Rowenta®

2100096898

www.rowenta.com

OPTIGRILL® XL

Rowenta®

Rowenta®

LIBRO DI RICETTE

ALLA GRIGLIA OPTIGRILL™ XL

ALLA GRIGLIA

33 ricette per una grigliatura perfetta

ROWENTA®

OPTIGRILL™ + XL

SOMMARIO

OPTIGRILL⊕XL, il piacere delle grigliate ben riuscite **4**

Ricette per il programma **Carne rossa** **6**

Ricette per il programma **Hamburger** **18**

Ricette per il programma **Pollame** **22**

Ricette per il programma **Toast / Panini** **32**

Ricette per il programma **Pancetta** **38**

Ricette per il programma **Salsicce** **42**

Ricette per il programma **Maiale** **46**

Ricette per il programma **Pesce** **54**

Ricette per il programma **Frutti di mare** **56**

Ricette per il programma **Manuale** **62**

Index **76**

MISURA DELLO SPESSORE

INDICATORE DEL GRADO DI COTTURA

OPTIGRILL⊕ XL, IL PIACERE DELLE GRIGLIATE BEN RIUSCITE

Il segreto di una grigliata ben riuscita è la scelta della temperatura giusta, del tempo di cottura adattato alla tipologia, alla dimensione, allo spessore... La possibilità di soddisfare qualsiasi voglia e qualsiasi gusto, con una cottura al sangue, rosata o ben cotta, unito al piacere della convivialità e della degustazione.

Alle origini della grigliata

L'invenzione della grigliata è contemporanea alla scoperta del fuoco: si può ben immaginare l'odore delizioso del primo pezzetto di carne caduto per caso sulla brace. Una delle sorprese più felici della storia dell'umanità! Quel giorno l'uomo ha improvvisamente scoperto, quasi per caso, come rendere le carni e i pesci più che commestibili: teneri da masticare, digeribili, saporiti. Una delizia pura, rimasta invariata nel tempo.

L'arte della grigliata

La grigliata è una pratica ancestrale dei cacciatori e dei pescatori, che si è evoluta in arte culinaria: un punto in comune tra tutte le civiltà. Il grill è il simbolo del focolare, lo strumento da cucina che vede il coinvolgimento di tutti, utilizzato in tutte le epoche storiche e in qualsiasi parte del mondo. Cuocere alla griglia è un felice momento di condivisione, oltre che una tipologia di cottura. Un pretesto per gustare i tagli migliori di carne o di pesce sapientemente tagliati, marinati, preparati secondo ricette di diverse culture, allo stesso tempo semplici, varie e originali, con l'accompagnamento di salse il cui segreto è a volte trasmesso di generazione in generazione.

Un piacere immediato

Con la grigliata, si può sempre contare su un tocco di improvvisazione. Senza formalità. Senza eccessiva preparazione. Nessuna fatica. In casa o all'aperto. La preparazione avviene all'ultimo momento. Giusto per il piacere di farlo. Con pochi gesti semplici, la cottura è pronta con una rapidità eccezionale e il pasto è pronto, la tavola è apparecchiata, la consumazione immediata.

Con il ricettario ROWENTA OPTIGRILL⊕ XL, diventerai il campione assoluto della grigliata.

La rivoluzione della grigliata

Non c'è nulla di meglio di una buona grigliata, preparata secondo i propri gusti: al sangue, media, ben cotta. Non vi è nulla di peggio di una grigliata carbonizzata o cotta male. OPTIGRILL⊕ XL è lo strumento più adatto per una grigliata ideale, che riuscirà sempre perfettamente a colpo sicuro, ogni volta, esattamente come la volete voi, con il disegno del grill ben marcato sulla superficie.

Un grado di cottura perfetto

Una sofisticata tecnologia rende facile l'uso di OPTIGRILL⊕ XL: che si tratti di hamburger, carni rosse, pollame, salsicce, pesce, frutti di mare o sandwich, uno dei 6 programmi di cottura automatici consentirà di eseguire una cottura perfetta. Vi è inoltre una modalità manuale con 4 diverse impostazioni di temperatura per cuocere diversi tipi di frutta e verdura al livello ottimale di temperatura.

- una regolazione automatica o manuale della temperatura delle vostre grigliate per ottenere un risultato ideale.
- personalizzazione delle impostazioni per la cottura, regolate con un sensore automatico a seconda dello spessore della parte da grigliare e ripetibili per le grigliate successive.
- una temperatura adatta a ogni tipo di grigliata. Basta con le dimenticanze, causa di arrabbiature.

Una carne succosa, tenera, ben marcata

Una tecnologia semplificata che elimina i difetti dei grill tradizionali: grigliate carbonizzate, cotte troppo o non a sufficienza.

- dopo la fase di preriscaldamento, si accende una spia luminosa. Quest'indicatore è molto pratico per seguire l'avanzamento del grado di cottura. Il colore cambia a seconda del grado della cottura, in modo che possiate interromperla secondo le vostre preferenze: verde all'inizio della cottura, diventa giallo quando la cottura è al sangue, arancione quando è media e arriva al rosso se preferite una grigliata ben cotta. Un segnale sonoro avverte con un bip del passaggio da una fase all'altra, fino a che tutto ciò che è sulla griglia è cotto come desiderate. Il sollevamento del coperchio non interrompe il processo: si può togliere una parte cotta al sangue, mentre le altre continuano a cuocere. Il grill è dotato di un sensore che gli consente di adattarsi automaticamente alla quantità e allo spessore delle grigliate ancora da terminare.

- la temperatura è regolata al grado giusto per scottare e marcare la carne in superficie e poi continuare la cottura dolcemente, in modo che resti tenera e succosa all'interno.

Sono disponibili 9 programmi di cottura

È inoltre disponibile uno speciale processo di cottura preprogrammato per ogni tipo **di alimento, studiato per assicurare risultati ottimali. OPTIGRILL⊕ XL dispone di 9 programmi predefiniti e di 1 programma manuale con 4 diversi livelli di temperatura:**

Hamburger

Salsicce / Maiale / Agnello

Frutti di mare

Carne rossa: bovino e pancetta

Pesce

Maiale

Toast / Panini

Pollame

Pancetta

Modalità manuale con 4 diverse impostazioni di temperatura per cuocere diversi tipi di frutta e verdure

Una cottura controllata.

Il piacere di improvvisare e godersi una buona grigliata in qualsiasi momento se ne abbia voglia.

La perfezione a portata di tutti, senza alcun rischio di disattenzione o sbagli:

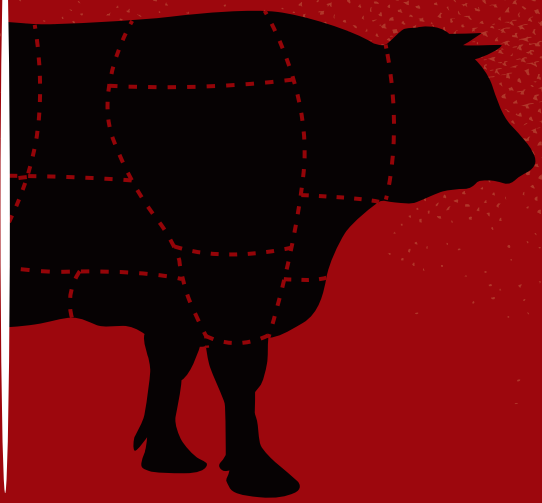
- uno strumento semplice e pratico, facile e agevole da utilizzare e pulire, con piastre di alluminio rivestite di materiale antiaderente e un vassoio amovibile, lavabili in lavastoviglie.

- Grazie ad una vasta gamma di programmi, è possibile grigliare qualunque alimento: carne, pesce, hamburger, panini, frutti di mare, pancetta, verdure e frutta, proprio come piace a te.

Con OPTIGRILL⊕ XL di Rowenta, grigliare è facile e le vostre pietanze risultano sempre ottime!

OPTIGRILL⊕ XL

L'ARTE E IL MODO DI CUOCERE ALLA GRIGLIA LA CARNE BOVINA



Si direbbe che il grill sia stato inventato espressamente per far cuocere dei bei pezzi di carne. Oggigiorno la carne bovina ha sostituito le cosce di selvaggina o le bistecche di mammut consumate dai nostri avi nella preistoria, ma il piacere è sempre lo stesso: gustare una carne ben grigliata e con i segni della griglia ben marcati sulla superficie, tenera e succosa al taglio.

La regolazione ideale

OPTIGRILL⊕ XL è concepito appositamente per cuocere la carne alla griglia, soprattutto quella bovina. È questa la sua funzione principale. Uno strumento del quale non si può fare a meno per una grigliata ben riuscita

L'indicatore luminoso mostra l'avanzamento della cottura, in modo che sappiate sempre il momento esatto in cui la vostra grigliata è cotta proprio come volete voi. Un segnale sonoro avverte con un bip in ogni fase di cottura che è il momento per togliere la carne dal grill, a seconda delle vostre preferenze: al sangue, media o ben cotta. Potete decidere in qualsiasi momento di interrompere la cottura di uno solo o di tutti i pezzi poggiati sulla piastra.

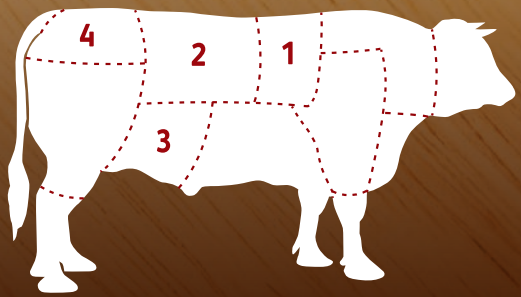
Il profilo dell'apparecchio consente l'adattamento automatico alla dimensione e allo spessore del pezzo di carne poggiato sul grill. La grigliata, già marinata o no, cuoce da sola in una manciata di minuti, a seconda del programma selezionato. Potete concentrarvi sulla preparazione del condimento, della vostra salsa per il barbecue e delle insalate prima di gustare la carne.

È intelligente, OPTIGRILL⊕ XL!

Dalla costata di manzo o di vitello alla carne macinata, passando per le bistecche con o senza l'osso e il girello, OPTIGRILL⊕ XL sa regolare autonomamente la temperatura più adatta in funzione della dimensione e dello spessore per ottenere una cottura ottimale, una carne cotta e con i segni del grill ben marcati sulla superficie, tenera e succosa.

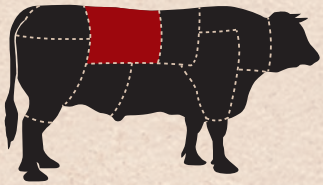
I sensori di OPTIGRILL⊕ XL misurano lo spessore di quello che appoggerete sulla piastra con una precisione tale da consentirvi di utilizzare questo programma per ottenere fette sottili di pancetta croccanti, dorate, deliziose.

1 - Costata
2 - Controfiletto - Filetto
3 - Pancia
4 - Scamone



FILETTO DI MANZO CON FUNGHI E FORMAGGIO ERBORINATO

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:



Ingredienti

- 6 filetti di manzo da 150 g ciascuno
- Sale e pepe
- 15 g di burro
- 350 g di funghi a fette
- 2 spicchi di aglio spellati e tritati
- Timo secco
- 2 cucchiai (45 ml) di aceto balsamico
- 1/4 di tazza (50 ml) di foglie di prezzemolo tritate finemente
- 60 g di formaggio erborinato a pezzetti

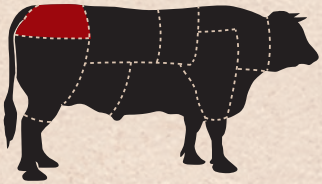
1. Asciugare i filetti con carta asciugatutto. Regolare di sale e pepe.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere la carne sul grill e abbassare il coperchio.
3. Fare cuocere fino a che la spia luminosa corrisponde alla cottura desiderata: giallo = al sangue, arancione = media, rosso = ben cotto. Spostare la carne su un piatto, coprirla con carta alluminio. Lasciare riposare 5 min prima di servire.
4. Intanto fare fondere il burro in una padella antiaderente grande, a fuoco medio. Aggiungere gli funghi, l'aglio, il timo e il resto del sale e pepe. Fare cuocere mescolando frequentemente per 5 minuti. Dopo aver fatto saltare bene gli funghi, aggiungere l'aceto balsamico continuando a mescolare. Togliere la padella dal fuoco, aggiungere il prezzemolo e mescolare bene. Quando i filetti di manzo sono pronti, servirli dopo averli coperti con gli funghi saltati. Completare con formaggio erborinato a pezzetti.

I nostri consigli

- Un purè di patate tradizionale e fagiolini verdi croccanti sono un contorno indicato per questo piatto, semplice ma elegante.
- Il filetto di manzo è un taglio di carne che perde tutte le qualità gustative se cotto troppo. Per ottenere i migliori risultati, non superare il tempo di cottura intermedio.

GIRELLO MARINATO AL LIMONE VERDE E CORIANDOLO

6-8 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:



Ingredienti

- 1 girello di circa 1 kg
- 1 mazzetto abbondante di coriandolo fresco
- 50 ml di succo di limone verde
- 2 cucchiai di olio vegetale
- 6 spicchi di aglio spellati e senza la parte verde centrale
- 2 cipolle fresche sbucciate e tagliate a pezzetti
- 1 piccolo peperoncino verde senza semi (facoltativo)
- 1/2 cucchiaio di cumino macinato
- 1 pizzico abbondante di sale

1. Mettere in un mixer il coriandolo, il succo di limone, l'aglio, le cipolle, il peperoncino e il cumino e mescolare bene fino a ottenere una salsa omogenea. Mettete il girello in una busta per surgelati e versarvi la marinata. Mettere la carne con la marinata in frigorifero e lasciare marinare per almeno 4 ore.

2. Togliere la carne dalla marinata e farla sgocciolare leggermente; non conservare il resto della marinata.

3. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere la carne sul grill e abbassare il coperchio.

4. Fare cuocere fino a che la spia luminosa corrisponde alla cottura desiderata: giallo = al sangue, arancione = media, rosso = ben cotto. Spostare la carne su un tagliere e coprirla con un carta alluminio. Lasciare riposare la carne per 5 minuti prima di tagliarla a fette sottili.

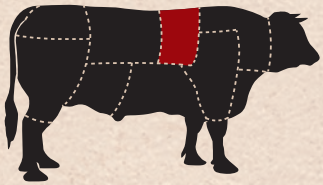
AL SANGUE MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Servire la carne con insalata abbondante e patate al forno.
- Le fette di carne si possono accompagnare con fajitas con cipolle e peperoni alla griglia, una crema densa aromatizzata al limone, una salsa messicana e guacamole.
- Affinché il girello resti tenero si raccomanda di non superare la cottura intermedia.

COSTATE ALLA GRIGLIA CHIMICHURRI

3 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:



Ingredienti

- 3 costate da circa 175 g ciascuna
- 3 cucchiai di aceto di vino
- 1 cucchiaio di succo di limone
- 6 spicchi di aglio, tritati molto fini
- Sale e pepe
- 1 punta di coltello di peperoncino di cayenna in polvere
- 1 foglia di alloro
- 4 cucchiai di olio di oliva
- 1 mazzetto di prezzemolo liscio tritato finemente

1. Mescolare l'aceto con il succo di limone, l'aglio, il sale, il pepe, il peperoncino di cayenna e la foglia di alloro. Aggiungere poi l'olio di oliva, mescolare e allla fine aggiungere il prezzemolo. Lasciare riposare per almeno 15 minuti e poi togliere l'alloro.

2. Nel frattempo, tamponare le costate con carta asciugatutto. Regolare di sale e pepe le costate su entrambi i lati.

3. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere la carne sul grill e abbassare il coperchio.

4. Fate cuocere fino a che la spia luminosa corrisponde alla cottura desiderata: giallo = al sangue, arancione = media, rosso = ben cotto. Spostate la carne su un piatto, copritela con un foglio di alluminio. Lasciar riposare per 5 minuti. Servite le costate con la salsa chimichurri da un lato.

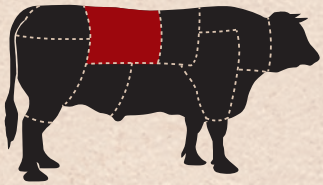
AL SANGUE MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Servite con un'insalata abbondante di pomodori al basilico.
- Le costate possono essere sostituite a piacimento con altri tranci di manzo, ad esempio il controfiletto.

LOMBATA MARINATA ALLA CANADESE

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:



Ingredienti

- 1 1/2 lombata di circa 750 g
- 125 ml di succo di mela
- 75 ml di whisky
- 75 ml di sciroppo d'acero
- 2 cucchiai di senape
- 2 cucchiaio di salsa Worcestershire (o di salsa di soia)
- 1 1/2 cipolla tritata
- 5 spicchi di aglio tritati
- 1 rametto di rosmarino
- Sale e pepe

1. Mescolare il succo di mela con il whiskey, lo sciroppo d'acero, la senape e la salsa Worcestershire. Aggiungere la cipolla, l'aglio e il rosmarino. Mettere la bistecca in un sacchetto per surgelati e versarvi la marinata. Mettere tutto in frigorifero per un minimo di 4 ore e un massimo di 24 ore.
2. Togliere la bistecca dalla marinata e sgocciolarla rapidamente, poi versare il resto della marinata in una casseruola e tenerla da parte. Condire la bistecca su entrambi i lati con sale e pepe.
3. Selezionare il programma e premere su OK. Oleare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere la carne sul grill e abbassare il coperchio.
4. Fare cuocere fino a che la spia luminosa corrisponde alla cottura desiderata: giallo = al sangue, arancione = media, rosso = ben cotto. Spostare la carne su un tagliere e coprirla con carta alluminio. Lasciare riposare la carne per 5 minuti prima di tagliarla.
5. Nel frattempo, fare riscaldare il resto della marinata a fuoco medio fino a che arriva ad ebollizione. Lasciarla quindi restringere a fuoco dolce per 10-12 minuti, fino a che si addensa e prende un bel colore caramellato. Filtrare poi la salsa, in modo che resti soltanto il liquido, e gettare via il resto. Servire la carne irrorata di salsa al whisky.

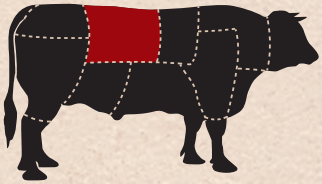
AL SANGUE MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Per evitare che il rosmarino dia un gusto amaro, nella marinata vano messe solo le foglie, non il rametto intero.
- Servire con patate fritte ben rosolate.

PATATE E CONTROFILETTO ALLA GRIGLIA CON SALSA KETCHUP

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:



Ingredienti

- 6 patate grosse (circa 1,5 kg)
- 2 cucchiaio di olio vegetale
- 3 cucchiai di spezie per grigliate, sale e pepe
- 6 controfiletti da circa 175 g ciascuno
- 6 cucchiai di ketchup
- 2 cucchiaio di salsa Worcestershire (o di salsa di soia)
- 1 punta di coltello di peperoncino di cayenna in polvere (facoltativo)

1. Far cuocere le patate nel forno a microonde per 6 minuti, fino a che si saranno leggermente intenerite, e poi lasciarle raffreddare. Tagliarle in fette spesse 2 cm Mescolare le patate con l'olio e metà delle spezie, sale e pepe.
In una scodella, mescolare il ketchup con la salsa Worcestershire e tenerlo da parte.

2. Nel frattempo, tamponare la carne con carta asciugatutto. Condire ogni controfiletto sui due lati con il resto delle spezie, sale e pepe.

3. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere la carne sul grill e abbassare il coperchio.

4. Fare cuocere fino a che la spia luminosa corrisponde alla cottura desiderata:
giallo = al sangue, arancione = media, rosso = ben cotto.

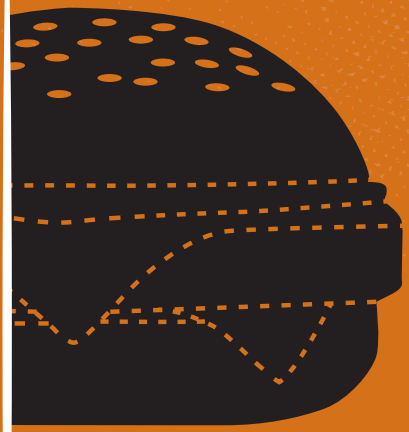
5. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere le patate sul grill e abbassare il coperchio.

6. Far grigliare le patate a più riprese per 5 minuti per volta fino a che saranno tenere ma con i segni della griglia ben marcati. Conservare al caldo avvolgendo con carta alluminio.

I nostri consigli

- Il gusto della ricetta può essere variato sostituendo le spezie per grigliata con un misto di altre spezie a propria scelta.
- Servire la carne e le patate con un'insalata di broccoli.

COME REINVENTARE A CASA PROPRIA CARNE MACINATA E HAMBURGER



Secondo la leggenda, la bistecca alla tartara, l'antesignana degli hamburger, è stata inventata nel 12° secolo da Gengis Khan, che trasportava la carne macinata sotto la sua sella per intenerirla. Tuttavia sono stati i tedeschi, provenienti da Amburgo, che hanno dato il nome agli hamburger, introducendoli ottocento anni dopo negli Stati Uniti! Da allora, tutto il mondo copia e consuma golosamente questo piatto del quale è difficile fare a meno, composto da un pane speciale piuttosto dolce, carne macinata, pancetta, formaggio e vari condimenti. Senza dimenticare la riscoperta della felicità di mangiare con le dita, come ai buoni vecchi tempi della preistoria!

Speciale Burger

OPTIGRILL⊕ XL è un grill intelligente, che si adatta automaticamente alle dimensioni e allo spessore delle vostre grigliate.

Il programma BURGER di OPTIGRILL⊕ XL vi aiuta a preparare espressamente, in due tempi e con tre movimenti, degli hamburger assolutamente perfetti: Si mette la carne macinata da cuocere sul programma Burger - ed è fatto. Cotta media, come la preferite, la carne sarà poi sistemata nei famosi panini per hamburger. Per finire si aggiungono gli ingredienti e le salse preferite. L'hamburger potrà essere preparato secondo la ricetta classica - o personalizzato secondo le vostre ricette personali!

IL CLASSICO HAMBURGER FATTO IN CASA

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:

Ingredienti

- 50 g di pane sminuzzato
- 50 ml di latte
- Erbe di Provenza, sale e pepe
- 2 uova sbattute
- 50 g di formaggio grattugiato
- 4 spicchi di aglio tritati
- 300 g di carne di manzo macinata
- 6 panini per hamburger tagliati a metà
- Cetriolini
- Senape, maionese

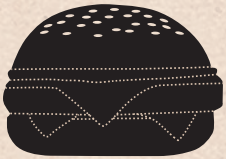
1. Mescolare il pane sminuzzato con il latte, le erbe di Provenza, il sale, il pepe, le uova, il formaggio e l'aglio. Aggiungere la carne. Mescolare fino ad ottenere un impasto uniforme. Suddividere l'impasto in quattro hamburger delle stesse dimensioni.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere la carne sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Spalmare le salse o i condimenti a propria scelta su una metà dei panini per hamburger e appoggiare un hamburger su ognuno di essi. Condire gli hamburger con il condimento che avrete già preparato e chiuderli con la seconda metà dei panini.

I nostri consigli

- Aggiungere champignon saltati, cipolle e peperoni per avere un hamburger ancora più saporito.
- Servire gli hamburger con un'abbondante insalata césar.
- Per avere degli hamburger squisiti, si può utilizzare solo la carne di manzo oppure un misto di manzo, vitello, maiale e altro, a propria scelta.

CHEESEBURGER ALLA PANCETTA AFFUMICATA

6 porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.
Programma:



Ingredienti

- 750 g di carne magra macinata
- Sale e pepe
- 3 cucchiai di senape e di maionese
- 6 fette di pancetta affumicata spesse da 3 a 4 mm ciascuna
- 6 fette di formaggio cheddar o sottilette
- 6 panini per hamburger
- Foglie di insalata
- Pomodori a fette

1. Dividere la carne macinata in quattro porzioni uguali e regolare di sale e pepe. Coprire e mettere in frigorifero. Mescolare la senape con la maionese e metterla da parte.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere la pancetta sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Appoggiare la pancetta su un piatto e coprirla con carta alluminio. Asciugare delicatamente le piastre con carta asciugatutto.
4. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere la carne macinata sul grill e abbassare il coperchio.
5. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Appoggiare subito una fetta di formaggio su ogni porzione di carne macinata. Appoggiare ogni porzione sul pane e guarnire con insalata e pomodori. Aggiungere alla fine la pancetta, con un cucchiaio della salsa di senape e maionese già pronta.

AL SANGUE MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Servire questo cheeseburger saporito con un'insalata verde dell'orto, per creare un pasto equilibrato.
- Per un gusto il gusto tradizionale canadese più spiccato, spalmate sulla pancetta lo sciroppo di acero prima di farla grigliare.

IRRINUNCIABILE PER LE GRIGLIATE DI POLLAME BEN ROSOLATO

Il pollame è una carne bianca, più digeribile della carne rossa. È gradita anche a chi non è molto amante della carne. È una questione di gusto, oltre che dietetica, perché generalmente è meno grassa, soprattutto se si scarta la pelle. Non a caso i bocconcini di pollo sono diventati un piatto fondamentale servito nei fast food. Cosce, filetti e ali di pollo o di tacchino si prestano molto bene ad essere cotti alla griglia. Sminuzzateli, tagliateli a dadini, infilateli su spiedini, conditeli, fateli marinare. Scatenate tutta la vostra immaginazione!

Dimensioni studiate al millimetro

OPTIGRILL⊕ XL è un grill intelligente, che si adatta automaticamente alle dimensioni e allo spessore delle vostre grigliate.

Ideale per tagli più piccoli di pollame di qualsiasi genere, di dimensioni molto inferiori ai grossi pezzi di carne bovina.

La cottura di un filetto di tacchino o di una coscia di pollo non è uguale a quella di una costata di bovino. Tutti gli appassionati di grigliate vi diranno che la cosa più difficile quando si vuole grigliare la carne è scegliere la temperatura giusta, per evitare che si bruci o diventi troppo secca a causa di una temperatura troppo alta.

Piacevole varietà

Il pollo o il tacchino sono sempre molto amati dai bambini, che preferiscono la carne bianca per il suo sapore più dolce rispetto alla carne rossa, e dalle donne, perché è una carne più magra. Anche il costo di una grigliata di pollame è più conveniente. Con i filetti tagliati a dadini si preparano dei bei spiedini, che saranno apprezzati da tutti.

Per proporre ai vostro commensali una grigliata di pollame variata e attraente, e soddisfare tutti i gusti, si possono aggiungere dei filetti d'anatra. Oppure si può provare a cuocere sulla griglia dei piccoli cuori d'anatra, con un sapore succolento apprezzato anche da chi generalmente non ama le frattaglie.

Pensate anche ad altri tipi di pollame, per esempio la faraona, più piccola ma con una carne molto interessante dal punto di vista nutrizionale, con un sapore particolare, più vicino a quello della selvaggina rispetto ai classici volatili da cortile, e che può anch'essa essere tagliata in cosce e filetti oppure cotta alla diavola, aperta in due e messa piatta sul grill. Lo stesso vale anche per i piccioni, o le quaglie.

FILETTO DI POLLO CON MIELE E SALSA HOISIN

6 porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.
Programma:

Ingredienti

- 6 filetti di pollo senza pelle
- 250 ml di salsa hoisin
- 4 cucchiai di miele
- 3 cucchiai di succo di limone verde
- 3 cucchiai di salsa di soia
- 1 cucchiaio di olio di sesamo
- 1 cucchiaio di zenzero tritato
- 4 spicchi di aglio tritati
- Semi di sesamo grigliati
- Cipolla fresca tritata finemente

1. Mescolare la salsa hoisin con il miele, il succo di limone verde, la salsa di soia, l'olio di sesamo e l'aglio fino a ottenere una miscela omogenea. Versare metà della miscela in un pentolino per microonde. Fare riscaldare nel forno a microonde alla potenza massima per 60-90 secondi e mettere da parte.

2. Mettere il pollo in un sacchetto per surgelati e versarvi l'altra metà della miscela preparata. Lasciare marinare a temperatura ambiente per 30 minuti, o in frigorifero per non più di 24 ore.

3. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere il pollo sul grill e abbassare il coperchio.

4. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Trasferire il pollo su un tagliere. Tagliarlo a fette e irrorare con la salsa riscaldata precedentemente. Insaporire con semi di sesamo e cipolla fresca subito prima di servire in tavola.

BEN COTTO

I nostri consigli

- Accompagnare con verdura saltata e riso.
- Provare la stessa salsa con filetti di salmone (senza lische e senza pelle) utilizzando il programma .

COSCE DI POLLO MARINATE CON YOGURT E ROSMARINO

6 porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.
Programma:

Ingredienti

- 12 cosce di pollo non disossate, senza pelle
- 375 g di yogurt bianco
- 3 cucchiai di senape
- 3 cucchiai di rosmarino fresco tritato finemente
- 6 spicchi di aglio tritati
- Sale e pepe

1. Mescolare lo yogurt con la senape, il rosmarino e l'aglio. Mettere il pollo in un sacchetto per surgelati e versarvi la salsa preparata. Fare marinare in frigorifero per almeno 4 ore.
2. Togliere il pollo dalla marinata e farlo sgocciolare velocemente; gettare via il resto della marinata. Regolare le cosce di pollo di sale e pepe.
3. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere il pollo sul grill e abbassare il coperchio.
4. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa.

BEN COTTO

I nostri consigli

- Servire con insalata verde e patate saltate in padella.
- Se non si ha il yogurt bianco, nella marinata si può utilizzare dello yogurt naturale, a basso contenuto di grassi.

COSCE DI POLLO GRIGLIATE CON SCIROPPO D'ACERO E SENAPE

6 porzioni / Tempo di preparazione: 5 min.
Programma:

Ingredienti

- 12 cosce di pollo senza pelle, disossate
- 70 ml di sciroppo d'acero
- 3 cucchiai di senape all'antica
- Sale e pepe
- Timo
- 3 spicchi di aglio tritato

1. Mescolare lo sciroppo d'acero con la senape, il sale, il pepe, il timo e l'aglio. Mettere da parte 2 cucchiai (30 ml) della salsa e versare il resto sul pollo fino a coprirlo uniformemente.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere il pollo sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Togliere il pollo dal grill e irrorarlo con la salsa messa da parte, aiutandosi con un pennello.

BEN COTTO

I nostri consigli

- Accompagnate da riso integrale e broccoli al vapore, queste cosce di pollo potranno essere un pasto completo.

ALI DI POLLO GRIGLIATE STILE FAR WEST

Per ottenere 1 1/2 lb (750 g) / Tempo di preparazione: 5 min.
Programma:

Ingredienti

- 750 g di ali di pollo
- 150 g di farina
- 2 cucchiaio di paprika
- Sale e pepe
- 2 cucchiaio (15 ml) di olio vegetale
- 2 cucchiai (30 ml) di burro fuso
- 2 cucchiai (30 ml) di salsa di pomodoro
- Tabasco

1. Mescolare la farina con la paprika, il sale e il pepe in un sacchetto grande per surgelati. Aggiungere le ali di pollo e rigirarle fino a che saranno completamente coperte con la miscela di farina e paprika. Trasferire le ali in una ciotola in un'insalatiera e irrorarle con l'olio. Girare il tutto fino a che le ali saranno coperte uniformemente.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha cessato di lampeggiare, mettere il pollo sul grill e abbassare il coperchio premendolo con decisione, in modo che le ali siano ben a contatto con le piastre.
3. Far cuocere le ali girandole di tanto in tanto fino a che la spia luminosa diventa rossa. Nel frattempo, mescolare il burro fuso, la salsa di pomodoro e il tabasco in un'insalatiera. Aggiungere le ali ben calde e girarle fino a che saranno completamente coperte.

BEN COTTO

I nostri consigli

- Accompagnare le ali di pollo con carote e sedano tagliati a bastoncini.
- Se si vogliono delle ali meno piccanti, sostituire il burro e la salsa piccante con salsa barbecue, salsa all'aglio e miele, o servirle senza salsa, accompagnandole semplicemente con spicchi di limone.

SPIEDINI DI POLLO ALLA GRECA

6 porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.
Programma:

Ingredienti

- 6 filetti di pollo senza pelle, tagliati a pezzetti
- 3 cucchiai di olio di oliva
- 3 cucchiai di succo di limone
- 3 cucchiaio di origano macinato
- Scorza di mezzo limone grattugiata finemente
- Sale e pepe
- 1 cucchiaino da caffè di paprika
- 6 spicchi di aglio tritati
- Salsa tzatziki

1. Mescolare in un'insalatiera l'olio di oliva con il succo di limone, l'origano, la scorza di limone grattugiata, il sale, il pepe, la paprika e l'aglio. Aggiungere il pollo e rigirarlo fino a che sia completamente coperto con la di salsa. Infilare i pezzetti di pollo su spiedini di legno lunghi 20 cm.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere il pollo sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere a più riprese, fino a che la spia luminosa diventa rossa. Servire gli spiedini di pollo accompagnati con la salsa tzatziki.

BEN COTTO

I nostri consigli

- Servire gli spiedini su un letto di riso condito e un'insalata alla greca.
- Servire il pollo su pane pita con pomodori a pezzetti, cetriolini e cipolle rosse tritati grossolanamente, per ottenere un rotolo secondo la tradizione mediterranea.

LA GRIGLIATA, TUTTA IN UN SANDWICH

Quando nel 1762 il maggiordomo di Lord Sandwich immaginò questo modo molto pratico per mangiare in un colpo solo un pasto completo chiuso tra due fette di pane, non aveva previsto che i suoi discendenti avrebbero perfezionato la sua invenzione, cuocendola alla griglia! Panini, piadine farcite, sfoglie, bagel, e pan bagnato... Mille e una variazioni sul tema dei sandwich, le culture di tutto il mondo passano allegramente sul grill per un piacere immediato.

I piaceri della vita nomade

Il grill comunica immediatamente una sensazione di allegria e svago all'aria aperta. Si accende il grill ed ecco la libertà, le vacanze, le bande di amici che non hanno bisogno di essere invitati per venire a mangiare con voi. Si mangia in piedi o seduti, come si vuole.

Il pasto è pronto immediatamente, la festa inizia senza indugi.

Il sandwich è un pasto a strati, si mettono insieme gli ingredienti desiderati tra due fette di pane, ognuno fa come vuole e nessuno cucina effettivamente. Anche se consumato sul posto, un sandwich vi trasforma istantaneamente in nomadi felici, che mordono in libertà e assaporano le differenze tra ogni boccone.

Caldo, il mio sandwich!

Il grill offre variazioni calde del sandwich di base, più sofisticate, preparate più accuratamente e complete, che si avvicinano maggiormente a un piatto caldo normale. Varianti golose con fette di pane raffermo e di croque-monsieur francesi, di panini italiani o del tradizionale club sandwich inglese, che con il calore del grill prendono una bella crosta croccante da cui esce il formaggio fuso.

Il pane a fette può essere inzuppato in uova battute e latte, insaporito con olio di oliva, senape, salsa o sciroppo d'acero. Il formaggio lo arricchisce con contrasti di sapore, morbidezza e spessori attraenti. Si aggiungono prosciutto, pomodori e altri ingredienti crudi per costruire un sandwich saporito a uno o più strati.

Il pane può avere forme e dimensioni diverse (pane di campagna, di vari cereali, bagel e così via). Si può trarre ispirazione dai sandwich più esotici per chiudere gli ingredienti crudi in una crêpe bretone, una piadina, una sfoglia di cereali, di riso o una galletta di mais, a seconda se si vuole creare un'atmosfera locale o esotica, dal Vietnam al Messico.

OPTIGRILL⊕ XL diventa così a volontà un banco per la distribuzione di sandwich caldi da asporto: per divertire e saziare i commensali, variare i gusti e le ricette, si inserisce un giro di sandwich tra altri due di grigliate più classiche. Il sensore dello spessore assicura una regolazione automatica della cottura per ottenere sandwich croccanti a volontà. Diventerete dei virtuosi dei sandwich caldi!

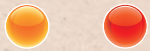
MELE E CHEDDAR TOAST FRANCESE AL PROSCIUTTO

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:

Ingredienti

- 12 fette di pane all'uvetta e alla cannella
- 6 fette di prosciutto
- 2 mela, alla quale si sarà tolto il torsolo, affettata sottilmente
- 6 fette di formaggio Cheddar
- 4 uova sbattute
- 1/3 di tazza di latte (75 ml)
- 3 cucchiai (30 ml) di sciroppo di acero (circa)
- Un pizzico di sale

1. **Guarnire** 6 fette di pane con il prosciutto, la mela ed il formaggio; coprire le fette guarnite con il pane rimanente. Sbattere le uova con il latte, lo sciroppo di acero ed il sale. Immergere ciascun sandwich nel miscuglio di latte per 5 secondi o fino ad impregnarlo leggermente.
2. **Accendere il grill. Selezionare** il programma e premere OK. Quando la spia luminosa viola smette di lampeggiare, porre i sandwich sul grill e chiudere il coperchio.
3. **Cuocere** in successione tutti i sandwich, finché la spia luminosa non diventa rossa. Tagliare i sandwich a metà e servirli accompagnati da sciroppo di acero.



MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Il prosciutto può essere sostituito da pancetta o salsiccia.
- Per aggiungere un tocco europeo a questo sandwich, guarnirlo di formaggio Brie a fettine, pere e tacchino.

SANDWICH GOLOSO GRIGLIATO AI QUATTRO FORMAGGI

4 porzioni / Tempo di preparazione: 5 min.
Programma:

Ingredienti

- 8 fette di pane integrale da circa 1 cm di spessore
- 2 cucchiaio di burro fuso
- 2 cucchiaio di prezzemolo tritato finemente
- 2 cucchiaio di parmigiano grattugiato finemente
- 1 spicchio di aglio tritato
- 1 pizzico di pepe nero
- 8 fette di emmental
- 100 g di mozzarella grattugiata
- 100 g di formaggio comté grattugiato

1. Mescolare il burro con il prezzemolo, il parmigiano, l'aglio e il pepe fino ad ottenere un composto omogeneo. Distribuire il composto uniformemente su ogni fetta di pane. Appoggiare una fetta di emmental sul lato non imburrato di 2 fette di pane. Aggiungere la mozzarella e il formaggio comté e coprire con un'altra fetta di emmental. Chiudere il sandwich con il resto del pane, lasciando il lato imburrato verso l'esterno.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere i sandwich sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa, o fino a che il formaggio sarà fuso e il pane grigliato.

MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Le possibilità per questo sandwich sono infinite! Aggiungere pancetta, prosciutto, salame, tacchino, pomodori, basilico, salvia o anche peperoni grigliati.
- I formaggi della ricetta possono essere sostituiti con altri a propria scelta.
- Servire questo sandwich con una scodella di minestra.

PANINI ITALIANI SPEZIATI CON VERDURE ALLA GRIGLIA

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:

Ingredienti

- 6 panini tagliati a metà nel senso della lunghezza
- 4 cucchiai di olio di oliva
- 3 cucchiai di aceto balsamico
- sale e pepe
- 4 spicchi di aglio tritati
- 1 1/2 cetriolino tagliato a fettine spesse 1 cm
- 1 /2 peperone rosso tagliato a striscioline
- 1 cipolla rossa tagliata a fettine spesse 1 cm
- 4 cucchiai di pesto al basilico
- 50 g di peperoncini marinati
- 200 g di mozzarella grattugiata

1. Mescolare l'olio, l'aceto, il sale, il pepe e l'aglio. Aggiungere il cetriolino, il peperone e la cipolla e girare per mescolare bene le verdure.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere le verdure sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere le verdure in più riprese da 3 a 5 minuti per volta, fino a che saranno tenere e con i segni del grill ben marcati. Spalmare il pesto su 4 fette di pane. Appoggiare sul pane le verdure insieme ai peperoncini e al formaggio. Chiudere i sandwich con il resto del pane. Asciugare poi delicatamente le piastre con carta asciugatutto.
4. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere due sandwich sul grill e abbassare il coperchio. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Ripetere l'operazione per gli altri due sandwich.

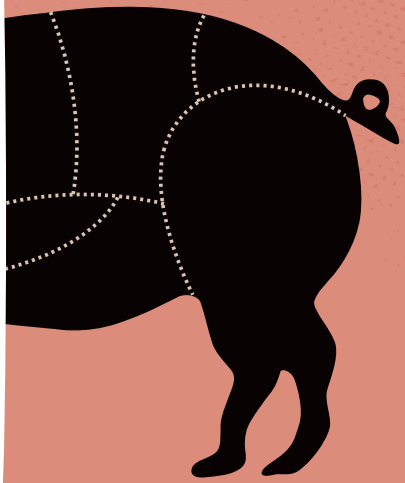
MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Per rendere i sandwich ancora più piccanti, aumentare la dose di peperoncini, o aggiungere qualche fetta di salsiccia piccante. Per renderli invece meno piccanti, togliere il peperoncino.
- Per variare il sapore è sufficiente usare ogni volta un formaggio diverso. Provare a usare bocconcini a fettine, parmigiano grattugiato, emmental, caprino o anche gorgonzola.

PANCETTA ALLA GRIGLIA IN TUTTA SEMPLICITÀ

Con il ritorno della prima colazione, del brunch e dei club sandwich, la pancetta è in primo piano.



Cucinare senza sforzo

Non complicarti la vita: metti via la marinata e l'olio. Con la cottura, la pancetta rivela tutta la delicatezza delle sue fette, tanto appetitose già da crude. Le fette volteggiano sotto l'effetto del calore, crepitando di piacere. Uova strapazzate, insalate miste, hamburger fatti in casa, zuppe creative, cipolle alla griglia... è lunga la lista dei cibi che si contendono il suo sapore, naturalmente irresistibile.

Una varietà infinita

Di facile uso e ideale per le pietanze alla griglia, OPTIGRILL⊕XL rende più facile la vita di ogni giorno. Per una prima colazione ottima, utilizzalo la mattina. Ma attenzione! Il profumo meraviglioso della pancetta alla griglia può attirare tutto il vicinato! Per un rapido brunch, il programma specifico consente di cuocere le fette di pancetta a proprio gusto, senza bruciarle, in un battibaleno. Alla griglia, ed è tutto. Devi solo preparare il caffè, il pane tostato e la frittata.

E per la cena, intorno ad una grande tavola illuminata da candele, varia i piaceri! La pancetta viene generalmente servita ben croccante. Ma per chi preferisce, OPTIGRILL⊕XL consente di ottenere fette più tenere, appena cotte: basta aspettare il segnale acustico che annuncia lo scadere del tempo di cottura. Non c'è più bisogno di sorvegliare costantemente la cottura: oggi puoi goderti la compagnia dei tuoi ospiti! Rilassati, fa tutto la griglia.

UN'ALTRA VERSIONE DEL CLUB SANDWICH

4 porzioni / Tempo di preparazione: 5 min.
Programma:

Ingredienti

- 8 fette di pane integrale lievitato, spesse circa 1 cm
- 8 fette di pancetta affumicata spesse 4-5 mm
- 3 cucchiai di maionese
- 8 fette di tacchino arrosto
- 2 fette di formaggio comté
- 2 pomodoro piccolo a fette
- 50 g di punte di spinaci novelli

1. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere la pancetta sul grill e abbassare il coperchio.
2. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Appoggiare la pancetta su un piatto e coprirla con carta alluminio. Asciugare delicatamente le piastre con carta asciugatutto.
3. Spalmare la maionese su 2 fette di pane. Aggiungere la pancetta, il tacchino e il formaggio. Chiudere il tutto con il resto del pane. Asciugare poi delicatamente le piastre con carta asciugatutto.
4. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere due sandwich sul grill e abbassare il coperchio.
5. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Mettere i sandwich su un piatto.
   Aprirli delicatamente e aggiungere il pomodoro e le punte di spinaci prima di servire.

AL SANGUE MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Trasformare questo sandwich in una prima colazione sostanziosa, appoggiandovi sopra un uovo fritto subito prima di servire.
- Sostuire il tacchino con avanzi di arrosto di tacchino o di pollo tagliati molto sottili.

CAESAR SALAD CON PANCETTA ALLA GRIGLIA

6 porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.
Programma:

Ingredienti

- 2 cespi di lattuga romana, lavata e tagliata

Per i crostini
- 2 tazze di pane raffermo
- 2 cucchiai (30 ml) di olio d'oliva
- 1 spicchio di aglio tritato

Per la salsa
- 1 tuorlo
- 2 cucchiai (30 ml) di succo di limone
- 2 cucchiai (30 ml) di salsa Worcestershire
- 2 cucchiai (30 ml) di olio di canola
- 4 cucchiai (60 g) di parmigiano grattugiato
- Sale e pepe

Per rifinire
- 8 striscioline di pancetta spesse ¼ di pollice (mezzo centimetro circa)
- 6 cucchiai (90 g) di parmigiano

MEDIA

1. Preparare i crostini
Accendere il grill. Selezionare il programma e premere su OK.
Mischiare l'olio d'oliva e l'aglio. Schiacciare l'aglio con uno schiaccia aglio. Tenere da parte l'aglio per la salsa (facoltativo). Spalmare il pane con l'olio d'oliva aromatizzato all'aglio. Quando la spia luminosa viola smette di lampeggiare, aprire la griglia, sistemare il pane e chiudere il coperchio. Cuocere finché la spia luminosa non diventa arancione.

2. Cuocere la pancetta
Selezionare il programma e premere su OK.
Quando la spia luminosa viola smette di lampeggiare, aprire la griglia, sistemare le striscioline di pancetta e chiudere il coperchio. Cuocere finché la spia luminosa non diventa arancione. Lasciar raffreddare su una grata.

3. Preparare il condimento
In una ciotola, sbattere il tuorlo d'uovo, il parmigiano grattugiato, il succo di limone, l'aglio (facoltativo) e la salsa Worcestershire. Continuando a sbattere, incorporare poco a poco l'olio d'oliva e di canola. Una volta preparato il condimento, assaggiarlo per regolarlo.

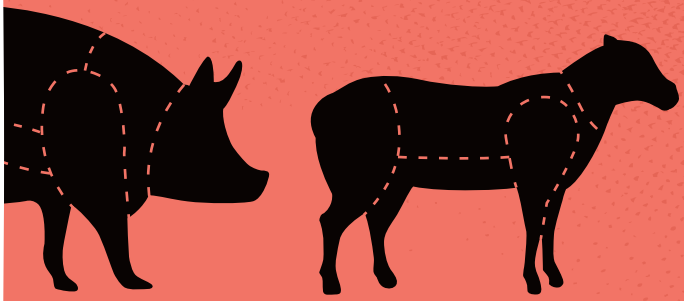
4. Per servire
Mischiare la lattuga fresca con i crostini ed il condimento. Mettere l'insalata in una coppa. Ricoprirla di pancetta e parmigiano fresco. Buon appetito!

I nostri consigli

- Si può sostituire la pancetta con petto di pollo, oppure aggiungere sia pancetta che petto di pollo alla Caesar salad.

OPTIGRILL⊕ XL

SALSICCE, COSTINE O COTOLETTE, SI PUÒ GRIGLIARE TUTTO



La carne di maiale è la regina delle grigliate in grande stile. Lo stesso si può dire per la carne di agnello. Entrambi i tipi di carne si adattano a tutte le fantasie, prendono i colori e i sapori dei loro condimenti: in versione occidentale, profumati con erbe aromatiche, cotti alla griglia si caramellizzano rapidamente e vanno quindi trattati con delicatezza. In versione asiatica, laccata con spezie e salse che la colorano di rosso, la carne di maiale è generalmente preparata in agrodolce. Chipolatas e altre salsicce fanno venire l'acquolina in bocca.

Hot dog e altre salsicce

Le salsicce di tutti i tipi e di tutte le dimensioni fanno parte della grande famiglia degli elementi irrinunciabili di un grill party ben riuscito: per chi mangia la carne suina, vi è un'autentica cultura della salsiccia che ha fatto della chipolata o della merguez, ma anche della Francfort e delle sue innumerevoli varianti, dei successi internazionali.

Grigliate su misura

Vi sono salsicce di tutte le dimensioni, di qualsiasi spessore, di ogni genere. OPTIGRILL⊕ XL si adegua a queste variazioni, calcola i tempi di cottura necessari più corretti e mantiene la buona regolazione fino a che tutto sia cotto media, senza dover ripetere le impostazioni ad ogni nuovo giro di cotolette o di salsicce. Le famose costine o costolette tagliate nel carré, di agnello o di suino faranno rosicchiare gli ossi ai più golosi.

Per la carne di maiale leggermente secca è più che sufficiente il bordo grasso che diventa croccante e si scioglie in bocca. Anche con i tranci di lonza ben lardellati e il filetto cotto a tranci spessi e poi sminuzzato si fanno grigliate squisite. Con l'agnello alla griglia una delle preparazioni più comuni è il mechoui, con la carne tenera e condita con salsa abbondante, più o meno rosata a seconda del grado di cottura.

Per quanto riguarda la pancetta, appena grigliata con l'indicatore sul rosso, darà il tocco finale alla festa, di cui la carne di maiale è indubbiamente regina, in tutte le sue forme.

SALSICCE FARCITE CON MELE E CHEDDAR

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:

Ingredienti

- 6 salsicce Bratwurst
- 100 g di pan grattato
- 150 g di mele (golden, ...) a dadini
- 2 cipolla fresca tritata finemente
- 2 cucchiaio di senape
- 2 cucchiaio di salsa barbecue
- 120 g di formaggio cheddar grattugiato

1. Mescolare il pan grattato con i dadini di mele, le cipolle fresche, la senape e la salsa barbecue fino a formare un composto omogeneo. Aprire le salsicce in due nel senso della lunghezza, come un libro. Distribuire poi il composto uniformemente sulle salsicce.
2. Selezionare il programma e premere su (OK). Oliare abbondantemente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere le salsicce sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Togliere con molta attenzione le salsicce dal grill e cospargerle con il cheddar grattugiato. Servire con senape a lato.

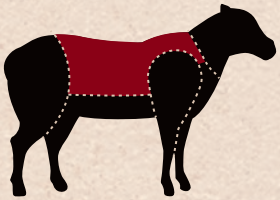
BEN COTTO

I nostri consigli

- Servire le salsicce con un'insalata di cavolo.
- Per preparare il pangrattato in casa, mettere pane raffermo nel robot da cucina e tritare ad impulsi fino al risultato desiderato.

COSTINE DI AGNELLO ALLE ERBE

6 porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.
Programma:



Ingredienti

- 12 costine grandi di agnello (circa 1 kg)
- 4 cucchiai di prezzemolo tritato finemente
- 1 cucchiaio di rosmarino e di timo tritati finemente
- 3 cucchiai di olio di oliva
- 2 cucchiaio di senape
- Sale e pepe
- 4 spicchi di aglio tritati

1. Mescolare il prezzemolo, il rosmarino e il timo. Aggiungere l'olio, la senape, il sale, il pepe e l'aglio fino a formare un impasto. Distribuire il tutto sulle costolette.

2. Selezionare il programma e premere su (OK). Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere le costatine di agnello sul grill e abbassare il coperchio.

3. Fare cuocere fino a che la spia luminosa corrisponde alla cottura desiderata: giallo = al sangue, arancione = rosato, rosso = ben cotto. Spostare la carne su un piatto, coprirla con carta alluminio. Lasciare riposare 5 minuti prima di servire.

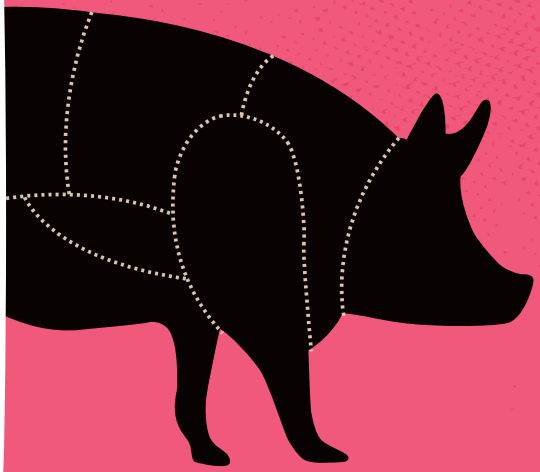
AL SANGUE MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Servire la carne grigliata fredda.
- La presentazione può essere più divertente e invitante chiedendo al macellaio di disossare parzialmente le costolette.

OPTIGRILL⊕XL

DEL MAIALE NON SI BUTTA VIA NULLA



Carne tipica delle campagne francesi nei secoli scorsi, il maiale veniva servito sia durante i banchetti che nei pasti in famiglia. Perché, nonostante per molti anni il maiale abbia consentito ai nostri antenati di sopravvivere al rude inverno, oggi ha sempre il suo posto servito alla griglia, tra le salsicce e le costolette di agnello. Costine, lombata e semplice filetto, molti diversi tagli di carne perfetti da grigliare.
Da consumare con forchetta e coltello o con le mani ed un tovagliolino: scegli tu!

L'arte della marinata

Si direbbe che il maiale sia stato inventato per le marinate, o viceversa. Prima di mettere il maiale sulla griglia, spennellare di un primo strato la tenera carne rosa , che diverrà presto caramellata. Salsa di soia, salsa chili, olio d'oliva o timo fresco sono gli ingredienti essenziali per un ottimo maiale alla griglia.

La grigliata intelligente al servizio del gusto

Lombatine in agrodolce per i viaggiatori, costolette alla provenzale per i romantici e costine piccanti per gli audaci, con il maiale tutto è possibile, e con OPTIGRILL⊕XL, puoi davvero sbizzarrirti. Progettato per rispondere a tutte le esigenze, grazie ai suoi speciali sensori è in grado di modificare automaticamente i parametri di spessore e temperatura per assicurare le condizioni di cottura ideali per qualsiasi taglio di carne.

FILETTO DI MAIALE AL CURRY

6 porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.
Programma:

Ingredienti

- 1 1/2 filetto di maiale di circa 750 g
- 1 cucchiaio di curry in polvere
- Sale e pepe
- 3 cucchiai di olio vegetale
- 1 1 /2 mango sbucciato e tagliato a dadini
- 1 gambo di sedano tagliato a dadini
- 1/2 cipolla bianca tritata finemente
- 3 cucchiai di coriandolo macinato
- 3 cucchiai di succo di limone verde
- 1 cucchiaino da caffè di miele
- Quarti di limone verde

1. Far insaporire il filetto di maiale con il curry, il sale, il pepe e metà dell'olio.
2. Intanto, mescolare il mango, il sedano, la cipolla fresca, il coriandolo, il succo di limone verde, l'olio, il miele, il sale e il pepe e mettere da parte il composto.
3. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere il filetto sul grill e abbassare il coperchio.
4. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Spostare la carne su un tagliere e coprirla con carta alluminio. Lasciare riposare il filetto per 5 minuti prima di tagliarlo a fette. Servire con la salsa al mango e i quarti di limone verde.

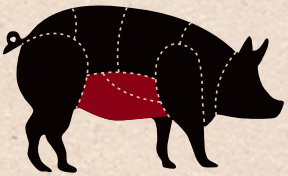
MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Servire il maiale con la sua salsa accompagnato da riso o tortillas.
- Sostituire a piacere il mango con ananas.
- Volendo, questa stessa ricetta può essere preparata con filetti di pollo utilizzando il programma .

COSTOLETTE DI SUINO CON ANANAS E PEPERONCINI CHIPOTLE

6 porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.
Programma:



Ingredienti

- 6 cucchiai di ketchup
- 3 cucchiai di zucchero bruno
- 2 cucchiaio di salsa Worcestershire
- 1 cucchiaino da caffè di cumino macinato
- 2 spicchi di aglio tritati
- Sale e pepe
- 6 fette di ananas
- 6 costolette di maiale disossate da 175 g ciascuna, spesse circa 2,5 cm
- Coriandolo fresco tritato
- Limone verde tagliato a quarti
- 1 1/5 cucchiaio (25 ml) di peperoncini chipotle tritati (o peperoncini tradizionali)

MEDIA BEN COTTO

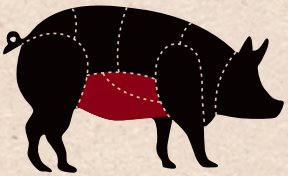
1. Mescolare il ketchup con lo zucchero, i peperoncini chipotle, la salsa Worcestershire, il cumino e l'aglio. Far riscaldare nel microonde a piena potenza per 2 minuti. Regolare di sale e pepe le costolette sui due lati. Successivamente, spennellarle con la salsa preparata.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere le costolette sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa arancione. Spostare le costolette su un piatto e coprirle con carta alluminio. Lasciar riposare per 5 minuti. Nel frattempo spennellare con un poco del ketchup rimasto le fette di ananas.
4. Selezionare la modalità manuale e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere l'ananas sul grill e abbassare il coperchio.
5. Fare cuocere per 4 minuti, fino a che i segni del grill siano ben marcati. Poggiare le fette di ananas sulle costolette di maiale e spennellare il tutto con la salsa rimasta. Cospargere con il coriandolo e servire con i quarti di limone verde.

I nostri consigli

- Per questa ricetta si può usare ananas sia fresco che in scatola.
- I chipotle peppers in adobo sauce si possono trovare nel reparto dei prodotti etnici o latino americani del supermercato.

FINTE COSTOLETTE DI MAIALE DISOSSATE CON SALSA BARBECUE DOLCE

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:



Ingredienti

- 1 1/2 filetto di maiale di circa 750 g
- 2 cucchiaini da caffè di chili in polvere e senape in polvere
- 1 cucchiaino da caffè di cipolla in polvere e aglio in polvere
- Sale e pepe
- 6 cucchiai di salsa BBQ
- 6 cucchiai di confettura di albicocche senza frutta in pezzi
- 2 cucchiaio di senape

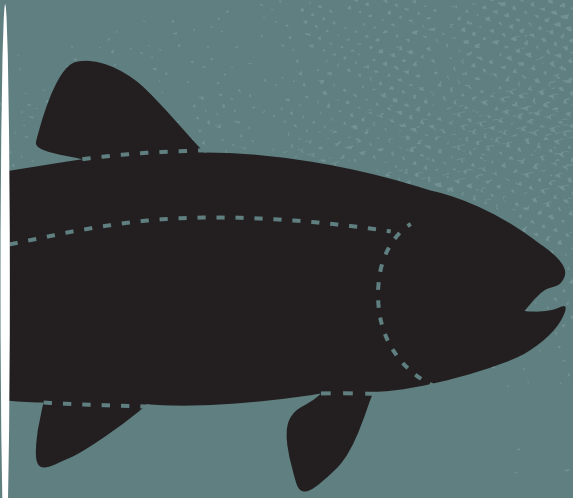
1. Tagliare il filetto di maiale nel senso della lunghezza, in modo che si apra come un libro. Battere leggermente la carne con un batticarne per renderla di spessore uniforme e poi eseguire dei tagli con un coltello per circa la metà dello spessore a distanza di 2,5 cm, in modo che assomigli a una fila di costolette.
2. Mescolare il chili in polvere con la senape in polvere, l'aglio in polvere, il sale e il pepe. Distribuire uniformemente questo misto di spezie su tutta la superficie della carne. Lasciare riposare per 30 minuti. Nel frattempo, mescolare la salsa barbecue con la confettura e la senape fino a ottenere un composto omogeneo. Fare riscaldare nel microonde a piena potenza per 60 secondi. Prendere 2 cucchiai (30 ml) di questa salsa e spennellarla sulla carne. Conservare il resto della salsa.
3. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha cessato di lampeggiare, mettere le "finte costolette" sul grill e abbassare il coperchio.
4. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa rossa. Togliere il maiale dal grill e coprirlo con carta alluminio. Lasciare riposare per 5 minuti. Tagliare infine la carne in corrispondenza dei segni fatti precedentemente, in modo da ottenere varie "finte costolette". Servire accompagnandole con il resto della salsa.

MEDIA BEN COTTO

I nostri consigli

- Per battere la carne, utilizzare un batticarne o un pentolino.
- Servire con cavolo, patate dolci al forno e fagiolini per un menu barbecue nutriente da gustare tutto l'anno.
- Se il mix di spezie rub è un po' piccante, mettere soltanto 1 cucchiaino (5 ml) di peperoncino in polvere per ottenere delle costine meno speziate.

ECCO A VOI LE SPLENDIDE GRIGLIATE DEL MARE



Il ruolo dei pescatori nella storia della cottura alla griglia è analogo a quello dei cacciatori. Più dietetiche, raffinate, leggere e originali, le grigliate di pesci e crostacei appaiono sempre più frequentemente nei grill party. OPTIGRILL⊕ XL ha un tasto speciale per aiutarvi a realizzare grigliate di successo al primo colpo.

La cottura alla griglia è il metodo più antico e naturale della storia.
Le ricette e le abitudini di tutte le civiltà marittime dono legate al loro ambiente e alla loro cultura culinaria.
Il pesce va eviscerato, condito e poi cotto intero, oppure dopo essere stato tagliato a filetti.

È pronto in pochi minuti: pesce e crostacei cuociono molto più rapidamente della carne.

Le buone idee

Cercare ispirazione nelle ricette tradizionali di qualsiasi parte del mondo, soprattutto delle isole, per il condimento e la marinatura, ma anche per inventare modi originali di cottura alla griglia.

Invece di appoggiare il pesce direttamente sulla griglia, con il rischio che vi si attacchi, fate come Robinson Crusoe: avvolgetelo nelle foglie di una pianta, come si fa un po' dovunque nel mondo: andranno bene foglie di cavolo, di vite, di banano, oppure fettine di pancetta e altro ancora.

Tranci e dorso di salmone, stoccafisso, tonno o pesce spada, trote, merluzzi e sardine, interi o in filetti, capesante e calamari, aragoste, astici e gamberi andranno messi direttamente sul grill, marinati con succo di limone, strofinati con olio di oliva, insaporiti con finocchietto o altre erbe aromatiche, conditi con salse raffinate e verdure a pezzettini per splendide grigliate all'insegna della freschezza.

ORATA CON POMODORI E TAPENADE

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:

Ingredienti

- 6 filetti di orata da 150 g ciascuno
- 4 cucchiai di prezzemolo tritato finemente
- 3 cucchiai di succo di limone
- 4 cucchiai di olio di oliva
- 1 cucchiaio di aceto di vino bianco
- 3 spicchio di aglio tritato
- Sale e pepe
- 4 pomodori grossi senza semi e tagliati a cubetti
- 50 g di olive verdi tritate finemente
- Buccia di un quarto di limone

1. Mescolare il prezzemolo con il succo di limone, l'olio di oliva, l'aceto e l'aglio, e dividere in due porzioni uguali. Cospargere di sale e pepe i filetti sui due lati, utilizzando la metà del sale (ossia mezzo cucchiaino da the). Spennellare la prima porzione di salsa al prezzemolo sui filetti. Aggiungere poi alla seconda porzione di salsa i pomodori, le olive, le scorze di limone e quanto resta del sale e pepe, e mettere da parte.
2. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere i filetti sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa arancione. Servire i filetti di orata accompagnati con la salsa preparata.

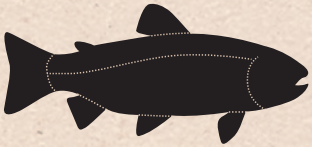
MEDIA

I nostri consigli

- Servire l'orata con fagiolini verdi e riso a grani lunghi.
- Il relish si può conservare, accuratamente coperto, nel frigorifero per 3 giorni.

SALMONE CON SALSA ALLA PANNA ACIDA E ANETO

6 porzioni / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:



Ingredienti

- 6 filetti di salmone da 125 g ciascuno
- 3/4 di mazzetto di aneto
- 1/4 cipolla bianca tritata finemente
- 4 cucchiai di succo di limone
- Scorza di un limone
- 1 spicchio di aglio tritato
- Sale e pepe
- 60 ml di olio di oliva
- 125 ml di panna acida pastorizzata

1. Mettere l'aneto, la cipolla fresca, il succo di limone, le scorze di limone, l'aglio e metà del sale e pepe (1/2 cucchiaino da the per ciascuno) in un frullatore. Mescolare fino a che tutto sia tritato finemente. Mentre il frullatore è ancora in funzione, versare lentamente l'olio fino a creare un impasto omogeneo. Dividere l'impasto in due parti. Mescolare una metà dell'impasto con la panna acida e mettere da parte. Condire il salmone con il resto del sale e pepe e poi spennellarlo con l'altra metà della salsa all'aneto.
2. Selezionare il programma e premere su (OK). Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere il salmone sul grill e abbassare il coperchio.
3. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa gialla. Servire il salmone accompagnandolo con la salsa tenuta da parte.

AL SANGUE

I nostri consigli

- Togliere il salmone quando è nella fase di cottura gialla garantisce un risultato da ristorante, un filetto di salmone di un tenue color corallo e morbido all'interno.
- Per una cena elegante, servire il salmone con patate novelle al vapore e verdura in foglie appassita, bietole o spinaci.

OPTIGRILL⊕XL

FRUTTI DI MARE GRIGLIATI, PIACERE GARANTITO

Grigliata di pesce, è ora di uscire in mare! Una deliziosa alternativa ai tagli di manzo, maiale e agnello: il pesce ci ricorda le tradizioni culinarie dei pescatori di tutto il mondo. Trasportati in casse dal fondo dell'oceano, gamberi, aragoste e granchi per una varietà di piaceri semplici. Leggermente grigliati o preparati semplicemente, facili da mangiare con le mani.

Posto d'onore alle marinate

Intensificano gli aromi da godersi nel particolare momento in cui si dispongono sul grill totani, capesante o altri pesci. Per gli appassionati dei sapori agro-dolci sono indispensabili, un ingrediente essenziale per chi è alla ricerca di sensazioni potenti. Scegli una salsa agro-dolce o dal sapone pieno. I suoi ingredienti di base sono prodotti premium del mercato globale che offrono un tripudio di aromi e colori: succo di lime, latte di noce di cocco, salsa di soia, aglio, olio di oliva, peperoncino. Come si può osservare, la marinata è quel tocco extra che rende assolutamente irresistibile pesce e frutti di mare!

Con o senza spiedini?

Sulla OPTIGRILL⊕XL, non tutto il pesce finisce nello stesso modo. Si può preparare in tre diversi modi: posizionato semplicemente sulla griglia, tagliato a metà o infilato in uno spiedino. La scelta è così ampia che è difficile decidere quale sarà la star assoluta della grigliata, se il gambero, il cannolicchio o il granchio. Ma grazie a OPTIGRILL⊕XL, tutti i dubbi svaniscono, perché sarà comunque un successo.

CAPESANTE CON PROSCIUTTO E PESTO DI BASILICO

Per ottenere 24 capesante / Tempo di preparazione: 15 min.
Programma:

Ingredienti

- 750 g oppure circa 24 capesante
- 2 mazzetti di basilico fresco
- 60 g di pinoli grigliati (circa)
- 4 cucchiai di succo di limone
- 1 spicchio di aglio
- Sale e pepe
- 60 ml di olio di oliva
- 6 fette di prosciutto

1. Mettere in un frullatore il basilico, i pinoli, il succo di limone, l'aglio, il sale e il pepe. Frullare fino a che tutto sia tritato finemente. Mentre il frullatore è ancora in funzione, versare lentamente l'olio fino a creare un composto omogeneo. Mettere da parte.
2. Tamponare le capesante con carta asciugatutto. Tagliare ogni fetta di prosciutto in quattro strisce lunghe. avvolgere ciascuna delle capesante con una fetta di prosciutto e sigillarla con uno stuzzicadenti.
3. Selezionare il programma e premere su OK. Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere le capesante sul grill e abbassare il coperchio.
4. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa arancione. Guarnire ciascuna delle capesante con un cucchiaio di pesto, aggiungendo qualche pinolo.

MEDIUM

I nostri consigli

- Le capesante sono un aperitivo elegante. Oppure, come piatto principale, condisci la pasta ancora calda con un po' di pesto e guarnisci con le capesante cotte.
- Il pesto rimasto si può conservare in frigorifero, ben coperto, per 5 giorni. Utilizzarlo per condire pollo alla griglia, salsicce o in un sandwich.

CODE DI ASTICE GRIGLIATE AL BURRO E VINO BIANCO

4-6 porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.
Programma:

Ingredienti

- 6 code di astice
- 60 ml di vino bianco
- 30 ml di succo di limone
- 2 scalogno tritato finemente
- 3 spicchi di aglio tritati
- Sale e pepe
- 200 g di burro fresco tagliato a cubetti
- Quarti di limone

1. Mescolare il vino, il succo di limone, lo scalogno, l'aglio, il sale e il pepe in un pentolino, riscaldando a fuoco medio. Portare a ebollizione e poi far ridurre fino ad avere l'equivalente di circa 2 cucchiai (30 ml). Togliere dal fuoco e lasciare raffreddare per 1 minuto. Aggiungere infine i cubetti di burro poco per volta fino ad ottenere un composto omogeneo; conservare la salsa al caldo.
2. Poggiare ogni coda di astice sul lato piatto e infilare la punta di un coltello da cucina grande alla base della coda. Premere fermamente per tagliare il carapace, fino a tre quarti della polpa. Aprire quindi le code come un libro. Regolare di sale e pepe.
3. Selezionare il programma e premere su (OK). Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere l'astice sul grill e abbassare il coperchio.
4. Far cuocere fino a che la spia luminosa diventa gialla. Servire l'astice con la salsa ancora calda, appoggiando di lato i quarti di limone.

AL SANGUE

I nostri consigli

- Per mantenere calda la salsa, mettere la ciotola di portata su una seconda ciotola di acqua calda e coprire con una pellicola.
- Servire l'aragosta come antipasto su un letto di verdura in foglie o come piatto principale con riso selvatico lungo e asparagi al vapore.
- La salsa al burro può essere fatta leggermente addensare.

INSALATA DI CALAMARI GRIGLIATI CON VINAIGRETTE DI LIMONE E CAPPERI

6 porzioni o 12 antipasti / Tempo di preparazione: 20 min.
Programma:

Ingredienti

- 12 calamari puliti con i tentacoli, (circa 750 g)
- 150 ml di olio di oliva extravergine
- 75 ml di succo di limone
- 50 g di capperi tritati finemente
- 1 scalogno tritato finemente
- Sale e pepe
- Punte di rucola
- 1 cipolla rossa tritata finemente
- 250 g di peperoni rossi già grigliati, tritati finemente
- 125 g di piselli freschi o surgelati

MEDIA

1. Incidere i calamari con un coltello per tutta la lunghezza, fino a tre quarti dello spessore. Tagliare tutti i tentacoli alla stessa lunghezza. Lavare e asciugare il corpo e i tentacoli di ogni calamaro.
2. Mescolare l'olio di oliva con il succo di limone, i capperi, lo scalogno, il sale e il pepe fino a ottenere un composto omogeneo. Mescolare successivamente 1/4 di questa vinaigrette con i calamari.
3. Selezionare il programma e premere su (OK). Oliare leggermente le piastre. Quando la spia viola ha finito di lampeggiare, mettere i calamari sul grill e abbassare il coperchio.
4. Far cuocere a più riprese, fino a che la spia luminosa diventa arancione. Mescolare ogni calamaro cotto con 2 cucchiai di vinaigrette. Mescolare successivamente, separatamente, la rucola, la cipolla rossa, i peperoni, i piselli e il resto della vinaigrette. Servire disponendo i calamari sull'insalata.

I nostri consigli

- Se si acquista un calamaro da pulire: spostare i tentacoli dal corpo del mollusco. Rimuovere ed eliminare la penna (un frammento sottile simile alla plastica) che si trova all'interno del calamaro. Rimuovere ed eliminare le pinne e la pelle dal colore violaceo del corpo. Tagliare i tentacolo proprio al di sopra degli occhi ed eliminare la bocca (o becco) che si trova al centro.
- Servire come piatto principale leggero o come prima portata di una festa.
- Per rendere la ricetta più semplice, sostituire i calamari con 16 gamberi grossi o 8 capesante.

PASSATE ALLA MODALITÀ MANUALE PER 1001 GRIGLIATE ORIGINALI

La maggior parte delle volte, la grigliata tende ad essere una festa di carnivori. Con la verdura e la frutta alla griglia, ci si ricorda con piacere che in realtà l'uomo è onnivoro! Si poggiano così come sono sul grill, e dopo pochi minuti si sono trasformate in autentiche squisitezze. Provare per credere!

Impostazione manuale

Sono disponibili 4 diverse impostazioni di temperatura adatte a diversi tipi di frutta e verdure. Alcuni frutti o verdure, come i pomodori o le pesche, richiedono un calore maggiore, e quindi una temperatura di cottura più elevata. Patate e asparagi, invece, richiedono temperature più basse per ottenere al tempo stesso una cottura ed una grigliatura ottimali.

Le grigliate sono divertenti

Cambia abitudini e goditi una merenda a base di verdure o frutta grigliate. Restituisci il sorriso a chi di solito rifiuta qualsiasi alimento verde, giallo o rosso che provenga dalla terra. Leggeri e gustosi, frutti e verdure grigliati sono ottimi. E non occorre necessariamente essere vegetariani per apprezzarli. La grigliatura è una possibilità divertente ed interessante: taglia frutta e verdura a pezzi, oppure mettile su uno spiedino. È tanto facile!

Il sole nel tuo piatto

Frutta e verdura possono essere cotte con la buccia, che ne protegge l'ottima polpa succosa. Su ogni spiedino, ogni boccone ti dà l'inaspettata sorpresa del gusto dei cibi naturali crudi. La grigliatura illumina frutta e verdura con un aspetto mediterraneo o esotico. Vai oltre i soliti pomodori, melanzane e zucchine - prova a grigliare finocchi, carciofi e peperoni dopo averli spennellati con un po' d'olio e cosparsi di erbe.

OPTIGRILL⊕ XL è orgogliosamente sinonimo di cucina raffinata ed eccellente, ed in più ti dà il semplice piacere di preparare i pasti in modo rapido e divertente. Con OPTIGRILL⊕ XL, puoi perfino immaginare di essere sulla spiaggia di un'isola deserta o in una tenda in una foresta!

PATATE ALLA GRIGLIA

6 Porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.

Sono lo chef!

Ingredienti

- 6 patate medie
- 4 cucchiai di olio d'oliva
- 1 spicchio di aglio schiacciato
- 2 cucchiaio di spezie Cajun
- 1 1/2 cipolla affettata

Facoltativo
- Un po' di coriandolo fresco
- Sale e pepe a piacere
- Panna acida per ricoprire le patate

1. Sbollentare per qualche minuto le patate, sgocciolarle e farle raffreddare. Tagliarle a metà; non pelarle.
2. **Accendere il grill. Selezionare** quindi selezionare l'impostazione corrispondente al giallo e premere su OK. Mescolare delicatamente le patate, l'aglio, il sale ed il pepe, le spezie Cajun, la cipolla e l'olio.
3. Dopo aver preriscaldato la griglia, aprirla e porre su di essa le patate, con il lato piatto in contatto con la griglia.
   Chiudere la griglia e cuocere dai 10 ai 15 minuti.
4. Togliere le patate dalla griglia quando sono ben cotte e presentano i segni della griglia. Buon appetito!

I nostri consigli

- Durante la cottura, si può passare alle fasi di cottura «arancione» per accentuare i segni di grigliatura sulle patate.
- Mettere sulle patate un ciuffo di panna acida per insaporire ulteriormente.

POMODORI GRIGLIATI ALLA PROVENZALE

6 Porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.

Sono lo chef!

Ingredienti

- 2 mezzi pomodori a persona
- Sale e pepe a piacere
- 1 cucchiaio di olio d'oliva per due mezzi pomodori
- Trito di foglie di basilico fresco
- 1 spicchio d'aglio schiacciato per 6-8 mezzi pomodori

1. **Accendere il grill. Selezionare** quindi selezionare l'impostazione corrispondente al rosso e premere su OK.
2. Tagliare una fettina sottile alla base di ciascun pomodoro, in modo da poter poggiare facilmente i pomodori sul grill.
   Mischiare l'olio d'oliva, il basilico, l'aglio e condire con sale e pepe.
   Aggiungere sale e pepe anche sui pomodori.
3. Dopo aver preriscaldato la griglia, aprirla e sistemarvi sopra i pomodori. Chiudere la griglia e cuocere 5 - 5 minuti e ½. Buon appetito!

I nostri consigli

- Non scegliere pomodori troppo maturi, perché non sono adatti ad essere grigliati.
- Per aggiungere sapore, unire al basilico un mix di erbe essiccate.

MELANZANE ALLA GRIGLIA

6 Porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.

Sono lo chef!

Ingredienti

- Melanzane fresche pulite con la buccia
- Olio d'oliva
- Pesto fresco
- Sale e pepe a piacere

1. **Accendere il grill. Selezionare** , quindi selezionare l'impostazione corrispondente all'arancione e premere su (OK).
2. Lavare la melanzana e tagliarla a fette di spessore da 2 a 3 cm.
   Ungere leggermente le fette con un po' d'olio d'oliva (circa ½ cucchiaio)
   Cospargere sui due lati un po' di sale al pesto e di pepe.
3. Dopo aver preriscaldato la griglia, aprirla, sistemarvi sopra le fette di melanzana e richiuderla. Cuocere da 3 a 5 minuti. Servire caldo o freddo.

I nostri consigli

- Servire la melanzana alla griglia come antipasto:
- Versare sulle fette un po' di aceto balsamico, un po' di formaggio caprino ed erbe fresche, mescolare delicatamente e... buon appetito!

FUNGHI PORTOBELLO ALLA GRIGLIA

6 Porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.

Sono lo chef!

Ingredienti

- 6 bei funghi Portobello privati del gambo.
- 4 cucchiai di olio d'oliva (o di olio di canola)
- Sale e pepe a piacere
- 2 cucchiaio di salsa di soia
- 2 cucchiaio di aceto di sherry
- 3 spicchi d'aglio tritati.

1. **Accendere il grill. Selezionare** , quindi selezionare il rosso e premere su OK.
2. Mescolare in una ciotola tutti gli ingredienti salvo i funghi.
   Disporre i funghi Portobello su un piatto con la parte bombata rivolta in alto e cospargerli di marinata. Lasciar marinare i funghi per circa 10 minuti.
3. Dopo aver preriscaldato la griglia, aprirla e disporre sulla stessa i funghi Portobello marinati. Chiudere la griglia e cuocere da 4 a 5 minuti. Buon appetito!

I nostri consigli

- Si possono insaporire ulteriormente i funghi con altre spezie ed erbe fresche, secondo i gusti. Servire i funghi caldi o freddi.

PEPERONI ALLA GRIGLIA CON PINOLI E PARMIGIANO

6 Porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.

Sono lo chef!

Ingredienti

- 6 peperoni rossi lavati e senza semi
- 3 cucchiai di pinoli arrostiti
- 3 cucchiai di parmigiano grattugiato
- 4 cucchiai di olio d'oliva
- 2 spicchio d'aglio tritato
- 2 cucchiaio di basilico fresco tritato
- Sale e pepe a piacere
- 2 cucchiaio di aceto balsamico
- 1 cucchiaino di acciughe tritate

1. **Accendere il grill. Selezionare** , quindi selezionare l'arancione e premere su (OK).
2. Mescolare i peperoni con l'olio d'oliva, l'aglio, il basilico fresco, l'aceto balsamico, le acciughe, il sale e il pepe.
3. Dopo aver preriscaldato la griglia, aprirla e disporre sulla stessa i peperoni marinati. Chiudere la griglia e cuocere per 5 o 6 minuti. Regolarmente, aprire la griglia, cospargere i peperoni con un po' della marinata rimanente e richiudere il coperchio.
4. Quando i peperoni sono cotti, toglierli dalla griglia. Lasciarli raffreddare e disporli su un piatto. Prima di servire, cospargere i peperoni con i pinoli ed il parmigiano grattugiato. Buon appetito!

I nostri consigli

- Questa ricetta di marinata può essere utilizzata con altre verdure per preparare antipasti a base di verdure.
- I peperoni possono essere utilizzati in un'insalata, oppure essere serviti come contorno.

ANANAS FRESCO CARAMELLATO

6 Porzioni / Tempo di preparazione: 10 min.

Sono lo chef!

Ingredienti

- 1 1/2 ananas fresco, sbucciato
- 6 cucchiai di sciroppo di acero
- Un pizzico di cannella in polvere (facoltativo)
- Qualche fogliolina di menta fresca

1. **Accendere il grill. Selezionare** , quindi selezionare il giallo e premere su OK.
2. Tagliare l'ananas in quattro. Tagliare i quarti nel mezzo in modo da poterli appiattire sulla griglia. Mescolare delicatamente l'ananas con lo sciroppo di acero e, se lo si desidera, anche con un po' di cannella.
3. Dopo aver preriscaldato la griglia, aprirla e sistemarvi sopra i quarti di ananasi. Chiudere la griglia e cuocere per 5 o 6 minuti. Quando l'ananas risulta sufficientemente grigliato, toglierlo dalla griglia.
4. Lasciar raffreddare leggermente e cospargere di menta fresca tritata. Buon appetito!

I nostri consigli

- È possibile sostituire lo sciroppo di acero con zucchero alla cannella.
- Servire l'ananas con un po' di gelato alla vaniglia fatto in casa.

La mia ricetta

La mia ricetta

Indice

Filetto di manzo con funghi e formaggio erborinato..... 8
Girello marinato al limone verde e coriandolo.....10
Costate alla griglia chimichurri 12
Lombata marinata alla canadese.....14
Patate e controfiletto alla griglia con salsa ketchup.....16

Il classico hamburger fatto in casa.....19
Cheeseburger alla pancetta affumicata 20

Filetto di pollo con miele e salsa hoisin 23
Cosce di pollo marinate con yoghurt e rosmarino 24
Cosce di pollo grigliate con sciroppo d'acero e senape 26
Ali di pollo grigliate stile far west 28
Spiedini di pollo alla greca.....30

Mele e cheddar toast francese al prosciutto 33
Sandwich goloso grigliato ai quattro formaggi 34
Panini italiani speziati con verdure alla griglia 36

Un'altra versione del club sandwich 39
Caesar Salad con pancetta alla griglia 40

Salsicce farcite con mele e cheddar 43
Costatine di agnello alle erbe 44

Filetto di maiale al curry 47
Costolette di suino con ananas e peperoncini chipotle.....48
Finte costolette di maiale disossate con salsa barbecue dolce 50

Orata con pomodori e tapenade.....53
Salmone con salsa alla panna acida e aneto.....54

Capesante con prosciutto e pesto di basilico 57
Code di astice grigliate al burro e vino bianco.....59
Insalata di calamari grigliati con vinaigrette di limone e capperi.....61

Patate alla griglia.....63
Pomodori grigliati alla provenzale. 64
Melanzane alla griglia. 66
Funghi portobello alla griglia.....68
Peperoni alla griglia con pinoli e parmigiano.....70
Ananas fresco caramellato 72

RINGRAZIAMENTI
RICETTE DI: The Test Kitchen Inc. - Bruno Blancho - Valentin Prudon. FOTOGRAFICI: Guy Renaux. STYLING: Sabine Jarry.
CREDITI FOTOGRAFICI: Graphic Obsession. CONCETTO GRAFICO: Moutarde Konnection - JPM & Associés. TUTTI I DIRITTI RISERVATI.