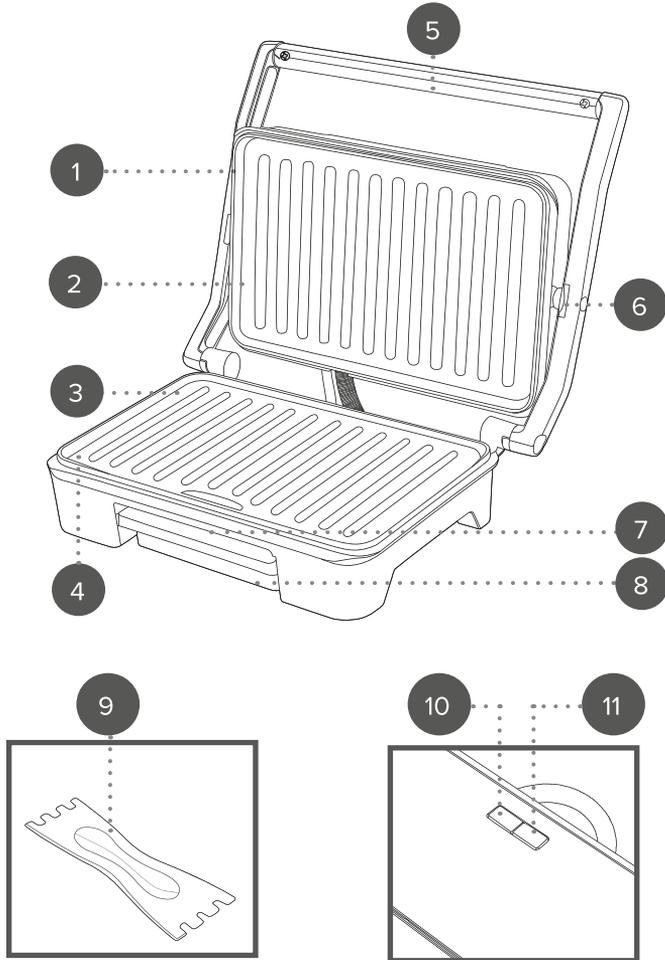


# Manual do utilizador

Grelhador saudável e máquina de paninis



## Descrição das peças



- |                                                                 |                                             |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 1. Unidade principal do grelhador saudável e máquina de paninis | 6. Dobradiça flutuante                      |
| 2. Compartimento superior                                       | 7. Canal do óleo                            |
| 3. Compartimento inferior                                       | 8. Depósito de recolha de pingos            |
| 4. Placas revestidas antiaderentes                              | 9. Espátula                                 |
| 5. Pega de aço inoxidável                                       | 10. Luz vermelha indicadora de alimentação  |
|                                                                 | 11. Luz verde indicadora de que está pronto |

Guarde estas instruções para referência futura.

## **INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA**

- Quando utilizar aparelhos elétricos, as precauções básicas de segurança devem ser sempre seguidas.
- Verifique se a tensão indicada na placa de classificação corresponde à da rede local antes de ligar o aparelho à rede elétrica.
- Este aparelho pode ser utilizado por crianças a partir dos 8 anos de idade e por pessoas com limitações físicas, sensoriais ou mentais ou com falta de conhecimento, desde que as mesmas tenham sido supervisionadas/instruídas e compreendam os perigos associados.
- O aparelho não deve servir de brinquedo para crianças.
- As crianças não devem efetuar a limpeza ou a manutenção a realizar pelo utilizador, exceto se tiverem idade superior a 8 anos e forem supervisionadas.
- Este aparelho não é um brinquedo.
- Em caso de queda ou danos do aparelho ou de avaria no cabo de alimentação, na ficha ou em qualquer peça do aparelho, pare imediatamente de utilizar o produto para evitar potenciais ferimentos.
- Este aparelho não contém peças que possam ser reparadas pelo utilizador; apenas um electricista qualificado deve efetuar reparações. As reparações incorretas podem colocar o utilizador em risco de ferimentos.
- Mantenha o aparelho e o respetivo cabo de alimentação fora do alcance das crianças.
- Mantenha o aparelho fora do alcance das crianças quando o mesmo estiver ligado ou a arrefecer.
- Mantenha o aparelho e o cabo de alimentação afastados de fontes de calor ou arestas afiadas que possam causar danos.
- Mantenha o cabo de alimentação afastado de quaisquer peças do aparelho que possam aquecer durante a utilização.
- Mantenha o aparelho afastado de outros aparelhos que irradiem calor.
- Não permita que o cabo de alimentação fique pendurado em bancadas, toque em superfícies quentes ou fique torcido.
- Não mergulhe os componentes elétricos do aparelho dentro de água ou de qualquer outro líquido.
- Não utilize o aparelho com as mãos molhadas ou se alguma ligação estiver molhada.
- Se cair ou ficar acidentalmente submerso em água, desligue o aparelho imediatamente da tomada. Não toque na água.
- Não deixe o aparelho sem vigilância enquanto estiver ligado à tomada elétrica.
- Não desligue o aparelho da tomada elétrica puxando pelo cabo. Desligue e retire a ficha à mão.
- Não puxe nem transporte o aparelho segurando-o pelo cabo de alimentação.
- Não utilize o aparelho para outro fim que não o previsto.
- Não utilize outros acessórios que não os fornecidos.

- Não utilize este aparelho no exterior.
- Não guarde o aparelho sob luz solar direta ou em condições de humidade elevada.
- Não tente mudar o aparelho de local enquanto estiver em funcionamento.
- Desligue sempre a ficha do aparelho após a utilização e deixe-o arrefecer completamente antes de efetuar qualquer operação de limpeza ou manutenção do utilizador ou de o armazenar.
- Utilize sempre o aparelho numa superfície estável e resistente ao calor, a uma altura confortável para o utilizador.
- Este aparelho não deve ser utilizado com um temporizador externo nem um sistema de controlo remoto separado.
- Não se recomenda a utilização de um cabo de extensão com o aparelho.
- Este aparelho destina-se apenas a uso doméstico. Não deve ser utilizado para fins comerciais.



**CUIDADO:** superfície quente – não toque nas secções quentes nem nos componentes de aquecimento do aparelho.



**AVISO:** mantenha o aparelho afastado de materiais inflamáveis.

## O que fazer e o que não fazer

### O QUE FAZER:

Desligar o grelhador saudável e retirar a ficha da fonte de alimentação da tomada elétrica antes de substituir ou instalar acessórios.

### O QUE NÃO FAZER:

Utilizar acessórios se estiverem soltos, danificados ou partidos.

## Cuidados e manutenção

**PASSO 1:** antes de tentar qualquer limpeza ou manutenção, desligue o grelhador saudável da tomada elétrica e deixe-o arrefecer completamente.

**PASSO 2:** limpe a estrutura do grelhador saudável com um pano macio e húmido, e seque-o cuidadosamente.

**PASSO 3:** retire os alimentos queimados aplicando uma pequena quantidade de água quente misturada com um detergente suave nas placas revestidas antiaderentes e, em seguida, limpe-as com um toalhete de papel ou um esfregão não abrasivo.

Nunca utilize detergentes de limpeza agressivos ou abrasivos nem esfregões para limpar o grelhador saudável, pois pode danificar a superfície.



**NOTA:** o grelhador saudável deve ser limpo após cada utilização.

## Instruções de utilização

### Antes da primeira utilização

Antes de ligar à tomada elétrica, limpe o cozedor de ovos seguindo as instruções na secção "**Cuidados e manutenção**".



**NOTA:** ao utilizar o grelhador saudável pela primeira vez, pode detetar um ligeiro fumo ou odor. É uma situação normal e irá desaparecer em breve. Mantenha uma ventilação suficiente em redor do grelhador saudável.

## Utilizar o grelhador saudável

**PASSO 1:** prepare os ingredientes a grelhar.

**PASSO 2:** ligue a ficha do grelhador saudável à rede elétrica e ligue-o. A luz vermelha indicadora de alimentação acende-se, indicando que o grelhador saudável foi ligado e está a aquecer.

**PASSO 3:** pré-aqueça o grelhador saudável até que a luz verde indicadora se acenda, indicando que a temperatura necessária foi atingida.

**PASSO 4:** coloque os ingredientes preparados na placa revestida antiaderente inferior e feche o aparelho.

**PASSO 5:** cozinhe a comida até estar extremamente quente na totalidade.

**PASSO 6:** depois de terminar a preparação, abra o aparelho com cuidado e retire os alimentos com uma espátula de plástico ou madeira resistente ao calor.

**PASSO 7:** desligue o grelhador saudável e retire a ficha da tomada elétrica. Deixe a tampa aberta e aguarde que arrefeça.

**PASSO 8:** utilize a espátula para direcionar qualquer óleo em excesso para o depósito de recolha de pingos.



**NOTA:** pré-aqueça sempre as placas revestidas antiaderentes antes de começar a cozinhar. aplique cuidadosamente uma camada fina de óleo de cozinha nas placas revestidas antiaderentes, untando-as cuidadosamente com um toalhete de papel. Isto ajudará a prolongar a vida útil do revestimento antiaderente. Durante a utilização, a luz verde indicadora de que está pronto acende-se e desliga-se para indicar que o grelhador saudável mantém a temperatura.



**CUIDADO:** as placas revestidas antiaderentes ficam muito quentes durante a utilização; use sempre luvas resistentes ao calor para evitar ferimentos.



**AVISO:** tenha cuidado durante a preparação; o grelhador saudável emite vapor.

## Armazenamento

Verifique se o grelhador saudável está frio, limpo e seco antes de o guardar num local fresco e seco.

Nunca guarde o grelhador saudável enquanto estiver molhado.

Nunca enrole o cabo muito apertado à volta do grelhador saudável. Enrole-o sem apertar para evitar danos.

## Especificações

Código do produto: EK2009

Entrada: 220–240 V ~ 50/60 Hz

Potência: 750 W

# RECEITAS



## Espetadas de camarão com alecrim com salada de rúcula e feijão branco

São necessários espetos para esta receita.

### Ingredientes

680 g de camarões grandes, descascados e limpos com as caudas nos espetos

### Para a marinada

3 dentes de alho, esmagados  
3 colheres de sopa de azeite virgem extra  
3 colheres de sopa de sumo de limão  
2 colheres de chá de alecrim fresco, picado finamente  
Sal e pimenta q.b.

### Para a salada

425 g de feijão cannellini, lavado e escorrido  
142 g de rúcula bebé  
1 dente de alho, picado  
½ cebola roxa pequena, cortada em fatias finas  
2 colheres de chá de sumo de limão  
1 colher de chá de azeite virgem extra  
Pitada de açúcar  
Sal e pimenta q.b.

### Método

Misture o azeite, o sumo de limão, os dentes de alho esmagados e o alecrim numa taça grande ou num recipiente selável; tempere a gosto com o sal e a pimenta.

Adicione os camarões à mistura e envolva-os bem na marinada. Vede a taça com película aderente ou com a tampa do recipiente e refrigere durante cerca de 15 minutos.

Pré-aqueça o grelhador saudável assim que os camarões estiverem marinados.

Coloque os camarões nos espetos.

Coloque os espetos com os camarões no grelhador saudável, feche a tampa e deixe cozinhar durante cerca de 3 minutos, até os camarões ficarem cor-de-rosa.

Enquanto os camarões estão a cozinhar, faça a salada misturando o alho picado, o açúcar, o azeite, o sumo de limão, o sal e a pimenta numa taça grande. Adicione a rúcula, o feijão cannellini e a cebola; misture os ingredientes.

Sirva a salada de um lado de um prato grande e coloque os espetos de camarão no outro lado para servir.

## Peixe estilo tikka

### Ingredientes

2 douradas ou lucianos vermelhos de 900 g ou 6 postas de peixe, atum ou semelhante  
4 dentes de alho, ralados finamente ou esmagados

6 colher de sopa de iogurte natural  
2 colheres de sopa de gengibre fresco, ralado finamente  
2 colheres de sopa de azeite  
3 colheres de chá de sementes de cominhos  
2 colher de sopa de açafrão  
2 colheres de chá de malagueta em pó suave  
Sal a gosto

#### **Método**

Pré-aqueça o grelhador saudável.

Se estiver a utilizar um peixe inteiro, corte a pele de cada lado.

Misture o gengibre e o alho, tempere com sal e esfregue por todo o peixe.

Misture o iogurte com o azeite, as especiarias e os temperos. Envolve o peixe por dentro e por fora com a mistura e, em seguida, refrigere até estar pronto para cozinhar.

Coloque o peixe no grelhador saudável, feche a tampa e deixe cozinhar durante cerca de 4 a 5 minutos, até o peixe estar cozinhado (o tempo de cozedura será reduzido para cerca de 3 a 4 minutos para atum ou um peixe semelhante).

Sirva com uma salada fresca e crocante.

### **Frango grelhado com queijo mozzarella**

#### **Ingredientes**

4 peitos de frango sem osso  
8 fatias de queijo mozzarella  
4 tomates, fatiados  
3 colheres de sopa de azeite  
2 colheres de chá de alecrim fresco, picado  
½ colher de chá de alho em pó  
¼ de colher de chá de sal  
¼ de colher de chá de pimenta preta  
Manjerição, para decorar

#### **Método**

Pré-aqueça o grelhador saudável.

Corte cada um dos peitos de frango horizontalmente para fazer uma abertura e recheie com o tomate fatiado e o queijo mozzarella.

Pincele os peitos de frango com azeite e tempere com o sal, a pimenta, o alecrim e o alho em pó.

Coloque os peitos de frango na chapa ligeiramente untada e deixe cozinhar durante cerca de 9 minutos de cada lado ou até já não libertar sucos e o frango estar bem cozinhado.

Retire do grelhador saudável e coloque nos pratos para servir.

Decore com manjerição.

### **Hambúrgueres de carne de vaca caseiros**

#### **Ingredientes**

350 g de carne de vaca acabada de picar  
1 ovo  
1 colher de chá de mistura de ervas aromáticas secas (tomilho e orégãos)  
Sal e pimenta preta moída na hora

#### **Método**

Pré-aqueça o grelhador saudável.

Misture a carne e as ervas aromáticas numa taça, adicione o ovo e tempere bem.

Divida em 2 porções e forme hambúrgueres.

Coloque os hambúrgueres no grelhador saudável, feche a tampa e deixe cozinhar durante cerca de 7 a 9 minutos ou até os hambúrgueres estarem bem cozinhados e tostados.

Sirva em pães de hambúrguer com molho e salada.

### **Quesadillas de frango**

#### **Ingredientes**

2 tortilhas de farinha  
80 g de frango cozinhado, desfiado (ou peru, se preferir)  
10 g de manteiga derretida  
4 cebolinhas, picadas finamente  
1 malagueta vermelha, picada finamente  
2 colheres de sopa de queijo cheddar ralado  
1 colher de sopa de azeitonas pretas sem caroço, picadas finamente  
Sal e pimenta

#### **Método**

Pré-aqueça o grelhador saudável.

Coloque um pouco de manteiga derretida num dos lados de cada tortilha.

Coloque todos os outros ingredientes numa taça e misture bem.

Tempere com sal e pimenta, a gosto, e divida a mistura igualmente entre as 2 tortilhas.

Dobre cada tortilha ao meio e pincele levemente com a manteiga restante.

Coloque as tortilhas no grelhador saudável, feche a tampa e deixe cozinhar durante cerca de 6 minutos ou até o frango estar quente, o queijo cheddar estar derretido e as tortilhas ficarem ligeiramente douradas e crocantes.

Sirva quente com molhos ou salada.

CE

**Eliminação de resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos e pilhas/baterias**



Este símbolo no produto, nas pilhas/baterias ou na embalagem significa que este produto e quaisquer pilhas/baterias que contenha não devem ser eliminados juntamente com o lixo doméstico. Em vez disso, é da responsabilidade do utilizador entregá-lo a um ponto de recolha aplicável para a reciclagem de pilhas/baterias e equipamento elétrico e eletrónico. A recolha separada e a reciclagem ajudarão a conservar os recursos naturais e a evitar as potenciais consequências negativas para a saúde humana e para o ambiente que resultariam de uma eliminação inadequada das substâncias perigosas que podem estar presentes nas pilhas/baterias e no equipamento elétrico e eletrónico. Alguns revendedores fornecem serviços de recolha que permitem ao utilizador devolver equipamento gasto para uma eliminação adequada. **É da responsabilidade do utilizador apagar quaisquer dados relativos a equipamentos elétricos e eletrónicos antes da eliminação.** Para obter mais informações sobre onde entregar as pilhas/baterias e os resíduos elétricos e eletrónicos, contacte o representante local da cidade/município, o serviço de recolha de resíduos domésticos ou o revendedor.

Fabricado por:  
Ultimate Products UK Ltd.,  
Victoria Street, Manchester OL9 0DD. **UK.**  
Ultimate Products Europe Ltd.,  
19 Baggot Street Lower, Dublin D02 X658. **ROI.**

**FABRICADO NA CHINA.**

CD080223/MD080224/V2