

Gartabelle Reiskocher, weiss, 1.5l

Gemüse	Menge	Garzeit
Auberginen, in ca. 2 cm grossen Würfeln	400 g	ca. 20 Min.
Blumenkohl, in Röschen	500 g	ca. 15 Min.
Bohnen, halbiert	500 g	ca. 18 Min.
Broccoli, in Röschen	300 g	ca. 12 Min.
Chinakohl, in ca. 2 cm breiten Streifen	250 g	ca. 7 Min.
Erbsli, tiefgekühlt	500 g	ca. 15 Min.
Federkohl, in Streifen	250 g	ca. 20 Min.
Fenchel, geviertelt	500 g	ca. 15 Min.
Flower Sprouts, ganz	250 g	ca. 12 Min.
Kabis, gehobelt	350 g	ca. 20 Min.
Kefen, ganz	350 g	ca. 10 Min.
Kohlrabi, in ca. 1 cm dicken Stängeln	500 g	ca. 15 Min.
Kürbis, in ca. 2 cm grossen Würfeln	500 g	ca. 12 Min.
Lauch, in ca. 2 cm grossen Stücken	500 g	ca. 10 Min.
Mais, in ca. 3 cm breiten Stücken	500 g	ca. 25 Min.
Baby-Kartoffeln, ganz	500 g	ca. 15 Min.
Pastinaken, in ca. 1 cm dicken Stängeln	500 g	ca. 12 Min.
Peperoni, in ca. 2 cm grossen Würfeln	500 g	ca. 15 Min.
Randen, roh, in ca. 1 cm grossen Würfeln	500 g	ca. 15 Min.
Rosenkohl, ganz	500 g	ca. 15 Min.
Rüebli, in ca. 1 cm dicken Stängeln	500 g	ca. 12 Min.
Sellerie, in ca. 1 cm grossen Würfeln	500 g	ca. 12 Min.
Spargeln, in ca. 4 cm langen Stücken	500 g	ca. 10 Min.
Stangensellerie, in ca. 5 cm langen Stücken	350 g	ca. 15 Min.
Wirz, in ca. 2 cm breiten Streifen	200 g	ca. 20 Min.
Zucchini, in ca. 2 cm grossen Würfeln	500 g	ca. 10 Min.

Steamen mit dem Programm «Gemüse steamen», Siebeinsatz verwenden, Wasser bis Unterkannte Siebeinsatz einfüllen.

Reis, Getreide und Hülsenfrüchte	Menge (pro Person)	Wasser	Garzeit
Basmatireis	1 Messbecher	1½ Messbecher	ca. 20 Min.
Bulgur	½ Messbecher	1 Messbecher	ca. 15 Min.
Couscous	½ Messbecher	½ Messbecher	ca. 5 Min.
Ebly	½ Messbecher	1 Messbecher	ca. 10 Min.
Goldhirse	½ Messbecher	1 Messbecher	ca. 12 Min.
Jasminreis	1 Messbecher	1½ Messbecher	ca. 25 Min.
Langkornreis parboiled	1 Messbecher	1½ Messbecher	ca. 30 Min.
Linsen braun	½ Messbecher	1 Messbecher	ca. 25 Min.
Original-Langkornreis (Ben's)	1 Messbecher	1 Messbecher	ca. 25 Min.
Quinoa	½ Messbecher	1 Messbecher	ca. 20 Min.
Reis	1 Messbecher	1 Messbecher	ca. 30 Min.
Wildreis	1 Messbecher	1½ Messbecher	ca. 30 Min.

Getreide, Hülsenfrüchte und Reis jeweils ohne Siebeinsatz mit dem Programm «Reis kochen» zubereiten. Maximal können gleichzeitig Beilagen für 4 Personen zubereitet werden.