

VEGGYMAT DAMPFGARER

Gesundheitsbewusst, energiesparend & schnell



DENK



Veggy[®] Dampfgarer

Der patentierte Veggy[®] ist ein Niederdruck-Dampfgarer zur gesundheitsbewussten, schnellen und energiesparenden Zubereitung von Gemüse. Er kann in der Mikrowelle und im Backofen benutzt werden.

Der Veggy[®] arbeitet mit Dampf und Strahlungswärme. Gemüse wird so besonders schonend gegart. Er ist aus wärmespeichernder und lebensmittelbeständiger *Granicism[®]* Keramik hergestellt.

Mit dem Veggy[®] bleiben alle wasserlöslichen Vitamine und Spurenelemente im Gemüse erhalten und Sie genießen den unverfälschten Geschmack.

Anwendung

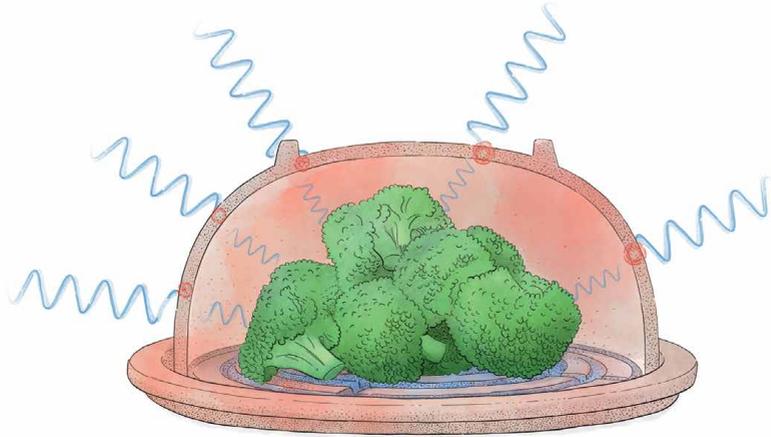
Im *Veggymat* kann jedes Gemüse, auch tiefgefroren, zubereitet werden. Je nach Menge und Wassergehalt des zu garenden Gemüses muss unterschiedlich viel Wasser in den Teller gegeben werden, maximal jedoch 40 ml. Aufgrund der unterschiedlichen Leistungen der einzelnen Geräte verschiedener Hersteller bei gleichen Leistungsangaben, können wir leider keine exakten Garzeiten angeben. Ebenfalls hat der Wassergehalt des Gemüses sowie die Größe und Konsistenz des Garguts Einfluss darauf. Daher sind nachfolgende Angaben als Erfahrungswerte und Anhaltspunkte zu verstehen. Sie werden sicher schnell ein „Gefühl“ für Ihren *Veggymat* entwickeln.

Bitte beachten Sie, dass bei der Benutzung, je nach Feuchtigkeitsgehalt des Gemüses, etwas Wasser über den Tellerrand austreten kann.



Kochen in der Mikrowelle

Die Zubereitung in der Mikrowelle wird durch die besonderen Eigenschaften der *Granicum* Keramik verbessert. Im Gegensatz zu Porzellan, Glas oder Kunststoff, wird *Granicum* von der Mikrowellenstrahlung erhitzt. Dadurch wirkt auf das Gargut zusätzlich Strahlungswärme ein. Unter der Haube bildet sich Wasserdampf und gart das Gemüse von außen. Die Zubereitung erfolgt sehr schnell, schonend und energiesparend.



Mikrowelle mit 800 Watt

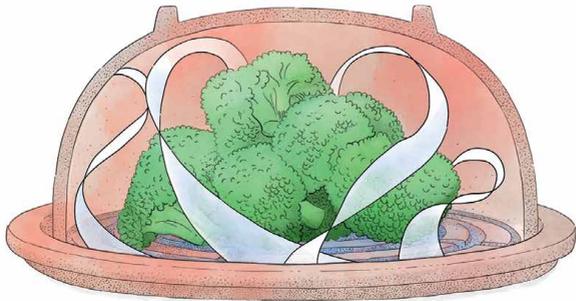
Nutzen Sie die enorme Wärmekapazität der Granitkeramik. In der Mikrowelle spielt der *Veggymat* sein volles Potential aus, da der Dampf im Innenraum sehr schnell entsteht und *Granicum* Wärme sehr lange speichern kann. Je nach Gemüse ist nur eine relativ kurze Energiezufuhr notwendig, das Gemüse kann anschließend im geschlossenen *Veggymat* weitergaren, während Sie Energie einsparen.

- Bei **Kartoffeln** werden ca. 10 ml Wasser in den Teller gegeben. Verwenden Sie kleine Kartoffeln oder schneiden Sie größere Exemplare in Stücke. Nach 8 Minuten Energiezufuhr lassen Sie die Kartoffeln im geschlossenen *Veggymat* für 20-30 Minuten weitergaren.
- Bei **Gemüse** mit höherem Wassergehalt, genügt die Restfeuchtigkeit vom Abwaschen. Nach 6 Minuten Energiezufuhr lassen Sie es je nach gewünschtem Gargrad 5-10 Minuten nachgaren.
- Bei **tiefgefrorenem Gemüse** ist keine Wasserzugabe notwendig, hier empfehlen wir ebenfalls 6 Minuten Energiezufuhr und ca. 5 Minuten Nachgarzeit.

Sollten Sie es eilig haben, können Sie natürlich auch die Energiezufuhr verlängern und die Nachgarzeit reduzieren bzw. ganz entfallen lassen. Befindet sich nach Erreichen des gewünschten Gargrades noch Wasser im Teller, wird dieses einfach entleert. Ist Ihr Gemüse nach der eingestellten Zeit noch nicht fertig, kann es nochmals erhitzt werden. Gerade bei den ersten Einsätzen des *Veggymats* empfiehlt es sich, den Garpunkt rechtzeitig zu kontrollieren. Durch zu starke und zu lange Energiezufuhr kann Gemüse in der Mikrowelle verbrennen.

Kochen im Backofen

Bei der Garung im Backofen (Umluftbetrieb) wird vorab eine geringe Menge Wasser zugegeben. Unter der Haube bildet sich heißer Wasserdampf. Gleichzeitig speichert die Granitkeramik Hitze und gibt diese als Strahlungswärme an das Gemüse ab. Im Vergleich zur Garung in einem Topf, muss nur ganz wenig Wasser erhitzt werden. Das spart Energie und Zeit.



Backofen 200°C (nur Umluftbetrieb)

Stellen Sie den leeren *Veggy*mat bereits in der Aufwärmphase in den Ofen und befüllen ihn, wenn die gewünschte Ofentemperatur erreicht ist. Das *Granicium* speichert schon Wärme, so dass keine Energie verloren geht. Sie können den Ofen 10 Minuten vor dem Ende der Garzeit ausschalten und die Restwärme des Ofens in Kombination mit der sehr guten Wärmekapazität des *Graniciums* nutzen, Ihr Gemüse gart ohne Energiezufuhr weiter.

- Bei **Kartoffeln** werden ca. 30-40 ml Wasser in den Teller gegeben. Verwenden Sie kleine Kartoffeln oder schneiden Sie größere Exemplare in Stücke. Nach ca. 40 Minuten sind die Kartoffeln fertig. Durch Einstechen der Kartoffeln oder Reduktion der Stückgröße lässt sich die Garzeit verringern.
- Für **Blumenkohl oder Brokkoli** reicht die Zugabe von 20 ml Wasser. Je nach gewünschtem Garpunkt braucht Ihr Gemüse zwischen 20 und 30 Minuten.
- Auch **tiefgefrorenes Gemüse**, zum Beispiel eine Gemüsemischung, kann im *Veggy*mat zubereitet werden. Hier ist keine Wasserzugabe notwendig, nach 20-25 Minuten ist Ihr Essen fertig.

Kontrollieren Sie den Gargrad Ihres Gemüses gerade bei den ersten Verwendungen frühzeitig. Sollte der gewünschte Garpunkt noch nicht erreicht sein, müssen Sie evtl. etwas Wasser nachgießen, da beim Öffnen des Deckels Dampf entwichen ist.

Reinigung

Der *Veggymat* kann von Hand oder in der Spülmaschine leicht gereinigt werden.

Sicherheitshinweise

Bitte beachten Sie, dass der *Veggymat* bei der Benutzung heiß wird. Verwenden Sie Hitzeschutzhandschuhe, es besteht Verbrennungsgefahr. Beim Abnehmen der Haube nach dem Garen entweicht heißer Wasserdampf. Es besteht Verbrennungsgefahr.

Nach dem Kochen wird die Haube zur Servierschüssel. Durch die hohe Wärmespeicherung der Granitkeramik bleibt das Gemüse am Tisch lange warm.



Natürliche, dauerhafte
Materialien



Respektvoller Umgang
mit Mensch und Natur



Handwerkliche Produktion
in Coburg

DENK

Denk Keramische Werkstätten
Neershofer Straße 123–125 · D-96450 Coburg

+49 (0)9563-51332-0 · kundenservice@denk-keramik.de
www.denk-keramik.de