

# Cuisinart®

美膳雅  
使用說明書



美膳雅 液晶多功能燒烤 / 煎烤器

GR-5NTW

為確保您的安全及延續產品的使用壽命，請於使用前詳讀所有操作指示說明。

# 重要安全資訊

使用電器用品，尤其是當孩童在場時，請務必遵守基本的安​​全預防措施。請確實遵守以下幾點注意事項：

1. 閱讀所有使用說明。
2. 操作本電器產品時請使用手把，按鍵或旋鈕。切勿觸碰高溫發燙的外殼。
3. 請勿將電源線或是電源插頭、或是其它配件（可卸式燒烤盤除外）浸沒於水中或其他液體內，以避免造成火災或觸電等危險，甚至對人體造成傷害。
4. 請勿讓兒童或行動不方便，或無法依自由意志控制行動的人使用本電器產品。亦請勿在兒童附近使用本電器產品。
5. 請勿在戶外使用本產品。
6. 請勿讓電源線懸掛在桌子或檯面的邊緣，或接觸到發燙的表面，或將電線打結。
7. 請勿將本電器產品放置在瓦斯爐或電爐上或附近。或接觸熱烤箱。
8. 當本產品未使用時，請將電源插頭自電源插頭上拔掉。
9. 請勿將本產品使用在它本身功能設定以外的用途。
10. 請勿使用未經 Cuisinart 美膳雅指定的配件，否則可能導致火災、觸電或人身傷害。
11. 當容器裝有熱油或熱的液體時，請勿搬動本機器。如需搬動，請先將容器內的熱油或炙熱液體清除。如需小幅度移動時，請特別小心。
12. 如需關機，請按“開關”按鈕以便將本產品的電源關掉。
13. 注意！右圖的警告標示，表示此電器的表面具有非常高的溫度，請小心避免直接觸碰廚具，避免造成燙傷。
14. 我們不建議使用延長線。如果必須使用延長線，則應選擇用接地式，其額定功率應等同或大於本電器產品的額定功率。請於使用前檢查本產品的電源線，電源插頭及產品本身是否有損壞。如有發現任何損壞，請立即停止使用本產品，並撥打 (02) 8751-3633 致電 Cuisinart 美膳雅臺灣區客戶服務部尋求協助，以便幫您安排合格人員協助處理。
15. 除清潔方面的維護之外，如需其他服務同樣請撥打 (02) 8751-3633 致電 Cuisinart 美膳雅臺灣區客戶服務部，以便幫您安排合格人員協助處理。
16. 如果發現電源線或電源插頭損壞，或本電器產品發生故障，或其他原因造成損壞時，請立即

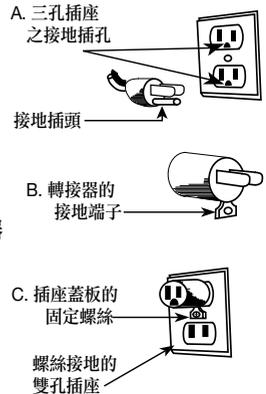
停止使用本產品，並聯絡 Cuisinart 美膳雅臺灣區客戶服務部安排檢查，維修或調校。

17. 警告：為避免火災或觸電等危險，非經授權或符合資​​格的電工，不得替本產品進行維修動作。
18. 請勿在設備間或壁櫥內操作本電器產品。當本產品儲存在設備間時，尤其是當本產品接觸到關閉的門時，請勿插上電源線，以防本產品電源開關接觸到門的任何一點被誤啟動，而釀成火災。

## 請妥善保存此份操作指示說明 僅限一般家庭使用

### 注意

為了您的安全，本機配有一個三插接地式插頭，因此應配合使用圖 A 所示的三插接地式插座。如果沒有接地式插座，應取得圖 B 所示的一個轉接器，以配合本機的二插時，邊緣突出的金屬接地端子（帶孔小耳）正好可以透過原來在插座上的接地螺絲鎖緊並接地（如圖 C 所示）。



注意：請勿移除轉接器邊緣的帶孔接地小耳。

警告：使用轉接器前，必須將插座附加蓋板上的螺絲接地。如有疑問，請諮詢有資​​格的電工。請勿在不確認是否接地的情況下使用轉接器。

### 有關電源線組的特殊說明

本機配備一條短電源線可以減少被纏繞或絆倒的風險。雖然我們不建議使用延長線，但在法令規範內，仍可小心使用長一些的電源延長線。

如果使用延長線，其標註的額定功率必須至少與此電器的額定功率相同。延長線為三線接地式，且須將長線安置好，令其不會從檯面或桌面垂下，以防兒童拖曳或被電線絆倒。

---

# 目錄

重要安全資訊	2
開箱說明/首次使用	3
部品名稱與功能	4
認識你的操作面板	5
液晶多功能燒烤 / 煎烤器 - 無所不能	6
裝配說明	7
操作說明	8
提示與小訣竅	10
清潔與維護	10
儲藏	10
食譜	11
使用指南與食物溫度參考表	28
保固	30

## 開箱說明 / 首次使用：

請將所有包裝材料和產品宣傳標籤 / 貼紙從煎烤器上移除。請確保所有部品配件 ( 部品名稱與功能 ) 均包含在包裝盒內。我們建議您保留所有的包裝材料，便於日後所需。另外，請務必將塑膠袋放置在兒童拿不到的地方或立即丟棄，以免發生危險。

注意：第一次將您的Cuisinart 美膳雅 - 液晶多功能燒烤 / 煎烤器從包裝盒中取出時，請小心並注意以下事項：

1. 本產品包含兩樣配件：一個安裝在產品底座的可卸式集油槽，以及一支刮除 / 清潔梳。
2. 本燒烤 / 煎烤器的不銹鋼上蓋和底座在使用時會產生高溫並發燙。如需調整上蓋角度或是將本產品展開成大面積燒烤模式，請務必配戴隔熱手套來保護雙手。
3. 本產品所附的兩片可拆卸 / 兩面式煎烤盤可交替互換使用。
4. 在首次使用以前，請用乾布將機器擦拭一遍，把所有運送途中可能沾染上的灰塵抹去。請用同一方法將烤盤、集油槽、以及刮除 / 清潔梳清潔一遍。可將烤盤、集油槽、以及刮除 / 清潔梳放入洗碗槽內用水龍頭沖洗。關於煎烤盤的拆卸，請參照裝配說明。

## 部品名稱與功能



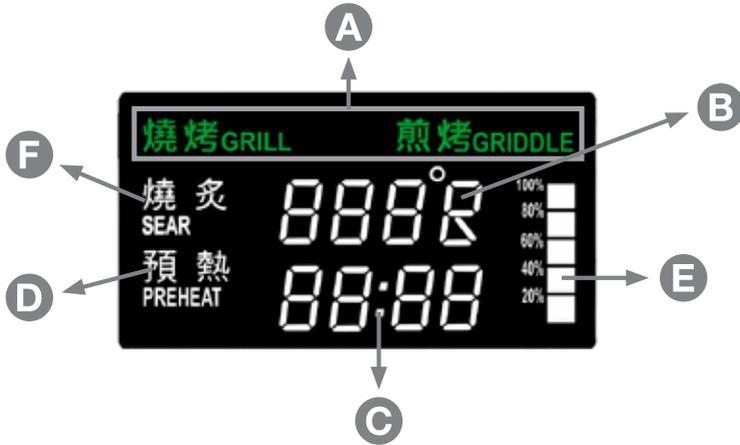
1. 上蓋：穩固的結構和具有手動調整角度功能的不銹鋼上蓋。
2. 不銹鋼手把：扎實的不銹鋼手把可配合不同厚度的食物調整上蓋的角度。
3. 可拆卸和兩面式煎烤盤：具備不沾塗層。
  - a. 烤盤面 (Grill Side)：可燒烤多種食物，如牛排、漢堡、雞肉或蔬菜等等。
  - b. 煎盤面 (Griddle Side)：調理鬆餅、煎蛋、培根、或煎炙海鮮，如魚類、明蝦、干貝等。
4. 操作面板和 LCD 液晶顯示幕 (見第 7 頁詳細說明)。
5. 可卸式集油槽：收集油脂及食物殘渣以便清潔。
6. 可卸式煎烤盤滴油口：使多餘油脂及食物殘渣流入集油槽內。
7. 刮除 / 清潔梳：可在調理完食物後沿燒烤盤上的烙燒筋條前後移動，刮除食物殘渣，使清洗更容易。
8. 煎烤盤釋放鈕：按壓此鈕以便將上下烤盤卸下。
9. 大面積模式推桿：可擴展上蓋的開啟角度至 180 度，並將其放在平坦的桌面上以便調理食物。
10. 無雙酚 A：所有會接觸到食品的部品和配件均不含雙酚 A。

## 認識你的操作面板



1. 電源按鈕：按壓此鍵來開啟或是關閉本煎烤器的電源。
2. 上烤盤溫度控制鈕：長按此鍵 3 秒鐘來使上烤盤進入保溫模式，或是按壓一下此鍵來關閉上烤盤加熱功能。詳細設定請參照操作說明。
3. 大型 LCD 顯示幕：漂亮清晰的背光面板包含了所有使用者需要知道的資訊。清晰字樣使用者易於讀取。
4. 調整及確認旋鈕：幫助使用者進行溫度及烹飪時間的設定。詳細設定請參照操作說明。

## LCD 顯示幕內容



- A. 烹飪模式選擇：「燒烤」或「煎烤」模式。
- B. 溫度顯示：溫度顯示範圍自 80°C 到 230°C。
- C. 計時顯示：可設定「正計時」或者是倒數計時。詳細設定請參照操作說明。
- D. 預熱：當本燒烤 / 煎烤器正在進行預熱時，此字樣會顯示在螢幕上。
- E. 預熱進度顯示條：當本燒烤 / 煎烤器正在進行預熱時，會顯示在螢幕上，讓使用者了解預熱完成進度。
- F. 燒炙 (SEAR)：當設定預熱溫度在「燒炙」模式時，此字樣會顯示在螢幕上。此模式時間為 2 分鐘，在計倒數計時超過 2 分鐘後，本燒烤 / 煎烤器的溫度設定會退回到 210°C。

## Cuisinart 美膳雅 - 液晶多功能 燒烤 / 煎烤器 - 無所不能

Cuisinart 美膳雅 - 液晶多功能燒烤 / 煎烤器提供總共五種烹飪選擇，是您最理想的廚房家電產品。只要蓋上煎烤盤並調整上蓋的角度，就可以變化出雙面燒烤（Contact Grill）、帕尼尼壓烤（Panini Press）、大面積燒烤（Full Grill）、大面積煎烤（Full Griddle）、半燒烤 / 半煎烤（Half Grill / Half Griddle）、或是單面煎烤（Single Plate Cooking）等多樣化操作模式。關於操作部分請參照裝配說明和操作使用說明。

### 雙面燒烤模式 / CONTACT GRILL：

本燒烤 / 煎烤器的雙面燒烤模式適合調理漢堡肉、去骨肉排、薄切肉片以及蔬菜。

當想要在短時間內完成調理或者是想享受較為健康無負擔的烤肉，請選擇雙面燒烤模式（Contact Grill）。在此模式下，食物會被快速調理完成。這是因為食物的兩側在同時時間內被快速燒烤。當食物被烤盤上的燒烤筋條擠壓時，食物的油脂會從烤盤後方的出油口排出，並流入滴油槽內。

當使用雙面燒烤模式調理食物時，建議將雙面式烤盤轉至有燒烤筋條的烤盤面。請將上蓋均勻的壓在食物上，並避免在設定的調理溫度到達前掀開上蓋。

為了調理不同厚度的食物，本燒烤器裝設了特別設計的把手和角度調整開關，使上烤盤盡量與下烤盤平行。如此不論料理切片馬鈴薯或是厚實的沙朗牛排，都能得到相同的煎烤效果。

### 帕尼尼壓烤模式 / PANINI PRESS：

此模式適合用來製作烤三明治、吐司和墨西哥煎餅。“帕尼尼 / Panini”在義大利文中指的就是烤三明治。

帕尼尼三明治的內餡作法多樣化不受限制 - 在新鮮剛烤出爐的兩片麵包中間夾上蔬菜，各式肉品，以及起司片均可。接著將夾了內餡的三明治放置在煎烤盤上（任何一面均可），並使用上蓋將其均勻壓緊來進行烤麵包的動作。建議使用新鮮現烤的麵包來製作好吃的帕尼尼三明治。

製作帕尼尼三明治的麵包裡，最出名的為佛卡夏 / Focaccia（一種扁平且烘培時表面撒有鹽，迷迭

香，洋蔥的麵包）、Michetta（外表酥脆且呈圓錐狀的麵包）、Ciabatta（外表稍呈半圓狀的長方形麵包）和經典的厚片義大利麵包。

當在帕尼尼壓烤模式（Panini Press）時，建議使用燒烤面烤盤。我們建議此模式是因為傳統的帕尼尼三明治上均留有燒烤痕跡。

當然啦，依據您想要製作的三明治種類，您也可以選用煎盤面（Griddler Side），或者是兩種烤盤面混用均可。

本燒烤 / 煎烤器在帕尼尼模式的使用方式與燒烤模式是相同的。為了製作不同厚度的三明治，本燒烤 / 煎烤器裝設了特別設計的把手和角度調整開關。輕壓把手，照您喜愛的方式壓製和加熱三明治。

### 大面積燒烤模式 / FULL GRILL：

此模式適合烹飪漢堡肉、牛排、以及家禽肉類（不建議在此模式下烹煮帶骨雞肉，因為帶骨雞肉無法被均勻的加溫烹飪）、魚肉以及蔬菜。

大面積燒烤模式（Full Grill）是本燒烤 / 煎烤器裡面最多樣化的烹飪模式。將上蓋向後轉到烤盤的盤面水平朝上，以把烹飪範圍擴張成兩倍大（兩片烤盤 46 x 58 cm）並且將兩面式煎烤盤

翻轉至燒烤面來進行烹飪。由於是單面燒烤，必須記得適時將食物翻面。您可以選擇在任何單一烤盤上調理不同的食物以避免混合不同味道，或只是調理烹飪單一且大量的食物。大面積燒烤模式也適合調理各式不同厚度的肉片，讓您按照您的口味煮出您自己喜歡的食物。

### 大面積煎煮模式 / FULL GRIDDLE：

此模式適合調理鬆餅、蛋、法國吐司、薯餅以及早餐肉片。

在大面積煎煮模式（Full Griddler）底下，可將煎烤器上蓋擺平，把烹飪範圍擴張成兩倍大，並且將兩面式烤盤翻轉至煎煮面來進行烹飪。烹飪食物時，必須記得翻面。大面積煎煮模式（Full Griddler）是為小倆口或大家庭準備早餐的完美方法。大面積調理範圍讓您可以同時烹煮不同類型的食物或是大量您喜歡的食物。



## 半烤半煎模式 / HALF GRILL - HALF GRIDDLE :

此模式可以讓您將一個完整的套餐在同一時間內調理完成，譬如培根與蛋、牛排與馬鈴薯等。使用此模式只需將煎烤器的上蓋擺平成敞開模式，並將一邊燒烤盤（帶有筋條的一面）朝上，另一邊的煎烤盤朝上。



除非您將上蓋閉合起來或是調整至敞開模式，不然機器將一直維持此一角度。在降低手把位置之前，上蓋會一直維持開啟並稍微後傾的角度。當將手把降低之後，上蓋會被釋放並平均壓在要烹調的食物上面。如此食物上下兩面可以被均勻的加熱烹飪。當烹飪完食物後把手柄向上提起打開煎烤器時，上蓋會維持與底座平行的狀態。如果要把上蓋鎖回預設模式，必須在沒有食物的情況下，先將煎烤器完全閉合，然後再行開啟才行。



## 單面煎烤模式 / SINGLE PLATE COOKING :

此模式適用在僅需使用少量食材烹飪，或是想保溫烹飪完成的菜餚使用。

因為少量食材而不需使用上蓋烤盤時，可以選擇將本燒烤 / 煎烤器的上蓋角度調整成開啟模式（Open Position）或敞開模式（Flat Position），在開關上烤盤加熱功能後，僅使用底座烤盤來進行烹飪。



如在調理鬆餅、蛋、法國吐司、薯餅或是早餐肉片時，為避免較早烹飪完成的菜餚冷掉，可將上烤盤角度調整至敞開模式，並將溫度設定成保溫功能。底座烤盤上烹飪完成的菜餚可以移至上烤盤保溫，並馬上進行下一道料理的烹飪。此模式可避免料理完成的食物流失溫度，並讓您與您的家人或賓客隨時享用熱騰騰的菜餚。

## 敞開模式 / FLAT POSITION :

將上蓋 / 烤盤與底座 / 烤盤平行擺放後提供一個大面積烹飪環境的模式。請在使用大面積燒烤（Full Grill）、大面積煎煮（Full Griddle）、半烤半煎（Half Grill / Half Griddle）、或是單面煎烤（上蓋面設定為保溫或是完全關閉加熱功能）等模式使用。

請使用裝設於上蓋手柄右臂的“大面積模式推桿”將煎烤器調整成此模式。請用左手握住上蓋手柄，並用右手向內扳動“大面積模式推桿”。將手柄往反方向移動直到上蓋手柄接觸到桌面為止。除非您將機器回復到密合模式，不然煎烤器會一直維持此模式。如果煎烤器已經維持在開啟模式，請將上蓋手柄向內推動些許距離，然後扳動“大面積模式推桿”。將手柄往反方向移動直到上蓋手柄接觸到桌面為止。



## 裝配說明：

請將本燒烤 / 煎烤器放置在一個您想要調理美食的桌面上。可以選擇三種煎烤盤的擺設模式。

## 閉合模式 / CLOSED POSITION :

將裝有烤盤的上蓋平穩擺放在裝有烤盤的底座上。這是當您使用燒烤模式（Contact Grill）或者是帕尼尼模式（Panini Press）時，預熱機器用的模式。



## 安裝煎烤盤 / TO INSERT COOKING PLATES :

請將本燒烤 / 煎烤器擺平，並確認操作面板朝向自己。一次安裝一片煎烤盤。每片烤盤均被設計成可以安裝在本燒烤 / 煎烤器的上蓋和底座上。

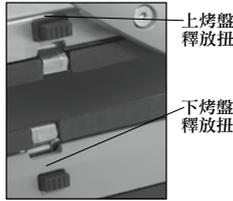
當你面向本燒烤 / 煎烤器時，滴油口應該位於煎烤盤的後方。請確認金屬框架位於外蓋的中央。將烤盤的底部擺成傾斜狀後將它對準金屬框架。將烤盤插入金屬框架下方並壓住烤盤的前端。烤盤會被扣住在適當的位置上。將本燒烤 / 煎烤器轉向以便安裝第二片煎烤盤。燒烤面（Grill）或是煎煮面（Griddle）均可。按照安裝第一片烤盤的方式將其插入上蓋中即可完成。

## 開啟模式 / OPEN POSITION :

將本燒烤 / 煎烤器上蓋開啟大約 100 度的角度，請在使用燒烤模式（Contact Grill）和帕尼尼模式（Panini Press）以前，將本燒烤 / 煎烤器開啟至此角度。要將機器調整至此模式，只需提起手把至您感覺到上蓋有被頂住的感覺即可。

## 拆卸烤盤 / TO REMOVE COOKING PLATES :

如欲在使用完本燒烤 / 煎烤器之後拆卸底座上的烤盤。請使用裝設於機器底座右側的烤盤釋放鈕。緊壓此鈕後烤盤會自本燒烤 / 煎烤器底座上輕輕彈起。用雙手抓住煎烤盤後將其從金屬框架上拔出。緊壓機器上蓋右側的烤盤釋放鈕，即可用同樣方式將上蓋烤盤卸除下來。



注意：請在機器完全冷卻後再拆卸烤盤，為避免燙傷，建議穿著隔熱手套來卸除烤盤。

## 安裝滴油槽 / TO POSITION DRIP TRAY :

在本燒烤 / 煎烤器底座的右側有一個可以安裝滴油槽的安裝口。請依照標示在滴油槽上的安裝指示將滴油槽插入此安裝口。烹煮食物所產生的油脂會從烤盤上的滴油孔流入滴油槽內。請在使用完本燒烤 / 煎烤器後妥善處理這些殘餘油脂。可將滴油槽擺入洗碗槽清洗。



## 操作說明：

當本燒烤 / 煎烤器已經穩當的放置在一個平整的檯面上，且所需要的烤盤面和滴油槽均已正確安裝完成後，表示您已經準備好要開始烹飪美食了。首先，請將電源線插頭插入電源插座內。接著按下“開關”按鈕將本燒烤 / 煎烤器的電源打開。LCD 顯示幕上的開機畫面（顯示幕所有內容均顯現出來，包含綠色的“燒烤(Grill)”及“煎烤(Griddle)”功能顯示，綠色的功能顯示在 2 秒鐘後轉換成紅色）會顯示數秒鐘後轉至烹飪功能選擇介面。

## 烹飪功能選擇 / SELECT COOKING FUNCTION :

當看到紅色“燒烤”字樣在 LCD 顯示幕上端閃爍時，表示您必須選擇並確認想使用的烹飪功能。請左右旋轉位於操作面板上的“調整及確認旋鈕”來選取您想要的功能：

“燒烤”或“煎烤”。按壓旋鈕來確認您想使用的功能。被選取的烹飪功能會呈現長亮並不再閃爍。



## 溫度設定 / SET TEMPERATURE :

如需選取想要的溫度，請在確認烹飪功能後，將操作面板上的“調整及確認旋鈕”向左旋轉（降低溫度設定），或是向右旋轉（提高溫度設定）。按壓旋鈕來確認您想烹飪食物的溫度。設定好的溫度數字會呈現長亮並不再閃爍。與此同時，所選取的相對應功能字樣“燒烤”或“煎烤”依然維持“紅色”，但不再閃爍。

本燒烤 / 煎烤器的兩種烹飪功能均有預設溫度。“燒烤”的預設溫度為 210°C。

“煎烤”的預設溫度為 180°C。當確認好溫度後，本燒烤 / 煎烤器會開始進行預熱，“預熱”字樣以及預熱百分比進度條會顯示在 LCD 螢幕上。請注意，預熱百分比進度條總共有五條，會在您所選取的溫度設定下，以 20% 為一單位，依次遞升。當所有溫度顯示條都顯現時，表示預熱進度已經超過八成以上。過一會聽到煎烤器發出一聲“嗶”的提示音，就表示預熱完成，同時“預熱”及百分比進度顯示條會從 LCD 螢幕上消失。

注意：當剛烹飪完一輪佳餚，並想用較低的溫度設定來重新進行烹飪，請參照上述說明來進行新的溫度設定。設定完成後，螢幕右方的預熱百分比進度條會由下往上輪流閃爍來表示本燒烤 / 煎烤器正在進行降溫的動作



預熱中



預熱即將完畢



預熱完成準備設定計時器

## 燒炙功能 / SEAR FUNCTION :

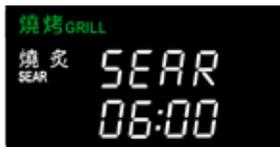
本燒烤 / 煎烤器在燒烤模式的預熱溫度選項提供一個特別的烹飪功能 - 燒炙。此功能是本燒烤 / 煎烤器的燒烤溫度提高到比預設的 210°C 還高，並持續燒烤食物 2 分鐘。主要目的是燒炙食物的表面，以封住並保留食物的鮮味。當機器預熱完成，且計時器也設定好後，按壓一下確認旋鈕，則英文的“SEAR”會取代原本的溫度選擇數字，出現在 LCD 螢幕上。同時計時器開始倒數，超過兩分鐘後，“SEAR”會消失。此時溫度顯示區塊會出現 210°C，表示本燒烤 / 煎烤器的烤盤加熱溫度會自動調降至原本的最高溫度預設值，並繼續烹飪至倒數計時結束為止。



預熱中



預熱完畢設定計時器



計時器設定完畢烹煮中



計時器倒數超過兩分鐘後，“SEAR”會消失，溫度會出現 210 度

## 上烤盤 "加熱關閉" 及 "保溫" 設定設定 / KEEP WARM SETTINGS :

本燒烤 / 煎烤器的上蓋烤盤具有“加熱功能關閉”及“保溫”的功能。

如欲關閉上蓋烤盤加熱功能，僅需將本燒烤 / 煎烤器的上蓋擺放在“開啟模式”或“開啟模式”，並在機器開始預熱或是進行烹飪期間，直接按壓一下上烤盤溫度控制按鈕來關閉上烤盤加熱功能。上烤盤電熱管關閉時，按鈕外圈的 LED 指示燈會完全熄滅。

如欲使用保溫功能，請在機器預熱，或是進行烹飪期間連續按壓上烤盤溫度控制按鈕超過三秒鐘，則按鍵外圈的 LED 功能指示燈會減弱 50%，此時上烤盤會從目前的烹飪設定溫度自動調降，並維持 70°C 到 80°C 左右，直到您再次按下上烤盤



開啟上烤盤

溫控開關按鈕將其關閉。如需開啟，僅需再次按壓一下按鈕，就可將上烤盤電熱管打開加熱。



關閉上烤盤



按壓上烤盤按鈕鍵超過三秒鐘，開啟上烤盤保溫功能

## 計時器設定 / SET TIMER :

當本燒烤 / 煎烤器預熱完成後，共四位數 00:00 的計時器會開始在 LCD 螢幕上閃爍，來提示使用者進行烹飪時間的設定。



預熱完成準備設定計時器

## 倒數計時 / Countdown Timer :

如需選取要倒數計時的時間設定，僅需旋轉操作面板右方的確認旋鈕即可。向左旋轉表示時間遞減，向右旋轉表示時間增加，按壓一下來做確認。



"-" 時間遞減 "+" 時間增加

注意：計時器的時間設定間隔以每 30 秒為一個單位（最長設定時間為 59:30）。每次將旋鈕向右或向左旋轉一下，即會增加或遞減 30 秒鐘。

如將旋鈕向右或向左旋轉並持續超過 3 秒鐘，則計時器會開始以 1 分鐘為一個單位快速增加或遞減來進行烹飪時間的設定。

選取想要的烹飪時間後，將食物放上本燒烤 / 煎烤器的烤盤並按壓一下旋鈕來開始計時。此時 LCD 顯示幕中所被選取的烹飪功能會從“綠色”轉變為“橘色”，提醒使用者食物烹飪已經開始。當煎烤器倒數計時完畢（計時器顯示 00:00），"橘色"字樣會再度轉變回"綠色"



最長設定時間為 59:30



預熱完未在 1 分鐘設定溫度計時器會顯示 ----，



正計時中，每 10 秒機器會發出三聲“嗶”的提示音

並發出三聲“嗶”響的提示音。同時計時器會開始正計時 - 讓使用者了解當設定的烹飪時間歸零後，又額外花了多少時間進行烹飪，也能為下次的時間設定做參考。正計時期間，本燒烤器會持續在每 10 秒的間隔發出三聲“嗶”的提示音。按壓確認旋鈕即可停止機器繼續發出提示音。當煎烤器完成預熱後未在 1 分鐘內選取所需的烹飪時間，計時器的數字會顯示成 --:--。如有需要，在烹飪過程中均可按壓並旋轉旋鈕來進行時間調整。

### 正計時 / Count-Up Timer :

當本燒烤 / 煎烤器預熱完成後，共四位數 00:00 的計時器會開始在 LCD 螢幕上閃爍。直接將食物放上煎烤器的烤盤並按壓一下確認旋鈕來開始計時。計時器會從 00:00 開始做正計時的動作。如果時間計算走至 59:59，則煎烤器會在發出三聲“嗶”的提示音後自動關機。

### 改變設定 / CHANGING SETTINGS :

如果想要在烹飪過程中對本煎烤器進行設定變更（烹飪、溫度、計時等功能），只要持續按壓確認旋鈕，則操作選單內容會依照計時器、溫度、功能的順序持續不斷變換。當想要更改的功能設定開始閃爍時，將確認旋鈕放開即可。設定好所需要的功能後，位於 LCD 螢幕上下一順位的功能設定就會開始閃爍。



### 提示與小訣竅 / TIPS & HINTS :

- \* 依據所設定的溫度高低不同，本煎烤器的預熱時間最長可達約 10 分鐘左右，請耐心等待。
- \* 關於烹飪食材的溫度與時間設定，可參照食譜內所附的烹飪指南及溫度建議（28 頁至 29 頁）。
- \* 當使用本燒烤 / 煎烤器進行烹飪時，由於機器外殼會變得非常燙，請盡量避免碰觸機器。因為本燒烤 / 煎烤器上蓋兩側的手把均是鋁壓鑄製成，在機器運作過程中會變得非常燙，如欲開啟上蓋，請緊握前方把手避免燙傷。在烹飪期間或是剛進行完烹飪的時候，絕對不要去觸碰兩側手柄。
- \* 本煎烤器上方護蓋是由不銹鋼製成，機器運作過程中會變得很燙在烹飪期間或是剛進行完烹飪的時候，絕對不要去觸碰上蓋。如需調整上蓋角度，請配戴隔熱手套以防燙傷，請注意不銹鋼上蓋的高溫警示標誌。



- \* 本煎烤器底座是塑料材質，當機器運作過程中會變得溫熱。如需在烹飪過程中移動本燒烤 / 煎烤器，請配戴隔熱手套，並抱住機器底部來進行搬運。絕對不要觸碰不銹鋼上蓋。
- \* 如需搬動本燒烤 / 煎烤器，請在烹飪後讓機器冷卻 30 分鐘以上，再搬動本煎烤器。
- \* 當第一次使用本燒烤 / 煎烤器，在加熱時可能會聞到些許刺鼻氣味，或有些微白煙自上下烤盤中間飄出。對於使用了不沾塗層的電器產品，此為正常現象，請放心使用。
- \* 本燒烤 / 煎烤器隨附一個塑膠膠刮除/清潔梳。可在烹飪完畢，煎烤器完全冷卻後（至少 30 分鐘），使用本配件將烤盤/煎盤面上所殘留的食物刮除。如將本刮除/清潔梳擺放在高溫的烤盤上過久，會導致塑料材質融化，請絕對避免。
- \* 請絕對不要使用金屬製工具，以免刮傷烤盤上的不沾塗層。
- \* 包含本產品所附的刮除/清潔梳在內的塑膠製工具絕對不可以擺放在加熱中的烤盤上。

### 清潔與維護：

注意：請在確認機器完全冷卻後再進行清潔動作。

請在烹飪完畢後將按下電源開關鍵來關閉本燒烤 / 煎烤器電源，並將電源插頭從牆上的插座拔下。請在機器冷卻 30 分鐘之後再觸摸機器。

請使用刮除 / 清潔梳將煎烤盤上殘留的食物刮除。可手洗此刮除 / 清潔梳。

將滴油槽內的殘油清除。可將此滴油槽放入洗碗槽內用水龍頭沖洗。

拆卸烤盤之前請先確認它已經完全冷卻（至少 30 分鐘），再按下烤盤釋放鈕將烤盤從機器上拆卸下來。可將烤盤擺入洗碗槽中，並用中性洗碗精清洗。不可使用粗糙或帶有金屬的百潔布擦拭烤盤。

如果有烹飪海鮮，使用檸檬汁擦拭烤盤以免海鮮味道沾染至下道菜餚上。可使用柔軟乾淨微濕但擰乾的抹布擦拭煎烤器的外殼底座、上蓋、按鍵以及確認旋鈕。不可使用硬質或帶有金屬的百潔布擦拭本機器。

其它相關維護事項請洽授權 Cuisinart 美膳雅授權維修人員。電話 (02) 8751-3633

### 儲藏：

存放收藏之前一定要確認煎烤器處於冷卻且乾燥的狀態下。可將電源線纏繞在底座後方以便收藏。不使用時，應將滴油槽和兩面式烤盤與煎烤器一同收藏起來。刮除 / 清潔梳可收藏於抽屜或櫥櫃內。

# 食譜

## 藍莓酪奶煎餅 / Blueberry Buttermilk Pancakes

藍莓酪奶煎餅 / Blueberry Buttermilk Pancakes . . .	11
早餐墨西哥三明治 / Breakfast Tortas . . . . .	12
猶太麵包法式吐司 / Challah French Toast . . . . .	12
烤迷你薯餅 / Mini Hash Browns . . . . .	13
烤蜜桃沙拉 / Grilled Peach Salads . . . . .	13
烤蔬菜沙拉 / Grilled Vegetable Salad . . . . .	14
布法羅雞肉墨西哥薄餅 / Buffalo Chicken Quesadillas . . . . .	14
古巴三明治 / Cuban Sandwich . . . . .	15
希臘風烤肉串 / Greek-Style Kebabs . . . . .	15
培根橄欖烤披薩 / Grilled Pizza with Bacon and Olives . . . . .	16
烤雞肉帕尼尼 / Italian Panini with Grilled Chicken . . . . .	16
拉丁美洲烤豬排 / Latin Pork Chops . . . . .	17
鮮蝦法士達 / Shrimp Fajitas . . . . .	17
香烤酪梨起司番茄帕尼尼 / Toasted Avocado, Cheese and Tomato Panini . . .	18
巧克力榛果帕尼尼佐草莓 / Chocolate Hazelnut with Strawberries . . . . .	18
香烤鳳梨 / Grilled Pineapple . . . . .	19

因為酪奶與檸檬的調味，這些煎餅嚐起來鬆軟有勁

烤盤面選擇：煎烤盤

煎烤器操作模式：開啟模式與敞開模式

可提供 12 片 4 吋大小的煎餅

1½	杯低筋麵粉
1½	茶匙泡打粉
½	茶匙蘇打粉
¼	茶匙粗粒鹽
¼	茶匙肉桂粉
1½	杯酪奶
2	顆雞蛋
1	湯匙楓葉糖漿
½	茶匙純香草精
1	杯新鮮藍莓
½	茶匙碎檸檬皮
1	茶匙無鹽奶油

1. 將所有乾式調味料與肉桂粉放入一個大攪拌碗內攪拌均勻備用。
2. 將酪奶、蛋、楓糖漿與香草精攪拌均勻後放入有乾式調味料的大攪拌碗內。攪拌至濃稠度剛好的狀態。最後將藍莓與碎檸檬皮一起拌入佐料中稍微攪拌，則麵糊即製作完成。
3. 將本煎烤器電源打開後，設定預熱溫度為 180° C 並開始預熱。
4. 當機器預熱完畢後，舀約 1/4 杯的麵糊並將其倒上底座烤盤（如果您希望奶香味濃郁一點，可先在煎烤盤上放一塊奶油，待其融化後再倒上麵糊）。設定計時器為正計時。持續烹飪至麵糊凝固並出現氣泡，時間約為 4 到 5 分鐘。將煎餅翻面後再煎至稍微焦香即可，時間大約是 3 分鐘。
5. 將上烤盤設定成 "保溫" 模式，把先煎好的煎餅移到上烤盤保溫直到您用完所有的麵糊。
6. 擺盤後趁熱享用。

每份的營養資訊：

- 卡路里 189 (32% 脂肪) • 碳水化合物 24 克
- 蛋白質 7 克 • 脂肪 7 克 • 飽和脂肪 2 克 • 膽固醇 171 毫克 • 植物酵素 203 毫克 • 鈣 102 毫克 • 纖維 1 克

## 早餐墨西哥三明治 / Breakfast Tortas

如果喜歡用辣味來增加整體口感，可選擇煙燻的西班牙辣香腸

烤盤面選擇：底座煎烤盤、上蓋燒烤盤

煎烤器操作模式：開啟模式與敞開模式，然後閉合模式

可提供 2 份墨西哥三明治

- 1 湯匙蔬菜油
- 4 顆蛋
- 2 份凱薩麵包 (Kaiser Roll)，橫面對切一半
- ½ 顆酪梨
- 60 克西班牙辣香腸，對角切片
- 2 湯匙罐頭裝綠莎莎醬
- 2 片傑克起司 (Monterey Jack Cheese)

1. 將本煎烤器電源打開後，設定預熱溫度為 180° C。
2. 當機器預熱完成後，將 2 湯匙的蔬菜油灑在煎烤器底座烤盤上。將 4 顆蛋分別打在底座烤盤上並開始煎煮，計時器設定成 "正計時"。當計時到約 3 分鐘時（蛋白部分凝固得差不多），將蛋翻面。當時間到後，將其中 2 顆蛋移至切開的凱薩麵包底部上。
3. 煎蛋的同時，將酪梨平均分成 2 份後分別擺放在兩份切開的凱薩麵包上並用湯匙將其壓成泥後鋪平。
4. 煎完蛋後，將西班牙辣香腸擺到底座烤盤上，並蓋上煎烤器上蓋。然後將煎烤器溫度設定到 210° C 開始預熱。當預熱完成後，打開上蓋並將辣香腸片移至煎蛋上方平均鋪好。
5. 將莎莎醬抹在煎蛋及辣香腸片上後再將起司片鋪上。最後將塗有酪梨醬的麵包片蓋上。
6. 在剩餘的蔬菜油塗抹在麵包皮外側後將兩份三明治擺到煎烤器底座烤盤上。將上蓋蓋住並輕壓三明治約 20 秒。持續加熱三明治約 4 分鐘直到起司融化。
7. 將三明治移至餐盤上並呈對角線切半。趁熱享用。

每份的營養資訊：

卡路里 789 (59% 脂肪) • 碳水化合物 42 克  
• 蛋白質 39 克 • 脂肪 52 克 • 飽和脂肪 18 克 • 膽固醇 435 毫克 • 植物酵素 1229 毫克 • 鈣 482 毫克 • 纖維 4 克

## 猶太麵包法式吐司 / Challah French Toast

我們喜歡用猶太麵包 製作法式吐司。它軟硬適中的結構使其比其他種類的麵包更容 吸收蛋汁。也因為如此，成為您早餐無法拒絕的選擇

烤盤面選擇：煎烤盤

煎烤器操作模式：開啟模式與敞開模式

可供 8 人享用

- 8 顆蛋
- 2 杯鮮奶
- 1 湯匙純香草精
- 2 湯匙楓葉糖漿
- 1 茶匙肉桂粉
- 1 茶匙粗粒鹽
- 8 片猶太麵包。每片約 2 公分厚  
適量無鹽奶油或是椰子油  
適量糖粉  
適量新鮮水果

1. 將蛋、鮮奶，香草精、楓葉糖漿、肉桂粉以及鹽放入一個中型攪拌碗內攪拌均勻。將攪拌好的蛋汁倒入一個烤盤（長 33 公分 X 寬 23 公分）。
2. 將切片猶太麵包放入烤盤內並確認雙面均吸取足夠的蛋汁。
3. 在等待麵包吸取蛋汁的同時，將本煎烤器電源打開，選取 "煎烤" 模式後，設定預熱溫度為 180° C 並開始預熱。
4. 當機器完成預熱後，將吸取了蛋汁的切片猶太麵包擺在底座烤盤上並設定計時器為 "正計時"。每面煎約 3 分半 到 4 分鐘。
5. 將上烤盤設定成 "保溫" 模式，把先煎好的法式吐司移到上烤盤保溫直到您煎完所有的麵包。
6. 擺盤後趁熱享用。

每份的營養資訊：

卡路里 195 (32% 脂肪) • 碳水化合物 25 克  
• 蛋白質 7 克 • 脂肪 7 克 • 飽和脂肪 3 克 • 膽固醇 172 毫克 • 植物酵素 208 毫克 • 鈣 116 毫克 • 纖維 1 克

## 烤迷你薯餅 / Mini Hash Browns

將削皮後的馬鈴薯放入鹽水中持續攪拌，然後將水分迅速去除掉以避免氧化

烤盤面選擇：煎烤盤

煎烤器操作模式：開啟模式與敞開模式

可供 8 人享用

- 8 杯水
- 2½ 茶匙粗粒鹽
- 1 1磅馬鈴薯，壓成薯泥後拌入黑胡椒粉
- 4 湯匙蔬菜油

1. 將水與 2 茶匙的鹽放入一個中型攪拌碗內攪拌均勻。
2. 將馬鈴薯切片後放入鹽水中攪拌數次。將鹽水瀝掉後用一條乾淨的廚房毛巾將剩餘水分吸乾。
3. 將馬鈴薯泥放入另一個攪拌碗內並倒入的鹽、胡椒以及蔬菜油。
4. 將本煎烤器電源打開後，選取 "煎烤" 模式，設定預熱溫度為 180° C，開始預熱。
5. 當機器預熱完成後，在烤盤上塗上均勻的蔬菜油。然後用 1 杯裝 1/4 杯的調味薯泥並倒在塗油的煎烤盤上。將計時器設定成 "正計時"。用工具將薯泥壓平後，再塗上適量的蔬菜油。將薯餅煎至金黃微脆的程度，時間約為 6 到 8 分鐘。將薯餅翻面後繼續煎至非常脆的口感，需要額外的 8 分鐘。
6. 將上烤盤設定成 "保溫" 模式，把先煎好的薯餅移到上烤盤保溫直到您煎完所有的薯餅。
7. 擺盤後趁熱享用。

每份的營養資訊：

- 卡路里 89 (51% 脂肪) • 碳水化合物 10 克
- 蛋白質 1 克 • 脂肪 5 克 • 飽和脂肪 1 克 • 膽固醇 0 毫克 • 植物酵素 146 毫克 • 鈣 7 毫克 • 纖維 1 克

## 烤蜜桃沙拉 / Grilled Peach Salads

幾分鐘內就可準備好的夏日輕食午餐

烤盤面選擇：燒烤盤

煎烤器操作模式：閉合模式

可供 2 人享用

- 3 顆去皮蜜桃，各切一半
- 2 杯嫩芝麻葉
- 120 克莫扎瑞拉起司 (mozzarella)
- 60 克風乾火腿
- 1 茶匙紅酒醋
- 1 茶匙初榨橄欖油
- 適量粗粒鹽與研磨胡椒粉

1. 將本煎烤器電源打開，選擇 "燒烤" 模式。設定預熱溫度為 210° C 並開始預熱。
2. 當機器預熱完成後，將蜜桃切片面朝下擺到底座燒烤盤上。將計時器設定為 "正計時"。將本燒烤器上蓋蓋住開始燒烤蜜桃至軟且表面燒烤筋條痕跡明顯，時間約為 8 分鐘。
3. 燒烤蜜桃的同時，將嫩芝麻葉及莫扎瑞拉起司 (mozzarella) 放入一個大型攪拌碗內並淋上橄欖油、鹽巴及胡椒粉並稍為攪拌一下後將其移至一個大餐盤上。將擺了風乾火腿的燒烤蜜桃擺到佐料上並淋上紅酒醋及橄欖油。
4. 敬請享用。

每份的營養資訊：

- 卡路里 389 (52% 脂肪) • 碳水化合物 24 克
- 蛋白質 22 克 • 脂肪 22 克 • 飽和脂肪 8 克 • 膽固醇 435 毫克 • 植物酵素 861 毫克 • 鈣 158 毫克 • 纖維 4 克

## 烤蔬菜沙拉 / Grilled Vegetable Salad

## 布法羅雞肉墨西哥薄餅 / Buffalo Chicken Quesadillas

製作烤蔬菜沙拉是展現您廚藝的好機會，親朋好友聚餐的好話題

一旦嚐上一口這墨西哥薄餅，您的嘴巴就停不下來。這類薄餅適合多人聚餐時享用，也可在切片後置入烤箱或擺放在本煎烤器上盤保溫

烤盤面選擇：燒烤盤

煎烤器操作模式：開啟模式與敞開模式

可供 8 人享用

- 1 顆中型紅甜椒 (約 150 克)，切成寬度為 2.5 到 3 公分寬的長條
- 1 顆中型黃甜椒 (約 150 克)，切成寬度為 2.5 到 3 公分寬的長條
- 1 支中型節瓜 (約 170 克)，切片，每片約 0.5 公分厚
- 1 支小型茄子 (約 280 克)，切片，每片約 0.5 公分厚
- 1 顆中型紅洋蔥 (約 280 克)，切片並保留根部
- 1 把蘆筍 (約 220 克)，去掉堅硬的根部
- 1 湯匙新鮮檸檬汁
- ¼ 杯橄欖油
- 60 到 80 克壓碎的瑞可達起司 (Ricotta Salata)
- ½ 杯去核的希臘卡拉馬塔橄欖 (Kalamata Olives)。稍微切碎
- ½ 杯新鮮羅勒葉

1. 將本煎烤器電源打開後選擇 "燒烤" 模式。設定預熱溫度為 210° C 後開始預熱。
2. 預熱完成後分批將不同種類蔬菜放置到燒烤盤上用閉合模式燒烤，直到燒烤痕跡清晰可見，且蔬菜呈現軟嫩的狀態即可。可將計時器設定成倒數計時模式來烹飪，甜椒約需 8 分鐘、節瓜約需 5 分鐘、茄子約需 6 到 8 分鐘、洋蔥約需 5 分鐘、蘆筍約需 3 到 4 分鐘。將所有燒烤完的蔬菜擺盤後灑上檸檬汁、橄欖油、起司、橄欖以及羅勒葉。
3. 趁熱享用。

每份的營養資訊：

- 卡路里 147 ( 65% 脂肪) • 碳水化合物 11 克
- 蛋白質 3 克 • 脂肪 11 克 • 飽和脂肪 2 克 • 膽固醇 6 毫克
- 植物酵素 312 毫克 • 鈣 60 毫克 • 纖維 3 克

烤盤面選擇：煎烤盤

煎烤器操作模式：閉合模式

可供 6 人享用

- 900 克去皮無骨雞腿肉
- 2 杯水牛城辣醬 (Buffalo Sauce)
- 4 杯切絲墨西哥起司
- 12 湯匙奶油乳酪 (Cream Cheese)
- 1½ 湯匙蔬菜油
- 12 墨西哥玉米餅
- 適量藍紋乳酪 (Blue Cheese) 醬

1. 將本煎烤器電源打開，選取 "煎烤" 模式。設定溫度為 210° C 並開始預熱。
2. 當機器預熱完成後，將計時器設定為 8 分鐘倒數。將雞腿肉擺在煎烤器上並將上蓋蓋住壓烤食材。按壓旋鈕開始倒數計時，如計時完畢覺得雞腿肉沒有熟透，可參考 LCD 螢幕上計時器的正計時知道需要額外增加多少時間，以做下次料理的參考。將煎好的雞腿肉擺到一旁使其降溫。當不燙手時，將雞肉切片並淋上 1 杯量的布法羅醬後備用。
3. 煎烤雞肉的同時，將奶油乳酪與剩下的辣醬攪拌均勻後，均勻塗在玉米餅上，注意在距離玉米餅邊緣約 2 公分的地方不要塗到醬料。將 1/3 杯的起司絲灑在玉米餅上後擺上一大匙的雞肉並均勻鋪在玉米餅上。然後再撒上 1/3 杯的起司絲。用同樣方法製作另一片墨西哥薄餅。
4. 煎完雞肉後，將煎烤器的溫度設定調降到 195° C。
5. 當機器溫度調降完成後，將擺滿佐料的墨西哥薄餅擺到煎烤器上後將上蓋蓋住壓烤薄餅，稍微烤到微酥。

每份的營養資訊：

- 卡路里 821 ( 54% 脂肪) • 碳水化合物 41 克
- 蛋白質 53 克 • 脂肪 48 克 • 飽和脂肪 25 克 • 膽固醇 224 毫克
- 植物酵素 3414 毫克 • 鈣 656 毫克 • 纖維 2 克

## 古巴三明治 / Cuban Sandwich

搭配了火腿與起司的古巴三明治是個經典菜餚。如果您喜歡的話，也可加入拉丁美洲烤豬排 嘗試新組合

烤盤面選擇：燒烤盤

煎烤器操作模式：閉合模式

可製作兩大份三明治，並供 6 人享用

2	份古巴或葡萄牙麵包, 約 25 公分長
1½	第戎 (Dijon) 芥末醬
120 到 170	克切片瑞士起司
120 到 170	克切片烤豬肉
120 到 170	克切片火腿
120	克醃黃瓜。以垂直方向為準切薄片
1	茶匙的橄欖油

1. 將所選取的麵包切片（水平方向）擺在桌面上備用。將芥末醬平均塗抹在每片麵包上面。依序將烤豬肉片，火腿片，醃黃瓜片鋪在麵包上。最後將起司擺在所有配料最上方後，夾起麵包。在麵包外面塗上橄欖油。
2. 將本煎烤器電源打開後選擇 "燒烤" 模式。將溫度設定為 195°C，開始預熱。
3. 當機器預熱完成後，將夾好餡料的三明治擺到底座煎烤盤上，放下上蓋 輕壓三明治後將計時器設定成正計時。輕壓三明治約 1 分鐘後放鬆，持續燒烤三明治約 6 分鐘直到目視可看到麵包皮有些許乾裂且起司融化流出即可。
4. 將三明治取出並切片擺盤。趁熱享用。

每份的營養資訊：

卡路里 215 (45% 脂肪) • 碳水化合物 13 克  
• 蛋白質 16 克 • 脂肪 10 克 • 飽和脂肪 5 克 • 膽固醇 38 毫克 • 植物酵素 700 毫克 • 鈣 191 毫克 • 纖維 0 克

## 希臘風烤肉串 / Greek-Style Kebabs

雞肉與魚肉也可加入這道烤肉料理食譜之內。注意時間的調整來確定肉串上的食物已經完全烤熟即可

烤盤面選擇：燒烤盤

煎烤器操作模式：開啟模式與敞開模式

可供 10 人享用

約900	克的豬肩肉
2	湯匙新鮮檸檬汁
1	茶匙粗粒鹽
1	茶匙乾燥牛至
½	茶匙胡椒
1	顆小紅洋蔥。切片, 約一吋厚
2	杯聖女蕃茄/小蕃茄
	適量口袋餅 (Pita Bread)
10	烤肉用木籤

1. 將豬肉切片，每片約 2.5 公分厚，並用橄欖油，檸檬汁，鹽，牛至及胡椒醃製。將一片醃製豬肉插上木籤後再插上洋蔥。然後再插上一片豬肉及一顆蕃茄，最後再插上一片豬肉。重複同樣動作來將其他肉串製作完成。
2. 將本煎烤器電源打開後選擇 "燒烤" 模式。將溫度設定為 210°C 後開始預熱。
3. 當機器預熱完成後，依序將烤肉串放上煎烤器，並設定計時器為正計時。燒烤肉串時，請隨時選轉肉串直至每一面都烤到深褐色為止，烹飪時間約為 25 到 30 分鐘。依據您的烹飪習慣，在烤肉完成前的 5 分鐘，您甚至可以調整機器上蓋到閉合模式來加強燒烤效果。
4. 擺盤，趁熱享用。

每份的營養資訊：

卡路里 272 (73% 脂肪) • 碳水化合物 2 克  
• 蛋白質 16 克 • 脂肪 22 克 • 飽和脂肪 6 克 • 膽固醇 64 毫克 • 植物酵素 274 毫克 • 鈣 19 毫克 • 纖維 1 克

## 培根橄欖烤披薩 / Grilled Pizza with Bacon and Olives

請參照我們的調理建議來燒烤披薩，並加上任何您喜愛的配料

烤盤面選擇：煎烤盤

煎烤器操作模式：開啟、敞開以及閉合模式

可供 4 到 6 人享用

- 6 片培根
- 350 克新鮮披薩麵團
- 1/3 杯披薩醬
- 2 湯匙切片黑橄欖
- 2 茶匙橄欖油

1. 將培根擺到本產品底座煎盤上。將機器電源打開後選擇 "煎烤" 模式。設定溫度為 210° C 後開始加熱。當培根煎至焦黃香脆時，將其移至餐盤備用。
2. 將披薩麵團塑型成可配合本機器煎烤盤大小的長方形後放上煎烤盤。將機器調整成閉合模式，設定計時器為正計時，煎烤麵團直至表面呈現金黃色，煎煮時間約為 4 分鐘。打開上蓋後，將麵團翻面。調降溫度到 195° C。
3. 將所需配料如搗碎的培根、黑橄欖及披薩醬平均鋪到披薩餅皮上。在餅皮邊緣塗上橄欖油。
4. 重設計時器為正計時，並在敞開模式下煎烤披薩約 6 到 8 分鐘。請注意餅皮一定要烤透。
5. 擺盤上桌，趁熱享用。

每份的營養資訊：

- 卡路里 211 (39% 脂肪) • 碳水化合物 25 克
- 蛋白質 8 克 • 脂肪 9 克 • 飽和脂肪 2 克 • 膽固醇 15 毫克 • 植物酵素 571 毫克 • 鈣 0 毫克 • 纖維 1 克

## 烤雞肉帕尼尼 / Italian Panini with Grilled Chicken

您在尋找一個可以快速烹飪，且全方位的食譜嗎？這道帕尼尼裡的烤雞肉就是您在尋找的選擇

烤盤面選擇：燒烤盤

煎烤器操作模式：閉合模式

可供 4 人份的帕尼尼

- 3 塊 (約 700 克) 去皮無骨雞胸肉
- 1/4 杯及 2 茶匙的橄欖油
- 1 1/2 茶匙的義大利調味料
- 1 茶匙粗粒鹽
- 4 份 Ciabatta 麵包，每份對切成同樣長度
- 4 片切片烤紅椒
- 1 杯芝麻葉
- 200 克莫扎瑞拉起司 (Mozzarella)，切薄片

1. 將本煎烤器電源打開後選擇 "燒烤" 模式，並設定溫度為 210° C 後開始預熱。機器預熱的同時，請將雞胸肉用橄欖油、義大利調味料醃漬調味。
2. 當機器預熱完成後，將雞肉擺到底座燒烤盤上。設定計時器為正計時。調整機器為閉合模式後燒烤雞肉至熟透，且燒烤痕跡清晰可見，時間約為 6 分鐘。將麵包從橫向中間切開後，把燒烤好的雞肉平均分配到四份麵包中。
3. 在每份帕尼尼的雞肉上擺放切片烤紅椒及適量芝麻葉。將適量橄欖油及鹽巴灑在芝麻葉上。最後將起司鋪上。將麵包蓋住後，在兩側麵包皮上塗上適量橄欖油。
4. 將帕尼尼移到烤盤上並將計時器設定成正計時。將上蓋調整成雙面燒烤模式並握住手柄輕壓帕尼尼約 1 分鐘。放鬆後繼續燒烤約 5 分鐘直到麵包表皮看似酥脆且起司融化流出即可。
5. 將每份帕尼尼對切後擺盤，趁熱享用。

每份的營養資訊：

- 卡路里 234 (47% 脂肪) • 碳水化合物 37 克
- 蛋白質 57 克 • 脂肪 37 克 • 飽和脂肪 10 克 • 膽固醇 142 毫克 • 植物酵素 1273 毫克 • 鈣 234 毫克 • 纖維 1 克

## 拉丁美洲烤豬排 / Latin Pork Chops

熱鬧的週末夜晚就該搭配這道拉丁風味的烤豬排肉。切片後的豬排肉也可以變成古巴三明治的配餡新選擇

烤盤面選擇：燒烤盤

煎烤器操作模式：閉合模式

可供 4 人享用

- 1 顆洋蔥, 切片
- 4 瓣大蒜, 切片
- ½ 杯柳橙汁
- 2 湯匙萊姆汁
- ½ 杯切碎香菜
- 4 片約 2.5 公分厚的無骨豬肉排
- ½ 茶匙粗粒鹽
- ¼ 茶匙新鮮研磨黑胡椒

1. 將洋蔥、大蒜、香菜碎及柳橙汁放在一個中型攪拌碗內並攪拌均勻。將豬肉排擺入碗內並確認有被醬汁覆蓋過。將碗蓋住後放入冰箱冷藏約 3 小時。
2. 準備燒烤時，將豬肉排至冰箱取出後稍微瀝乾，在肉排的雙面平均抹上鹽及胡椒粉。
3. 將本煎烤器電源打開後選擇 "燒烤" 模式。設定溫度為 "燒炙" 後開始預熱機器。
4. 當機器預熱完成後，將計時器設定為 "5" 分鐘倒數計時。將豬肉排擺到底座烤盤上，調整上蓋為雙面燒烤模式後開始燒烤。如果倒數計時結束後不滿意豬排肉的熟度，可以利用計時器上的正計時顯示來決定需要多少額外的烹飪時間，並作為下次燒烤的參考。
5. 將燒烤完成的豬肉排擺盤，趁熱享用。

每份的營養資訊：

卡路里 278 (40% 脂肪) • 碳水化合物 3 克  
• 蛋白質 37 克 • 脂肪 12 克 • 飽和脂肪 4 克 • 膽固醇 114 毫克 • 植物固醇 350 毫克 • 鈣 24 毫克 • 纖維 0 克

## 鮮蝦法士達 / Shrimp Fajitas

這是一道適合親友宴會的料理，每位賓客都會被這道菜吸引到餐桌來

烤盤面選擇：底座使用燒烤盤、上蓋使用煎烤盤

煎烤器操作模式：開啟模式與敞開模式

可供 8 人享用 (每份法士達可配 3 隻鮮蝦)

- 1 磅冷凍大蝦。解凍後去殼
- 3 湯匙橄欖油
- 1 瓣大顆大蒜, 切碎
- ¾ 茶匙辣椒粉
- 1 搓孜然粉
- 2 顆小甜椒 (任一顏色均可), 切成約 2 公分寬的長條
- ½ 茶匙粗粒鹽
- 1 搓胡椒
- 1 搓大蒜粉
- 1 湯匙香菜碎
- 1 湯匙萊姆汁
- 4 支烤肉用木籤
- 適量小片墨西哥玉米餅、擺盤上菜用
- 適量酪梨醬、擺盤上菜用
- 適量莎莎醬、擺盤上菜用
- 適量酸奶油、擺盤上菜用

1. 用廚房紙巾將去皮蝦仁的水分完全吸乾。將蝦仁擺入一個小型攪拌碗內並拌入 2 湯匙橄欖油、大蒜末、辣椒粉及孜然粉。攪拌均勻後置入冰箱冷藏約 20 分鐘。
2. 將洋蔥、甜椒、剩下的橄欖油、胡椒粉以及大蒜粉攪拌均勻後備用。
3. 將本煎烤器電源打開後選擇 "煎烤" 模式。將溫度設定為 210° C 後開始預熱。
4. 當機器預熱完成後，設定計時器為 15 分鐘倒數計時後，將甜椒與洋蔥擺放到煎烤盤上開始調理，適時用翻炒一下直到甜椒與洋蔥呈現些微金黃色且看上去有融化的感覺即可。
5. 當料理完蔬菜後，可將機器調整成敞開模式，並設定上蓋煎烤盤為成 "保溫" 模式。將蔬菜移至上烤盤保溫，並開始用下烤盤來烹飪蝦仁。
6. 將蝦仁自冰箱取出後，加入萊姆汁與剩餘的鹽巴後稍微攪拌一下。如果喜歡將蝦仁串在木籤上，可以每 3 隻蝦仁串在一支木籤上來製作。將計時器設定成正計時後，煎烤蝦仁串其中一面約 5 分鐘，然後翻轉至另一面繼續煎烤約 3 分鐘直至蝦仁熟透。
7. 將煮好的蝦仁或蝦仁串移至餐盤上擺盤。可將三隻熟蝦仁擺置一片玉米餅上，再淋上適量來

姆汁與胡椒，搭配一湯匙量的蔬菜、適量酸奶油、適量莎莎醬、適量酪梨醬後就完成了法式燻。

## 8. 趁熱享用。

每份的營養資訊：

卡路里 196 (40% 脂肪) • 碳水化合物 16 克  
• 蛋白質 13 克 • 脂肪 9 克 • 飽和脂肪 1 克 • 膽固醇  
85 毫克 • 植物固醇 418 毫克 • 鈣 76 毫克 • 纖維 1 克

## 香烤酪梨起司番茄帕尼尼 / Toasted Avocado, Cheese and Tomato Panini

擁有豐富味道的簡單食材組合

烤盤面選擇：燒烤盤

煎烤器操作模式：閉合模式

可製作 2 份帕尼尼

2 份**巧巴達**或者是**法國麵包**  
½ 顆**酪梨**  
½ 及 ¼ 茶匙**粗粒鹽**、**分開擺放**  
⅛ 茶匙**研磨黑胡椒**  
1 顆**蕃茄**、**切成薄片**  
90 克 **Havarti 起司** (約 4 薄片份量)  
¼ 茶匙**初榨橄欖油**

1. 將所選的麵包從中間切開並鋪平後，將一半量的酪梨鋪在其中一面的麵包上後撒上 1/2 茶匙的鹽與黑胡椒。將蕃茄切片平均鋪在酪梨上面後，撒上剩下的鹽與黑胡椒。
2. 將起司片平均鋪在切片麵包的兩面上，並刷上適量的橄欖油。
3. 將本燒烤器上下兩面裝上燒烤盤後，開啟本機電源並選擇 "燒烤" 模式。溫度設定為 195° C。
4. 當本機預熱完成後，將帕尼尼三明治擺在燒烤器底盤中央。將上蓋蓋住成 "閉合" 模式後，將計時器設定成 "正計時"。
5. 一直燒烤帕尼尼到表皮酥脆且起司呈現融化的現象。時間約為 7 分鐘。

每份的營養資訊：

卡路里 172 (55% 脂肪) • 碳水化合物 12 克  
• 蛋白質 8 克 • 脂肪 11 克 • 飽和脂肪 5 克 • 膽固醇  
19 毫克 • 植物固醇 361 毫克 • 鈣 174 毫克 • 纖維 2 克

## 巧克力榛果帕尼尼佐草莓 / Chocolate Hazelnut with Strawberries

誰說帕尼尼一定要做鹹的？現在我們就選了兩個我們喜歡的味道 - 巧克力榛果與草莓，將它們搭配在一起來創造出這甜美的滋味

烤盤面選擇：燒烤盤

煎烤器操作模式：閉合模式

可製作 2 份帕尼尼

2 份 **brioche rolls** 或**可頌麵包**  
適量**初榨橄欖油**或**奶油**  
¼ 杯**灑了粗粒鹽的巧克力榛果**  
2 到 3 顆 **大顆草莓**、**去蒂並切片** (您需要足夠的  
量來鋪滿切片麵包)

1. 將本煎烤器電源打開。選擇 "燒烤" 模式並設定溫度為 210° C。開始預熱。
2. 等待機器預熱的時候，開始帕尼尼的準備工作。將所選的麵包由上往下，從中間切開。在麵包的外皮部分塗上適量的橄欖油或奶油。將巧克力榛果平均擺放在麵包切開的地方並撒上些許鹽巴。接著平均鋪上草莓切片。
3. 將切開的麵包關上。
4. 當機器預熱完成後，將帕尼尼放在下烤盤正中央。將計時器設定成 "正計時"。將上蓋輕壓在麵包上約 20 秒後放鬆上蓋並持續燒烤 3 分鐘，或是看到麵包上有明顯燒烤痕跡即可。
5. 將帕尼尼至燒烤器上移除並冷卻約一分鐘。將每份帕尼尼切半，並趁熱享用。

每份的營養資訊：

卡路里 230 (50% 脂肪) • 碳水化合物 25 克  
• 蛋白質 4 克 • 脂肪 13 克 • 飽和脂肪 5 克 • 膽固醇  
19 毫克 • 植物固醇 142 毫克 • 鈣 33 毫克 • 纖維 2 克

---

## 香烤鳳梨 / Grilled Pineapple

燒烤的高溫焦香化了鳳梨，讓它變得特別香甜。搭配香草冰淇淋簡直是完美的選擇

烤盤面選擇：燒烤盤

煎烤器操作模式：閉合模式

可供 8 人享用

1 顆削皮並去心的新鮮鳳梨、切成 8 片  
5 到 8 茶匙砂糖  
¼ 茶匙肉桂粉

1. 將本燒烤器電源打開，選擇 "燒烤" 模式，並將溫度設在 195° C。
2. 將砂糖與肉桂粉攪拌均勻後灑在切片鳳梨上。雙面都要灑到。
3. 當機器預熱完畢後，將一半的切片鳳梨擺在燒烤器上後，將計時器設定成 "正計時"。蓋住上蓋後，進行約 8 分鐘的燒烤，則鳳梨片會呈現稍微軟嫩，且目視可看得到燒烤筋條痕跡。重複以上步驟來料理剩下的鳳梨切片。
4. 擺盤上桌。

每份的營養資訊：

卡路里 189 (32% 脂肪) • 碳水化合物 24 克  
• 蛋白質 7 克 • 脂肪 7 克 • 飽和脂肪 2 克 • 膽固醇  
171 毫克 • 植物醇素 203 毫克 • 鈣 102 毫克 • 纖維 1  
克

## 使用指南和食物溫度建議參考表

以下所建議的燒烤時間，是以本煎烤器在裝設燒烤面烤盤並在密合模式下所得出。時間是建議值，應依食材溫度而變化。燒烤盤可烤去骨家禽肉類和海鮮，燒烤盤與食物接觸，若沒有整個密合將會有蒸汽產生的現象，烹飪前請依照說明預熱煎烤器。

可料理醃製食材，但建議在機器加熱前先將排油裝置安裝好。溫度計或探針式溫度計可用於檢查燒烤食物的內部的溫度。

食材	準備模式	建議燒烤溫度及時間
培根	不建議在密合模式下燒烤。請在敞開模式下，於燒烤或煎煮盤上料理。	將機器預熱至 210° C。在開啟或敞開模式下燒烤約 20 到 25 分鐘。
牛肉，去骨牛排，2 至 3 公分厚度	建議牛肉厚度最高 5 公分。燒烤前可將牛肉先醃製，烤之前再將湯汁排掉。	<p>使用閉合/雙面燒烤模式。選擇燒炙 "SEAR/230° C"。將牛排擺放到預熱完成的燒烤盤，並蓋住上蓋。燒炙 2 分鐘後，本煎烤器會自動降溫至 210° C。燒烤時間介於 2 到 10 分鐘。這通常取決於您的飲食習慣以及您所選得牛排肉厚度。將燒烤好的牛排擺放約 2 分鐘後上桌享用。</p> <p>當在開啟或敞開模式下燒烤牛排肉，請將機器預熱溫度設定在 210° C，依據您的飲食習慣及所選的肉排厚度，每面可燒烤約 4 到 6 分鐘。將燒烤好的牛排擺放約 2 分鐘後上桌享用。</p> <p>3 分熟：80° C 至 95° C                      5 分熟：120° C 至 135° C                      7 分熟：165° C 至 180° C                      全熟：210° C</p>
無骨雞胸肉	建議雞肉厚度最高 3 公分	將機器預熱至 210° C。在閉合模式下燒烤約 7 到 9 分鐘（當雞肉熟透時，所流出的肉汁應是透明不帶粉紅色）
雞腿肉	將肉均勻攤開，去除所有看得見的脂肪。	將機器預熱至 210° C。在閉合模式下燒烤約 8 到 10 分鐘（當雞肉熟透時，所流出的肉汁應是透明不帶粉紅色）
魚片肉	3 至 5 公分均勻的厚度	將機器預熱至 210° C。在閉合模式下燒烤約 10 到 18 分鐘。在敞開模式下每面約需燒烤 6 到 10 分鐘
魚排肉	建議魚排厚度最高不超過 5 公分	將機器預熱至 210° C。可在開啟、敞開或閉合模式下燒烤約 10 到 15 分鐘。當在敞開模式下每面約需燒烤 5 到 10 分鐘
漢堡肉	將肉捏合成漢堡肉排形狀和厚度。	選擇燒炙 "SEAR/230° C"。將機器預熱至 230° C。根據肉排的厚度，可在閉合模式下燒烤漢堡肉約 4 到 6 分鐘。在開啟或敞開模式下每面須燒烤約 5 到 6 分鐘。
熱狗或香腸	使用尖刀將香腸稍微戳洞	將機器預熱至 210° C。燒烤盤上的燒烤筋條可輕易固定住熱狗/香腸，使其不會滾動。依據熱狗/香腸的厚度，可在閉合模式下燒烤約 10 到 15 分鐘。

帕尼尼	麵包皮上塗上適量橄欖油	將機器預熱至 210° C。將準備好的帕尼尼三明治擺放到機器上並蓋住上蓋。依據三明治厚度，燒烤約 4 到 6 分鐘。
墨西哥薄餅	根據你喜愛的食譜，準備料理墨西哥薄餅	將機器預熱至 210° C。將準備好的墨西哥薄餅擺放到機器上並蓋住上蓋。依據薄餅厚度及所加入的內餡多寡，燒烤約 2 到 3 分鐘。
蛋	烤盤上最多擺放 4 顆蛋	將機器預熱至 180° C。將蛋打在預熱好的煎烤盤上。當蛋白凝固的差不多時，將蛋翻面。時間約為 3 分鐘到 3 分半。
法國吐司	準備喜愛的法國吐司	將機器預熱至 180° C。在開啟或敞開模式下煎煮其中一面約 3 到 5 分鐘，翻面後再煎烤約 2 到 3 分鐘。
蔬菜	均勻切割或醃製 (如在閉合模式，建議蔬菜厚度要一樣，避免受熱溫度不同。)	將機器預熱至 210° C。任一操作模式均可。烹飪蔬菜至軟嫩為主。依據蔬菜的種類不同，烹飪時間可至 10 到 30 分鐘。
豬肉排	1.5 至 3 公分均勻的厚度	將機器預熱至 210° C。在閉合模式下燒烤約 10 分鐘。在開啟或敞開模式下，每面需燒烤約 5 到 6 分鐘。

設備名稱 : 液晶多功能燒烤 / 煎烤器  
Equipment name :

型號 (型式) : GR-5NTW  
Type designation (Type) :

單元 Unit	限用物質及其化學符號 Restricted substances and its chemical symbols					
	鉛 Lead (Pb)	汞 Mercury (Hg)	鎘 Cadmium (Cd)	六價鉻 Hexavalent chromium (Cr <sup>+6</sup> )	多溴聯苯 Polybrominated biphenyls (PBB)	多溴二苯醚 Polybrominated diphenyl ethers (PBDE)
電源線	○	○	○	○	○	○
烤盤 (鋁錠)	○	○	○	○	-	-
保險絲	○	○	○	○	-	-
下殼 (電木粉)	○	-	○	○	-	-
上鐵殼 (SUS430)	○	○	○	○	○	○
油盒 (PA66)	○	○	○	○	○	○

備考 1. “超出0.1 wt %” 及 “超出0.01 wt %” 係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值。

Note 1 : “Exceeding 0.1 wt %” and “exceeding 0.01 wt %” indicate that the percentage content of the restricted substance exceeds the reference percentage value of presence condition.

備考 2. “○” 係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。

Note 2 : “○” indicates that the percentage content of the restricted substance does not exceed the percentage of reference value of presence.

備考 3. “-” 係指該項限用物質為排除項目。

Note 3 : The “-” indicates that the restricted substance corresponds to the exemption.

# 保固

此美膳雅電器裝置為國內消費者使用提供主機保固2年的服務。

保固涵蓋自購買之日起正常使用下的缺陷，並且在未經由美膳雅客服中心的人員進行更改或維修的情況下將為無效。

如果由於材料或製造缺陷導致設備性能不理想，請聯繫當地經銷商進行維修服務。

## 顧客服務中心：

香港商美康雅香港有限公司台灣分公司  
臺北市內湖區瑞光路583巷24&26號6樓  
電話：+886-2-8751-3633

注意：保固期和規格以中文版本為準。

生產日期代碼格式：

WYY= (第一碼和第二碼 = 該年中的週次; 第三碼和第四碼=年)

姓名	電話：		
地址			
商品	購買（交易）日期： 年 月 日		
機型	公司、 經銷商 確認章		
機號			
為確保您的權益，請檢查各項資料是否正確，並檢查是否蓋上經銷商確認章，無蓋章者無效。 <ul style="list-style-type: none"><li>• 非台灣型號者，恕難提供售後服務。</li><li>• 日期未填寫者，本保證書無效。</li></ul>			

# Cuisinart®

[www.cuisinart.com.tw](http://www.cuisinart.com.tw)

©2022 美膳雅

香港商美康雅香港有限公司台灣分公司  
台灣臺北市內湖區瑞光路583巷24&26號6樓

電話: +886-2-8751-3633

傳真: +886-2-8751-3922

顧客服務專線:

+886-2-8751-3633