

## Пароконвектомат АПК10-1/1, АПК 6-1/1 «РУБИКОН»

### РЕЦЕПТУРНАЯ КНИГА









**СОДЕРЖАНИЕ:**

СТР

4-7	Введение
8-11	Техническое описание
	<b>Режим обработки ЖАР</b>
12	Грибы (шампиньоны) под майонезом
13	Грибы (шампиньоны) фаршированные
14	Печенье сметанное
15	Печенье дрожжевое слоеное
16	Рыбные шашлыки
17	Буженина
18	Запеченный картофель
19	Овощной салат из запеченных овощей
20	Овощи гриль
21	Запеченная рыба
22	Запеченное мясо (высокотемпературное запекание)
23	Креветки гриль
24	Мясо стейк
25	Курица гриль
26	Горячие бутерброды
27	Яичница
28	Филе куриное под майонезно-горчичным соусом
	<b>Режим обработки ПАР+ЖАР</b>
29	Пирог
30	Рыба под сыром
31	Запеканка творожная
32	Запеканка картофельно-мясная
33	Круассаны
34	Капуста тушеная
35	Плов

СТР

36	Рулька запеченная
37	Рыба в соли
38	Яблоки печеные
39	Тефтели
40	Омлет
	<b>Режим обработки ПАР</b>
41	Рис
42	Овощи паровые (цветная капуста, брокколи)
43	Гречка паровая
44	Рыба паровая
45	Яйцо вареное вкрутую
46	Филе куриное паровое
47	Манты
48	Пельмени
49	Вареники
50	Котлеты
51	Картофель отварной
52	Карвинг* - в зависимости от овощей
53	Винегрет
54	Оливье
55	Сосиски
56	Вареный язык
57	Пирожки (пегоди)



Компания «Профессиональное кухонное оборудование «АТЕСИ» поздравляет Вас с приобретением пароконвектомата «Рубикон» .

Пароконвектомат «Рубикон» является универсальным и незаменимым оборудованием на профессиональной кухне. Его универсальность обусловлена тем, что функционально всего один пароконвектомат способен заменить практически все тепловое оборудование на любой кухне.

Продукты, которые готовятся в пароконвектомате, не теряют своих полезных свойств и сохраняют максимум витаминов и микроэлементов, что делает пищу, приготовленную на пароконвектомате «Рубикон» АПК, не только вкусной, но и полезной.

Для удобства пользования нашей поварской книгой мы разбили ее по разделам, соответствующим основным режимам работы пароконвектомата. Все рецепты, представленные в поварской книге, прошли тщательную проверку в нашей кулинарной лаборатории и, что немаловажно, этим рецептам дали оценку «отлично» эксперты!





Издревле основой качественного выпекания продуктов было обеспечение равномерности распределения тепла в продукте. Если раньше для этого строили массивные печи, использовали сложные системы вертелов, то сейчас это нам обеспечивает пароконвектомат «Рубикон» в режиме «Конвекция».

Конвекция – это принудительная циркуляция воздуха в рабочей камере. Циркуляция осуществляется вентилятором, находящимся непосредственно в камере, нагрев – круговыми ТЭНами, находящимися вокруг вентилятора в непосредственной близости от него.

Приготовление в режиме «ЖАР» позволяет не только существенно уменьшить время приготовления, но и добиться как равномерного пропекания, так и получения идеальной корочки готового продукта.

При приготовлении в режиме «ЖАР» за счет создания особых режимов в рабочей камере возможно одновременное приготовление различных продуктов, схожих по режиму приготовления, при этом не происходит смешивания запахов.

Продукт, приготовленный в режиме «ЖАР», меньше теряет в весе (примерно на 10-15%) по сравнению с традиционными духовыми шкафами или при приготовлении на сковороде.

### **Режим «ЖАР» имеет следующие регулируемые настройки:**

- нагрев камеры от +30°C до +250°C;
- влажность 0% - установлена на заводе.

Готовность продукта контролируется по времени  
или может контролироваться по термощупу.

### **При приготовлении в режиме «ЖАР» мы рекомендуем Вам придерживаться следующих правил:**

- перед загрузкой продуктов в пароконвектомат рабочую камеру разогреть до температуры на 30-50 градусов выше, чем планируемая температура готовки;
- выкладку продуктов осуществлять таким образом, чтобы обеспечить равномерную циркуляцию воздуха;
- устанавливать температуру приготовления в режиме «ЖАР» на 10-20 градусов ниже, чем в классическом духовом шкафу;
- для приготовления продукта с эффектом «гриль» – использовать специальные гриль-решетки.

Не всегда продуктам при приготовлении требуется пар 100% (при температуре +100°C) или сухой жар с заранее установленной температурой. Для получения красивой корочки или запекания в горячей влажной среде нам требуется использовать комбинацию пара и жара.

В таких случаях нам на помощь приходит режим «ПАР + ЖАР».

### **«ПАР + ЖАР» является совмещенным режимом конвекции и пара**

«ПАР + ЖАР» позволяет значительно сократить время приготовления продуктов за счет более плотной и насыщенной паром среды, также данная среда в пароконвектомате не позволяет продукту пересыхать при высоких температурах. При выпекании хлебобулочных изделий пароконвекция позволяет получить глянцевую поверхность с красивой корочкой.

Режим «ПАР + ЖАР» имеет следующие регулируемые настройки:

- нагрев камеры от +30°C до +250°C;
- влажность регулируется автоматикой, в АПК реализованна система Smart Steam обеспечивающая качественный пар при любых температурах.

Готовность продукта готовность продукта может контролироваться по времени или по термощупу.

### **При приготовлении в режиме «ПАР + ЖАР» мы рекомендуем Вам придерживаться следующих правил:**

- перед загрузкой продуктов в пароконвектомат рабочую камеру разогреть до температуры на 30-50 градусов выше, чем планируемая температура приготовления;
- выкладку продуктов осуществлять таким образом, чтобы обеспечить равномерную циркуляцию воздуха.



Традиция приготовления пищи на пару зародилась в Китае и насчитывает несколько тысячелетий. Еще до нашей эры китайцы использовали специальные емкости с двойными стенками, в которых продукты готовились, не соприкасаясь с жидкостью. В настоящее время технологии приготовления пищи шагнули дальше, и гастрономически чистый пар подается непосредственно в рабочую камеру, где находится продукт.

Варка на пару позволяет сохранить в овощах максимальное количество витаминов. Также обработка продуктов паром позволяет сохранить практически все минеральные вещества. При приготовлении на пару продукты не теряют свою форму, что обязательно произошло бы при обычной варке в воде.

**В режиме «ПАР» заранее установлены следующие заводские параметры:**

- температура внутри рабочей камеры: +100°C
- влажность внутри рабочей камеры: 100%

Готовность продукта может контролироваться по времени или по термощупу.

**При приготовлении в режиме «ПАР» мы рекомендуем Вам придерживаться следующих правил:**

- перед приготовлением необходимо прогреть рабочую камеру до температуры +100°C;
- при приготовлении продуктов на решетках, под решетки можно поставить гастроемкости для сбора излишней влаги, впоследствии собранный конденсат можно использовать при приготовлении блюд, соусов;
- использование перфорированных гастроемкостей позволит сократить время приготовления продукта на 10-15%;
- при размещении продуктов на решетке или в гастроемкости необходимо, чтобы продукты имели между собой зазор для прохождения пара;
- данный режим подходит для приготовления круп;
- готовить на пару можно одновременно несколько разных продуктов, их запахи не будут смешиваться;

В режиме «ПАР» можно приготовить практически все известные продукты.



Пароконвектомат «Атеси» серии АПК с электромеханическим управлением, предназначен для приготовления блюд с помощью конвекции горячего воздуха, пара, а также в условиях пароконвекции – сочетания горячего воздуха и свежего пара.

Благодаря пароконвектомуату «Рубикон» Вы сможете решить все задачи, ежедневно стоящие перед Вами на кухне. Режимы пароконвектомата обеспечивают бесконечное разнообразие блюд, приготовленных Вами с помощью одного-единственного аппарата. Вы можете печь, жарить, готовить на гриле, на пару, тушить, бланшировать и многое-многое другое!

Благодаря данному аппарату сохраняются все витамины, минеральные и питательные вещества.

**Пароконвектомат «Рубикон» – Ваш друг и помощник на кухне!**







Панель управления пароконвектомата «Рубикон» АПК10-1/1, АПК 6-1/1





Изделие обеспечивает следующие режимы приготовления:

- «**Конвекция**» (обработка горячим воздухом при температуре от +30°C до +250°C);
- «**ПАР+ЖАР**» (обработка паром при температуре от +30°C до +250°C);
- «**ПАР 100°C**» (обработка паром при температуре +100°C и влажности 100%);
- «**Регенерация**» (обработка паром при температуре от +120°C до +160°C);

Во всех режимах обеспечена возможность выбора одного из параметров: «Таймер» (окончание приготовления при истечении заданного времени) или «Температура продукта» (окончание приготовления при достижении заданной температуры внутри продукта, контролируется щупом). Установка таймера регулируется от 1 мин. до 9 ч.59 мин. Установка по температуре щупа регулируется от +30°C до +120°C. Во время работы имеется возможность изменять уставки. В режиме «Конвекция» излишнюю влагу из продукта можно удалить с помощью открытия заслонки (кнопка «Заслонка»). Для быстрого охлаждения рабочей камеры предусмотрен режим «Быстрое охлаждение» (охлаждение камеры при открытой двери).



#### Пять режимов работы:

1. Конвекция от +30 °C до +250 °C;
2. Пар от +30 °C до +250 °C + Жар;
3. Пар +100°C;
4. Регенерация от +120°C до +160°C;
5. Охлаждение рабочей камеры.

Модель	габариты, мм	Номинальное напряжение, В	Потребляемая мощность, кВт	Кол-во уровней	Гастроёмкости	Тип аппарата
АПК - 10-1/1	845(945*)x780(845**)x1000	380	19,0	10	GN1/1	Бойлерный
АПК - 6-1/1	845(945*)x780(845**)x740	380	10,0	6	GN1/1	Бойлерный

\* - габарит с душирующим устройством,

\*\* габарит с ручкой.

Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C



## Грибы (шампиньоны) под майонезом

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты:

Грибы (шампиньоны) - 1,5 кг  
Майонез 67% МДЖ - 150 г  
Чеснок очищенный - 100 г  
Соль - 10 г

Грибы помыть (1,3-1,7 кг на гастроемкость GN-1/1).

### Подготовить соус:

майонез — 150 г, чеснок 2 головки, соль — 10-15 г, чеснок почистить, блендером приготовить соус — чеснок, - майонез, - соль, соус добавить в грибы, перемешать. Выложить на перфорированную гастроемкость вверх ножкой, поставить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °С	210	190
Время, мин	7	15-17





Режим обработки **ЖАР**  
при температуре от +30°C до +250°C



## Грибы (шампиньоны) фаршированные

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты:

Грибы (шампиньоны) - 1,5 кг  
Сливки 20% МДЖ - 100 мл  
Мясной фарш - 300 г  
Сыр - 100 г  
Соль - 10 г  
Перец молотый - 5 г  
Остальные специи по вкусу

Грибы помыть (1,3-1,7 кг на гастроёмкость GN-1/1).

Удалить ножку, подготовить начинку — мясо, - специи, - сыр, - сливки, вложить начинку в шляпку, выложить шляпки на перфорированную гастроёмкость и поставить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °С	210	190
Время, мин	7	15-17



**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Печенье сметанное

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20  
Пергамент

### Ингредиенты:

Мука пшеничная В/С - 500 г  
Сметана 15% МДЖ - 500 г  
Сахар-песок - 500 г  
Соль - 10 г

### Готовим тесто:

Берем 1/3 муки, 1/3 сметаны, 1/3 сахара, соль по вкусу, тщательно перемешиваем, накрываем гастроёмкость пергаментом, на пергамент выкладываем столовой ложкой тесто, разогреваем пароконвектомат и помещаем гастроёмкость с тестом в пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	200	170
Время, мин	7	25-30



**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Печенье дрожжевое слоеное

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20  
Пергамент

### Ингредиенты:

Тесто слоеное дрожжевое	- 550 г
Мука пшеничная В/С	- 250 г
Дрожжи сухие	- 7 г
Молоко 3,2% МЖД	- 125 мл
Сахар	- 40 г
Маргарин или	
Сливочное масло	- 125 г
Соль	- 5 г
Сахар-песок	- 100 г

Слоеное тесто раскатываем толщиной 0,5 см в сахаре, разрезаем на квадраты 1,5x1,5см, выкладываем на пергамент на гастроемкость, даем расстояться, после чего помещаем в разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °С	180	180
Время, мин	7	10-12





**Режим обработки ЖАР**  
при температуре от +30°C до +250°C



## Рыбные шашлыки

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)  
Шпажки деревянные L~100-120 мм

### Ингредиенты:

Семга филе пласт - 1,5 кг  
Перец болгарский - 500 г  
Уксус бальзамический  
виноградный белый - 40 мл  
Крем бальзамик - 30 мл  
Масло оливковое - 50 мл  
Соль - 10 г

Семга, порезанная на кубики 2x2x2 см — 1,4 кг, перец болгарский, порезанный на квадратики 2x2 см — сложить в емкость, заправить уксусом бальзамическим виноградным белым — 40 мл, крем бальзамик — 30 мл, масло оливковое — 50 мл, соль по вкусу, дать промариноваться 15 минут, нанизать на деревянные шпажки по очереди перец/рыба, выложить на перфорированную гастроемкость, установить в разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закр.ито	откр.ито
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	230	210
Время, мин	7	7-10



**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Буженина

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-2/3-20

### Ингредиенты:

Окорок свиной без кости	- 2,5-3,0 кг
Майонез 67% МДЖ	- 70 г
Горчица	- 50 г
Соль	- 10 г
Перец молотый черный	- 10 г

Кусок свинины — окорок (без кости) 2,5-3 кг помыть, подготовить соус: горчица — 50г, майонез — 70г, соль — 10г, перец молотый — 10г, компоненты для соуса смешать, полученной смесью обмазать окорок, положить его на гастроёмкость и в наиболее массивную часть поместить термощуп. Поместить в разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2	3
Положение заслонки	закрыто	открыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление	приготовление
Режим	Жар	Жар	Жар
Температура, °C	180	180	115
Время, мин	7	4	
Термощуп, °C			80



Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C



## Запеченный картофель

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты:

Картофель среднего размера - 2,0-3,0 кг

Картофель помыть, отсортировать по размеру, выложить на перфорированную гастроемкость или на решетку, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	220	190
Время, мин	7	45-60





**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Овощной салат из запеченных овощей

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная) или решетка

### Ингредиенты:

Перец болгарский	- 200 г
Баклажан	- 300 г
Помидоры	- 300 г
Цукини	- 300 г
Лук репчатый	- 200 г
Перец черный молотый	- 5 г
Куркума	- 5 г
Соль	- 10 г
Масло растительное	- 50 мл

Овощи (перец, баклажан, помидор, цукини) помыть, выложить на перфорированную гастроемкость или решетку, поместить в прогретый пароконвектомат, запечь, очистить от кожи и семечек (перец), измельчить. Лук бланшировать в масле со специями и солью, добавить измельченные овощи.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	210	180
Время, мин	7	35-40



**Режим обработки ЖАР**  
при температуре от +30°C до +250°C



## Овощи гриль

### Инвентарь:

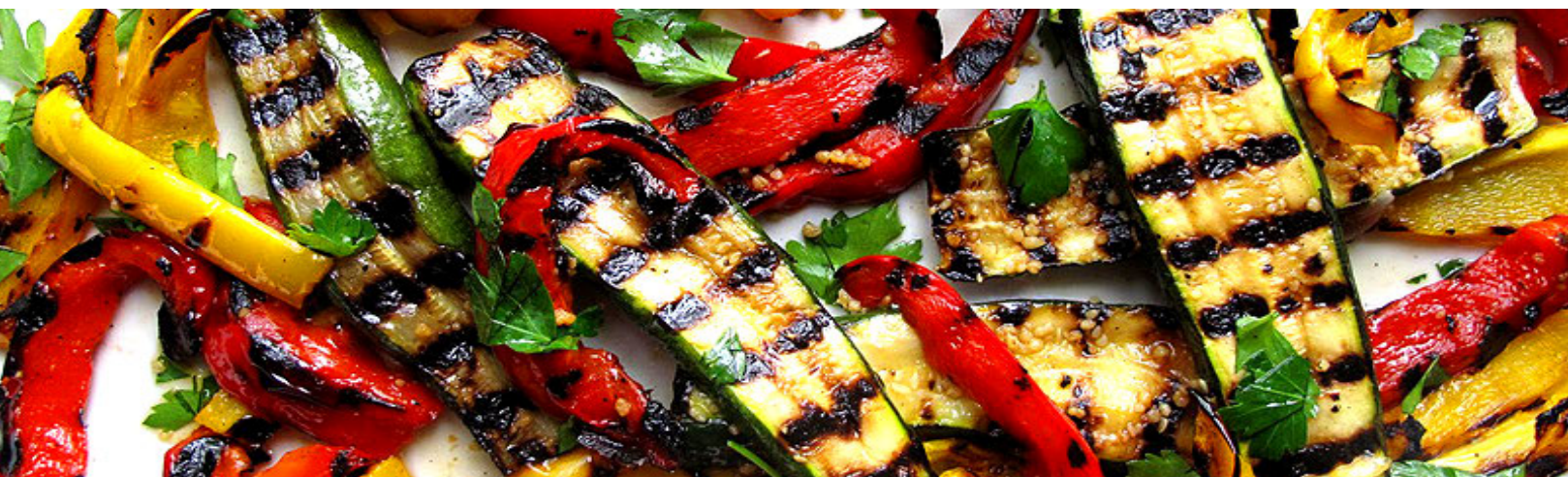
Гастроёмкость GN-1/1-20 (перфорированная) или решетка

### Ингредиенты:

Перец болгарский	- 200 г
Баклажан	- 200 г
Помидоры	- 200 г
Цукини	- 200 г
Лук репчатый	- 200 г
Масло растительное	- 50 мл

Овощи (перец, баклажан, помидор, цукини) помыть, порезать на кусочки, выложить на перфорированную гастроёмкость или решетку, поместить в разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	240	210
Время, мин	7	12-15



**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Запеченная рыба

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20

### Ингредиенты:

Рыба (2,0-3,0 кг)	- 1 шт
Укроп	- 50 г
Розмарин	- 5 г
Сливочное масло	- 100 г
Лук репчатый	- 100 г
Масло растительное	- 20 мл

Рыбу (2-3 кг) почистить, помыть, нафаршировать мелко порубленным луком, укропом, розмарином, сливочным маслом, выложить на гастроёмкость, предварительно смазанную маслом, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	200	170
Время, мин	7	35-45





Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C



## Запеченное мясо (высокотемпературное запекание)

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-2/3-20

### Ингредиенты:

Окорок свиной без кости	- 2,5-3,0 кг
Майонез 67% МДЖ	- 70 г
Горчица	- 50 г
Соль	- 10 г
Перец молотый черный	- 10 г

Кусок свинины — окорок (без кости) 2,5-3 кг помыть, подготовить соус: горчица — 20 г, майонез- 100 гр, соль — 10 г, перец молотый — 10 г, компоненты для соуса смешать, полученной смесью обмазать окорок, положить его на гастроёмкость и в наиболее массивную часть поместить термощуп. Поместить в разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °С	180	160
Время, мин	7	
Термощуп, °С		80





## Креветки гриль

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная) или решетка

### Ингредиенты:

Креветки	- 600 г
Соус табаско	- 8 г
Растительное масло	- 100 мл
Соевый соус	- 50 мл
Соль	- 5 г

Креветки замариновать (соус табаско, соль, растительное масло, соевый соус), выложить на решетку или перфорированную гастроемкость, поместить в разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
	Положение заслонки	закр.ито
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	220	200
Время, мин	7	5-8



**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Мясо стейк

### Инвентарь:

Решетка гриль

### Ингредиенты:

Вырезка толщиной 2,5 -3,0см	- 700 г
Перец молотый черный	- 10 г
Перец молотый красный	- 5 г
Соль	- 10 г

Кусок мяса помыть, просушить бумажной салфеткой, посолить, (специи по вкусу), в мясо поместить термощуп, пароконвектомат вместе с решеткой гриль разогреть, мясо выложить на разогретую решетку, готовить в зависимости от требуемой прожарки по термощупу.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	200	190
Термощуп, °C		46-100+
Время, мин	7	





**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Курица гриль

### Инвентарь:

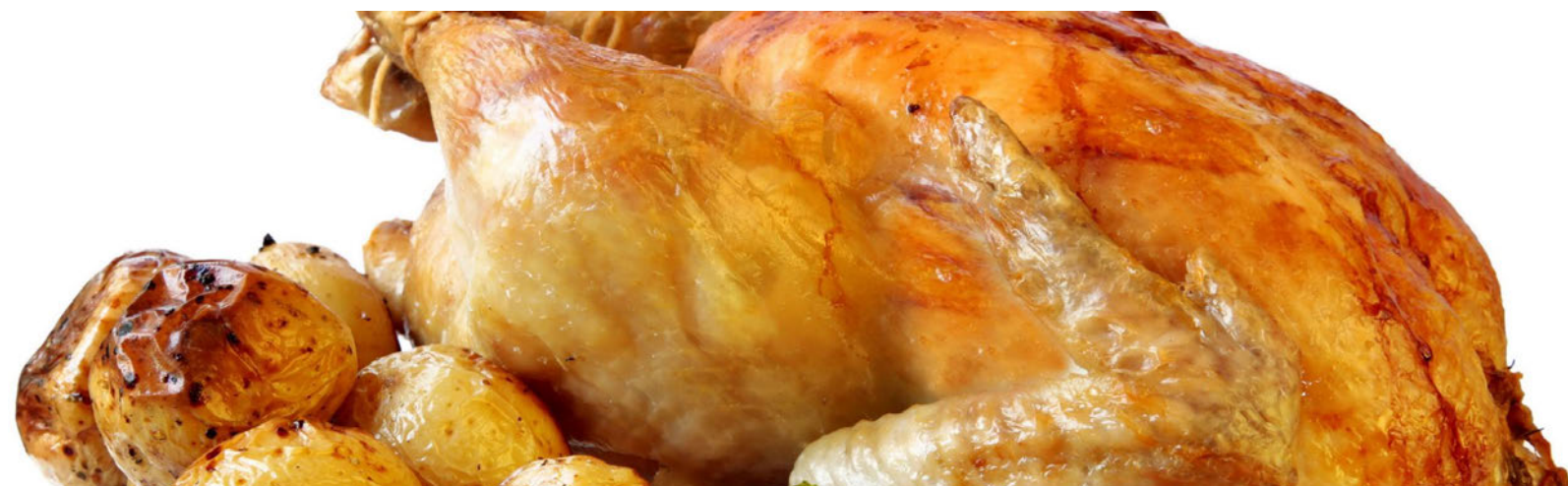
Решетка или специальная подставка

### Ингредиенты:

Курица (1,5-2,0 кг) - 1 шт

Курицу помыть, при необходимости опалить или ощипать, удалить край крыла по первому суставу, обтереть бумажным полотенцем, в наиболее массивную часть грудины поместить термощуп, установить курицу на специальную подставку или на решетку, поместить в разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	200	190
Термощуп, °C		74-76
Время, мин	7	



Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C



## Горячие бутерброды

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20

### Ингредиенты:

Хлеб	- 35 г
Масло сливочное	- 10 г
Помидор кольцами	- 20 г
Сыр	- 20 г
Мясо (колбаса)	- 30 г

Хлеб, нарезанный ломтиками, смазываем с двух сторон маслом, ломтики выкладываем на гастроёмкость, сверху выкладываем на хлеб ломтиками колбасу (мясо), помидор, сыр, по готовности украшаем веточкой укропа или петрушки (или ваши варианты), помещаем в разогретый пароконвектомат, время готовки зависит от того, какая нам нужна корочка.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрето	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °С	200	180
Время, мин	7	3-5



**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Яичница

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1 для жарки яиц

### Ингредиенты:

Яйцо - 1 шт

Подготовить яйцо (Перед использованием яйца рекомендуется промыть в 2%-ном хлорном растворе или в содовой воде, приготовленной в следующей пропорции: на 1 стакан воды 1/2 чайной ложки пищевой соды. После этого сполоснуть в чистой воде и высушить), взять гастроёмкость для жарки яиц, смазать растительным маслом формочки, в формочки разбить яйца, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрyто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	165	160
Время, мин	7	4-5





**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Филе куриное под майонезно-горчичным соусом

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20

### Ингредиенты:

Филе куриное (0,25 кг)	- 1 шт
Горчица	- 20 г
Майонез	- 20 г
Соль	- 5 г
Перец черный молотый	- 5 г

Смешать горчицу и майонез в равных долях, добавить соль и перец по вкусу. Филе помыть, заправить полученным соусом и выложить на гастроёмкость. В наиболее массивный кусок поместить термощуп и поставить в предварительно разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	200	180
Термощуп, °C		74-76
Время, мин	7	



**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



# Пирог

## Инвентарь:

Гастроемкость GN 2/3-20

## Ингредиенты:

Вода	- 500 мл
Кефир	- 700 мл
Масло сливочное	- 140 г
Сахар	- 20 г
Соль	- 15 г
Мука пшеничная В/С	- 1,0 кг
Дрожжи сухие	- 10 г
Сыр Сулугуни	- 800 г
Шпинат	- 400 г

Компоненты для теста замесить и оставить подходить, сыр натереть и перемешать с мелко нарубленным шпинатом.

После того как тесто расстоялось, сформировать пирог, выложить его на гастроемкость, выпекать в течение 6-7 минут при температуре 250 градусов.

Поверхность готового пирога смазать сливочным маслом.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	250	250
Время, мин	7	6-7



**Режим обработки ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Рыба под сыром

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20

### Ингредиенты:

Рыба семга стейк (0,4-0,45кг)	- 1 шт
Уксус бальзамический виноградный белый	- 10 мл
Крем бальзамик	- 10 мл
Масло оливковое	- 10 мл
Соль	- 5 г
Моцарелла	- 50 г

Красную рыбу стейками или полустейками замариновать в масле оливковом, бальзамическом уксусе, крем-бальзамике, соусе соевом.

Выложить на гастроёмкость, сверху выложить сыр моцарелла, в наиболее массивную часть рыбы поставить термощуп, готовить при температуре +160 °С до готовности (+54°С на щупе).

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °С	180	160
Термощуп, °С	7	
Время, мин		54





**Режим обработки ПАР + ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Запеканка творожная

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-2/3-65

### Ингредиенты:

Творог 9% МДЖ	- 1,0 кг
Яйцо I категории	- 5-6 шт
Сахар-песок	- 100 г
Сахар ванильный	- 10 г
Крупа манная	- 40 г
Соль	- 10 г
Сметана 20-25% МДЖ	- 200 г

Все ингредиенты, кроме сметаны, смешать, полученное тесто выложить в гастроёмкость, сверху смазать сметаной, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2	3*
Положение заслонки	закрыто	закрыто	закрыто
Действие	прогрев	приготовление	приготовление
Режим	Жар+Пар	Жар+Пар	Жар+Пар
Температура, °C	180	170	140
Время, мин	7	25-30	20





## Запеканка картофельно-мясная

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-2/3-65

### Ингредиенты:

Картофель	- 3,0 кг
Фарш мясной	- 1,5-2,0 кг
Лук репчатый	- 600 г
Морковь	- 600 г
Яйцо I категории	- 5 шт
Соль	- 15 г
Специи по вкусу	
Масло растительное	- 200 мл

Картофель помыть, нарезать тонкими ломтиками, поставить вариться в пароконвектомат в перфорированной гастроёмкости — варить до полуготовности, лук и морковь почистить, мелко нарезать, заправить растительным маслом, поместить в пароконвектомат, обжарить. В гастроёмкость выложить фарш, сверху обжаренный лук с морковью, следующим слоем картофель, сверху залить взбитым яйцом, поместить в разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2	3	4
Продукт		Картофель	Лук+морковь	Запеканка
Положение заслонки	закрыто	закрыто	закрыто	закрыто
Действие	прогрев	приготовление	приготовление	приготовление
Режим	Жар+Пар	Жар+Пар	Жар+Пар	Жар+Пар
Температура, °C	100	100	150	150
Время, мин	7	15	15	45



**Режим обработки ПАР+ ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Круассаны

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20  
Пергамент

### Ингредиенты:

Круассаны замороженные (50 г/шт) - 12 шт

Замороженные круассаны разморозить, выложить на гастроемкость на пергамент, дать расстояться, поместить в разогретый пароконвектомат.  
Можно изготовить круассаны самостоятельно из слоеного дрожжевого теста и любых начинок, желательны термостойких.

Параметры \ Этап	1	2	3
Положение заслонки	закрыто	закрыто	закрыто
Действие	прогрев	приготовление	приготовление
Режим	Жар+Пар	Жар+Пар	Жар+Пар
Температура, °C	200	170	145
Время, мин	7	15	5-7





**Режим обработки ПАР+ ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Капуста тушеная

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-65

### Ингредиенты:

Капуста белокочанная	- 2,0 кг
Морковь	- 500 г
Перец черный молотый	- 10 г
Масло растительное	- 40 мл
Соль	- 15 г

Капусту мелко нашинковать, морковь натереть на крупной терке, смешать все компоненты, немного помять, выложить на гастроемкость, поместить в разогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2	3
Положение заслонки	закрыто	закрыто	закрыто
Действие	прогрев	приготовление	приготовление
Режим	Жар+Пар	Жар+Пар	Жар+Пар
Температура, °C	120	120	155
Время, мин	7	20-25	10-12



**Режим обработки ПАР+ ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Плов

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-65

### Ингредиенты:

Мясо	- 1,5 кг
Морковь	- 500 г
Лук репчатый	- 500 г
Помидоры	- 500 г
Рис	- 2,0 кг
Вода или бульон	- 3,0 л
Соль	- 20 г

Мясо, нарезанное мелкими кусочками массой 10-15 г, обжарить до полуготовности в гастроёмкости, затем добавить нашинкованные лук, морковь и томат, обжарить их вместе с мясом. К обжаренному мясу с овощами добавить жидкость (воду или бульон) и рис. Все компоненты перемешать и довести плов до готовности в режиме «ПАР+ЖАР» или для более мягкого приготовления «ПАР 100».

Параметры \ Этап	1	2	3	4
Продукт		мясо	мясо + овощи	плов
Положение заслонки	закрыто	закрыто	закрыто	закрыто
Действие	прогрев	приготовление	приготовление	приготовление
Режим	Жар	Жар+Пар	Жар+Пар	Жар+Пар
Температура, °C	200	180	180	160
Время, мин	7	8-10	10-12	30





## Рулька запеченная

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-2/3-20

### Ингредиенты:

Рулька свиная	- 1 шт
Горчица	- 10 г
Соевый соус	- 10 мл
Чеснок	- 10 г
Растительное масло	- 20 мл
Перец черный молотый	- 5 г
Соль	- 10 г
Куркума	- 10 г
Майоран	- 10 г

Рульку помыть, выложить на гастроёмкость, расположить в наиболее массивную часть термощуп, после чего готовить на пару при 100 градусах до температуры на термощупе 80 градусов, после достижения заданной температуры продолжить варку еще 2 часа при температуре 80 градусов.

После этого рульку опалить, натереть специями и соусом и запекать при температуре 180 градусов 30 минут.

Параметры \ Этап	1	2	3	4
Положение заслонки	закрыто	закрыто	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление	приготовление	приготовление
Режим	Пар 100	Жар+пар	Жар+пар	Жар
Температура, °C	100	100	80	180
Время, мин	7		120	30
Термощуп, °C		80		





**Режим обработки ПАР+ ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Рыба в соли

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20

### Ингредиенты:

Рыба (2,5-3,0 кг)	- 1 шт
Соль крупная морская	- 2,5-3,0 кг
Вода	- 50-100 мл
Масло сливочное	- 50 г
Растительное масло	- 20 мл
Соль	- 10 г
Розмарин	- 5 г
Лимон	- 20 г
Укроп	- 20 г

Для приготовления подойдет рыба весом 2,5-3 кг. Рыбу выпотрошить, помыть (чистить от чешуи не обязательно, она отойдет вместе с солью) просушить, внутрь рыбы положить колбаску из сливочного масла и зелени (по вкусу).

Взять морскую крупную соль, немного смочить водой, чтоб она лепилась, обложить рыбу и готовить при температуре 170 градусов в режиме «ПАР+ЖАР» 40 минут, после приготовления дать немного остыть для облегчения съема соли.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар	Жар
Температура, °C	200	170
Время, мин	7	35-45



**Режим обработки ПАР+ ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Яблоки печеные

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20

### Ингредиенты:

Яблоко - 12 шт

Мед - 120 г

Для запекания наиболее подходят некрупные яблоки таких сортов как «белый налив», «голд», т. е. не плотные. Яблоки можно запекать как целиком, так и с медом или сахаром. Яблоки помыть, удалить середину, чтоб получился «стаканчик», заполнить медом или сахаром, выставить на гастроемкость, запекать.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	закрыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар+Пар	Жар+Пар
Температура, °C	180	160
Время, мин	7	12-15



**Режим обработки ПАР+ ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Тефтели

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-65

### Ингредиенты:

Рис	- 600 г
Фарш говяжий	- 1,0 кг
Фарш свиной	- 1,0 кг
Соль	- 10 г
Масло растительное	- 100 мл
Мука	- 150 г
Томатная паста	- 200 г
Лук репчатый	- 150 г
Сахар	- 50 г
Соль	- 10 г
Вода	- 150 мл

Рис отваренный до полуготовности — 1 часть,

Фарш говяжий — 2 части,

Фарш свиной — 1 часть

Все перемешиваем, добавляем соли, специи по вкусу. Формируем тефтели, выкладываем их на гастроёмкость глубиной 40-65 мм, помещаем в пароконвектомат в режиме «ПАР+ЖАР» 180 градусов на 5 минут, после чего заливаем тефтели томатным соусом и готовим в режиме «ПАР+ЖАР» 160 градусов в течении 45 минут, до готовности.

Параметры \ Этап	1	2	3
Положение заслонки	закрыто	закрыто	закрыто
Действие	прогрев	приготовление	
Режим	Жар+Пар	Жар+Пар	Жар+Пар
Температура, °C	200	180	160
Время, мин	7	5-8	45





**Режим обработки ПАР+ ЖАР  
при температуре от +30°C до +250°C**



## Омлет

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-40

### Ингредиенты:

Яйцо отборное - 10 шт  
Молоко 3,2% МДЖ - 1,0 л  
Соль - 5 г

Все перемешиваем, взбиваем, полученную смесь вылить в предварительно смазаную маслом гастроёмкость, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Положение заслонки	закрыто	открыто
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар+Пар	Жар+Пар
Температура, °C	130	120
Время, мин	7	12-15





# Рис

## Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-65

## Ингредиенты:

Рис	- 2,0 кг
Вода	- 3,0 л
Соль	- 20 г

Рис помыть в проточной воде, выложить в гастроёмкость, залить водой из расчета 1:1,5, посолить по вкусу, после прогрева камеры поместить в пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °С	100	100
Время, мин	7	30-35





## Овощи паровые (цветная капуста, брокколи)

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-40 (перфорированная)

### Ингредиенты:

Капуста цветная, брокколи - 3,0 кг

Кочан разделить на соцветия, помыть, выложить в перфорированную гастроемкость, поместить в пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	10-12







# Гречка

## Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-65

## Ингредиенты:

Гречка - 2,0 кг  
Вода - 3,0 л  
Соль - 20 г

Гречку промыть, выложить в гастроёмкость, залить водой из расчета 1:1,5, посолить по вкусу, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	30





# Рыба паровая

## Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

## Ингредиенты:

Рыба порционная - 100г

Рыбу почистить, помыть, разделить на порции, выложить на перфорированную гастроемкость, разместить в прогретый пароконвектомат (можно варить в режиме «ПАР 100»).

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Жар+пар	Жар+Пар
Температура, °С	85	85
Время, мин	7	10-12





## Яйцо вкрутую, всмятку, в мешочек

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты:

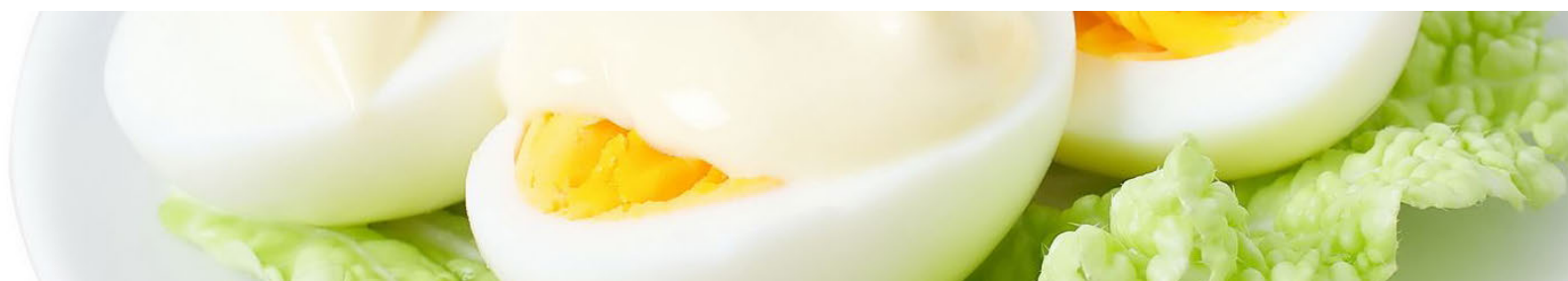
Яйцо куриное - 1 шт

Подготовить яйцо (перед использованием яйца рекомендуется промыть в 2%-ном хлорном растворе или в содовой воде, приготовленной в следующей пропорции: на 1 стакан воды 1/2 чайной ложки питьевой соды).

После этого сполоснуть в чистой воде и протереть, высушить).

Поместить в перфорированной гастроемкости в пароконвектомат. Для ускорения процесса варки пароконвектомат можно предварительно не прогревать.

Параметры \ Этап	1	2
<b>Вкрутую</b>		
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	18
<b>В смятку</b>		
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	14
<b>В мешочек</b>		
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	12







## Филе куриное паровое

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты:

Филе куриное - 250 г

Филе куриное разобрать на порции, помыть, выложить на перфорированную гастроёмкость, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	22-25





# Манты

## Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

## Ингредиенты:

Манты - 24 шт  
Масло растительное - 40 мл

Перфорированную гастроемкость смазать растительным маслом, выложить манты, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	30-40





# Пельмени

## Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

## Ингредиенты:

Пельмени - 1,5-2,0 кг  
Масло растительное - 40 мл

Перфорированную гастроемкость и пельмени смазать растительным маслом, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	20-22







# Вареники

## Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20 (перфорированная)

## Ингредиенты:

Вареники - 1,5-2,0 кг  
Масло растительное - 40 мл

Перфорированную гастроёмкость и вареники смазать растительным маслом, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	12-15





## Котлеты

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты:

Фарш говяжий	- 2,0 кг
Лук репчатый	- 500 г
Хлебный мякиш	- 250 г
Соль	- 10 г
Сухарь панировочный	- 80 г
Масло растительное	- 40мл

Сформировать из фарша котлеты, перфорированную гастроемкость смазать растительным маслом, выложить котлеты, поставить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2	3*
Действие	прогрев	приготовление	Финиширование
Режим	Пар 100	Пар 100	Жар+Пар
Температура, °C	100	100	180
Время, мин	7	20-22	5

\* - если необходимо сделать легкую корочку.





## Картофель отварной

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты:

Картофель - 2,0-3,0 кг

Картофель помыть, почистить, на перфорированной гастроемкости поместить в предварительно прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °С	100	100
Время, мин	7	30-40







## Карвинг

### Карвинг-

(от англ. carving — «вырезание») в кулинарии — искусство художественной резки по овощам и фруктам.

Вырезать фигурки из овощей (морковь, свекла, картофель, репа и т.д.), установить на перфорированную гастроемкость, разместить в прогретом пароконвектомате, варить до готовности.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	20-30





# Винегрет

## Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20 (перфорированная)

## Ингредиенты:

Морковь - 500 г  
Картофель - 1,5 кг  
Свекла - 600 г

Овощи на винегрет (картофель, морковь, свеклу) почистить, нарезать кубиками, выложить на перфорированной гастроёмкости и поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	20-22





## Оливье

### Инвентарь:

Гастроёмкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты (отвариваемые):

Морковь - 500 г  
Картофель - 1,5 кг

Овощи на оливье (картофель, морковь) почистить, нарезать кубиками, разложить на перфорированной гастроёмкости, поставить в прогретый пароконвектомат, одновременно с овощной нарезкой в пароконвектомат поместить яйца.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	20-22







## СОСИСКИ

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты:

Сосиски - 2,0-3,0 кг

Сосиски очистить от оболочки, выложить на перфорированную гастроемкость, поместить в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	30





## Вареный язык

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты: отвариваемые:

Язык (0,6-2,5 кг) - 1 шт

Язык помыть, выложить на перфорированную гастроемкость, поместить в пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Жар+Пар
Температура, °C	90	90
Время, мин	7	150-180





## Пегоди (корейские пирожки)

### Инвентарь:

Гастроемкость GN-1/1-20 (перфорированная)

### Ингредиенты:

#### Тесто:

Мука пшеничная В/С	- 600 г
Дрожжи сухие	- 25 г
Сахар	- 15 г
Соль	- 15 г
Вода	- 400 мл

#### Начинка:

Мясо	- 400 г
Капуста	- 800 г
Лук	- 200 г
Томатная паста	- 40 г
Масло растительное	- 50 мл
Перец красный острый	- 10 г
Перец черный	- 10 г
Перец красный сладкий	- 10 г
Соль	- 15 г

Формируем пирожки, выкладываем их на перфорированную гастроемкость, предварительно смазанную растительным маслом, помещаем в прогретый пароконвектомат.

Параметры \ Этап	1	2
Действие	прогрев	приготовление
Режим	Пар 100	Пар 100
Температура, °C	100	100
Время, мин	7	30-40









# АТЕСИ®

МАШИНОСТРОИТЕЛЬНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ

140000, Московская область, г. Люберцы, ул. Красная, д.1

**e-mail: [info@atesy.info](mailto:info@atesy.info)**

**[www.atesy.ru](http://www.atesy.ru)**

**тел.: +7 (495) 995-9599 (многоканальный)**

