

ES

SMAKSAK

Recetario

Contenido

Consejos

3

Salvo modificaciones.

Consejos

⚠ **ADVERTENCIA!** Consulte los capítulos sobre seguridad.

i La temperatura y los tiempos de cocción de las tablas son meramente orientativos; dependen de la receta, la calidad y la cantidad de los ingredientes utilizados en cada caso.

Vapor directo

Tartas / pastas / panes
Precaliente el horno vacío 5 minutos.

Utilice la bandeja de horno.

Use el segundo nivel.

Use 150 ml de agua.

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Galletas, bollos, cruasanes	150 - 180	10 - 20
Focaccia	200 - 210	10 - 20
Pizza	230	10 - 20
Pan/Rollitos	200	20 - 25
Pan	180	35 - 40

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Pastel de ciruelas, pastel de manzana, rollitos de canela en molde de pastel	160 - 180	30 - 60

Platos preparados congelados
Precaliente el horno vacío 10 minutos.

Use el segundo nivel.

Use 200 ml de agua.

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Pizza	200 - 210	10 - 20
Cruasanes	170 - 180	15 - 25
Lasañas	180 - 200	35 - 50

Preparación de alimentos
Use el segundo nivel.

Use 100 ml de agua.

Ajuste la temperatura a 110 °C.

Alimento	Tiempo (min)
Pan/Rollitos	10 - 20

Alimento	Tiempo (min)
Pan	15 - 25
Focaccia	15 - 25
Carne	15 - 25
Pasta	15 - 25
Pizza	15 - 25
Arroz	15 - 25
Verduras	15 - 25

Use el segundo nivel.

Use 200 ml de agua.

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Rosbif	200	50 - 60
Pollo	210	60 - 80
Cerdo asado	180	65 - 80

Asados

Utilice la bandeja de horno de vidrio.

Horneado y asado

Repostería

Alimento	Bóveda/Calor Inferior		Cocción con aire forzado		Tiempo (min)	Comentarios
	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla		
Masas batidas	170	2	160	3 (2 y 4)	45 - 60	En molde de repostería
Masa con mantequilla	170	2	160	3 (2 y 4)	20 - 30	En molde de repostería
Tarta de queso (con suero)	170	1	165	2	80 - 100	En molde de repostería de 26 cm
Tarta o pastel de manzana ¹⁾	170	2	160	2 (izquierda y derecha)	80 - 100	En dos moldes de repostería de 20 cm en una parrilla
Strudel	175	3	150	2	60 - 80	En bandeja

Alimento	Bóveda/Calor Inferior		Cocción con aire forzado		Tiempo (min)	Comentarios
	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla		
Tarta de mermelada	170	2	165	2 (izquierda y derecha)	30 - 40	En molde de repostería de 26 cm
Bizcocho	170	2	150	2	40 - 50	En molde de repostería de 26 cm
Pastel de Navidad / Pastel de fruta ¹⁾	160	2	150	2	90 - 120	En molde de repostería de 20 cm
Pastel de ciruelas ¹⁾	175	1	160	2	50 - 60	En molde para pan
Pastelillos - un nivel ¹⁾	170	3	150 - 160	3	20 - 30	En bandeja
Pastelillos: dos niveles ¹⁾	-	-	140 - 150	2 y 4	25 - 35	En bandeja
Pastelillos - tres niveles ¹⁾	-	-	140 - 150	1, 3 y 5	30 - 45	En bandeja
Galletas / masa quebrada: un nivel	140	3	140 - 150	3	25 - 45	En bandeja
Galletas / masa quebrada: dos niveles	-	-	140 - 150	2 y 4	35 - 40	En bandeja

Alimento	Bóveda/Calor Inferior		Cocción con aire forzado		Tiempo (min)	Comentarios
	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla		
Galletas / masa quebrada: tres niveles	-	-	140 - 150	1, 3 y 5	35 - 45	En bandeja
Merengues: un nivel	120	3	120	3	80 - 100	En bandeja
Merengues - dos niveles ¹⁾	-	-	120	2 y 4	80 - 100	En bandeja
Bollos ¹⁾	190	3	190	3	12 - 20	En bandeja
Bollos rellenos de crema: un nivel	190	3	170	3	25 - 35	En bandeja
Bollos rellenos de crema: dos niveles	-	-	170	2 y 4	35 - 45	En bandeja
Tartaletas	180	2	170	2	45 - 70	En molde de repostería de 20 cm
Pastel de fruta	160	1	150	2	110 - 120	En molde de repostería de 24 cm
Tarta Victoria ¹⁾	170	1	160	2 (izquierda y derecha)	30 - 50	En molde de repostería de 20 cm

¹⁾Precaliente el horno 10 minutos.

Pan y pizza

Alimento	Bóveda/Calor Inferior		Cocción con aire forzado		Tiempo (min)	Comentarios
	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla		
Pan blanco ¹⁾	190	1	190	1	60 - 70	1 - 2 piezas, 500 g cada pieza
Pan de centeno	190	1	180	1	30 - 45	En molde para pan
Pan/Rollitos ¹⁾	190	2	180	2 (2 y 4)	25 - 40	6 - 8 panecillos en una bandeja de repostería
Pizza ¹⁾	230 - 250	1	230 - 250	1	10 - 20	En una bandeja o bandeja honda
Galletas ¹⁾	200	3	190	3	10 - 20	En bandeja

1) Precaliente el horno 10 minutos.

Flanes

Alimento	Bóveda/Calor Inferior		Cocción con aire forzado		Tiempo (min)	Comentarios
	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla		
Flan de pasta	200	2	180	2	40 - 50	En un molde
Flan de verduras	200	2	175	2	45 - 60	En un molde
Quiches ¹⁾	180	1	180	1	50 - 60	En un molde
Lasaña ¹⁾	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40	En un molde
Canelones ¹⁾	180 - 190	2	180 - 190	2	25 - 40	En un molde

1) Precaliente el horno 10 minutos.

Carne

Alimento	Bóveda/Calor Inferior		Cocción con aire forzado		Tiempo (min)	Comentarios
	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla		
Carne De Res	200	2	190	2	50 - 70	En una parrilla
Cerdo	180	2	180	2	90 - 120	En una parrilla
Ternera	190	2	175	2	90 - 120	En una parrilla
Rosbif poco hecho	210	2	200	2	50 - 60	En una parrilla
Rosbif en su punto	210	2	200	2	60 - 70	En una parrilla
Rosbif muy hecho	210	2	200	2	70 - 75	En una parrilla
Paletilla de cerdo	180	2	170	2	120 - 150	Con piel
Morcillo de cerdo	180	2	160	2	100 - 120	2 piezas
Cordero	190	2	175	2	110 - 130	Pata
Pollo	220	2	200	2	70 - 85	Entero
Pavo	180	2	160	2	210 - 240	Entero
Pato	175	2	220	2	120 - 150	Entero
Ganso	175	2	160	1	150 - 200	Entero
Conejo	190	2	175	2	60 - 80	En trozos
Liebre	190	2	175	2	150 - 200	En trozos
Faisán	190	2	175	2	90 - 120	Entero

Pescado

Alimento	Bóveda/Calor Inferior		Cocción con aire forzado		Tiempo (min)	Comentarios
	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla	Temperatura (°C)	Posición de la parrilla		
Trucha/ Pargo	190	2	175	2	40 - 55	3 - 4 pescados
Atún/ Salmón	190	2	175	2	35 - 60	4 - 6 filetes

Grill

Ajuste la temperatura máxima.

Precaliente el horno 3 minutos.

Use el cuarto nivel.

Alimento	Cantidad		Tiempo (min)	
	Piezas	Cantidad (kg)	1ª cara	2ª cara
Filetes de solomillo	4	0.8	12 - 15	12 - 14
Filetes de vacuno	4	0.6	10 - 12	6 - 8
Salchichas	8	-	12 - 15	10 - 12
Chuletas de cerdo	4	0.6	12 - 16	12 - 14
Pollo (cortado en 2)	2	1	30 - 35	25 - 30
Brochetas	4	-	10 - 15	10 - 12
Pechuga de pollo	4	0.4	12 - 15	12 - 14
Hamburguesa	6	0.6	20 - 30	-
Filete de pescado	4	0.4	12 - 14	10 - 12
Sándwiches tostados	4 - 6	-	5 - 7	-
Tostadas	4 - 6	-	2 - 4	2 - 3

Grill con convección

Use el primer o el segundo nivel.

Carne De Res

Precaliente el horno.

Para calcular el tiempo de asado, multiplique el tiempo de la tabla siguiente por los centímetros de grosor del filete.

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Rosbif o filete, poco hecho	190 - 200	5 - 6

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Rosbif o filete, al punto	180 - 190	6 - 8
Rosbif o filete, muy hecho	170 - 180	8 - 10

Cerdo

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Espalda, cuello, jamón 1-1,5 kg	160 - 180	90 - 120
Chuleta, costillas, 1 - 1,5 kg	170 - 180	60 - 90
Pastel de carne, 0,75 - 1 kg	160 - 170	50 - 60
Codillo de cerdo (precocido), 0,75 - 1 kg	150 - 170	90 - 120

Ternera

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Ternera asada, 1 kg	160 - 180	90 - 120
Codillo de ternera, 1,5 - 2 kg	160 - 180	120 - 150

Cordero

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Pierna de cordero, cordero asado, 1 - 1,5 kg	150 - 170	100 - 120
Espalda de cordero, 1 - 1,5 kg	160 - 180	40 - 60

Aves

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Trozos de ave, 0,2 - 0,25 kg cada uno	200 - 220	30 - 50
Medio pollo, 0,4 - 0,5 cada	190 - 210	35 - 50
Pollo, pular-da, 1 - 1,5 kg	190 - 210	50 - 70
Pato, 1,5 - 2 kg	180 - 200	80 - 100
Ganso, 3,5 - 5 kg	160 - 180	120 - 180
Pavo, 2,5 - 3,5 kg	160 - 180	120 - 150
Pavo, 4 - 6 kg	140 - 160	150 - 240

Pescado (al vapor)

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (min)
Pescado entero, 1 - 1,5 kg	210 - 220	40 - 60

Descongelar

Alimento	Cantidad (kg)	Tiempo de descongelación (min)	Tiempo de descongelación posterior (minutos)	Comentarios
Pollo	1.0	100 - 140	20 - 30	Coloque el pollo sobre un plato puesto del revés sobre otro mayor. Dele la vuelta a media cocción.
Carne	1.0	100 - 140	20 - 30	Dele la vuelta a media cocción.
Carne	0.5	90 - 120	20 - 30	Dele la vuelta a media cocción.
Trucha	1.50	25 - 35	10 - 15	-
Fresas	3.0	30 - 40	10 - 20	-
Mantequilla	2.5	30 - 40	10 - 15	-
Nata	2 x 2,0	80 - 100	10 - 15	La nata se puede montar perfectamente incluso aunque queden puntos ligeramente congelados.
Pasteles	1.4	60	60	-

Secar - Cocción con aire forzado

Cubra las bandejas con papel vegetal o de hornear.

Para obtener mejores resultados, pare el horno a la mitad del tiempo de secado,

Verduras

Para una bandeja, use el tercer nivel.

Para dos bandejas, use el primer y cuarto nivel.

abra la puerta y déjelo enfriar, a ser posible durante una noche para terminar el secado.

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (h)
Judías	60 - 70	6 - 8
Pimientos	60 - 70	5 - 6
Verduras en juliana	60 - 70	5 - 6

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (h)
Setas	50 - 60	6 - 8
Hierbas aromáticas	40 - 50	2 - 3

Fruta

Alimento	Temperatura (°C)	Tiempo (h)	Posición de la parrilla	
			1 posición	2 posiciones
Ciruelas	60 - 70	8 - 10	3	1 / 4
Albaricoques	60 - 70	8 - 10	3	1 / 4
Manzanas en rodajas	60 - 70	6 - 8	3	1 / 4
Peras	60 - 70	6 - 9	3	1 / 4

867347583-A-132018



© Inter IKEA Systems B.V. 2018

21552

AA-2085815-1