 cm tætningsring og sæt den på Navigenio. Varm det op på niveau 6 til stege-vinduet ved hjælp af Audiotherm, tag EasyQuick af og svits løg og hvidløg kort på niveau 2. Tilsæt champignoner og svits dem med.
- Tilsæt drypvåd spinat og kartoffeltern, luk gryden igen med EasyQuick. Sæt nu Navigenio på indstilling „A“, angiv 10 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej til du ser damp-symbolet.
- Rør grøntsagsbouillon sammen med crème fraîche og rør det i når tilberedelsestiden er gået. Smag til med salt og peber og fordel revet ost henover.
- Sæt gryden på et varmebestandigt underlag, læg Navigenio ovenpå gryden, skru op på stor varme og gratiner retten ved hjælp af Audiotherm i 5 minutter.

**Tilberedelsestid:** ca. 10 minutter + 5 minutter til gratinering

**Næringsindhold:** ca. 330 kcal per person



# Minestronesuppe

## Til 4 personer

600 g blandede grøntsager  
(f.eks. gulerod, aubergine,  
squash, selleri, rød peberfrugt)  
1,25 l kraftig grøntsagsbouillon  
1 dåse hakkede tomater  
(ca. 400 g)

100 g suppepasta  
Salt, peber  
Olivenolie  
Evt. revet parmesan

## AMC produkter

Gryde 20 cm 4,0 l  
EasyQuick med  
tætningsring 20 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 25 minutter



- Rens grøntsagerne og skær dem i mindre stykker. Kom dem i en 20 cm gryde på 4,0 l sammen med grøntsagsbouillon og hakkede tomater, og sæt det på Navigenio enheden.
- Sæt EasyQuick låget med en 20 cm tætningsring på, sæt Navigenio på indstilling „A“, angiv 8 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej, til du ser damp-symbolet.
- Tilsæt suppepasta når tilberedelsestiden er gået og lad det trække færdigt i 3-4 minutter. Smag til med salt, peber og olivenolie, og servér med revet parmesan.

**Tilberedelsestid:** 8 minutter

**Næringsindhold:** ca. 240 kcal per person

# Tofu-Curry

## Til 4 personer

500 g tofu  
 150 ml grøntsagsbouillon  
 1 løg  
 2 fed hvidløg  
 3 kviste pebermynte  
 800 g tomater (uden skin og i tern, eller fra dåse)  
 garam masala efter behag  
 50 g cashewnødder  
 salt, peber

## AMC produkter

Gryde 24 cm 5,0 l  
 EasyQuick med tætningsring 24 cm  
 Audiotherm  
 Navigenio

 75 minutter



- Skær tofuen i tern på ca. 1,5 cm og mariner den i bouillon i mindst en time.
- Skræl løget og hak det. Skræl ligeledes hvidløg og hak det fint.
- Kom løgblandingen i den kolde gryde og stil denne på Navigenio. Sæt EasyQuick med 24 cm tætningsring på. Tænd Navigenio på indstilling 6, tænd din Audiotherm og sæt den på Visiotherm og drej til du ser stege-symbolet.
- Pluk pebermyntebladene af og hak dem fint.
- Så snart Audiotherm bipper når den når til stege-vinduet, skru ned på indstilling 2 og svits løgblandingen.
- Kom tomater, garam masala, cashewnødder og pebermynte i. Tilsæt ligeledes de drænedede tofutern.
- Luk gryden med EasyQuick, indstil Navigenio til „A“ ("Audiotherm"), og angiv ca. 4 minutters tilberedelsestid på Audiotherm og tilbered retten i damp-området.
- Når tiden er gået, smages retten til med salt og peber.

**Tilberedelsestid:** 4 minutter

**Næringsindhold:** ca. 277 kcal per person



# Rød linsesuppe

## Til 4 personer

2 løg  
1 lille stykke ingefær  
200 g bacontern  
30 g tranebær eller  
tørrede abrikoser i tern  
200 g røde linser  
800 ml grøntsagsbouillon  
1 dåse hakkede tomater  
(ca. 400 g)  
4 spsk. salte peanuts  
Salt, peber

## AMC produkter

Gryde 20 cm 3,0 l  
EasyQuick med  
tætningsring 20 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 15 minutter



- Skræl løg og ingefær. Snit ingefær i fine tern og skær løgene i ringe. Sæt EasyQuick med en 20 cm tætningsring på en 20 cm gryde på 3,0 l og stil den på en Navigenio. Varm det op på niveau 6 til stege-vinduet ved hjælp af Audiotherm. Sæt Navigenio ned på niveau 2 og svits baconternene.
- Tilsæt løgringe, ingefær, tranebær eller abrikostern og linser, og og hæld bouillon ved. Rør hakkede tomater i og luk med EasyQuick låget. Tænd Navigenio på indstilling „A“, angiv 6 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej indtil du ser damp-symbolet.
- Kom jordnødderne i en Quick Cut og hak dem groft.
- Når tilberedelsestiden er gået, smag til med salt og peber og servér med jordnødderne drysset henover.

**Tilberedelsestid:** ca. 6 minutter

**Næringsindhold:** ca. 725 kcal per person

# Ærtesuppe

## Til 6 personer

250 g knoldselleri  
 300 g melede kartofler  
 400 g porre  
 200 g bacontern  
 500 g tørrede gule ærter  
 400 g røget svinekød  
 2,0 l grøntsagsbouillon  
 Salt, peber

## AMC produkter

Gryde 24 cm 6,5 l  
 EasyQuick med  
 tætningsring 24 cm  
 Audiotherm  
 Navigenio

 ca. 1 time



- Skræl knoldselleri og kartofler, skær det i tern. Puds porre og skær den i ringe.
- Sæt EasyQuick låg med 24 cm tætningsring på en 24 cm gryde på 6,5 l og stil den på en Navigenio. Varm det op på niveau 6 til stegevinduet ved hjælp af Audiotherm. Brun bacontern, tilsæt så ærter, knoldselleri og kød og hæld bouillon ved.
- Sæt EasyQuick låget på, tænd Navigenio på indstilling „A“, og angiv 30 minutters tilberedelsestid på Audiotherm. Sæt den på og drej, indtil du ser damp-symbolet.
- Tilsæt kartofler og porre når tilberedelsestiden er gået. Angiv 20 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på igen og drej indtil du ser damp-symbolet.
- Smag til med salt og peber.

**Tilberedelsestid:** ca. 50 minutter

**Næringsindhold:** ca. 610 kcal per person



# Chili con carne

## Til 6 personer

2fed hvidløg

2 løg

3 røde chili

700 g bøftomater

500 g hakket oksekød

1 dåse majs (ca. 250 g)

1 dåse kidneybønner  
(ca. 250 g)

70 g stærk sennep

150 g tomatpure

2 kanelstænger

500 ml oksebouillon

3 spsk. olivenolie

Salt, peber

## AMC produkter

Gryde 24 cm 5,0 l

EasyQuick med

tætningsring 24 cm

Audiotherm

Navigenio

 ca. 40 minutter



- Skræl løg og hvidløg, fjern kernerne fra chilierne og hak det hele fint. Rens bøftomaterne og skær dem i tern.
- Sæt EasyQuick låg med 24 cm tætningsring på en 24 cm gryde på 5,0 l og stil den på en Navigenio. Varm det op på niveau 6 til stege-vinduet ved hjælp af Audiotherm.
- Kom hakket oksekød i og brun det på niveau 2. Tilsæt resten af ingredienserne til og med bouillon og bland det hele grundigt.
- Sæt EasyQuick på igen, indstil Navigenio på position „A“, angiv 10 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej indtil du ser damp-symbolet.
- Når tilberedelsestiden er gået, tilsæt en smule olivenolie og smag til med salt og peber og servér.

**Tilberedelsestid:** ca. 10 minutter

**Næringsindhold:** ca. 380 kcal per person



**Tip:** Du kan give din chili con carne et specielt pift hvis du smager den til med et lille stykke mørk chokolade.

# Grøntsager med kylling

## Til 4 personer

400 g kyllingebrystfilet  
 500 g megede kartofler  
 350 g glaskål  
 2 chilipebre  
 200 ml kyllingefond  
 250 g porre  
 2 appelsiner  
 40 g jordnøddesmør (crunchy)  
 Salt, peber

## AMC produkter

Gryde 20 cm 4,0 l  
 EasyQuick med tætningsring 20 cm  
 Audiotherm  
 Navigenio

 ca. 25 minutter



- Skær kyllingebryst i tern. Skræl kartofler og kålrabi. Skær kartofler i små tern og kålrabi i tynde stave. Rens chilierne og skær dem ringe.
- Sæt EasyQuick låg med 20 cm tætningsring på en 20 cm gryde på 4,0 l og stil den på en Navigenio. Varm det op på niveau 6 til stege-vinduet ved hjælp af Audiotherm. Kom kyllingebryst i, reducer til indstilling 2 og brun kødet.
- Kom kartofler, kålrabi og chili i, og hæld bouillon ved. Sæt EasyQuick låget på igen og indstil Navigenio på „A“. Angiv 10 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej indtil du ser damp-symbolet.
- Rens porre, halvér på langs og skær i skiver. Når tilberedelsestiden er gået, tilsættes porre, og suppen trækker færdig i ca. 3 minutter. i mellemtiden skrælles og fileteres appelsinerne. Rør jordnøddesmør i grøntsagerne, smag til med salt og peber, pynt med appelsiner.

**Tilberedelsestid:** ca. 10 minutter

**Næringsindhold:** ca. 340 kcal per person

**Tip:** Denne opskrift er meget variabel. Du kan f.eks. nemt erstatte kålrabi med gulerodsskiver eller blomkålsbuketter. Den cremede konsistens kan du også opnå ved at bruge crème fraîche eller lidt fløde i stedet for jordnøddesmør.



# Cremet karrykylling

## Til 4 personer

750 g kyllingebryst	350 ml kokosmælk
3 forårsløg	3 spsk. Gul karrypaste
3 mellemstore gulerødder	1 mango
1 stængel citrongræs	Salt, peber

AMC produkter  
Gryde 20 cm 4,0 l  
EasyQuick med  
tætningsring 20 cm  
Audiotherm  
Navigenio

 ca. 25 minutter



- Skær kyllingebryst i ca. 2 cm store tern, puds forårsløg og skær i ringe. Skræl gulerødder og skær dem i skiver på ca. 0,5 cm. Skær det yderste af citrongræsset af, og fjern det første lag blade. Brug bagsiden af en stor kniv til at slå ned på roden af citrongræsset, så det går i stykker – på den måde kan smagen lettere trænge ud.
- Sæt EasyQuick med ten 20 cm tætningsring på en 20 cm gryde på 4,0 l, stil den på Navigenio enheden og varm det op på niveau 6 til stege-vinduet ved hjælp af Audiotherm. Kom kødet i og brun det på indstilling 2. Kom forårsløg og gulerodsskiver i og brun det med. Til sidst tilsættes kokosmælk, karrypaste og citrongræs.
- Sæt EasyQuick på igen, indstil Navigenio på „A“, angiv 10 minutters tilberedelsestid på Audiotherm, sæt den på og drej indtil du ser damp-symbolet.
- i mellemtiden, skræl mangoen, fjern stenen og skær den i tern. Når tilberedelsestiden er gået, tilsættes mangotern, og retten smages til med salt og peber.

**Tilberedelsestid:** ca. 10 minutter

**Næringsindhold:** ca. 480 kcal per person







# Kødboller i tomat sugo

## Til ca. 8 styk

1/2 løg  
 1 fed hvidløg  
 3 kviste timian  
 1/2 daggammelt rundstykke  
 1 spsk. kvark (20 %)  
 250 g hakket kalv/flæsk  
 Salt, peber  
 Cayennepeber  
 Tomatsugo:  
 1 gul peberfrugt  
 1 dåse hakkede tomater  
 (ca. 400 g)  
 1 bundt bredbladet persille  
 1 spsk. olivenolie  
 Salt, peber

## AMC produkter

Gryde 24cm 3,5l  
 EasyQuick med  
 tætningsring 24 cm  
 Audiotherm  
 Navigenio

 ca. 35 minutter



- Skræl løg og hvidløg, skær det i tern. Pluk timianblade og hak dem. Skær rundstykket i små tern og læg det i blød i lidt vand.
- Tryk brødternene fri for væske, bland dem grundigt med løg, hvidløg, timian, kvark og hakket kød, og krydr kraftigt med salt, peber og cayennepeber. Form farsen til ca. 8-10 kødboller.
- Luk en 24 cm gryde på 3,5 l med EasyQuick med en 24 cm tætningsring, sæt det på Navigenio og varm det op på niveau 6 til stege-vinduet ved hjælp af Audiotherm. Læg kødbollerne i, sæt EasyQuick på igen og brun kødbollerne på indstilling 2 indtil vendepunktet ved 90 °C er nået på Visiotherm. Vend kødbollerne, sæt EasyQuick på igen og brun den anden side indtil vendepunktet ved de 90 °C nås igen.
- Gør peberfrugten klar, skær i tern og vend i kødbollerne sammen med tomat. Sæt EasyQuick på igen, indstil Navigenio på „A“, angiv 5 minutter på Audiotherm, sæt den på og drej til du ser damp-symbolet.
- Pluk persilleblade og hak dem groft. Når tillberedelsestiden er gået, vend persille i, tilsæt lidt olivenolie og smag til med salt og peber.

**Tilberedelsestid:** ca. 5 minutter

**Næringsindhold:** ca. 130 kcal per styk



# Ragout af fisk og tomat

## Til 4 personer

1 fed hvidløg  
 1 løg  
 100 g porre  
 1 gulerod  
 2 stængler selleri  
 500 g passerede tomater  
 100 ml grøntsagsbouillon  
 Peber  
 600 g kraftig, hvid fisk (f.eks. torsk eller havtaske)  
 1 bundt bredbladet persille  
 2 spsk. olivenolie  
 salt

### Anvendte AMC produkter:

GourmetLine 24 cm 4,4 l  
 Navigenio  
 EasyQuick med 24 cm tætningsring  
 Quick Cut

 ca. 20 minutter



- Skræl løg og hvidløg. Gør porre, gulerod og selleri klar. Hak det hele fint i Quick Cut.
- Kom det i GourmetLine, luk med EasyQuick med 24cm tætningsring og stil den på Navigenio. Tænd Navigenio på indstilling 6. Tænd for din Audiotherm, sæt den på Visiotherm og drej, til du ser stege-symbolet.
- Så snart Audiotherm bipper når den når til stege-vinduet, skru ned på indstilling 2 og brun blandingen.
- Tilsæt tomater, grøntsagsbouillon og peber. Sæt EasyQuick på, og sæt Navigenio på indstilling „A“. Angiv ca. 5 minutters tilberedelsestid på Audiotherm og tilbered retten i damp-området.
- Skær fiskefileten i store stykker og tilsæt, når tilberedelsestiden er gået.
- Sæt EasyQuick på igen, indstil Navigenio til „A“ og angiv ca. 5 minutters tilberedelsestid på Audiotherm og tilbered retten i damp-området.
- Pluk persilleblade, hak dem fint og tilsæt sammen med olivenolien. Smag til med salt og peber

**Tilberedelsestid:** 10 minutter

**Næringsindhold:** ca. 271 kcal per person





Spis bedre.  
Lev bedre.



# AMC EasyQuick

Brugsanvisning



The Premium  
Cooking system

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

Læs venligst brugsanvisningen nøje inden du tager din EasyQuick i brug. Brugsanvisningen bør opbevares, og videregives til næste ejer.

# Forklaring af symboler



**Vigtigt for sikkerheden.** Undlader du at følge anvisningen kan det medføre personskade eller beskadige apparatet.



Nyttige tips.



Anvendelse i overensstemmelse med formålet.



Information om miljø, økologi og bæredygtighed.



Forkert brug af apparatet.

Arbejds gange er fremhævet med en pil.

<b>1. Korrekt brug og sikkerhed</b>	<b>4</b>	<b>3. Automatiseret damptilberedelse med Softiera-indsats og EasyQuick</b>	<b>11</b>
1.1 Egnede gryder og tilbehør	4		
1.2 Egnede varmekilder, egnet kogepladestørrelse	4	<b>4. Stege med EasyQuick</b>	<b>12</b>
1.3 Vigtige bemærkninger vedr. brug og sikkerhed	5		
Undgå skader, undgå u hensigtsmæssig brug	5	<b>5. Stegning og automatisk madlavning med EasyQuick</b>	<b>13</b>
Undgå fare ...	6		
Opsyn	6	<b>6. Manuel damptilberedelse med Softiera-indsats og EasyQuick</b>	<b>15</b>
1.4 Rengøring og vedligehold	7		
Kontrol af damp-ventilen	7	<b>7. Rengøring og vedligehold</b>	<b>16</b>
Hvad gør jeg ved skader eller fejl?	7	7.1 Sådan skilles EasyQuick ad	16
1.5 Bortskaffelse	7	7.2 Rengøring og opbevaring af EasyQuick	17
		7.3 Sådan samler du EasyQuick	17
		7.4 Kontrol af damp-ventilen	17
<b>2. Din EasyQuick</b>	<b>8</b>	<b>8. Hvad gør jeg hvis...</b>	<b>18</b>
2.1 Dele og komponenter i EasyQuick	8		
Gryder og tilbehør til brug sammen med EasyQuick	8	<b>9. AMC kundeservice, reservedele</b>	<b>19</b>
Visiotherm E	9	9.1 Reservedele	19
2.2 Funktion og brug	9		
Damp-ventil	9		
Stege	10		
Koge og dampe	10		



# 1. Korrekt brug og sikkerhed

EasyQuick anvendes til at dampe og stege madvarer, og kan med ét låg bruges til gryder med en diameter på både 20 cm og 24 cm. Den må kun anvendes til dette formål. Ved uhensigtsmæssig brug kan der opstå fare. Brugsanvisningen skal derfor overholdes – især indhold af nærværende kapitel.

## 1.1 Egnede gryder og tilbehør

EasyQuick må anvendes sammen med:

- AMC gryder på 20cm og 24cm
- GourmetLine 20cm og 24cm
- Softiera-indsats 20cm og 24cm
- Si-indsats 20cm og 24cm
- Visiotherm E (version med stege-vindue og damp-vindue)
- Audiotherm (version med gråt kabinet og sorte taster)
- Navigenio

### Følgende må ikke anvendes:

- Gryde 24cm 2,5 l med Softiera-indsats\*
- Gryde 20cm 2,3 l med Softiera-indsats\*
- Gryde 24cm 8,0 l i kombination med Navigenio
- HotPan 20cm og HotPan 24cm
- Eurasia 24cm med Softiera-indsats\*
- Gryder og pander fra andre producenter
- Kombi-ring, rive-indsats eller Kombi-skål hængt i gryden

\* kan anvendes uden Softiera-indsats

## 1.2 Egnede varmekilder, egnet kogepladestørrelse

EasyQuick er særligt velegnet til automatisk tilberedelse med Navigenio og Audiotherm. Sådan lykkes den optimale styring af temperaturen særdeles nemt og perfekt.

Derudover kan gryder som er lukket med EasyQuick bruges på alle slags komfurer:

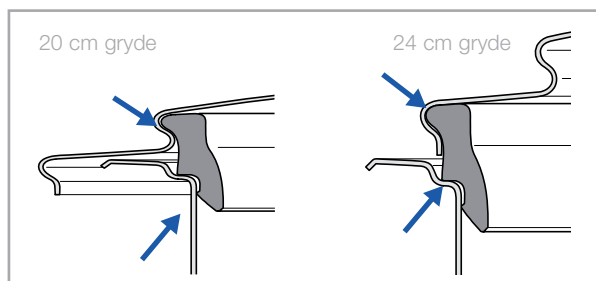
- Diameteren af kogeplade og gryde skal passe så godt som muligt
- Gryden skal stilles midt på kogepladen.
- Induktionskomfurer er egnet såfremt der står „Induction“ på bundmærket af gryden.
- Booster- eller power indstilling på induktionskomfur må ikke anvendes.
- Ved gaskomfur skal der vælges en brænder der passer til grydens diameter. Gasflammen må aldrig være større end bunden af gryden.
- Venligst også læs brugsanvisningen „Sådan bliver det perfekt“ i „AMC trin for trin“.

### 1.3 Vigtige bemærkninger vedr. brug og sikkerhed



#### Undgå skader, undgå u hensigtsmæssig brug

- Ved gasblus må 24 cm tætningsringen aldrig være lagt i EasyQuick låget, når der anvendes en 20 cm gryde med 20 cm tætningsring. Ellers er der fare for at tætningsringen bliver beskadiget eller fanger ild.
- Du bør kun lægge den tætningsring i EasyQuick låget som passer til grydens diameter. Tætningsringen skal ligge korrekt i lågets fatning.



- EasyQuick med den tilhørende tætningsring skal ligge hele vejen rundt på hældekanten, og være sat på den dertil passende gryde.
- damp-ventilen og tætningsringe af EasyQuicks låget skal holdes rene og i god tilstand, for hvis ventilen er snavset eller stoppet eller hvis tætningsringen ikke sidder rigtigt eller EasyQuick er sat forkert på, så kan låget løftes og varm damp kan sive ud hele vejen rundt.

Bemærk anvisninger i kapitel 7 „Pleje og vedligehold“.

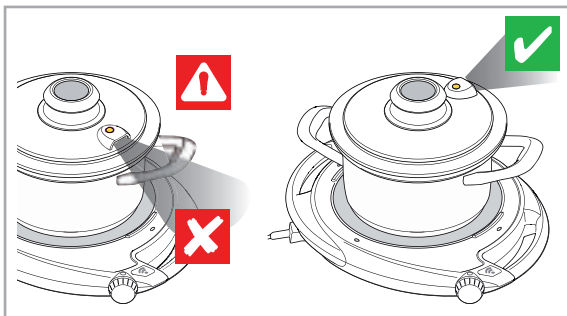
Når du damper med Softiera-indsats immer bør du altid tilsætte en kop vand (ca. 120-150 ml) i gryden, for at der kan skabes damp. Her skal du bemærke at vandstanden ikke må være højere end den hullede bund i Softiera-indsatsen. Ved behov tilsættes ekstra vand.

- For at sikre en velfungerende tilberedelse bør gryden ikke være fyldt til mere end  $\frac{2}{3}$ , og kun til maks.  $\frac{1}{2}$  af grydens volumen hvis de fødevarer der tilberedes udvider sig. Gryden må ikke hældes eller vendes på hovedet, ellers er der fare for at EasyQuick låget falder af, at der viger madvarer ud af damp-ventilen eller at den ikke fungerer ordentligt længere.
- Ved anvendelse af EasyQuick med Softiera-indsats skal du ligeledes sikre at der bliver tilsat en kop vand (ca. 120-150 ml). Ellers kan gryden blive beskadiget.
- EasyQuick må ikke anvendes i ovn eller i mikrobølgeovn. Alle kunststof- og gummedele kan blive beskadiget herved. EasyQuick låget er ikke egnet til fritering.



## Undgå fare ...

- Med EasyQuick tilberedes madvarer uden overtryk ved høj temperatur. **Ved forkert anvendelse af EasyQuick kan du komme til skade, og der er fare for skoldning og forbrændinger.**
- Undgå at røre ved varme dele af rustfrit stål og damp-ventilen.
- Rør kun ved håndtag og ved EasyQuick lågets Visiotherm E. Brug evt. grydelapper eller ovnhandsker.



- damp-ventilen skal gerne holdes væk fra kroppen og væk fra grydens håndtag, da der udtræder varm damp.
- Når du sætter EasyQuick på en varm gryde så trænger der en bølge af varm damp ud igennem damp-ventilen.
- Når du tager EasyQuick låget af gryden så sørg for altid at holde med den ene hånd på grydens håndtag. Ellers kan gryden vippe, og varme fødevarer kan løbe ud.



## Opsyn

- Tilberedelse af mad med EasyQuick skal ske under opsyn. Anvendes Audiotherm (se særskilt brugsanvisning) til akustisk overvågning af madtilberedelsen, skal du opholde dig et sted hvor du kan høre den.
- Tilberedelse af mad uden opsyn kan føre til overophedning. Retterne kan fordærves, og gryden eller EasyQuick kan blive beskadiget eller ødelagt. Risiko for personskaade og brand.
- EasyQuick er ikke egnet til at blive brugt af børn.
- Børn skal holdes under opsyn hvis de opholder sig i nærheden af EasyQuick. Fare for skoldning og forbrændinger.
- Personer der på grund af deres fysiske, sensoriske eller psykiske evner eller manglende viden eller erfaring ikke er i stand til sikkert at anvende EasyQuick låget, må ikke benytte det uden tilsyn af en sikkerhedsansvarlig person.

## 1.4 Rengøring og vedligehold

Rengør og vedligehold EasyQuick låget regelmæssigt, for at sikre funktion og sikkerhed.

- EasyQuick bør rengøres efter hver brug, og efter hver 5. brug bør damp-ventilen desuden skilles ad til rengøringsformål.
- Inden næste anvendelse bør damp-ventilens funktion samt tætningsringen tjekkes.
- Tætningsringe og damp-ventil skal udskiftes hvis de er beskadiget, porøse, skrumpet eller revnet.

Overhold anbefalingerne i kapitel 7 „Pleje og vedligehold“.

Undlad at udføre ændringer ved EasyQuick låget. EasyQuick låget bør ikke skilles mere ad end nødvendigt til rengøring og vedligehold. U hensigtsmæssig brug eller anvendelse af vold kan nedsætte funktion og sikkerhed.

### Kontrol af damp-ventilen

Sørg for inden hver brug at sikre, at damp-ventilen ikke er stoppet til eller klistret.

Damp—udledningskanalen skal være skruet godt fast med kapselmøtrikken, og den indre ventil-viser bør være let at bevæge op og ned.

### Hvad gør jeg ved skader eller fejl?

Hvis EasyQuick låget er beskadiget eller ikke fungerer korrekt må det ikke bruges mere. Du kan få sliddele (som tætningsringe, damp-ventil og Visiotherm E) som reservedele hos AMC. Disse kan du selv skifte. Anvend udelukkende original AMC reservedele.

## 1.5 Bortskaffelse



EasyQuick må ikke komme i alm. affald, da materialerne kan genanvendes. Skal bortskaffes ifølge lokale forskrifter.

# 2. Din EasyQuick

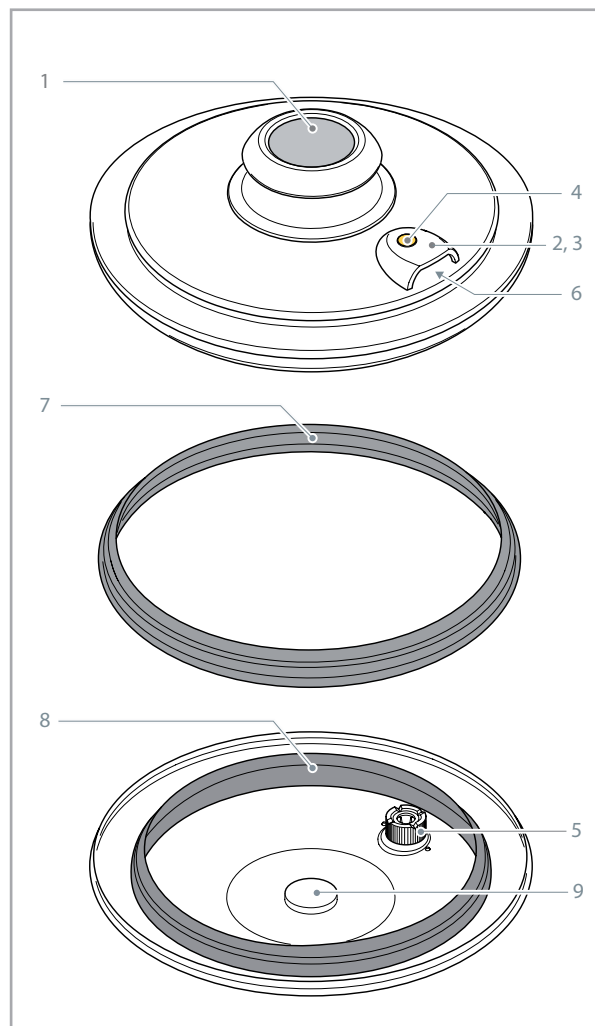
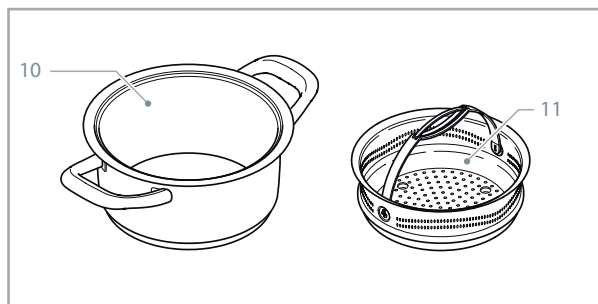
## 2.1 Dele og komponenter i EasyQuick

- 1 Visiotherm E (temperatur indikator)
- 2 damp-ventil, bestående af
- 3 Ventil-kabinet
- 4 Ventil-viser
- 5 Ventil-kapselmøtrik
- 6 Damp-udgangsåbning
- 7 Tætningsring 24 cm (løs)
- 8 Tætningsring 20 cm (indlagt i låget)
- 9 Sensotherm (temperatur måler)

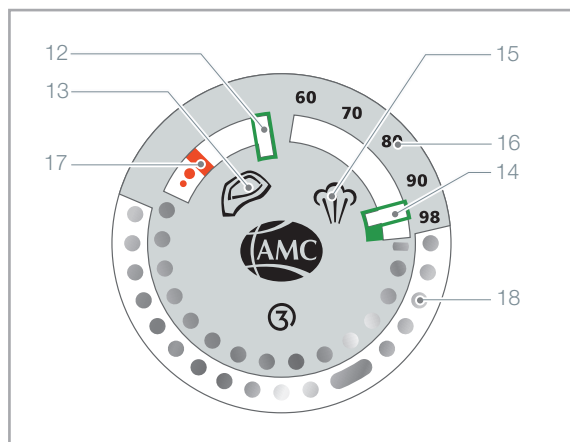
Ikke en del af leverancen er:

**Gryde og tilbehør til brug sammen med EasyQuick**

- 10 Gryde 20 cm / 24 cm
- 11 Softiera-indsats 20 cm / 24 cm







### Visiotherm E

- 12 Stege-vindue
- 13 Stege-symbol
- 14 Damp-vindue
- 15 Damp-symbol
- 16 Temperaturskala til damptilberedelse
- 17 Rød viser
- 18 Målepunkter til Audiotherm

## 2.2 Funktion og brug

EasyQuick er en funktionel mester og et allround-talent:

- Den kan anvendes til gryder med en diameter på 20 cm såvel som 24 cm.
- Du kan bruge den til at dampe, koge og stege med.
- Den virker uden overtryk.
- Vitaminer, næringsstoffer og mineraler i fødevarerne bliver bevaret.
- Den muliggør store tidsbesparelser.



EasyQuick sættes på den pågældende gryde og lukkes godt. Gennem fordampning af enten tilsat væske eller væske der er i fødevarerne opstår der skånsom damp. Derved kan fødevarerne tilberedes ved en højere temperatur, hurtigere, mere skånsomt og energibesparende. Derudover kan EasyQuick låget tages af når som helst under tilberedelsesprocessen.

### Damp-ventil

Damp-ventilen er vigtig for at luft og damp kan undvige fra gryden. Des mere damp der skal undvige fra gryden, des mere åbner ventilen. Ved udtræden af damp og bevægelse af den indre ventil-viser opstår der tilsvarende lyde.

Damp-ventilen fungerer ligeledes som sikkerhedsventil, så der ikke opbygges overtryk i gryden. Skulle ventilen ikke virke, f.eks. pga. tilstopning, så vil låget løftes ved meget lavt, ufarligt tryk.



Den udtrædende damp er meget varm.

## Stege

For at stege f.eks. kød, fisk osv.

## Koge og dampe

Velegnet til kartofler og grøntsager med mellem og lang tilberedelsestid, fisk, fyldte grøntsager eller roulader, sammenkogte retter, store stykker kød og bælgrugter.

- Skåner vitaminer, mineralstoffer, mikronæringsstoffer
- Stor tidsbesparelse
- Intet overtryk
- Mulighed for til enhver tid at tage EasyQuick låget af gryden

Til fødevarer der udelukkende bør dampes er anvendelse af Softiera-indsatsen nødvendig, for at de ikke kommer i kontakt med vand, ikke brænder på, og især ikke bliver udvasket.

Alle særdeles vigtige næringsstoffer som f.eks. vitaminer bibeholdes på denne måde.

- Softiera-indsats 20 cm bør først anvendes til gryder fra 20 cm 3,0 l.
- Softiera-indsats 24 cm bør først anvendes til gryder fra 24 cm 3,5 l.



Til optimal brug af EasyQuick låget anbefaler vi at den anvendes sammen med

- AMC Audiotherm og
- AMC Navigenio enheden.

Se hertil separate brugsanvisninger.

Hvis der dampes på et almindeligt komfur skal varmetilførslen ofte tilpasses, for at temperaturen forbliver i det optimale område.

For at spare tid og for at sikre en optimal tilberedelse er godt opsyn nødvendigt, også hvis Audiotherm anvendes til overvågning af temperaturen, og giver akustiske advarsler.

# 3. Automatiseret damptilberedelse med Softiera-indsats og EasyQuick

- Forbered fødevarer.
- Vælg en egnet gryde og sæt en Softiera-indsats i. Tilsæt en kop vand (ca. 120-150 ml) i gryden. Læg mærke til at vandstanden ikke er højere end den hullede bund af indsatsen. Læg de forberedte fødevarer i.
- Læg den EasyQuick tætningsring i EasyQuick låget som passer til grydens diameter og sæt låget på gryden.

→ ① Sæt gryden på Navigenio og indstil denne til „A“, tænd Audiotherm ved at trykke på højre eller venstre knap. Angiv med højre knap den ønskede tilberedelsestid, f.eks. 10 minutter.

→ ② Sæt Audiotherm enheden på Visiotherm E, drej indtil du ser damp-symbolet og radiokontaktsymbolet.

③ Navigenio har nu opbygget en radioforbindelse og blinker blåt. Alt kører nu fuldt automatisk: Navigenio og Audiotherm styrer opvarmningen og reducerer varmetilførslen helt selvstændigt, og overvåger desuden tilberedelsestiden.

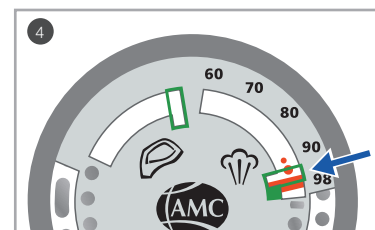
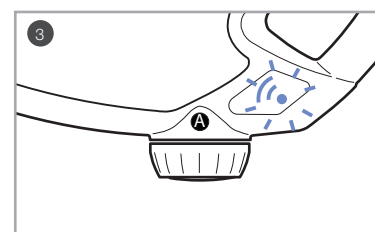
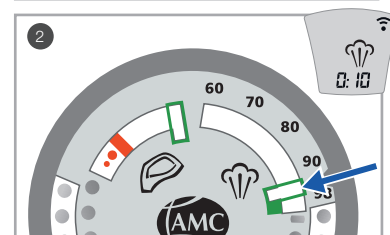
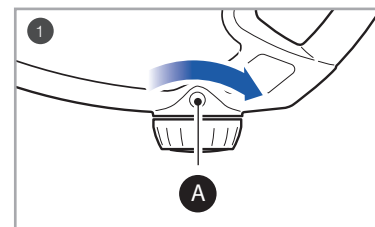
④ Den ideelle temperatur bibeholdes automatisk under hele tilberedelsesprocessen.

- Hvis du efter lidt tid ønsker at tilsætte yderligere ingredienser, tager du blot Audiotherm af Visiotherm E og tager EasyQuick låget af. Tilsæt ingrediensen, sæt EasyQuick låget på. Sæt igen Audiotherm på Visiotherm E, drej til du ser damp- og radiokontakt symbolet, og færdiggør tilberedelsen.



Når den indstillede tilberedelsestid er gået, bliver du med et enkelt bip kaldt til spising. Hvis du ikke er der med det samme, så er det ikke noget problem: maden bliver holdt varm ved 60 °C i en time.

- Sluk til sidst Navigenio enheden.



# 4. Stege med EasyQuick

- Forbered maden. Dup det der skal steges tørt
- Vælg en egnet gryde og læg den tætningsring i EasyQuick låget som passer til grydens diameter.
- Sæt EasyQuick låget på gryden og sæt den tomme gryde på Navigenio enheden.

→ ① Tænd for Audiotherm ved at trykke på højre eller venstre knap. Sæt den på og drej, indtil du ser stege symbolet.

→ ② Tænd Navigenio enheden på niveau 6 og varm op.



③ Den røde viser vandrer nu og når efter få minutter stege-vinduet. Der høres en dobbelt signal-lyd.

→ Sluk for signal-lyden ved at trykke på højre eller venstre knap.

→ Tag Audiotherm og EasyQuick af, læg det i gryden som du ønsker at stege.

④ Sæt Navigenio på en lavere niveau (niveau 2).

→ Sæt EasyQuick på igen, sæt Audiotherm på og drej, indtil du ser stege symbolet.

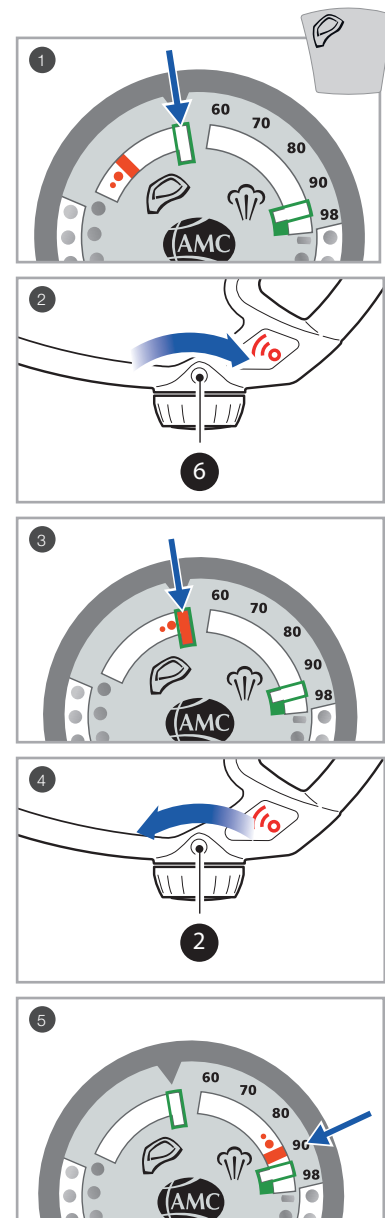


⑤ Når den røde viser når vendepunktet ved 90 °C, hører du en dobbelt signal-lyd.

→ Sluk for lyden med højre eller venstre knap. Tag Audiotherm og EasyQuick låget af.

→ Vend det du steger, sæt EasyQuick på igen og sluk helt for Navigenio enheden.

→ Lad maden trække færdig i nogle få minutter, alt efter hvor tyk det du steger er.



# 5. Stegning og automatisk madlavning med EasyQuick

- Forbered maden. Dup det tørt som du vil stege.
- Vælg en egnet gryde og læg den tætningsring i EasyQuick låget som passer til grydens diameter.
- Sæt EasyQuick på gryden og sæt den tomme gryde på Navigenio.

→ ① Tænd for Audiotherm ved at trykke på højre eller venstre knap. Sæt den på og drej, indtil du ser stege symbolet.

→ ② Indstil Navigenio på niveau 6 og varm op.



③ Den røde viser begynder at vandre og når efter nogle få minutter stege-vinduet. Du hører en dobbelt signal-lyd.

→ Sluk for lyden med højre eller venstre knap.

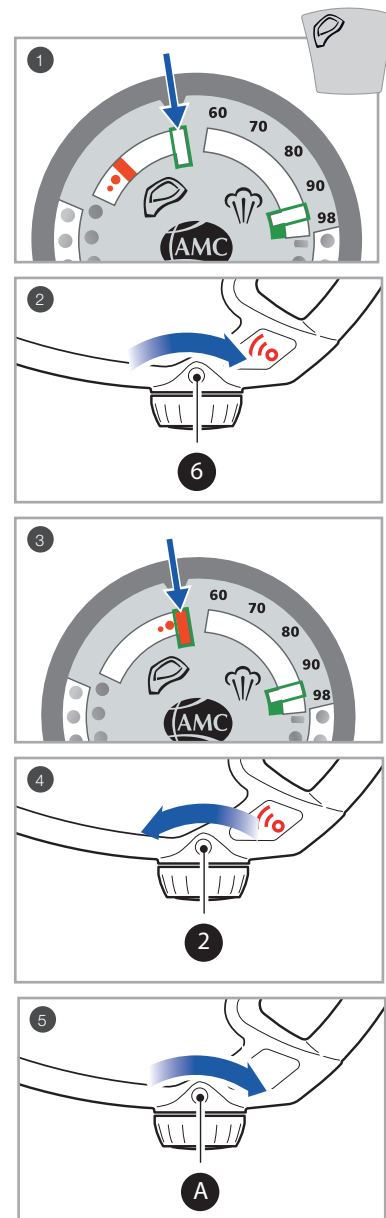
→ Tag Audiotherm og EasyQuick af, læg det i gryden som du vil stege.

④ Sæt Navigenio på lavt niveau (niveau 2) og brun det du vil stege som du ønsker, og vend det.

→ Tilsæt øvrige ingredienser inklusive en kop vand eller anden væske (ca. 120-150 ml), rør rundt og sæt EasyQuick låget på.

→ ⑤ Indstil Navigenio til „A“, tænd for Audiotherm med højre eller venstre knap. Angiv den ønskede tilberedelsestid med højre knap, f.eks. 10 minutter.

→ Fortsættes på side 14!





→ 6 Sæt Audiotherm på Visiotherm E, drej til du ser damp- og radiokontakt-symbolet.

7 Navigenio har nu opbygget radioforbindelse og blinker blåt. Alt kører nu fuldt automatisk: Navigenio og Audiotherm styrer opvarmning og reducerer varmetilførslen helt af sig selv, og overvåget desuden tilberedelsestiden.

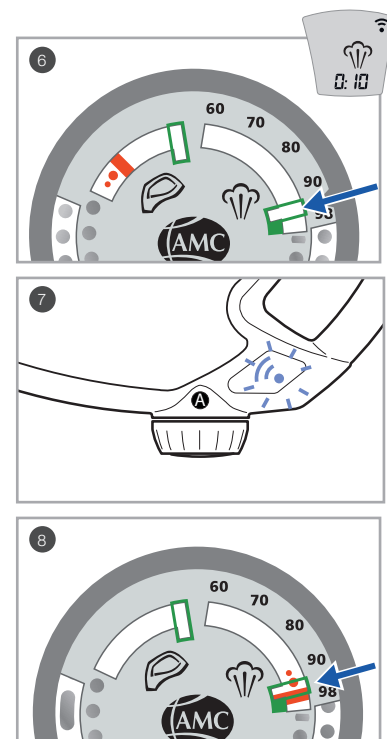
8 Den ideelle temperatur bibeholdes automatisk under hele tilberedelsen.

→ Hvis du efter noget tid ønsker at tilføje yderligere ingredienser, tager du blot Audiotherm af Visiotherm E og tager så EasyQuick låget af. Tilføj ingrediensen, og sæt EasyQuick låget på igen. Sæt Audiotherm på Visiotherm E, drej til du ser damp- og radiokontakt-symbolet, og færdiggør tilberedelsen.



Når den indstillede tilberedelsestid er gået, bliver du med en enkelt signal-lyd kaldt til spisning. Hvis du ikke er klar med det samme, er det ikke noget problem: maden bliver holdt varm ved 60 °C i en time.

→ Sluk til sidst Navigenio enheden.



For manuel styring af tilberedelsesprocessen, læs da kapitel 6 punkt 1.

# 6. Manuel damptilberedelse med Softiera-indsats og EasyQuick

- Forbered maden.
- Vælg en egnet gryde og sæt Softiera-indsats i. Tilsæt en kop vand (ca. 120-150 ml) i gryden. Sørg for at vandstanden ikke når højere end den hullede bund i indsatsen. Læg de forberedte fødevarer i.
- Læg den tætningsring i EasyQuick låget som passer til grydens diameter, og sæt EasyQuick låget på gryden.
- Sæt gryden på kogepladen. Tænd for Audiotherm med højre eller venstre knap, indstil den ønskede tilberedelsestid med højre knap, f.eks. 10 minutter.

→ ① Sæt Audiotherm på Visiotherm E, drej indtil du ser damp symbolet.

→ Sæt kogepladen på højeste blus og varm op



② Den røde visere vandrer i retning af damp-vinduet. Når vinduet er nået, hører du en dobbelt signal-lyd.

→ Sluk for lyden med højre eller venstre knap, sæt kogepladen på et lavere blus.

→ ③ Hold øje med Audiotherm og regulér varmetilførslen på komfuret efter behov:

Hvis temperaturen er for høj, ses et „-“. Skru ned for varmen eller sluk helt for kogepladen.

Hvis temperatur bliver for lav, ses et „+“. Skru op for varmen.

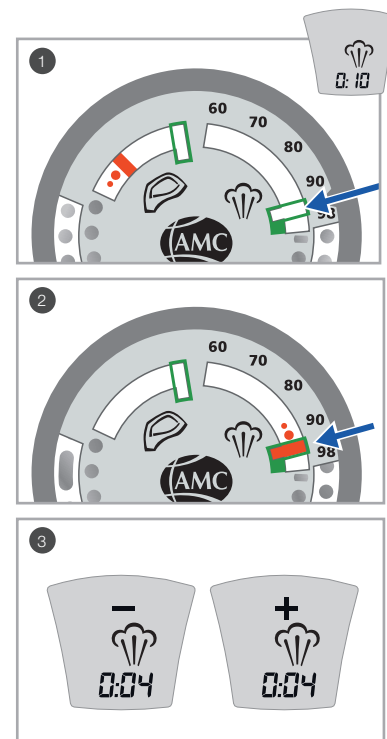


Når den indstillede tilberedelsestid er gået, hører du en enkelt signal-lyd.

→ Sluk for lyden med højre eller venstre knap.

→ Server maden eller øg tilberedelsestiden ved behov.

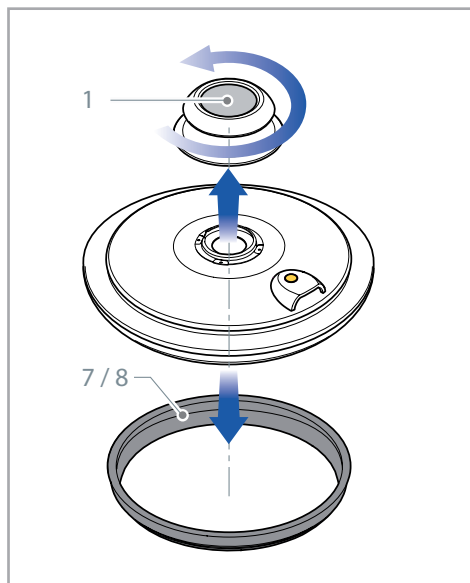
→ Sluk til sidst helt for kogepladen.



# 7. Rengøring og vedligehold

Rengør og vedligehold dit EasyQuick låg som følger:

- Rengør låget efter hver brug og skil det ad til yderligere rengøring efter ca. hver 5. brug.
- Inden næste brug bør du tjekke damp-ventilens funktion.
- Tætningsringene skal skiftes hvis de er beskadiget, porøse, skrumpet eller revnet.

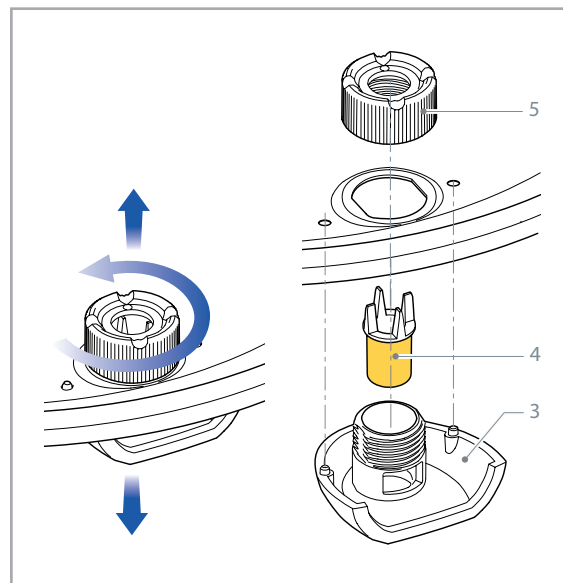


## 7.1 Sådan skilles EasyQuick ad



Lad altid EasyQuick låget køle fuldstændigt af, inden du skiller det ad.

- Tag tætningsringen (7 / 8) ud.
- Skru Visiotherm E (1) af.
- Skru ventil-kapselmøtrikken (5) forsigtigt af indefra. Tag ventil-kabinettet (3) af, tag ventil-viseren (4) ud.



## 7.2 Rengøring og opbevaring af EasyQuick

Egnede rengøringsmidler er AMC Magic Stone, AMC Magic Foam eller et neutralt opvaske-middel.

- Delene skal vaskes separat i opvaske-maskinen eller i hånden med en svamp, som Magic Sponge, eller en klud. Skyl efter med varmt vand.
- Tørres grundigt.

## 7.3 Sådan samler du EasyQuick

- Når du samler EasyQuick bør du gennemføre de beskrevne kontroltjeks (se kapitel 1.4 og 7.4). Disse er vigtige for at sikre gnidningsfri og sikker funktion.
- Skru Visiotherm E på.
- Læg eller hold ventil-kabinettet udenpå låget. Læg ventil-viseren i ventil-kabinettet. Skru det fast indefra med ventil-møtrikken.
- Læg den tætningsring i EasyQuick som passer til den valgte grydes diameter. Tryk den godt fast hele vejen rundt, for at sikre at tætningsringen sidder præcist i fatningen.

## 7.4 Kontrol af damp-ventilen

→ Observer venligst:

- Damp-ventilen skal være samlet korrekt.
- Ventil-viseren skal være sat i ventil-kabinettet.
- Ventil-møtrikken skal være skruet godt fast.
- Ventil-viseren skal være let bevægelig.
- Damp-udgangsåbningen skal pege ud ad, i retning af lågets rand.

# 8. Hvad gør jeg hvis . . .

## **...EasyQuick løfter sig sidelæns opad under tilberedelsen, således at der slipper damp ud ved grydens rand?**

- Der er opstået et let overtryk i gryden.
- Tjek om damp-ventilen er bevægelig og ren.
- Tjek om tætningsringen er lagt korrekt i.

## **...der undviger madvarer ud igennem damp-åbningen under tilberedelsen?**

- Muligvis er gryden for fyldt.
- Tjek hvor fyldt gryden er. Den må ikke være fyldt til mere end ca. 2/3 af grydens samlede volumen, ved madvarer som udvider sig kun til 1/2 af grydens volumen.

## **... Audiotherm ikke kan initialiseres?**

- Det optiske vindue af Audiotherm og/eller Visiotherm E er muligvis tilsmudset eller har fået en film med vand eller du bruger en u-egnet Audiotherm.
- Rengør det optiske vindue af Audiotherm og/eller Visiotherm E.
- Kontroller om du anvender den korrekte Audiotherm: versionen med gråt kabinet og sorte knapper.

## **...der ikke kan oprettes radioforbindelse mellem Audiotherm og Navigenio?**

- Kontrollér om du har fulgt de rette trin:
  - Sæt Navigenio enhedens drejeknap på „A“.
  - Tænd Audiotherm og sæt den på.
  - For at initialisere skal du dreje på Audiotherm til du ser det ønskede symbol.

## **...radioforbindelsen bliver afbrudt under den automatiske tilberedelse eller hvis symbolet „Initialiser“ vises??**

- Navigenio blinker rødt og radiokontakt-symbolet vises ikke længere på Audiotherm.
  - Sæt Navigenio enhedens drejeknap på „0“ og så tilbage på „A“.
  - For at initialisere på ny, drej Audiotherm indtil du ser det ønskede symbol.

## **...hvis symbolet for „Initialiser“ pludselig lyser under manuel tilberedelse?**

- Audiotherm melder sig med en lang signal-lyd.
  - For at initialisere på ny, drej Audiotherm indtil du ser det ønskede symbol.



# 9. AMC kundeservice, Reservedele

Kundeservice er en vedvarende interesse hos AMC, for at imødekomme vores kunders ønsker og behov! Derfor, hvis du har yderligere spørgsmål eller forslag, endelig tag kontakt til os! Vi vil meget gerne hjælpe dig! Du finder kontakt information på bagsiden.

## 9.1 Reservedele

- Tætningsringe 20 cm og 24 cm
- Damp-ventil-sæt
- Visiotherm E