

# AROMA®

## *AeroMatic™ Asador Convección*



Manual De Instrucciones y  
Recetario De Cocina

Modelo: AST-900E

Felicidades por la compra de su nuevo horno **AROMA** AeroMatică.  
Seguramente llegará a ser uno de los aparatos más útiles y versátiles en su  
cocina moderna.



Publicada Por:

Aroma Housewares Co.  
6469 Flanders Drive  
San Diego, CA 92121  
U.S.A.  
1-800-276-6286  
[www.aromaco.com](http://www.aromaco.com)

© 2004 Aroma Housewares Company. Todos los derechos reservados.

# MEDIDAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Cuando se usen aparatos electricos, siempre deberán observarse las precauciones básicas de seguridad, incluyendo las siguientes:

1. **Importante:** Lea cuidadosamente todas las instrucciones de seguridad antes de comenzar a usar el aparato por primera vez.
2. Asegúrese de que el aparato esté apagado OFF, cuando no se esté usando, antes de ponerle o quitarle partes y antes de limpiarlo.
3. Para protegerse y evitar un choque eléctrico, no sumerja en agua o en cualquier otro líquido el cordón, la clavija o el aparato mismo.
4. Es necesario ejercer una estrecha vigilancia cuando se use el aparato cerca de niños. Este aparato no está hecho para ser usado por niños.
5. Desconecte el aparato de la toma eléctrica cuando no esté en uso y antes de limpiarlo. Permita que el aparato se enfríe completamente antes de ponerle o quitarle cualquier parte y antes de limpiarlo.
6. No ponga a funcionar ningún aparato si el cordón eléctrico o la clavija de enchufe están dañados o si no funciona bien o si se ha dañado de alguna manera. Regrese el aparato a una agencia de servicio autorizada para revisión, reparación o ajuste.
7. No utilice aditamentos o accesorios que no sean surtidos o recomendados por el fabricante. Es peligroso usar partes que no son compatibles con el aparato, ya que pueden ocasionar alguna lesión.
8. No se use en exteriores.
9. No permita que el cordón cuelgue sobre la orilla de la mesa o del mostrador ni que esté en contacto con superficies calientes.
10. No coloque el aparato sobre o cerca de una parrilla encendida ni dentro de un horno caliente.
11. No utilice el aparato para otro uso que no sea el indicado.
12. Siempre desconecte desde la base del enchufe de la pared. Nunca tire del cordón.
13. Se deberán tomar precauciones extremas al usar o mover el aparato cuando contenga aceite caliente u otros líquidos calientes.
14. El horno deberá operarse en un circuito eléctrico separado de otros aparatos que estén en funcionamiento, ya que si el circuito se sobrecarga con otros aparatos, es posible que el horno no funcione apropiadamente.
15. Guárdese en un lugar fresco y seco.
16. Para desconectarlo, mueva la manija hacia arriba a la posición de apagado (OFF) y luego desconecte el horno del enchufe eléctrico.
17. Al mover y asentar la unidad superior, siempre deberá apoyarla sobre la rejilla de metal.
18. No coloque el horno demasiado cerca de la orilla de la mesa o del mostrador, ya que podría ser derribado.
19. El tazón de vidrio para cocinar y otras partes llegan a ponerse muy calientes. Asegúrese de usar las manijas y los guantes protectores para horno.
20. No emplee el tazón de vidrio para cocinar para otros usos.
21. Espere hasta que el tazón de vidrio para cocinar y la unidad superior se hayan enfriado completamente antes de moverlos o limpiarlos.
22. No utilice este aparato para freír. No lo llene con aceite ni intente usarlo para freír con aceite abundante. Tales acciones pueden ocasionar fuego y lesiones.

## GUARDE BIEN ESTAS INSTRUCCIONES

# INSTRUCCIONES DE CABLE CORTO

1. Un cable de corriente de medida corta es provido cone la finalidad de reducir los riesgos de que se envede.
  - a. Asse gurese de que la extenssion sea no mas, o menos, del voltage del aparato.
  - b. Asse gurese de que el cordon, cuelge del mostrador, mesa, que pueda ser jaludo por nino, o tropesear por accidente.

## PLOYA POLARISADA

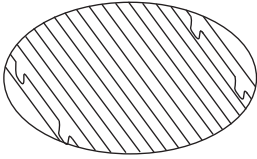
Si este aparato tiene ploya polarizada:

Para reducir el riesgo de descarga electrica, este ploya intensional mente solo debe de enchurar un lado en enchufes de luz de ploya polarizada, si la clavija no entra completamente, solo le buelta a la clavija. Si aun la clavija no puede entrar, llame a un electricista calificada. No intente de modificar la clavija, es muy poligroso.

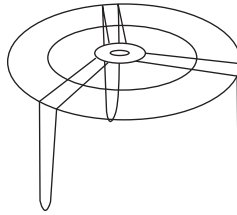


ESTE APARATO ES PARA USO DOMESTICO.

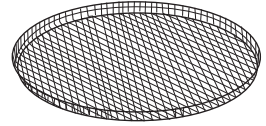
# IDENTIFICACIÓN DE LAS REFACCIONES



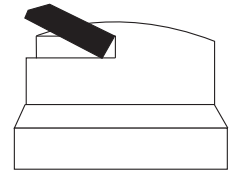
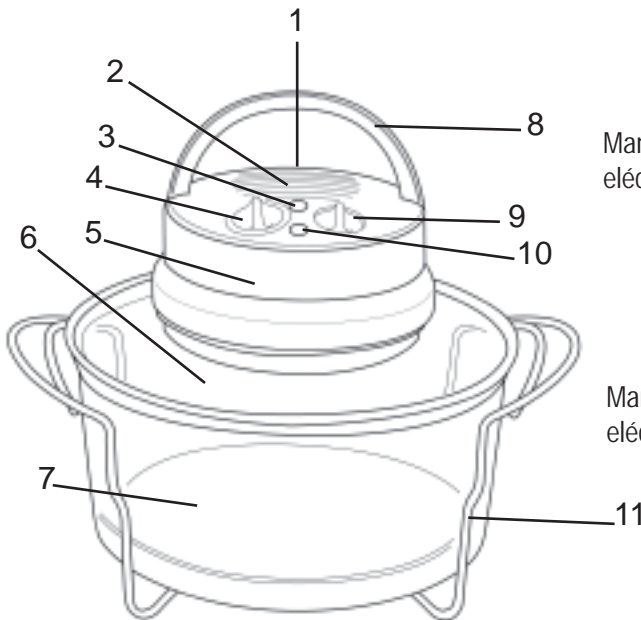
Parrilla inferior:  
para cocinar  
alimentos



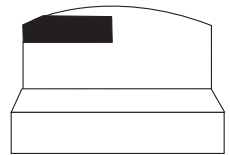
Parrilla superior (2):  
para dorar alimentos y  
soporte para la tapa  
caliente después de  
cocinar



Parrilla de vapor:  
para alimentos  
pequeños



Manija hacia arriba: Corriente  
eléctrica apagada (off)



Manija hacia abajo: Corriente  
eléctrica encendida (on)

1. Interruptor del control de la corriente eléctrica
2. Parte superior / tapa del horno
3. Luz indicadora de la corriente eléctrica
4. Cronómetro
5. Cuerpo del horno

6. Tapa de vidrio templado
7. Tazón de vidrio para cocinar
8. Manija
9. Interruptor del control de la temperatura
10. Luz indicadora de la temperatura
11. Soporte de acero

# CÓMO USAR SU APARATO

Antes de usarla por primera vez:

1. Lea todas las instrucciones y medidas importantes de seguridad.
  2. Retire todos los materiales de empaque y asegúrese de que los artículos se reciban en buenas condiciones.
  3. Rompa todas las bolsas de plástico, ya que pueden representar un riesgo para los niños.
  4. Lave el tazón de vidrio para cocinar con agua tibia y jabón. Enjuáguelo y séquelo completamente
  5. Coloque el horno sobre un mostrador o mesa nivelados. Mantenga los extremos del horno de 2 a 4 pulgadas lejos de las paredes y de los objetos que se encuentren sobre el mostrador o la mesa.
  6. Coloque firmemente la tapa sobre la unidad.
  7. Ponga el cronómetro por 5 minutos y precaliente el horno a la temperatura máxima.
  8. Cuando el cronómetro se apague y el horno se haya enfriado, limpie de nuevo la parte interna del tazón de vidrio.
- ∅ No utilice limpiadores abrasivos ni fibras para tallar.
- ∅ Nunca sumerja en agua la tapa, el cordón o la clavija del enchufe.

Instrucciones de uso:

1. Coloque la rejilla inferior en el recipiente de vidrio y ponga los alimentos en el centro de la rejilla. Deje un espacio de 3 pulgadas entre los alimentos y la parte superior del horno. Puede usar la rejilla alta para lograr el punto crujiente o dorado de los alimentos.. La otra rejilla alta se proporciona para sostener, después de cocinar, la unidad que es la parte superior / la tapa del horno.
2. Coloque firmemente la unidad superior del horno sobre el recipiente de vidrio.
3. Conecte el cordón eléctrico a la toma de corriente adecuada.
4. Para encender el horno, baje la manija hasta que firmemente entre a presión en su lugar. Si no baja firmemente, no encenderá.
5. Ponga el tiempo deseado en el cronómetro. La luz indicadora de la corriente eléctrica se encenderá.
6. Dé vuelta al interruptor de la temperatura hasta los grados deseados. La luz de la temperatura se encenderá y dará inicio el cocimiento. Una luz intermitente de la temperatura indica que la temperatura está siendo ajustada automáticamente.
7. Cuando el tiempo de cocimiento haya transcurrido, el horno se apagará automáticamente. Para garantizar la seguridad, cuando se levanta la manija, la corriente eléctrica se apagará automáticamente. Para volver a encenderla, baje la manija.

Nota:

- Durante el primer uso, es posible que detecte el olor a lubricante proveniente de la unidad superior. El olor no es dañino para usted ni para la unidad y desaparecerá aproximadamente después de 10 minutos de uso.
- Se recomienda usar utensilios de madera, de plástico a prueba de calor y de nylon con este horno AeroMaticä. Los utensilios de metal pueden rayar el vidrio.

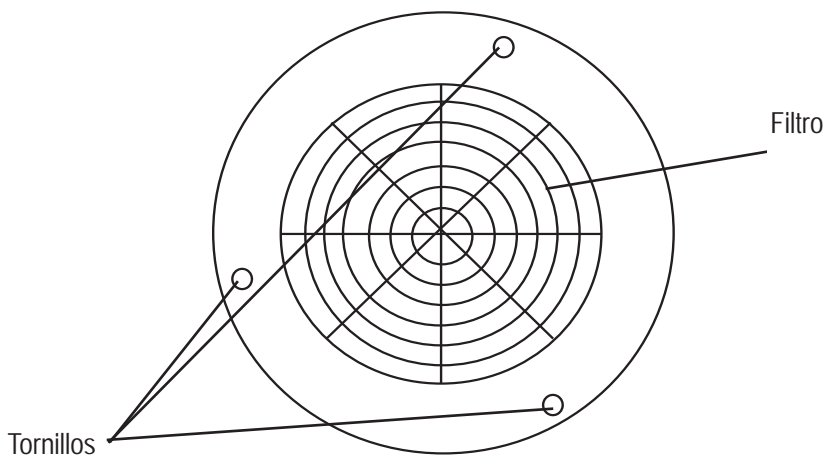
# INSTRUCCIONES DE LIMPIEZA

Siempre desconecte la unidad y deje que se enfríe completamente antes de limpiarla.

1. Apague la unidad poniendo el cronómetro en cero (0) y desconectando el cordón eléctrico de la toma de corriente de la pared inmediatamente después de cocinar. Deje que el horno se enfríe completamente.
  2. Espere hasta que el tazón de vidrio para cocinar esté completamente frío y luego límpielo perfectamente con agua tibia y jabón con una esponja o toalla húmeda. El tazón de vidrio para cocinar y los accesorios se pueden meter al lavavajillas. Para trabajos de limpieza pesados, vacíe fi pulgada de agua y algo de detergente en el tazón de vidrio para cocinar. Coloque de nuevo la parte superior / tapa del horno y ajuste el termostato a 200°F. Ponga 15 minutos en el cronómetro y observe cómo la acción de turbina suaviza y remueve los residuos. Desconecte y deje que se enfríe antes de terminar la limpieza.
  3. El filtro de grasa se localiza en el lado inferior de la parte superior / tapa del horno. Si es necesario, puede sacarse y remojar en agua caliente con detergente, a fin de quitarle la grasa. Para sacar el filtro de grasa del interior de la unidad superior del horno, desatornille los 3 anillos conectores (vea el dibujo que aparece abajo). Esto deberá hacerse únicamente cuando la unidad esté desconectada y completamente fría.
- ∅ No use limpiadores abrasivos en el horno ni en el tazón de vidrio para cocinar.
  - ∅ No sumerja en agua ni en ningún otro líquido la parte superior / tapa del horno, el cordón o el enchufe.
  - ∅ La parte superior / tapa del horno no se debe sumergir ni meter en el lavavajillas.

## Filtro de Grasa

Localizado en el lado inferior de la parte superior / tapa del horno



# COCINANDO CON UN HORNO AEROMATIC

¿Qué es un horno AeroMaticä?

El horno de convección Aroma AeroMaticä es parte de una nueva tendencia revolucionaria en el cocinar. Cada vez más las gentes se están alejando de los aparatos tradicionales voluminosos y prefieren dispositivos portátiles, de funciones múltiples, como el horno AeroMaticä. El horno AeroMaticä sirve para hornear, cocer al vapor, dorar, asar a la parrilla, tostar y hasta freír al 'aire' para encerrar el verdadero sabor del alimento. Este aparato es tan compacto, que puede usarse fácilmente en cuartos dormitorios, en un picnic al lado del coche, en vehículos de recreo para acampar, sobre mesas de centro o hasta en las oficinas. ¡Además de ser ligeros de peso y portátiles, los hornos AeroMaticä de Aroma cocinan los alimentos más rápido que los hornos tradicionales, y al mismo tiempo consumen menos energía! Su cuerpo de vidrio templado le permite observar cómo es que la acción de convección del horno AeroMaticä va cocinando su comida a la perfección. Un cronómetro integrado le garantiza esta perfección en el cocimiento y reduce la posibilidad de que el alimento se queme.

¿Cómo funciona?

Todo lo que usted necesita para cocinar de la manera AeroMaticä es una toma de corriente eléctrica y una superficie plana, segura, donde poder cocinar. El horno AeroMaticä consiste de un elemento de calentamiento, un ventilador extractor y un filtro de grasa integrado. La magia verdadera al cocinar con el horno AeroMaticä está en la rotación del aire caliente que circula alrededor del alimento. Mientras que haya espacio vacío alrededor del alimento que se coloca en la rejilla de cocimiento, la comida se cocerá uniformemente. Al usar la rejilla de alimentos, es importante dejar espacio vacío entre los alimentos y la unidad de calentamiento.

Para cocinar adecuadamente, la parte superior del horno (tapa) deberá ponerse sobre el tazón de vidrio para cocinar, de manera que asiente de forma pareja y firmemente. Esto conserva el calor y proporciona el flujo de aire correcto por convección. Si la tapa no se coloca sobre el tazón de vidrio correctamente, el tiempo de cocimiento se extenderá y la tapa vibrará.

¿Qué métodos de cocimiento pueden usarse con el horno AeroMaticä?

Con el horno AeroMaticä se puede hornear, cocer al vapor, hacer asados, asar a la parrilla, hacer rosbif, tostar y hasta freír al 'aire'. Inclusive se pueden deshelar alimentos congelados.



# CONSEJOS PARA HORNEAR Y COCER AL VAPOR

## PARA TURBO-HORNEAR Y COCER AL VAPOR

- Asegúrese de que los recipientes quepan en el diámetro del tazón de vidrio. Generalmente es mejor usar un molde para pastel de tubo o tipo Bundt, que moldes de pastel más grandes. Los moldes desechables de hoja de aluminio para hogaza pequeña también funcionan muy bien, ya que los alimentos se cuecen más rápido y de forma más pareja. Los moldes con cavidades, para pastelitos o molletes individuales (de 4 a 6 cavidades) son excelentes en tandas pequeñas. No es necesario precalentar el horno para turbo-hornear.
- Para platillos sin tapar, la temperatura de cocimiento es de 25 a 50°F más baja para el horneado de turbina en su horno AeroMaticâ y no hay necesidad de precalentarlo.
- Utilice el tazón de vidrio transparente para vigilar los alimentos y asegúrese de registrar el tiempo de cocimiento real para ocasiones futuras.

| ALIMENTO   | TIEMPO (min.) | TEMPERATURA °F |
|--|---------------|----------------|
| Bizcochos  | 10 min        | 400            |
| Pastel (de capas)                                | 20 min        | 300            |
| Pastel (en forma de hogaza)                      | 35 min        | 300            |
| Galletas   | 8 min         | 325            |
| Bizcocho pequeño de chocolate y nueces (brownie) | 20 min        | 300            |
| Costra de pastel (con relleno)                   | 10 min        | 400            |
| Pizza  | 12 min        | 400            |
| Pan (bollos)                                     | 15 min        | 350            |
| Pan (molde de hogaza)                            | 30 min        | 325            |
| Molletes   | 15 min        | 350            |

Este cuadro es únicamente para referencia. Los tiempos de cocimiento pueden variar de acuerdo al tamaño y a la profundidad de la mezcla, a la composición de los ingredientes y al punto crujiente deseado.

# RECETAS PARA HORNEAR Y COCER AL VAPOR

## Pastel de Carne Cubierto con Tocino

2 lb. (904 g) de carne molida de res sin grasa  
2 huevos frescos  
2 cucharaditas de sal de ajo  
1 lata pequeña (6 oz. - 170 g) de pasta de tomate  
1 taza de avena sin cocer (o 1 taza de migajas de pan)  
fi taza de salsa de tomate catsup  
fi taza de cebollas blancas cortadas (o 2 cucharaditas de cebollas secas picadas)  
1 cucharadita de pimienta negra  
1 cucharada de azúcar  
1 cucharada de salsa de soya o salsa inglesa Worcestershire  
Varias tiras de tocino para cubrir

Mezcle todos los ingredientes juntos, excepto las tiras de tocino. Engrase el molde y acomode en él la mezcla de la carne hasta quedar a fi" del borde del molde. En la parte de encima coloque las rebanadas de tocino. Póngalo a turbo-hornear utilizando la rejilla inferior, a una temperatura de 350°F, durante 1 hora. El tiempo de cocimiento puede reducirse si se hornean dos moldes más pequeños en lugar de uno grande. Deje dorar, luego hay que voltearlo una vez para dorar el otro lado.

## Almejas o Mejillones de la Bahía Horneados

20 almejas grandes o mejillones de la bahía, frescos, sin concha  
2 cucharadas de jugo de limón  
/ de taza de cebollas picadas  
fi cucharadita de pimienta negra  
Sal de ajo al gusto

Arregle las almejas o los mejillones en un plato / molde para hornear, de preferencia de loza refractaria. Mezcle juntos la pimienta, el jugo de limón, la sal de ajo y las cebollas picadas. Distribuya de manera pareja esta mezcla encima de cada marisco y hornee, utilizando la rejilla inferior, a una temperatura de 300°F durante 8 minutos, aproximadamente. Las piezas más grandes podrán necesitar unos 10 minutos para que estén listas.

## Pescado Entero al Vapor

Cualquier pescado blanco, carnoso, como el guachinango, lenguado o salmonete  
fi taza de agua  
2 cucharaditas de jugo de limón  
Sal y pimienta al gusto

Asegúrese de que el pescado no tenga ninguna escama suelta. Sazone todas las superficies del pescado con sal, pimienta y jugo de limón, Vacíe agua en el tazón de vidrio. Con papel de aluminio forme un molde para el pescado. Envuelva bien el pescado con el papel de aluminio y póngalo a cocerse al vapor, a una temperatura de 350°F de 10 a 20 minutos, dependiendo del tamaño del pescado. Arregle el pescado cocido al vapor en un platón ovalado, sobre una cama de lechuga.

# RECETAS PARA HORNEAR Y COCER AL VAPOR

## Carne de Res Indonesia

- 1 fi lb. (678 g) de lomo de res sin grasa (sin hueso)
  - 1 diente de ajo picado
  - 1 fi cucharadas de salsa de soya
  - 1 cucharada de aceite vegetal
  - fi cucharadita de cominos
  - fi cucharadita de cilantro
  - 1 cucharada de sal
- Brochetas

Corte la carne de res en cubos de fi" a 1". En un tazón, combine el ajo, la salsa de soya, el aceite, el comino y el cilantro. Agregue la carne y revuelva para que quede cubierta. Refrigere durante una hora y luego saque la carne de la marinada. Encaje de 4 a 6 piezas de carne en cada brocheta. Acomode las brochetas sobre la parrilla y áselas de 8 a 10 minutos a una temperatura de 400°F.

## Cuadros o Barras de Limón

- 1 barra de mantequilla (1/2 taza)
- 1 taza de azúcar
- /de taza de azúcar pulverizada
- 1 cucharadita de cáscara de limón rallada
- 2 huevos grandes
- 1 / tazas de harina
- 3 cucharadas de jugo de limón
- 1 cucharadita de polvo de hornear

Bata la mantequilla con el azúcar pulverizada, hasta que quede cremosa y esponjosa. Agréguele la mitad de la harina y bata bien. Extienda la mezcla en un molde de pastel poco profundo, bien engrasado y póngala a turbo-hornear, usando la rejilla inferior, a una temperatura de 350°F, durante 10 minutos o hasta que quede muy bien dorada. Mezcle el resto de la harina y el polvo de hornear. Bata los huevos hasta que estén ligeros y agregue el azúcar blanca granulada. Continúe batiendo; agregue el jugo y las ralladuras de limón alternadamente con el resto de la mezcla de harina y polvo de hornear. Vacíe la mezcla de limón sobre la costra horneada. Continúe horneando durante 15 minutos o hasta que esté lista (ligeramente húmeda, no seca). Saque del horno y espolvoree con azúcar pulverizada. Deje enfriar antes de cortar en cuadros (o en barras rectangulares).

## Chuletas de Puerco Empanadas al Horno

Unte las superficies de las chuletas de puerco con sal y pimienta. Después de una hora mójelas en una mezcla de huevo batido con leche y revuélquelas en pan molido. Acomódelas en una sola capa en un molde poco profundo engrasado o sobre una hoja de papel aluminio grueso, dándole forma de molde. Coloque el molde en la rejilla inferior del horno; póngalas a turbo-hornear a una temperatura de 400°F durante 15 minutos o hasta que estén muy bien doradas. Hay que darles vuelta una vez para dorarlas del otro lado.

# RECETAS PARA HACER ASADOS Y ASAR A LA PARRILLA

## PARA HACER TURBO-ASADOS Y TURBO-ASAR A LA PARRILLA

- Coloque los alimentos sin cubrir, directamente sobre la parrilla o rejilla. Utilice la rejilla alta para acercar más los alimentos a la fuente del aire caliente. La idea es tostar las superficies para que adentro queden sellados los jugos tan rápido como sea posible.
- Si la carne o el pescado son muy magros, unte la parrilla o la rejilla con aceite de cocinar antes de acomodar la carne o el pescado.
- Para un efecto de glaseado, coloque los alimentos aproximadamente a 4 pulgadas de distancia de la unidad superior de calor. Aplique el glaseado que quiera y ase a una temperatura de 400 a 475°F, hasta alcanzar el tono de dorado deseado. Las mermeladas, conservas y jaleas de frutas funcionan muy bien como glaseados para la carne asada o a la parrilla.

### Costilla de Primera (Prime Rib) Turbo-Asada a la Parrilla

6 lb. (Aprox. 2.7 Kg.) de costilla de res, cortadas en costillas individuales  
1/3 de taza de mostaza Dijon  
2 cucharadas de vinagre de vino tinto  
1/2 de taza de aceite de oliva  
1 diente de ajo (picado)  
1 cucharadita de salsa inglesa Worcestershire  
1/2 de cucharadita de pimienta molida

Acomode las costillas en un molde grande, poco profundo. Mezcle el resto de los ingredientes en un tazón pequeño y vacíelos sobre las costillas. Cúbralas de manera pareja. Tápelas y déjelas marinar durante aproximadamente 1 hora. Saque las costillas de la marinada, acomódelas en la parrilla y póngalas a turbo-asar de 10 a 15 minutos a una temperatura de 400°F.

### Berenjena Asada

1 berenjena partida a la mitad, a lo largo

Lave la berenjena y perfore la piel con un tenedor alrededor de la superficie aproximadamente de 6 a 8 veces. Ásela en la rejilla inferior, a una temperatura de 475°F durante 15 minutos, dándole vuelta una vez después de 6 a 7 minutos.

La berenjena que se pone a turbo-asar retiene sus nutrientes y su jugo al cocinarse de forma pareja. La piel se desprende fácilmente y la pulpa no se decolora.

# RECETAS PARA HACER ASADOS Y ASAR A LA PARRILLA

Pescado Asado a la Parrilla con Miso (pasta hecha con frijón de soya, sal y generalmente grano fermentado - Gyoden Japonés)

1 caballa entera  
3 cucharaditas de miso  
2 cucharaditas de agua  
2 cucharaditas de azúcar  
2 cucharaditas de vino Mirin\*

Corte el pescado caballa en piezas de 1" de grueso. Mezcle el miso con el agua y los ingredientes restantes para hacer la pasta de miso.

Ase a la parrilla las piezas de la caballa en el horno de turbina a una temperatura de 350°F durante 5 minutos. Extienda la pasta de miso sobre ambos lados del pescado. Cocine nuevamente de 4 a 6 minutos.

\*El vino Mirin es un vino japonés dulce de arroz. Puede substituirse con la misma cantidad de azúcar y jerez

Bistec a la Pimienta

4 bistecs (corte New York o T-bone)  
/ de cucharadita de albahaca deshidratada  
2 cucharaditas de pimienta molida  
/ de cucharadita de sal de ajo

Espolvoree la pimienta sobre ambos lados de cada bistec; presiónela dentro de la superficie. Espolvoree las chuletas con la albahaca y la sal de ajo. Déjelas reposar a temperatura ambiente durante 20 minutos. Colóquelas en la rejilla y áselas a la parrilla de 8 a 10 minutos a una temperatura de 400°F.

Tira New York con Ajo

4 lb. (1.8 Kg.) de corte New York en tira limpio (filete sin hueso)  
2 dientes de ajo picado  
Pimienta molida al gusto

Combine el ajo y la pimienta, y con esto unte ambos lados del filete. Tápelos y déjelo reposar a temperatura ambiente durante fi hora. Coloque el filete de res en la parrilla y póngalo a turbo-asar de 10 a 12 minutos a una temperatura de 400°F.

# RECETAS PARA HACER ASADOS Y ASAR A LA PARRILLA

## Puerco a la Parrilla (Estilo Venezolano)

4 lb. (1.8 Kg.) de carne de puerco para asar, sin hueso  
1 cebolla grande, picada  
2 dientes de ajo  
1 lata (4 oz. - 113 g) de pimientos morrones escurridos  
/ de cucharadita de pimienta  
/ de taza de aceite vegetal  
fi taza de vinagre blanco  
1/3 de taza de perejil picado

En un tazón mezcle todos los ingredientes juntos. Vacíe la mezcla sobre la carne. Manténgala a temperatura ambiente durante fi hora. Coloque la carne en la parrilla y póngala a turbo-hornear a 425°F de 10 a 12 minutos o hasta que esté bien cocida.

## Cordero Asado a la Portuguesa

6 chuletas de cordero de espaldilla  
1 taza de vino tinto seco  
/ de taza de aceite vegetal  
/ de taza de vinagre de vino tinto  
2 dientes de ajo picado  
fi cucharadita de sal  
fi taza de cebolla picada  
1 cucharada de especias enteras, mezcladas, encurtidas  
4 clavos enteros  
/ de cucharadita de clavos molidos

Coloque las chuletas de cordero en un molde poco profundo. Mezcle el resto de los ingredientes en un tazón y vacíelos sobre las chuletas. Guárdelas en el refrigerador durante 4 horas o desde la noche anterior.

Coloque las chuletas de cordero sobre la rejilla y turbo-áselas a la parrilla de 10 a 12 minutos a una temperatura de 400°F.

## Rebanadas de Tocino Asadas a la Parrilla

Acomode las rebanadas de tocino en una sola capa directamente sobre el molde de malla (identificado como "parrilla de vapor" en la página 3). Ase a una temperatura de 475°F hasta alcanzar el punto crujiente deseado.

# CONSEJOS PARA ASAR CARNE EN TROZOS GRANDES

## PARA TURBO-ASAR

- Para asar trozos grandes de carne se utiliza un método de calor seco, mediante el cual la carne se cocina colocada sin tapar sobre una rejilla, con o sin un molde debajo. Al cocinar, asegúrese que el asado no toque la tapa o la guarda metálica del ventilador que viene pegada a la parte interior de la tapa.
- Hay que alinear el fondo del tazón de vidrio con el papel de aluminio para recoger la grasa y el jugo que escurran.
- Se recomienda que utilice la rejilla inferior para asar trozos grandes.
- No hay necesidad de precalentar el horno, bañar o voltear la carne.
- Se recomienda usar un termómetro para carnes. El tiempo de asado varía según el tipo de la carne, del corte y de la cantidad de grasa y lo tierno de la carne, de acuerdo a la edad o madurez del animal. También se deberá considerar lo grueso y el peso de cada pieza.
- Se requiere un tiempo de cocimiento más largo para las carnes congeladas o parcialmente desheladas.
- Si la carne es magra, rocíe la rejilla y los lados del vidrio con algún aceite vegetal no adherente, en aerosol..

En caso de no tener un termómetro para carnes, utilice la tabla siguiente como guía: Para las siguientes carnes, ajuste la temperatura a 400°F

| CARNE                                   | TIEMPO (min.) | TEMPERATURA°F |
|---|---------------|---------------|
| Carne de res (costilla, cadera, lomo)   | 10 min        | 400           |
| Carne de res (sin hueso)                | 20 min        | 300           |
| Puerco (curado del muslo)               | 35 min        | 300           |
| Puerco (sin hueso)                      | 8 min         | 325           |
| Puerco (lomo de puerco sin hueso)       | 20 min        | 300           |
| Puerco (costillas)                      | 10 min        | 400           |
| Jamón (con hueso, cocido completamente) | 12 min        | 400           |

Este cuadro es únicamente para referencia. Los tiempos de cocimiento pueden variar de acuerdo al tamaño y a la profundidad de la mezcla, a la composición de los ingredientes y al punto crujiente deseado.

# RECETAS PARA ASADOS

## Asado Entero

Coloque la pieza entera de carne directamente sobre la parrilla inferior, poniendo la parte con grasa hacia arriba. Unte sazónadores al gusto en toda la superficie. Introduzca el termómetro para carnes en la parte gruesa de en medio sin llegar al hueso. La temperatura para turbo-asar es generalmente 50°F menor que en un horno regular o que en un asador convencional. Los jugos de la carne quedan sellados adentro y no hay necesidad de estarla bañando. El tiempo de cocimiento depende del tipo y tamaño del asado.

## Pollo Entero Asado

Lave el pollo por dentro y por fuera y úntelo con las especias o condimentos que desee. Deje que los sazónadores impregnen el pollo durante unas horas (de preferencia durante toda la noche en el refrigerador), antes de asarlo. Forre el fondo del tazón de vidrio con papel de aluminio para recoger la grasa y el jugo que escurran. Ase a una temperatura de 400°F durante aproximadamente 10 minutos por libra. Para que la piel quede crujiente, aumente la temperatura al punto de asar ("broil"), 475°F, de 5 a 10 minutos más.

## Pollo Entero Relleno

Lave un pollo de 5 lb. (1.130 Kg.) y séquelo con toallas de papel antes de sazónarlo. Rellénelo con la mezcla que desee y úntelo por fuera con sus especias favoritas. Póngalo a asar con la parte de la pechuga hacia arriba sobre la rejilla inferior, sin ningún molde. Cocine a una temperatura de 400°F durante 15 minutos por libra para tener la seguridad de que el relleno esté listo.

## Codornices Asadas

Con estas aves de corral más pequeñas, se pueden asar directamente 3 piezas enteras, colocándolas sobre la rejilla inferior. Sazónelas al gusto y áselas de 25 a 30 minutos a una temperatura de 375°F.

## Codorniz Rellena para Gourmet

Siga la receta anterior. Antes de asarla, prepare la siguiente receta para el relleno de la codorniz:

- 1 taza de arroz
- 2 cucharaditas de mantequilla
- 1 cucharadita de sal de ajo
- 1/8 de cucharadita de pimienta negra
- 1/2 taza de vino blanco o jerez
- 1 taza de agua
- Castañas o almendras en cubos
- Cebollas picadas
- Apio

Sobre la estufa, fría en la mantequilla el arroz hasta que se dore. Agregue las cebollas, la sal de ajo y la pimienta negra. Agregue las castañas o las almendras, el apio y el vino; luego añada el agua y deje hervir a fuego suave durante 30 minutos o hasta que el arroz esté suave, pero no cocido de más.

Rellene la codorniz y póngala a hornear de 20 a 25 minutos a una temperatura de 375°F.



# RECETAS PARA FREÍR AL "AIRE" Y CONSEJOS PARA COCINAR

## CÓMO TURBO-FREÍR AL "AIRE" - ¡Una manera más sana de freír!

- Se utiliza muy poco o nada de aceite; sin embargo, el efecto es como si se friera en sartén o con abundante aceite. Si se utiliza aceite, únicamente una capa delgada de aceite deberá distribuirse uniformemente sobre los alimentos con la ayuda de una brocha para repostería.
- Una vez que el horno ha terminado de freír, quite la parte superior / tapa del horno de inmediato y saque el alimento cocinado para que se enfríe. Esto asegurará que el alimento se ponga crujiente más rápido. Si usted deja puesta la parte superior / tapa del horno sobre el tazón para cocinar, el vapor ocasionará que la comida se humedezca y se ponga blanda, en lugar de crujiente.
- Utilice una rejilla para permitir que el aire caliente circule libremente. Rocíe la rejilla con algún aceite vegetal no adherente, en aerosol, a fin de facilitar la remoción de los alimentos cocinados.
- **NUNCA LLENE CON ACEITE EL TAZÓN DE VIDRIO PARA COCINAR. ESTE APARATO NO ESTÁ HECHO PARA FREÍR EN ÉL CON ACEITE ABUNDANTE.**

### Papas Fritas a la Francesa

Extienda una sola capa de papas a la francesa congeladas directamente del paquete, sobre la canasta para cocer al vapor. Si es necesario barnícelas con aceite de canola. Póngalas a turbo-freír a una temperatura de 400°F de 10 a 12 minutos.

### Pollo Frito Estilo Sureño

Corte el pollo entero en cuatro partes. Póngalo a marinar en 1 taza de leche, 1 cucharadita de sal de ajo y pimienta negra durante 15 minutos. En una bolsa de plástico o de papel de estraza, con 1 taza de harina y fi cucharadita de páprika, ponga las piezas del pollo y sacuda la bolsa para que queden totalmente cubiertas con la mezcla. Ruede el pollo enharinado en aceite poliinsaturado y póngalo a hornear a una temperatura de 300°F durante 20 minutos y luego a 475°F de 5 a 10 minutos o hasta que esté dorado.

## PARA TURBO-COCINAR ALIMENTOS CONGELADOS

Otra ventaja del horno AeroMaticä es su habilidad para cocinar alimentos congelados sin tener que descongelarlos primero. Simplemente permita un tiempo de cocimiento más largo, dependiendo del tamaño y forma del alimento, de los ingredientes que se agreguen, etc.

### Pizza Congelada

Asegúrese que el diámetro de la pizza no sea mayor de aproximadamente 10 pulgadas, para tener la seguridad de que quepa en el tazón de vidrio. Póngala a hornear en la parrilla inferior, en un molde para pizza, a una temperatura de 450°F de 8 a 10 minutos. Si desea una corteza más crujiente, colóquela sobre la rejilla sin usar molde.

## PARA TURBO-TOSTAR Y CALENTAR

Con el horno Aero-Maticä, ahorre tiempo y energía al tostar pan bagel, croissants, pan rebanado, rollos franceses y más. Coloque el pan en la rejilla inferior y ajuste la temperatura a 200°F. Tueste hasta obtener el tono oscuro deseado.

# GARANTÍA LIMITADA

Aroma Housewares Company garantiza que este producto no tenga defectos en sus materiales y fabricación durante un período de un año a partir de la fecha comprobada de compra dentro de la parte continental de los Estados Unidos.

Dentro de este período de garantía, Aroma Housewares Company reparará o reemplazará, a su opción, las partes defectuosas sin ningún costo, siempre y cuando el producto sea devuelto, con el flete prepagado, con comprobación de compra y \$8.00 dólares para cargos de envío y manejo a favor de Aroma Housewares Company. Antes de devolver un producto, sírvase llamar al número telefónico gratuito que está más abajo para obtener un número de autorización de devolución. Espere entre 2-4 semanas para recibir el aparato nuevamente.

Esta garantía no cubre la instalación incorrecta, el uso indebido, maltrato o negligencia por parte del usuario. La garantía también es inválida en caso de que el aparato sea desarmado o se le dé mantenimiento en un centro de servicio no autorizado.

Esta garantía le da derechos legales específicos los cuales podrán variar de un estado a otro y no cubre áreas fuera de los Estados Unidos.

AROMA HOUSEWARES COMPANY

6469 Flanders Drive

San Diego, California 92121

1-800-276-6286

L-V, 8:30 AM - 5:00 PM, Tiempo del Pacífico

Sitio Web: [www.aromaco.com](http://www.aromaco.com)