

GEBRUIKSAANWIJZING

Elektrische wok Expert 5 liter

QPL 460





Met dit toestel heeft u een kwaliteitstoestel aangeschaft, waarmee u geniet van al de ervaring van Riviera & Bar op gebied van koken. Het beantwoordt aan de Riviera & Bar kwaliteitsvereisten: de beste materialen en onderdelen werden gebruikt voor de productie en het toestel werd onderworpen aan diepgaande controles.

Wij hopen dat het gebruik ervan u volledig zal kunnen bekoren.



INHOUDSTABEL

OMSCHRIJVING VAN HET TOESTEL	4
ALGEMENE VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN	5
SPECIFIEKE VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN	8
VOOR HET EERSTE GEBRUIK	9
INGEBRUIKNAME	9
REINIGING EN ONDERHOUD	10
REINIGEN VOOR EERSTE GEBRUIK	
REINIGEN NA GEBRUIK	
TECHNISCHE KENMERKEN	13
MILIEU	13
ACCESSOIRES	13
GARANTIE	13
RECEPT-IDEEËN	16

OMSCHRIJVING VAN HET PRODUCT



- 1** Dekselgreep
- 2** Stoomuitlaat
- 3** Glazen deksel
- 4** Handgrepen kuip
- 5** Kuip met antiaanbaklaag
- 6** Thermostaatknop
- 7** Controlelampje temperatuur
- 8** Verwijderbare thermostaat blok met elektriciteitsnoerontgrendelen
- 9** Hendel om hetthermostaat blok te ontgrendelen
- 10** Thermoplastische basis
- 11** Vergrendelings-/ontgrendelingsknop van de kuip
- 12** Thermoplastische spatel

Wij vragen u aandachtig de instructies in deze gebruiksaanwijzing te lezen, aangezien ze, onder andere, belangrijke informatie bevatten aangaande de veiligheid bij de montage, het gebruik en het onderhoud. Bewaar uw gebruiksaanwijzing om later te raadplegen indien nodig.



- De veiligheidsvoorschriften, gebruiksvoorschriften en onderhoudsvoorschriften dienen nageleefd te worden. Elke niet-naleving zal de garantie doen vervallen.
- Dit toestel is uitsluitend bedoeld voor huishoudelijk gebruik. Het is niet ontworpen voor gebruik in een van de volgende situaties, die niet onder de garantie vallen:
 - in keukenruimtes die gereserveerd zijn voor personeel in winkels, kantoren en andere professionele omgevingen;
 - op boerderijen ;
 - door gasten in hotels, motels en andere residentiële omgevingen;
 - in Bed & Breakfast-achtige omgevingen.
- Dit toestel mag gebruikt worden door kinderen ouder dan 8 jaar en door personen met verminderde fysieke, motorische of geestelijke capaciteiten of door personen met een gebrek aan ervaring en kennis, mits ze onder toezicht staan en ze de nodige instructies over het gebruik in alle veiligheid van het toestel hebben gekregen en dat ze de betreffende gevaren goed begrijpen. Kinderen moeten onder toezicht staan om ervoor te zorgen dat ze niet met het toestel spelen. Reiniging en onderhoud door de gebruiker mogen niet worden uitgevoerd door kinderen, tenzij ze ouder zijn dan 8 jaar en onder toezicht staan van een volwassene.

- Dit toestel mag worden gebruikt door kinderen van 8 jaar en ouder en door personen met beperkte fysieke, sensorische of mentale capaciteiten of gebrek aan ervaring en kennis, mits zij onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het veilige gebruik van het toestel en de gevaren ervan begrijpen. Kinderen mogen niet met het toestel spelen. Reiniging en onderhoud mogen niet door kinderen worden uitgevoerd, tenzij ze ouder zijn dan 8 jaar en onder toezicht staan.
- Houd het toestel en het snoer buiten bereik van kinderen jonger dan 8 jaar.
- Houd het toestel en het elektriciteits snoer buiten bereik van kinderen jonger dan 8 jaar.
- Het toestel mag niet worden bediend met een externe timer of een apart afstandsbedieningssysteem.
- Hoed u voor mogelijke gevaren bij verkeerd gebruik van het toestel.
- Het toestel mag niet worden ondergedompeld water of enig andere vloeistof.
- Volledige instructies voor het veilig reinigen van oppervlakken die in contact komen met voedsel en het hele toestel worden gegeven in het gedeelte “Reiniging” en onderhoud” van deze gebruiksaanwijzing.



- We raden u aan het toestel regelmatig te controleren. Indien het elektriciteits snoer beschadigd is, moet het vervangen worden door de fabrikant, zijn dienst na verkoop of gelijksoortige gekwalificeerde personen om gevaar te vermijden.
- Gebruik het toestel niet als het defect, slecht werkend of beschadigd is. Het moet hersteld worden door een vakman van een Erkend Riviera-et-Bar Service Center.

U vindt de gegevens van het dichtstbijzijnde Erkend Service Center op: www.riviera-et-bar.fr Service Center van Riviera-et-Bar vindt u op: www.riviera-et-bar.fr



- Trek in de volgende gevallen altijd de stekker uit het stopcontact:
 - Indien onbeheerd achtergelaten
 - Na gebruik
 - Vóór reiniging of onderhoud
 - In geval van storing
- Sluit het toestel enkel aan op een geaard stopcontact dat voldoet aan de geldende elektrische veiligheidsvoorschriften. Indien een verlengsnoer nodig is, gebruik dan een verlengsnoer met een ingebouwde aardaansluiting en met voldoende stroomsterkte om de stroomtoevoer naar het toestel te weerstaan.
- Controleer of de netspanning aangegeven op het typeplaatje van het toestel overeenkomt met de netspanning van uw woning.
- Rol het elektriciteits snoer steeds volledig uit.
- Sluit geen ander toestel aan op dezelfde kring, om overbelasting van het elektriciteitsnet te vermijden.
- Trek niet aan het elektriciteits snoer, noch aan het toestel zelf om de stekker uit het stopcontact te halen.



- Hanteer het toestel niet met natte handen.
- Plaats het toestel op een vlak, horizontaal, droog, niet glad oppervlak.
- Plaats het toestel niet op de rand van een tafel of werkblad om omvallen te voorkomen.
- Leg het elektriciteits snoer of de eventuele verlengkabel niet in doorgangen om te vermijden dat het toestel zou kantelen.
- Verplaats het toestel nooit terwijl het in werking is.
- Gebruik het toestel nooit buitenshuis.
- Gebruik het toestel niet in de nabijheid van water.
- Plaats het toestel nooit in de nabijheid van een warmtebron en vermijd dat het elektriciteits snoer in contact komt met een warm oppervlak.
- Het toestel mag niet blootgesteld worden aan vorst. Laat het nooit in de auto in de winter, of op enig andere plaats blootgesteld aan vorst, om alle schade te vermijden.



LET OP : HEET OPPERVLAK

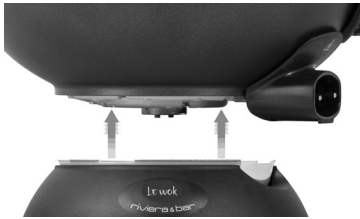
- Het toestel en het deksel worden warm tijdens het gebruik en blijven nog enige tijd daarna warm. Hanteer ze enkel met de handgrepen en de thermisch geïsoleerde
- Het toestel en de onderdelen moeten correct worden gemonteerd en vastgezet voordat het toestel wordt ingeschakeld
- Om elk risico op brand te vermijden, moet u het toestel op een niet hittegevoelig oppervlak plaatsen (geen glasplaat, geverniste tafel, plastic tafelkleed, enz.) en op minstens 20 cm van een muur. De ruimte boven het toestel moet worden vrijgehouden.
- Het toestel moet stabiel worden geplaatst met de handgrepen zo gericht om te vermijden dat er warme vloeistoffen worden gemorst.
- Enkel de juiste verwijderbare stekker mag worden gebruikt.
- Bescherm glazen tafels: een thermische of mechanische schok kan het bovenblad vernielen en ervoor zorgen dat het toestel tijdens het warmen op de gasten valt.
- Vermijd tijdens het gebruik plotselinge bewegingen die de stabiliteit in gevaar kunnen brengen in de buurt van het toestel.
- Laat het toestel niet leeg werken buiten de opwarmperiode.
- Zorg dat het elektriciteits snoer niet in contact komt met warme delen van het toestel.
- Gebruik geen andere accessoires dan die bij het toestel zijn geleverd, inclusief de thermostaatblok met elektriciteits snoer.
- Zorg dat plastic keukengerei of andere hittegevoelige materialen niet in contact komen met de kuip tijdens het gebruik.
- Spuit de kuip nooit af of dompel de kuip nooit onder als deze warm is.
- Giet nooit water over het vet in de kuip. Het kan bij hoge temperaturen ontbranden.
- Gebruik het toestel nooit als verwarmingselement.
- Zet de thermostaatknop altijd op 0 (laagste stand) voordat u het elektriciteits snoer loskoppelt.
- Berg het toestel niet op als het nog warm is. Laat het afkoelen in de open lucht.

VOOR HET EERSTE GEBRUIK

- Pak het toestel uit en verwijder alle plastic zakken, karton en papier die de verschillende onderdelen beschermen.
- Bewaar het verpakkingsmateriaal.
- Hou plastic zakken steeds buiten bereik van kinderen.
- Verwijder ook eventuele stickers die zich op het toestel zouden kunnen bevinden en andere eventuele informatie fiches.
- Raadpleeg het gedeelte "Reiniging en onderhoud" op pagina 11 om de verschillende onderdelen van het toestel te reinigen.

INGEBRUIKNAME

1. Draai de knop (11) aan de onderkant van de basis naar de stand "Unlock" (ontgrendelen).
2. Draai de kuip (5) ondersteboven, plaats de basis (10) op de kuip en draai de knop (11) naar de stand "Lock" (vergrendelen).
3. Sluit het thermostaatblok (8) aan op de hiervoor voorziene aansluiting aan de zijkant van de wok.
4. Steek de stekker in het stopcontact.



De plaat is omkeerbaar, dus u kunt hem in beide richtingen plaatsen.

BELANGRIJKE OPMERKINGEN

- Gebruik de wok nooit zonder dat de kuip goed gemonteerd is op de basis.
- Zorg er altijd voor dat de kuip correct op de thermoplastische basis staat voordat u knop naar de vergrendelstand draait.

BELANGRIJKE OPMERKINGEN

- Voordat u het thermostaatblok aansluit, moet u ervoor zorgen dat de thermostaatknop (6) op 0 staat (laagste stand) en dat hij helemaal droog is. Hetzelfde geldt voor de aansluiting van de wok.
 - Sluit het thermostaatblok altijd aan vóór het elektriciteitssnoer.
 - Gebruik altijd het meegeleverde thermostaatblok.
5. Laat de wok opwarmen door de thermostaatknop op de voor uw gerecht aangepaste temperatuur te draaien. Het controlelampje temperatuur (7) gaat branden.
 6. Als de temperatuur is bereikt, gaat het controlelampje uit. Uw toestel is klaar voor gebruik.
 7. Doe het voedsel in de kuip zoals aangegeven in het recept.



OPMERKINGEN

- Het controlelampje temperatuur kan tijdens het gebruik verschillende keren aan en uit gaan. Dit geeft aan dat de juiste temperatuur wordt aangehouden.
- Raadpleeg het gedeelte "Tips en tricks" en de meegeleverde recepten voor meer informatie over kooktechnieken.

8. Zodra u klaar bent met koken, draai de thermostaatknop tegen de klok in naar 0 om het warmen volledig te stoppen.
9. Trek de stekker uit het stopcontact.
10. Wacht tot de wok volledig is afgekoeld voordat u het thermostaatblok verwijdert met de hendel (9).

TIPS EN TRICKS

- Wacht tot de wok warm is voordat u olie of voedsel toevoegt. Zo blijft de smaak van het voedsel behouden en wordt het goed gaar.
- De kuip (5) is bedekt met een antiaanbaklaag. Gebruik bij voorkeur de meegeleverde thermoplastische spatel (12) om de antiaanbak eigenschappen van de kuip te behouden. Laat de spatel tijdens het koken niet langdurig in contact met de kuip.
- Het glazen deksel (3) is voorzien een stoomuitlaat (2) die ervoor zorgt dat de stoom al dan niet uit het deksel ontsnapt, afhankelijk van de kookvereisten.

Belangrijke opmerkingen

- Voor elke reiniging of onderhoud moet de stekker van het toestel uit het stopcontact worden getrokken en het toestel afgekoeld zijn. Het verwijderbaar thermostaatblok (8) moet worden verwijderd.
- Plaats het warme glazen deksel (3) niet op een koud oppervlak en houd het niet onder koud water. Contact met koude zou het kunnen doen barsten.
- In geen geval mogen de basis (10), de kuip (5), het thermostaatblok of het elektriciteitssnoer ondergedompeld worden in water of enig andere vloeistof.
- De kuip, het glazen deksel, het inox rooster en de spatel zijn vaatwasser bestendig.
- De elektrische aansluiting en het thermostaatblok moeten volledig droog zijn voor gebruik.
- De kuip is bedekt met een antiaanbaklaag. Gebruik geen chemische producten, schuurmiddelen of staalwol om de kuip of de andere delen van het toestel te reinigen.

REINIGEN VOOR HET EERSTE GEBRUIK

Reinig het deksel, de kuip en de spatel in een warm zeep-sopje en een spons. Spoel en droog met een zachte doek.

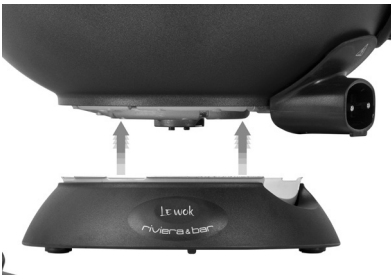
Zorg dat alle onderdelen volledig droog zijn voordat u het toestel gebruikt.

REINIGEN NA GEBRUIK

Reinig het toestel altijd na elk gebruik om te voorkomen dat voedsel gebakken en opnieuw gebakken wordt.



1. Trek de stekker uit het stopcontact.
2. Verwijder het thermostaatblok door op de ontgrendelingshendel (9) te drukken.
3. Veeg de kuip af met een zachte doek om etensresten te verwijderen.
4. Draai het toestel om en draai de knop (11) naar de "Unlock" stand.
5. Verwijder de kuip van de thermoplastische basis.



6. Reinig de kuip, het glazen deksel en de spatel met een warm zeepsopje en een nylon borstel. Spoel en droog grondig.
7. Het thermostaatblok en de basis van het toestel kunnen worden gereinigd met een zachte, licht vochtige doek. Droog zorgvuldig.

OPBERGING

Bewaar uw plancha-grill na het reinigen op een schone, droge plek.

TECHNISCHE KENMERKEN

Inhoud : 5 liter (voor maximaal 8 personen)
Diameter kuip: 35,5 cm
Vermogen: 2200 W
Bedrijfsspanning: 220-240 V- 50-60 Hz
Gewicht : 4 kg
Afmetingen : B 470 x H 220 x D 355 mm

Dit toestel voldoet aan de verordening 2023/826/EU (ecologisch ontwerp voor het energieverbruik van elektrische en elektronische huishoudtoestellen in de uitstand), wat een laag energieverbruik en een lagere impact op het milieu garandeert.

Raadpleeg deze link voor meer informatie over het stroomverbruik van je toestel:
<https://www.riviera-et-bar.fr/erp>

MILIEU

Volg de onderstaande aanbevelingen op:

- Gooi dit toestel niet weg met het huishoudelijk afval.
- Er is een selectief inzamelsysteem voor dit soort producten opgezet door de lokale autoriteiten en u moet contact opnemen met uw gemeente te weten te komen waar dit systeem zich bevindt. Elektrische en elektronische producten bevatten gevaarlijke stoffen die schadelijk zijn voor het milieu en de menselijke gezondheid en moeten worden gerecycled.



ACCESSOIRES

U vindt alle accessoires voor onze producten op onze website www.accessoires-electromenager.fr
Bij gebruik van producten die niet door Riviera-et-Bar worden aanbevolen, vervalt de garantie.

GARANTIE

De algemene garantie van het toestel bedraagt 2 jaar en geldt alleen voor huishoudelijk gebruik.

Worden niet door de garantie gedekt:

- slijtgevoelige onderdelen,
- verwijderbare of bewegende onderdelen die beschadigd zijn als gevolg van verkeerd gebruik, val of schok tijdens het hanteren, zoals de plancha-grill plaat, de sapopvanglade, de spatwand en de behuizing,
- het toestel bij val of schok tijdens het hanteren,
- toestellen die anders dan bij normaal gebruik in de privésfeer wordt gebruikt.

De fabrikant kan niet aansprakelijk worden gesteld voor schade veroorzaakt door onjuist gebruik van het toestel, gebruik dat niet in overeenstemming is met de gebruiksaanwijzing of herstellingen die zijn uitgevoerd door niet-gekwalificeerd personeel.

Herstellingen mogen enkel worden uitgevoerd bij een van de erkende servicecentra van het merk.

Vor meer informatie kunt u contact opnemen met:

Vor Frakrijk:

Afdeling Klantrelaties op +33 3.88.18.66.18 of per e-mail op info-fr@lavafields.com

Voor België en Luxemburg:

Klantendienst op +32 71.12.14.88 of per e-mail op Info-be@lavafields.com

De garantieperiode gaat in op de datum van de oorspronkelijke aankoop. De garantie kan alleen worden ingeroepen op vertoon van het defecte toestel en de factuur of het aankoopbewijs.

In overeenstemming artikel L111-2 van de Franse is de beschikbaarheid van reserveonderdelen voor een herstelbaar product 5 jaar vanaf de productiedatum (informatie die op het product staat: lot- of serienummer).

IHerinnering: voor elke tussenkomst wordt u gevraagd het product in de originele verpakking terug te sturen om extra transportschade te voorkomen. Bewaar de originele verpakking.

Bevoegde rechtbank: Straatsburg.

De bepalingen van de garantie sluiten het voordeel voor de koper van de wettelijke garantie voor gebreken en verborgen gebreken niet uit, die in elk geval van toepassing is onder de voorwaarden van de artikelen 1641 en volgende van het Franse Burgerlijk Wetboek.





RECEPT-IDEËËN

Uiensoep

Voor 4 personen

Ingrediënten:

- 40 g boter
 - 2 teentjes knoflook, *geperst*
 - 500 g uien, *geschild en fijngesneden*
 - 20 g bloem
 - 1/4 l witte wijn
 - 1 l runderbouillon
 - 4 sneetjes brood, *goed geroosterd*
1. *Verwarm de wok tot stand 7 en voeg dan de boter, knoflook en uien toe. Roer regelmatig tot de uien goudbruin zijn.*
 2. *Voeg de bloem toe, meng en laat 5 minuten koken.*
 3. *Bevochtig met de wijn en bouillon.*
 4. *Draai de thermostaat lager op 4 en laat het geheel gedurende 20 tot 30 minuten sudderen.*
 5. *Voeg zout en peper naar smaak toe. Serveer de soep met geroosterde toast gegrild met Gruyèrekaas.*

Serveer de soep met geroosterde toast gegrild met Gruyèrekaas.

Vegetarische loempia's

Voor 3 personen

Ingrediënten:

- 6 rijstwafels
- 30 g peultjes
- 30 g lente-uitjes
- 30 g bamboescheuten
- 30 g soja
- 30 g wortelen
- 1 teentje knoflook
- 1 el sojaolie
- 1 el sojasaus
- Kruidenmix, *gember*

1. *Schil alle groenten, was ze en snijd ze in julienne.*
2. *Doe de olie in de wok en verwarm op stand 8.*
3. *Voeg de groenten toe en bak tot ze lichtbruin zijn.*
4. *Breng op smaak met sojasaus, kruiden en gember.*
5. *Haal uit de wok en laat afkoelen.*
6. *Week de rijstwafels één voor één in heet water om ze zacht te maken, droog ze op absorberend papier en leg ze op een bord.*
7. *Vul de onderkant van elk wafeltje met groenten en vouw de bovenkant en zijkanten om tot een rolletje.*
8. *Leg deze rol op een andere vochtige rijstwafel en sluit hem op dezelfde manier, zodat hij dubbel zo groot is als de eerste. Herhaal de handeling met de overige ingrediënten.*

Deze rolletjes kunnen ook als nems gegeten worden. Verwarm hiervoor de olie in uw friteuse tot 150°C en bak de rolletjes knapperig voordat u ze laat uitlekken op absorberend papier.

Gekruide Chinese noedels

Voor 4 personen

Ingrediënten:

- 200 g peultjes
 - 2 wortelen, *geschild en in julienne gesneden*
 - 1 lente-ui, *fijngesneden*
 - 2 rode paprika's, *in julienne gesneden*
 - 250 g soja
 - 400 g Chinese noedels
 - 6 el olie
 - 5 el sojasaus
 - 1 el chilipasta
1. *Kook de noedels in kokend water volgens de aanwijzingen van de fabrikant.*
 2. *Doe de olie in de wok en verwarm op stand 8.*
 3. *Voeg de groenten toe en bak al roerend gaar.*
 4. *Breng op smaak met sojasaus en chilipasta en voeg dan de noedels toe.*
 5. *Roer nog een laatste keer en consumeer onmiddellijk*



RECEPT-IDEËËN

Gebakken groenten

Voor 6 personen

Ingrediënten:

- 1 rode paprika, in julienne gesneden
 - 1 gele paprika, in julienne gesneden
 - 250 g fijngesneden champignons
 - 4 wortelen, fijngesneden
 - 150 g soja
 - 250 g prinsessenbonen, steelaanzet verwijderd
 - 2 fijngehakte lente-uitjes
 - 1 el sesamololie (of arachideolie)
 - 3 tl sesamzaad
 - 2 el sojasaus
1. Doe de olie in de wok en verwarm op stand 8.
 2. Voeg de groenten toe en bak ze al roerend 8 minuten.
 3. Voeg de sojasaus en sesamzaadjes toe en bak nog 5 minuten

Zalm in kokossaus

Voor 4 personen

Ingrediënten:

- 600 g zalmoot, in reepjes van 2 cm gesneden
 - 400 g broccoli, in blokjes gesneden
 - 4 wortelen, fijngesneden
 - 600 ml kokosmelk
 - 2 el olie
 - 1 el citroensap
 - 1 snuifje chilipeper
1. Doe de olie in de wok en verwarm op stand 6.
 2. Voeg de groenten, het citroensap en de chilipeper toe en meng goed.
 3. Leg de zalmreepjes erop en overgiet met de kokosmelk.
 4. Verlaag de thermostaat naar stand 4 en laat 15 minuten sudderen.
 5. Pas de kruiden aan indien nodig.





RECEPT-IDEËËN

Mosselen 'marinière'

Voor 4 personen

Ingrediënten:

- 4 liter schoongemaakte mosselen
 - 6 sjalotten, geschild en fijngesneden
 - 1 teentje knoflook
 - 1 tijmblaadje
 - 1 laurierblad
 - 100 ml droge witte wijn
 - 100 ml water
 - Peterselie, fijngehakt
 - Peper
 - 3 el olie
1. Verwarm de olie in de wok op stand 8 en bak de sjalotjes bruin.
 2. Voeg de overige ingrediënten toe en dek af.
 3. Zet de thermostaat op stand 10 en kook tot de mosselen open zijn

Gefrituurde garnalen

Voor 4-6 personen

Ingrediënten:

- 600 g gepelde garnalen
 - 1 el peperkorrels
 - 2 tl zout
 - 1 el maïzena
 - 1 el bloem
 - 2 eiwitten
 - 500 olie om te bakken
1. Meng alle ingrediënten samen in een kom.
 2. Doe de olie in de wok en verwarm op stand 8 tot de olie goed warm is.
 3. Dompel de garnalen in drie keer in de wok tot ze goudbruin zijn.
 4. Laat uitlekken op absorberend papier.
- Serveer met limoenschijfjes en korianderblaadjes.
-

Kip met asperges

Voor 2-3 personen

Ingrediënten:

- 1/2 gebraden kip, uitgebeend en in kleine blokjes gesneden
 - 500 g witte asperges, geschild en in stukken van 3 cm gesneden
 - 500 g groene asperges, geschild en in stukken van 3 cm gesneden
 - 3 el olijfolie
 - 50 ml witte wijn
 - 50 g pijnboompitten
 - Zout en peper
1. Verwarm de wok op stand 10 en rooster de pijnboompitten. Haal ze eruit en zet apart.
 2. Verwarm de olie in de wok op stand 8 en voeg de witte asperges toe. Voeg na 5 minuten de groene asperges toe. Roer regelmatig tot ze gaar zijn.
 3. Voeg de kip en pijnboompitten toe, roer en doe het deksel op de wok. Voeg na 5 minuten de wijn toe en breng op smaak met zout en pepe





RECEPT-IDEËËN

Paella

Voor 5-6 personen

Ingrediënten:

- 1 ui, geschild en fijngehakt
 - 200 g chorizo, in dunne reepjes gesneden
 - 200 g kipfilet, in stukken gesneden
 - 1 groene paprika, in reepjes gesneden
 - 1 rode peper, in reepjes gesneden
 - 350 g langkorrelige rijst
 - 1 liter water
 - 1 zakje saffraan
 - 150 g erwten
 - 200 g gekookte garnalen
 - 200 g mosselen
1. Verwarm de wok op stand 8 en voeg de chorizo, ui, kip en paprika toe (voeg indien nodig een scheutje olie toe).
 2. Voeg de rijst en saffraan toe, roer en giet het water erbij.
 3. Dek af en kook ongeveer 5 minuten op stand 6 voordat u de erwten, mosselen en garnalen toevoegt.
 4. Kook verder (5 tot 10 minuten) tot de rijst gaar is.

Rundvlees stoofpot

Voor 6 personen

Ingrediënten:

- 6 rondssteaks van 150 g, in stukken van 3 cm gesneden
 - 3 wortelen, geschild en in dunne reepjes gesneden
 - 1 rode ui, geschild en in kleine blokjes gesneden
 - 500 g groene kool, fijngesneden
 - 1 lange koolraap, geschild en in kleine blokjes gesneden
 - 3 stengels bleekselder, fijngesneden
 - 1 teentje knoflook
 - 1 takje tijm
 - 1 laurierblad
 - 3 el olijfolie
 - 10 g suiker
 - 250 water
 - Zout
1. Doe de olie in de wok en verwarm op stand 8. Voeg dan het vlees toe bak het aan elke kant goed bruin. Bewaar.
 2. Doe nog een scheutje olie in de wok en fruit de ui met een snuifje zout, voeg dan de wortelen, raap en suiker toe.
 3. Voeg na het fruiten de kool en selder, tijm, laurier, knoflook en een snuifje zout toe en bevochtigt met water.
 4. Breng aan de kook, dek af en laat 5 tot 10 minuten sudderen.
 5. Zodra de groenten gaar zijn, voeg het vlees toe om opnieuw op te warmen en controleer de kruiding.
- Bestrooi vlak voor het opdienen met een beetje Espelette peper.





RECEPT-IDEËËN

HEend met groenten

Voor 3-4 personen

Ingrediënten:

- 1 eendenborst
 - 650 g wokgroenten mix (wortelen, courgettes, peultjes, paprika, spinaziescheuten...)
 - 4 el sojasaus
 - 2 el honing
 - 1 tl gember
 - 2 el sesamzaad
 - 4 el sesamololie
 - Gemalen peper
1. Snijd de eend in dunne reepjes en marineer 10 minuten in koude omgeving in het sojasaus- en honingmengsel.
 2. Verwarm de wok op stand 8 en bak de sneetjes eendenborst bruin (maximaal 1 minuut). Zet apart.
 3. Nadat u het bakvet van de eendenborst hebt weggegooid, giet de sesamololie in de wok en voeg de overige ingrediënten, de marinade en 20 cl water toe.
 4. Zet de thermostaat op 10 en kook 10 minuten op hoge stand. Voeg dan de eendenborst toe om opnieuw te verwarmen en serveer direct.

ZRundsfilet met paprika en uien

Voor 4 personen

Ingrediënten:

- 400 g rundfilet, in dunne reepjes gesneden
 - 1 rode peper, ontdaan van zaadlijsten en in dunne reepjes gesneden
 - 1 groene peper, ontdaan van zaadlijsten en in dunne reepjes gesneden
 - 2 uien, geschild en fijngehakt
 - 2 el gehakte knoflook
 - 1 el maïzena
 - 2 el sojasaus
 - 2 el sherry
 - 2 tl balsamicoazijn
 - 2 el olie
1. Maak een marinade van de sojasaus, balsamicoazijn en sherry en marineer het vlees hierin gedurende 1 uur.
 2. Verwarm de olie in de wok op stand 8 en fruit de knoflook.
 3. Verlaag de thermostaat naar stand 6, voeg het vlees toe en bak het bruin. Verwijder het vlees en zet het opzij.
 4. Zet de thermostaat terug op stand 8 en bak al roerend de paprika's en uien. Voeg het vlees toe, roer, controleer de smaak en serveer direct.

Alcoholmisbruik is gevaarlijk voor de gezondheid, dus drink met mate.





RECEPT-IDEËËN

Lamstajine

Voor 5-6 personen

Ingrediënten:

- 3 el arachideolie
 - 2 uien, in blokjes gesneden
 - 500 g lamsschouder, in stukken van 1,5 cm gesneden
 - Tajine kruiden
 - 1 klein blikje kikkererwten
 - 400 g tomaten in blokjes
 - 2 stengels bleekselder, in stukjes van 0,5 cm gesneden
 - 150 g koraallinzen
 - 1 klein blikje tomatenpuree
 - 1 tl gehakte knoflook
 - 300 water
1. Verwarm de wok op stand 10, voeg de olie toe en fruit de ui.
 2. Voeg het vlees en de kruiden toe en bak 2 minuten om de smaken vrij te maken.
 3. Voeg de overige ingrediënten toe en breng aan de kook, zet de thermostaat dan lager op stand 3, doe het deksel erop en laat 1 uur sudderen.

Servere met gestoomd griesmeel.

Fruit met kaneel

Voor 6 personen

Ingrediënten:

- 900 g fruit (rood fruit, perziken, appels, peren, enz.)
 - 4 el rietsuiker
 - Sap van 1/2 sinaasappel en 1/2 citroen
 - Steranijs
 - 2 tl kaneel
1. Maak het fruit schoon (eventueel wassen of schillen) en snijd het in kleine stukjes.

2. Verwarm de wok op stand 5 en doe alle ingrediënten erin.
 3. Schud de wok om de warmte te verdelen en te voorkomen dat het fruit geplet wordt.
 4. Servere warm zodra het fruit zacht is.
- U kunt dit fruit met een bolletje ijs.

VFruitbeignets

Voor 3-4 personen

Ingrediënten:

- 400 g vers fruit (ananas, bananen, appels...)
 - 150 g bloem
 - 50 g geraspte kokos
 - 1 snuifje zout
 - 2 el suiker
 - 150 ml melk
 - 1 ei
 - 500 ml olie
1. Bereid een smoutebollenbeslag door de bloem, de kokos, het zout, de suiker, de melk en het ei te mengen en laat 30 minuten rusten.
 2. Doe de olie in de wok en verwarm op stand 5.
 3. Bedek het fruit met het beslag en bak het goudbruin in de frituurolie.
 4. Bestrooi met bloedsuiker.
- U kunt deze beignets serveren met vla of een bolletje ijs.





ARB S.A.S.

Bedrijvenpark "Les Découvertes"
8 rue Thomas Edison
67450 MUNDOLSHEIM
Frankrijk
Tel. : +32 71 12 14 88
info-be@lavafields.com

