

Garzeitentabelle

MEERESFRÜCHTE (1000G)			
Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
07 _{min}	Aal	I	
03-04 _{min}	Fischragout	I	
07 _{min}	Forelle	I	
07 _{min}	Heilbutt	I	
03 _{min}	Hummer	I	
07 _{min}	Kabeljau	I	
07-08 _{min}	Lachs	I	
03 _{min}	Riesengarnelen	II	
07 _{min}	Rotbarsch / Goldbarsch	I	
07 _{min}	Schellfisch	I	
04 _{min}	Scholle	I	
07 _{min}	Seelachs	I	
04 _{min}	Seezunge	I	
GEFLÜGEL			
Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
15 _{min}	Ente: Brust / Keule	II	
30 _{min}	Gans: Brust / Keule	II	
15 _{min}	Hähnchen: Brust / Keule	II	
30 _{min}	Pute: Brust / Keule	II	
WILD (500G)			
Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
15-25 _{min}	Fasan: Brust / Keule	II	
15 _{min}	Hasenbraten / Kaninchen	II	
10 _{min}	Hasenkeule	II	
25 _{min}	Hirschbraten	II	
15-20 _{min}	Hirschrouladen, -goulasch	II	
12-15 _{min}	Rebhuhn / Wachtel	II	
20 _{min}	Rehbraten	II	
20-25 _{min}	Rehkeule	II	
15 _{min}	Rehrücken	II	
25 _{min}	Wildschweinbraten	II	
15-20 _{min}	Wildschweingoulasch	II	
LAMM (500G)			
Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
20-25 _{min}	Braten	II	
10-15 _{min}	Ragout	II	



Garzeitentabelle



SCHWEINEFLEISCH (500G)		Kochstufe	Einsatz
Zeit	Zutat		
30-40 _{min}	Eisbein/Schweinsaxe	II	
05 _{min}	Hackklößchen	II	
10-12 _{min}	Kasseler Rippchen	II	
30-35 _{min}	Schinken	II	
35 _{min}	Schweinebraten	II	
10 _{min}	Schweinefilet	II	
10-15 _{min}	Schweinepfeffer, - goulasch	II	
RINDFLEISCH (500G)		Kochstufe	Einsatz
Zeit	Zutat		
20 _{min}	Beinscheiben	II	
15-20 _{min}	Gulasch	II	
06 _{min}	Kalbsfleisch, geschnetzelt	II	
20-30 _{min}	Kalbsbraten	II	
10-15 _{min}	Kalbsgulasch, -filet	II	
15-20 _{min}	Kalbshaxe, -brust	II	
20-30 _{min}	Kalbsnierenbraten	II	
50-55 _{min}	Ochsenszunge	II	
20 _{min}	Rinderbrust	II	
05 _{min}	Rindfleischklößchen	II	
15-20 _{min}	Rouladen, Filetbraten	II	
30-40 _{min}	Sauer-, Lendenbraten	II	
40-45 _{min}	Tafelspitz	II	
FRISCHGEMÜSE (500G)		Kochstufe	Einsatz
Zeit	Zutat		
05-10 _{min}	Artischoke	I	
03-04 _{min}	Auberginen (Stücke)	I	
08-10 _{min}	Auberginen (gefüllt)	I	
10-15 _{min}	Blumenkohl (ganz)	I	
03-04 _{min}	Blumenkohl, Brokkoli (Röschen)	I	
04-06 _{min}	Fenchel (halbiert)	I	
05-07 _{min}	grüne Bohnen	I	
03-05 _{min}	grüne Erbsen	I	
06-12 _{min}	Kastanien (geschält)	II	
05-08 _{min}	Kohlrabi (Stücke)	I	
08-10 _{min}	Kohlrouladen	II	
05-08 _{min}	Kürbis	I	
18 _{min}	Lotuswurzel	II	



Garzeitentabelle

Fissler

FRISCHGEMÜSE (500G)			
Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
05 _{min}	Maiskolben	II	
05-06 _{min}	Mischgemüse	I	
04-06 _{min}	Möhren / Karotten	I	
08-10 _{min}	Paprikaschote (gefüllt)	I	
01-02 _{min}	Paprikaschoten	I	
06-08 _{min}	Pastinake	I	
02-04 _{min}	Poree / Lauch	I	
04-05 _{min}	Rosenkohl	I	
15-20 _{min}	Rote Beete (ganz)	I	
04-05 _{min}	Rotkohl / Blaukraut	II	
08-10 _{min}	Sauerkraut	II	
07-09 _{min}	Schwarzwurzeln (ganz)	I	
12 _{min}	Sellerie (ganz)	II	
02-03 _{min}	Sellerie (Stücke)	I	
06-09 _{min}	Spargel	I	
01-02 _{min}	Spinat / Mangold	I	
10 _{min}	Süßkartoffeln	II	
01-02 _{min}	Tomaten (ganz)	I	
03-05 _{min}	Weißkohl	II	
05 _{min}	Winterkürbis	II	
03-05 _{min}	Wirsing	I	
02-03 _{min}	Zucchini	I	
03-05 _{min}	Zuckererbsen (in der Schale)	I	
05 _{min}	Zwiebeln	I	
BEILAGEN (500G)			
Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
06 _{min}	Hefeklöße / Dampfnudeln	I	
02-06 _{min}	Knödel	II	
05-06 _{min}	Mais (Polenta)	II	
08-09 _{min}	Naturreis	II	
08-12 _{min}	Pellkartoffeln (je nach Größe)	II	
06-09 _{min}	Risotto	II	
06-08 _{min}	Salzkartoffeln	II	
10-15 _{min}	Serviettenkloß	I	
06-08 _{min}	Weißer Reis	II	
20-25 _{min}	Erbsensuppe	II	



Garzeitentabelle

Fissler

10-15 _{min}	Fischsuppe / Brühe	II
08-10 _{min}	Geflügel-Eintopf (z.b. Coq au vin)	II
08-10 _{min}	Gemüsebrühe	II
04-08 _{min}	Gemüse-Eintopf (vegetarisch)	II
15-20 _{min}	Gemüse-Fleisch-Eintopf (z.b. Pichelsteiner)	II
04-08 _{min}	Geemüsesuppe	II
15-20 _{min}	Gulaschsuppe	II
40-45 _{min}	Hühnersuppe	II
06-08 _{min}	Kartoffelsuppe	II
30-35 _{min}	Knochenbrühe	II
15-20 _{min}	Linsensuppe	II
25 _{min}	Ochsenschwanzsuppe	II
20-25 _{min}	Pot-au-Feu	II
08-10 _{min}	Reis-Fleisch-Eintopf	II
35-40 _{min}	Rindfleischsuppe	II
05-06 _{min}	Tomatensuppe	II
30-35 _{min}	Wildsuppe	II

HÜLSENFRÜCHTE

(400G)

Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
12-15 _{min}	Erbsen (nicht vorgeweicht)	II	
16 _{min}	getrocknete Bohnen (eingeweicht)	II	
10 _{min}	Kuhbohnen	II	
15 _{min}	Limabohnen	II	
10-15 _{min}	Linsen (nicht vorgeweicht)	II	
15 _{min}	rote Bohnen	II	
15 _{min}	rote Kidney Bohnen	II	
15 _{min}	Sojabohnen	II	
03-05 _{min}	weiße Bohnen (gekeimt)	II	
20 _{min}	weiße Bohnen (nicht vorgeweicht)	II	

GETREIDE

(VORGEGWEICHT)

Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
06-07 _{min}	Buchweizen (nicht nachquellen)	II	
08-09 _{min}	Dinkel	II	
08-09 _{min}	Gerste	II	
08-09 _{min}	Grünkern	II	







Garzeitentabelle



GETREIDE (VORGEWEICHT)

Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
08-09 _{min}	Hafer	⏸	
06-07 _{min}	Hirse (nicht nachquellen)	⏸	
08-09 _{min}	Roggen	⏸	
08-09 _{min}	Weizen	⏸	

SONSTIGES

Zeit	Zutat	Kochstufe	Einsatz
08-10 _{min}	Dörrobst (nicht vorgeweicht)	⏸	
15 _{min}	Milchreis	⏸	
12-25 _{min}	Saft / Gelee	⏸	
15-25 _{min}	Wasserbad-Pudding (große Form)	⏸	
06-08 _{min}	Wasserbad-Pudding (kleine Form)	⏸	