

Roland Astner

Dampfgaren leicht gemacht

Unkompliziertes Garen mit Dampf
und Intervall im Profi Steam

In Zusammenarbeit mit dem
Fachberatungs-Team von Electrolux

AT Verlag



Inhaltsverzeichnis

6	Vorwort
7	Die Funktionen des Profi Steam
7	Profi Steam, der Alleskönner
8	Unkompliziertes Garen mit Dampf
11	Intervallgaren für Saftigkeit bei höheren Temperaturen
11	Gartabellen
14	Sinnvolles und nützliches Zubehör
14	Es könnte ja sein, dass ...
16	Vorspeisen und Salate
38	Fischgerichte
50	Fleischgerichte
72	Vegetarische Gerichte und Beilagen
90	Desserts
110	Brot und Brotwaren
127	Rezeptverzeichnis