



Lepiej jeść.  
Lepiej żyć.



# AMC oPan large



Śniadanie & Brunch:  
łatwo & smacznie

System gotowania  
Premium

[www.amc.info](http://www.amc.info)



Gratulacje: staliście się Państwo teraz dumnymi właścicielami najnowszej patelni AMC, służącej przygotowywaniu przepysznych posiłków na śniadanie oraz brunch, posiłków nie tylko dla jednej lub dwóch osób, ale dla całej rodziny i przyjaciół! Patelnia oPan large jest większą siostrą popularnej patelni oPan, która umożliwia także smażenie metodą AMC bez użycia pokrywki.

To, co sprawia, że patelnia oPan large jest wyjątkowa.

- **Przepisy na pyszne dania.**  
Jest idealna do szybkiego przygotowywania dań dla całej rodziny, takich jak naleśniki, crêpes, tosty, podplomyki i oczywiście dania z jaj.
- **Duża, wysoko polerowana powierzchnia do smażenia.**  
Piękny i błyszczący wzór, duża średnica i brzeg patelni z przeznaczeniem do przygotowywania większych ilości.
- **Płaska i elegancka.**  
Patelnia o doskonałym kształcie – „cacko“ w każdym domu.
- **Odpinana rączka.**  
Ergonomiczny kształt sprawia, że obsługa patelni oPan large jest wyjątkowo łatwa.
- **Łatwe i szybkie smażenie bez użycia pokrywki.**  
Inteligentne i cienkie dno kapslowe zapewnia szybki czas nagrzewania bez potrzeby używania pokrywki.
- **Oszczędność miejsca.**  
Bardzo płaska i poręczna konstrukcja, odpowiednia do wszystkich rodzajów kuchenek i zapewniająca oszczędność miejsca podczas przechowywania oraz w zmywarce.

Wyśmienite przysmaki, przygotowywane w najlepszy możliwy sposób, dla Państwa i Państwa bliskich.

Serdecznie pozdrawiamy,  
AMC International

Więcej wskazówek i przepisów na naszej stronie: [www.kochenmitamc.info](http://www.kochenmitamc.info)

■ Patelnia oPan large Modne przepisy – perfekcyjne wykonanie..	04
■ Przygotowywanie posiłków z użyciem patelni AMC oPan large - krok po kroku ....	06
■ Jajka na wiele sposobów .....	08
■ Naleśniki & crêpes .....	12
■ Kanapki & przekąski .....	16
■ Świat podplomyków .....	18
■ Instrukcja obsługi .....	20

Łatwy wybór przepisu:



bogactwo  
witamin



niska zawartość  
tłuszczu



niska zawartość  
kalorii



bogactwo  
błonniku



niska zawartość  
cholesterolu

# Patelnia AMC oPan large

Modne przepisy –  
perfekcyjne wykonanie



## Patelnia oPan

- wysoko polerowana stal nierdzewna najwyższej jakości
- duża powierzchnia do smażenia
- płaska i elegancka
- lekka i poręczna, można ją szybko wyjąć z szafki
- może być używana na kuchenkach wszystkich rodzajów oraz na Navigenio

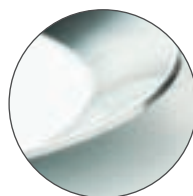
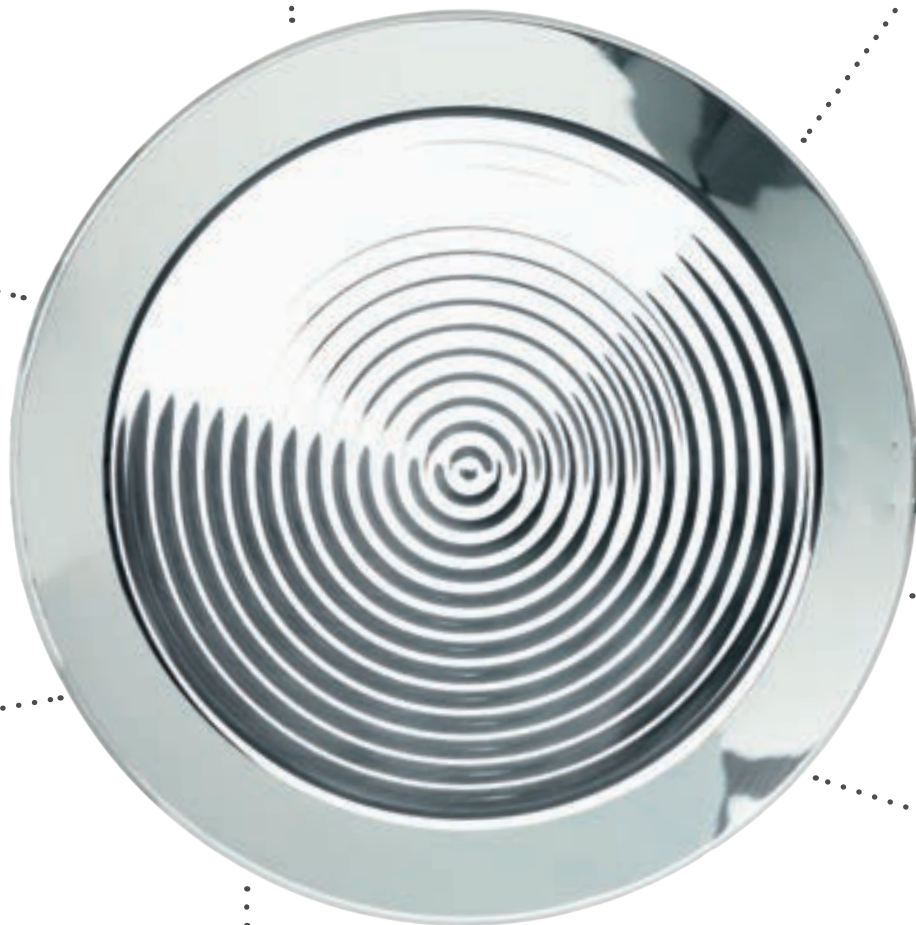


## Najlepsza nieprzywierająca patelnia ze stali nierdzewnej bez powłoki

- mniej kalorii – smażenie z użyciem mniejszej ilości tłuszczu lub bez dodatku tłuszczu
- z korzyścią dla zdrowia: dzięki wysokiej jakości stali nierdzewnej, nie wydzielają się niezdrowe substancje
- bez emisji toksyn w przeciwieństwie np. do patelni z powłoką

## Struktura dna patelni oPan

- duża powierzchnia do smażenia dla całej rodziny (taka sama jak w przypadku patelni HotPan 32 cm)
- specjalna "o" struktura powierzchni dna z przeznaczeniem do smażenia bez użycia pokrywy oraz do szybkiego przygotowywania posiłków
- unikalny i elegancki wygląd



## Brzeg patelni oPan

- bardzo płytka i płaska, dzięki czemu możliwe jest podrzucanie na patelni bez wysiłku
- łatwe odwracanie i wyjmowanie potraw
- idealna do dań z jaj

### Łatwe czyszczenie

- żadnych brudnych kątów, łatwo umyć
- patelnię oraz rączkę można myć w zmywarce
- gwarancja optymalnej higieny



### Odpinana rączka AMC

- prawdopodobnie **najbardziej stabilna odpinana rączka** na rynku
- ergonomiczny kształt, opatentowany system blokujący
- łatwa do mycia w zmywarce
- oszczędność miejsca podczas przechowywania



### Oszczędność miejsca podczas przechowywania

- smukła i poręczna
- potrzebuje bardzo niewiele miejsca w szafce oraz w zmywarce, także dzięki odpinanej rączce

### Akutermiczne dno kapslowe AMC Akkutherm

- szybkie przekazywanie ciepła
- dobre i równomierne rozprowadzanie ciepła
- dno kapslowe połączone z patelnią w sposób trwały i niewidoczny dzięki specjalnemu procesowi, opracowanemu przez AMC, który wymaga użycia wysokiego ciśnienia i wysokiej temperatury
- nadaje się do wszystkich rodzajów kucharek, dno kapslowe współpracuje z Navigenio, kucharką gazową, elektryczną oraz indukcyjną, umożliwiając oszczędzanie dużej ilości energii, ponieważ przechowuje energię przez długi czas

### Gwarancja na patelnię oPan

- ta patelnia przetrwa dziesiątki lat – dajemy Państwu **30-letnią** gwarancję na patelnię oPan oraz dwa lata gwarancji na rączkę
- gwarancja AMC obejmuje wady produkcyjne, a nie uszkodzenia na skutek nieprawidłowego użytkowania
- długa żywotność to oszczędność pieniędzy oraz ochrona środowiska



# Przygotowywanie posiłków z użyciem patelni AMC oPan large – krok po kroku

**Właściwa temperatura jest kluczem do tego, aby posiłki idealnie się udały!**

## Właściwa temperatura

### 1 Tańczące krople wody

1. Rozgrzać patelnię oPan large, w tym celu użyć najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej.
2. Wpuścić kilka kropeł wody na rozgrzaną patelnię. Temperatura do smażenia bez użycia pokrywki jest idealna (ok. 200 °C) wtedy, kiedy krople wody nie tylko wyparowują, ale także “tańczą” na dnie patelni.

Polecane przez AMC



3. Ustawić niski, a w przypadku kuchenki indukcyjnej średni, poziom dopływu energii grzejnej i położyć na patelni oPan large produkty przeznaczone do smażenia.
4. Odwrócić wtedy, kiedy produkty łatwo dają się oddzielić od dna patelni i usmażyć z drugiej strony.

**Dodatkowo należy postępować zgodnie z zalecanym czasem rozgrzewania w zależności od konkretnego rodzaju kuchenki.**



**Kuchenka elektryczna**  
ok. 3:30 minut\*



**Navigenio**  
ok. 3:30 minut\*



**Kuchenka gazowa**  
ok. 2:30 minut\*



**Kuchenka indukcyjna**  
ok. 1:00 minuty\*

\* Podano średnie czasy rozgrzewania (minuty:sekundy).  
Mogą się one zmieniać w zależności od mocy kuchenki.

### Wskazówka

1. Umieścić dwie krople wody w zimnej patelni oPan large przed rozpoczęciem rozgrzewania.
2. Rozgrzać patelnię oPan large, w tym celu użyć najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej.
3. Po ok. 30 sekundach od wyparowania kropeł wody, patelnia oPan large będzie rozgrzana na tyle, że ponownie upuszczone na nią krople wody “zatańczą”.

## 2 Pokrywka

1. Patelnię oPan large przykryć pokrywką 24 cm i rozgrzewać tak, aby osiągnięta została strefa smażenia (kotlet).

**Wskazówka:** użyć Audiotherm.

2. Po osiągnięciu strefy smażenia ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej, a następnie zdjąć pokrywkę i umieścić na patelni oPan large produkty przeznaczone do smażenia.
3. Odwrócić wtedy, kiedy produkty łatwo dają się oddzielić od dna patelni i usmażyć z drugiej strony.



Zaleca się tylko w przypadku smażenia bez dodatku tłuszczu i tylko w przypadku Navigenio/kuchenki elektrycznej. Nie używać pokrywki w przypadku rozgrzewania na kuchence indukcyjnej lub gazowej!

## 3 Smażenie z dodatkiem tłuszczu

1. Umieścić dwie krople wody w zimnej patelni oPan large i rozgrzewać, w tym celu użyć najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej.
2. Jak tylko krople wody wyparują, będzie oznaczało to, że patelnia oPan large osiągnęła temperaturę idealną do smażenia z dodatkiem tłuszczu bez użycia pokrywki.
3. Ustawić niski, a w przypadku kuchenki indukcyjnej średni, poziom dopływu energii grzejnej, umieścić jedną łyżeczkę tłuszczu na patelni oPan large i rozprowadzić go równomiernie za pomocą miotłki lub papierowego ręcznika kuchennego, a następnie na patelni oPan large umieścić także produkty przeznaczone do smażenia.
4. Odwrócić wtedy, kiedy produkty łatwo dają się oddzielić od dna patelni i usmażyć z drugiej strony.

### Wskazówka

Alternatywnie, umieścić łyżeczkę tłuszczu w zimnej patelni oPan i rozgrzewać, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej, aż:

- masło zacznie się pienić lub
- olej stanie się płynny.

Następnie ustawić niski, a w przypadku kuchenki indukcyjnej średni, poziom dopływu energii grzejnej i umieścić produkty przeznaczone do smażenia na patelni oPan large.



Nigdy nie zostawiać patelni oPan large bez nadzoru podczas rozgrzewania z pokrywką lub bez pokrywki, ponieważ patelnia może się stać zbyt gorąca, co z kolei grozi spalaniem żywności.

### Wskazówka:

jeśli chcecie Państwo smażyć kilka razy z rzędu, to macie dwie możliwości sprawdzenia temperatury:

- zróbcie test pomiędzy smażeniami, używając w tym celu kropli wody: jeśli kropla wody "nie tańczy", ...
- sprawdźcie stopień zbrązowienia przygotowywanego posiłku: jeśli zbrązowienie jest zbyt delikatne, ...

... należy zwiększyć poziom dopływu energii grzejnej o jeden stopień, np. z 3 na 4.



# Jajka na wiele sposobów

## Jajko sadzone



### Składniki na 4 porcje

4 jajka  
sól, pieprz  
1 łyżeczka tłuszczu, oleju lub masła

1. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
2. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej i równomiernie rozprowadzić tłuszcz na patelni oPan large.
3. Wbić jajka i smażyć według upodobania. Doprawić solą i pieprzem.

### Wskazówka

W przepisie przewidywane są jajka średniej wielkości.  
W przypadku małych jajek można ich użyć 5 sztuk!

## Jajecznic



### Składniki dla 2 osób

4 jajka  
sól, pieprz  
1 łyżeczka tłuszczu, oleju lub masła

1. Jajka posolić i popieprzyć, a następnie roztrzepać widelcem.
2. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
3. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej i równomiernie rozprowadzić tłuszcz na patelni oPan large.
4. Roztrzepane jajka wlać do patelni i mieszać, aż się zetną.

### Wskazówka

**Podawać razem z chrupiącym boczkiem.**

1. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
2. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej i umieścić boczek na patelni.
3. Odwrócić boczek na drugą stronę jak tylko stanie się chrupiący i smażyć według upodobania.







## Omlet



### Składniki na 1 omlet/2 osoby

4 jajka  
sól, pieprz  
1 łyżeczka tłuszczu, oleju lub masła

1. Jajka posolić i popieprzyć, a następnie roztrzepać widelcem.
2. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
3. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej i równomiernie rozprowadzić tłuszcz na patelni oPan large.
4. Roztrzepane jajka wlać do patelni i smażyć, aż masa się zetnie.

### Wariacje

#### Nadziewanie omleta w dwóch dodatkowych krokach.

5. Zanim masa jajeczna zetnie się całkowicie na patelni, ułożyć na wierzchu nieco tartego sera oraz pokrojonych warzyw (np. papryka, pieczarki).
6. Złożyć na pół i podawać.

#### Pyszna frittata warzywna (przepis typowo włoski).

Ad 1. Roztrzepać widelcem 3 jajka. Posiekać ok. 50 g warzyw, np. marchewka lub cukinia, za pomocą urządzenia Quick Cut.

Ad 4. Umieścić warzywa na patelni oPan large i smażyć przez ok. 2 minuty. Następnie wylać na wierzch masę jajeczną i smażyć, aż masa całkowicie się zetnie. Można podawać posypaną świeżymi ziołami.

#### Pyszne omlety krewetkowe (12 sztuk).

Ad 1. Do roztrzepanych jajek dodać około 200 g krewetek i nieco posiekanego szczypiorku. Smażyć jednocześnie 4 małe porcje za jednym razem, zgodnie z podstawowym przepisem powyżej.

Ad 4. Podawać z tartym chrzanem.





Przepis na wegetariańskie danie,  
bardzo popularne w Turcji (Mücver)  
i Libanie (Ejjet coussa)!

## Placki warzywne



### Składniki na 15 sztuk

4 jajka

sól, pieprz

500 g warzyw, np. cukinia, marchewka,  
dymka, papryka

świeża pietruszka, bazylija lub koper

2 łyżeczki proszku do pieczenia

3 łyżki mąki pszennej

1 łyżeczka tłuszczu, oleju lub masła

1. Jajka posolić i popieprzyć, a następnie roztrzepać za pomocą widelca. Umyć i obrać warzywa. Posiekać warzywa wraz z ziołami za pomocą urządzenia Quick Cut. W misce Combi 20 cm wymieszać proszek do pieczenia, mąkę, warzywa i masę jajeczną.
2. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
3. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej i równomiernie rozprowadzić tłuszcz na patelni oPan large.
4. Smażyć po 5 małych porcji za jednym razem, przez ok. 2 minuty z każdej strony.
5. Podawać z jogurtem lub dipem czosnkowym.



**WSKAZÓWKA  
DOT. PODAWANIA  
DLA DZIECI**

### Wariacje

Pożywny posiłek?

Dodać 2 łyżki tartego sera, np. Emmentaler lub/i płatki owsiane do masy, aby placki były bardziej pożywne.

### Dodatkowo: dip czosnkowy.

1. Posiekać 2 ząbki czosnku za pomocą urządzenia Quick Cut.
2. Wymieszać z 200 g serka śmietankowego, 100 g niskotłuszczowego twarogu lub jogurtu i doprawić solą oraz pieprzem.
3. Można dosmaczyć niewielką ilością soku i skórki z cytryny.

# Naleśniki & crêpes

## Małe naleśniki



### Składniki na 12 sztuk

125 g mąki pszennej  
1/2 łyżeczki cukru  
1 szczypta soli  
250 ml mleka  
2 jajka  
2 łyżki oleju

1. Wymieszać wszystkie składniki. Odstawić ciasto na ok. 30 minut.
2. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
3. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej i smażyć po 4 małe naleśniki za jednym razem.
4. Jak tylko ciasto się zetnie, odwracać na drugą stronę i smażyć, aż będą gotowe.

### Wskazówka

Dodać do ciasta 1 łyżeczkę proszku do pieczenia z mąką, aby w efekcie uzyskać bardzo puszyste naleśniki, w prawdziwie amerykańskim stylu.

### Wariacja

#### Pyszne naleśniki z jabłkiem (12 sztuk).

Ad 1. Dodać do ciasta 2 tarte jabłka, 1 łyżkę cynamonu, 1 łyżkę soku z cytryny i 1 łyżeczkę proszku do pieczenia.

Te naleśniki z jabłkiem są bardzo popularne w Szwajcarii jako "Apfelbachis"!



**WSKAZÓWKA  
DOT. PODAWANIA  
DLA DZIECI**

## Duże naleśniki z maślanką i limonką



### Składniki na 9 sztuk

- 1 limonka
- 200 g mąki pszennej
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 6 łyżek cukru
- 500 ml maślanki
- 2 łyżki oleju
- 4 jajka

1. Zetrzeć skórkę z limonki i wymieszać ze wszystkimi pozostałymi składnikami. Odstawić ciasto na ok. 30 minut.
2. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
3. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej. Wylać porcję ciasta na patelnię oPan large i równomiernie rozprowadzić.
4. Jak tylko ciasto się zetnie, odwrócić naleśnik na drugą stronę i smażyć, aż będzie gotowy. Podobnie postąpić z pozostałą częścią ciasta.

### Wariacja

#### Fantazyjna wieża z naleśników.

- Wymieszać na kremową masę 400 g twarogu, 250 g serka Mascarpone, 50 g cukru pudru i ok. 2 łyżek soku z limonki.
- Wszystkie naleśniki posmarować kremową masą i ułożyć jeden na drugim. Podawać z dekoracją w postaci kremowej masy i świeżych owoców.





## Crêpes



### Składniki na 8 sztuk

200 g mąki pszennej

1 szczypta soli

400 ml mleka

4 jajka

1. Wymieszać wszystkie składniki tak, aby powstało luźne ciasto i odstawić je na ok. 30 minut.
2. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
3. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej. Wlać porcję ciasta na patelnię oPan large i równomiernie rozprowadzić.
4. Jak tylko ciasto się zetnie, odwrócić naleśnik na drugą stronę i smażyć, aż będzie gotowy. Podobnie postąpić z pozostałą częścią ciasta.



**Wyjątkowe crêpes! Indywidualizacja ciasta dzięki użyciu następujących składników zamiast mleka:**

- bulion (warzywny lub drobiowy)  
→ tradycyjne hiszpańskie filloas robione są w ½ z mleka i w ½ z bulionu drobiowego
- wersja wegańska (napój sojowy, migdałowy bądź ryżowy)
- sok warzywny (marchewka lub czerwony burak)

**lub dodając:**

- posiekane zioła (np. rzeżucha, pietruszka)
- kakao, mak, cynamon
- curry, kurkuma, płatki chili

**Wariacja**

**Niespodziewani goście? Dzięki crêpes, które nie zostały zjedzone, można przygotować pięknie wyglądający i pyszny starter: Crêpes-Wrapy!**

5. Posmarować Crêpes farszem według upodobania, np. serek śmietankowy z chrzanem i wędzonym łososiem.
6. Zwinąć Crêpes, chłodzić w lodówce przez kilka godzin i pokroić na ok. 2 cm kawałki.
7. Podawać „zsyte“ wykałaczkami.

**Przygotować naleśniki, zgodnie z podstawowym przepisem na str. 14 i ulubione nadzienie.**

**Na słodko:**

- malina z serem Ricotta
- morela z lodami waniliowymi
- banan z sosem czekoladowym i migdałami
- marmolada z pomarańczy z płatkami czekoladowymi
- ananas z wiórkami kokosowymi
- mango z miękkim serem kozim i orzechami włoskimi
- granat z jogurtem chia

**Na ostro:**

- zioła z serkiem śmietankowym
- tarte warzywa z twarogiem
- wędzony łosoś z kremowym chrzanem
- Salami z pesto z bazylii
- szynka z indyka z rukolą
- pomidor z awokado i limonką
- Feta z suszonymi pomidorami i dymką

*Idealne także jako danie "na wynos"!*



# KANAPKI & PRZEKAŚKI

## Klasyczny tost francuski



### Składniki na 9 sztuk

9 kromek chleba tostowego

3 jajka

50 ml mleka

cukier cynamonowy

1. Roztrzepać razem jajka i mleko. Zanurzyć kromki w cieście jedna po drugiej i odłożyć na bok.
2. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
3. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej i położyć 3 kromki na patelnię oPan large. Jak tylko kromki odejdą od dna patelni (ponieważ będą dobrze zbrązowione), odwrócić je na drugą stronę i smażyć, aż będą gotowe.
4. Podobnie postąpić z pozostałymi kromkami.
5. Przed podaniem posypać cukrem cynamonowym.



**WSKAZÓWKA  
DOT. PODAWANIA  
DLA DZIECI**

### Wyjątkowa kanapka – faszzerowany tost francuski!

**Udoskonalić francuskiego tosta, kładąc na nim ulubione nadzienie.**

**Następnie przykryć drugą kromką chleba, zanurzyć w cieście z jajek i mleka, a następnie usmażyć zgodnie z podstawowym przepisem na tej stronie.**

#### Na słodko:

- plasterki truskawek, banana lub cienkie paseczki mango
- dżem z moreli, krem czekoladowy lub masło orzechowe
- kawałki czekolady lub orzeszki ziemne

#### Na ostro:

- ser Gouda, Mozzarella lub Gorgonzola
- szynka, Salami lub tuńczyk
- pomidor, krążki cebuli lub zioła, np. oregano, tymianek



# Panino i Croque Monsieur



## Składniki na 4 szt.

8 kromek chleba tostowego, np. żytniego

### Do przełożenia np.:

- zielone lub czerwone pesto
- Gouda lub Mozzarella, w plastrach
- szynka lub Salami, w plastrach
- rukola, paski czerwonej papryki, plastry pomidora lub kawałki awokado

1. Na połowie tosta ułożyć ulubione dodatki, a następnie przykryć drugą połową tosta.
2. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
3. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej i umieścić tosty na patelni oPan large. Smażyć z dwóch stron w zależności od oczekiwanego stopnia przypieczenia.
4. Położyć pozostałe tosty na patelni oPan large i smażyć z dwóch stron w ten sam sposób ok. 2 minut.



Podawać na stół bezpośrednio  
w patelni oPan large,  
aby były gorące.

# Włoska Bruschetta



## Składniki na 16 sztuk

16 kromek białego pieczywa, np. Ciabatta  
3 pomidory  
2 ząbki czosnku  
sól, pieprz  
5 łyżek oliwy z oliwek  
kilka listków bazylii

1. Umyć pomidory, pokroić na kawałki, obrać czosnek. Pomidory i czosnek posiekać za pomocą urządzenia Quick Cut. Doprawić solą i pieprzem i odstawić na ok. 15 minut.
2. Dodać listki bazylii oraz 2 łyżki oliwy z oliwek i wszystko razem wymieszać.
3. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
4. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej, położyć 8 kromek chleba na patelni oPan large i przypiec z jednej strony. Następnie odwrócić na drugą stronę, na wierzchu ułożyć przygotowane wcześniej pomidory, doprawić oliwą z oliwek i podawać.
5. Pozostałe kromki pieczywa przygotować zgodnie z opisem powyżej.



## Wariacja

### Bufet – Bruschetta z awokado.

Wszyscy uwielbiają awokado. Zamiast tradycyjnej wersji z pomidorami można przygotować wersję z plasterkami awokado.

#### Możliwe dodatki:

- dymka
- oliwki
- pieczarki
- salami
- orzechy
- pomidory koktajlowe

# Świat podplomyków

## Podstawowa receptura na pszenne podplomyki



### Składniki na 6 sztuk

- 550 g mąki pszennej
- 1 łyżka proszku do pieczenia
- 300 ml ciepłej wody
- 1 łyżka soli
- mąka do obtaczania

### Wskazówka

Podplomyki stygnące osobno będą chrupiące, a jeśli ostygną ułożone jeden na drugim i przykryte ręcznikiem kuchennym lub owinięte folią spożywczą, to będą miękkie i łatwo poddające się zwijaniu np. z nadzieniem według upodobania.

### Wyjątkowe podplomyki! Indywidualizacja ciasta używając:

- mąki pełnoziarnistej zamiast mąki pszennej (w tym przypadku należy nieco zwiększyć ilość wody)
- soku warzywnego (marchewka lub czerwony burak) zamiast wody

### dodając:

- posiekane zioła
- mak, czarny lub biały sezam
- curry w proszku, kurkuma, płatki chili

### Przygotować podplomyki zgodnie z opisem powyżej, a następnie przygotować ulubiony farsz:

- ser, np. Feta, Mozzarella, Parmesan, Brie, Gorgonzola, ser kozi
- szynka gotowana, szynka surowa, Salami, boczek
- rukola, sałata, zioła
- serek śmietankowy, ser Ricotta, crème fraîche
- pesto lub pasta z oliwek
- grillowane warzywa lub pieczarki
- gruszki, figi

*Zrobić na pół i Smacznego!*



Włosi lubią podplomyki z szynką i Provolone (ser włoski).

### Wariacje

**Przygotować podplomyki z serem. Receptura podstawowa na podplomyki na str. 18.**

- Ad 1. - 2. Po rozwałkowaniu ciasta przygotować masę z 300 g sera Feta, 1/2 pęczka posiekanej pietruszki (Quick Cut) i 2 łyżeczek płatków chili. Rozsmarować po 2 łyżeczki masy na jednej stronie każdego z placków. Piec zgodnie z podstawową recepturą.
- Ad 4. - 6. Postępować zgodnie z recepturą podstawową i położyć jednocześnie 2 podplomyki na patelni; pieczenie po ok. 5 minut z każdej strony.

### Dodatkowo: Quesadilla.

1. Przygotować podplomyki zgodnie z recepturą podstawową na str. 18.
2. Na placku ułożyć dodatki według upodobania (propozycje dodatków na str. 18) i przykryć drugim plackiem.
3. Następnie obsmażać z dwóch stron przez ok. 2 minuty.



## Chapati



### Składniki na 8 sztuk

500 g mąki pszennej  
200 ml wody  
1 łyżka soli  
1 łyżka oleju, np. sezamowego  
mąka do obtaczania

1. Wymieszać wszystkie składniki tak, aby powstało gładkie ciasto i odstawić na 1 h w miejsce o temperaturze pokojowej.
2. Ponownie energicznie wyrobić ciasto, podzielić na 8-10 części i rozwałkować na cienkie placki.
3. Rozgrzać patelnię oPan large, używając najwyższego poziomu dopływu energii grzejnej tak, aby osiągnięta została idealna temperatura do smażenia.
4. Ustawić niski poziom dopływu energii grzejnej i położyć placek na patelni oPan large.
5. Odwrócić placek po ok. 2 minutach i upiec z drugiej strony. Pozostałe placki piec w opisany powyżej sposób.

### Wskazówka

Ten indyjski placek smakuje szczególnie dobrze z potrawami z curry lub sosami czatnej.

# Jak to działa - instrukcja obsługi patelni oPan large

**Przeczytajcie Państwo uważnie instrukcję, zanim użyjecie patelni oPan large po raz pierwszy.  
Zachowajcie Państwo instrukcję obsługi dla ew. następnego właściciela.**

Nadaje się do używania na każdego rodzaju kuchence.

**Navigenio, kuchenka elektryczna, indukcyjna czy gazowa? Patelnia oPan large nadaje się do każdego rodzaju kuchenki.**



Rozgrzewać zawsze na najwyższym stopniu energii grzejnej – niezależnie od rodzaju kuchenki (Navigenio, kuchenka elektryczna, gazowa czy indukcyjna). Nigdy nie używać funkcji „booster“ i funkcji „power level“ w przypadku kuchenki indukcyjnej oraz funkcji automatycznego gotowania w przypadku kuchenki elektrycznej.



Jak tylko osiągnięta zostanie temperatura idealna do smażenia (test z kropłą wody lub pokrywka, patrz: str. 6-7), można ustawić

- **niski poziom dopływu energii grzejnej** (Navigenio, kuchenka elektryczna i gazowa)
- **średni poziom dopływu energii grzejnej** (kuchenka indukcyjna)

Przykład: jeśli Państwa kuchenka ma 9 poziomów dopływu energii grzejnej, poziom niski to 3, a średni to 6.

## Wskazówka

Zapoznaj się z książką kucharską AMC lub [www.kochenmitamc.info](http://www.kochenmitamc.info) lub [www.amc.info](http://www.amc.info), aby uzyskać więcej szczegółowych informacji na temat smażenia na różnych rodzajach kuchenek! Więcej szczegółowych informacji na temat smażenia na patelni oPan large na str. 6 i 7.

## Odpowiednia wielkość powierzchni grzejnej.

Średnica powierzchni grzejnej oraz średnica dna patelni oPan large powinny być możliwie najbardziej do siebie dopasowane i możliwie najbardziej centralnie względem siebie ustawione. Jeśli średnica dna patelni oPan large będzie mniejsza od średnicy powierzchni grzejnej, to:

- nastąpi niepotrzebne zużycie energii oraz
- może to prowadzić do przegrzania i uszkodzeń.

To samo dotyczy kuchenki gazowej (w przypadku, kiedy płomień wydostawałby się poza dno patelni oPan large) oraz kuchenki indukcyjnej. W przypadku kuchenki indukcyjnej Maxi-Flex: garnki i patelnie można umieścić w dowolnym miejscu na płycie kuchenki.



W celu uniknięcia przegrzania, upewnij się, że płomień ognia w przypadku kuchenki gazowej oraz powierzchnia grzejna w przypadku kuchenki elektrycznej lub indukcyjnej, nie są większe od dna patelni oPan large.

# Odpinana rączka

## Odpinanie i dopinanie rączki.

**Odpinana rączka AMC** to rączka, która nie wie, że może być odpięta..., ponieważ jest tak niewiarygodnie stabilna. Odpinanie i dopinanie rączki odbywa się w sposób płynny i łatwy!

### Odpinanie:

opuszkami palców odblokować zapięcie, w tym celu nacisnąć do dołu rygiel, którego wejście znajduje się z boku rączki ❶, następnie zdjąć rączkę ze wspornika ❷.



### Dopinanie:

nałożyć rączkę na wspornik ❸ i zablokować zapięcie, w tym celu nacisnąć rygiel do góry ❹.



## Czyszczenie i pielęgnacja

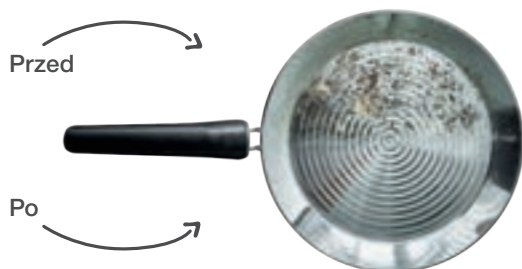
**Wartościowe, piękne rzeczy wymagają pielęgnacji, aby takimi pozostać.**

### **Nowa patelnia oPan large.**

Każda nowa patelnia oPan large powinna być umyta, zanim zostanie użyta po raz pierwszy. Pozwoli to np. na usunięcie resztek pyłu polerskiego oraz niewielkich zanieczyszczeń.

### **Wskazówki dot. trwałości pięknej patelni oPan large.**

- Nie pozwalać na zaschnięcie resztek jedzenia na patelni!
- Po użyciu niezwłocznie spłukać wodą, aby usunąć resztki jedzenia.
- Do mycia używać jednocześnie pianki „Clean1 Magic Foam“ oraz pasty „Clean1 Magic Stone“. Jak to robić? Za pomocą dozownika wycisnąć na gąbkę „Clean1 Magic Sponge“ dwie porcje pianki oraz nabrać nieco pasty, a następnie dokładnie umyć patelnię, spłukać wodą i wysuszyć.



- „Clean1“ pozwoli także na szybkie i wygodne usunięcie uporczywych zabrudzeń.
- Nigdy nie używać środków do szorowania oraz szorstkich gąbek!
- Nigdy nie czyścić za pomocą ostrych lub spiczastych narzędzi, takich jak np.: noże lub szpatuły do czyszczenia ze stali nierdzewnej. Nigdy nie zalewać patelni z przywartymi resztkami jedzenia kwaśnym roztworem (np. octowym lub pianką „Clean1 Magic Foam“).
- Po umyciu dokładnie osuszyć patelnię oraz odpinającą rączkę.

### **Do zmywarki!**

- Patelnia oPan large może być myta w zmywarce. Niemniej jednak mycie ręczne z użyciem „AMC Clean1“ jest zawsze delikatniejsze i chroni powierzchnię patelni.
- Używać zawsze wyłącznie środków myjących odpowiednich dla stali nierdzewnej, przeznaczonych do użytku domowego – dozowanie zgodnie z zaleceniami producenta środka myjącego.
- Mycie wstępne jest pomocne w przypadku silnych zabrudzeń.
- Odpiąć rączkę, a następnie umieścić patelnię oraz rączkę w zmywarce tak, aby woda mogła wokół nich swobodnie przepływać: patelnię umieścić w taki sam sposób jak talerz, a rączkę w koszyczku na sztućce tak, aby otwór skierowany był ku dołowi, dzięki czemu woda swobodnie wypłynie.



### **Wskazówka**

Prosimy zapoznać się uważnie także z informacjami na temat czyszczenia i pielęgnacji za pomocą „AMC Clean1“.

## Właściwy sposób użytkowania i bezpieczeństwo.

Patelnia oPan large umożliwia smażenie bez użycia pokrywki, zgodnie z instrukcjami (patrz: str. 6 i 7). Należy stosować się i przestrzegać instrukcji obsługi – w szczególności w zakresie opisanym w niniejszym rozdziale.



### Unikanie uszkodzeń i niewłaściwego sposobu obsługi

- Nigdy nie zostawiać patelni oPan large bez nadzoru podczas rozgrzewania oraz smażenia.
- Zawsze stosować się do zaleceń na temat metody smażenia oraz do informacji zawartych w niniejszej broszurze.
- Przeczytać zalecenia znajdujące się w rozdziale “Czyszczenie i pielęgnacja”.



### Unikanie oparzeń

- Nie dotykać żadnych gorących elementów ze stali nierdzewnej.
- W przypadku kuchenek gazowych zawsze dostosować średnicę palnika do średnicy patelni oPan large, a także ustawić patelnię tak, aby nie dopuścić do nagrzania się rączki patelni.
- Aby uniknąć przegrzania, upewnić się, że średnica powierzchni grzejnej (kuchenka gazowa, elektryczna, indukcyjna) nie jest większa od średnicy dna patelni oPan large.

### Monitoring

- Patelnia oPan large musi być nadzorowana podczas rozgrzewania oraz smażenia.
- Nienadzorowane, niekontrolowane smażenie może prowadzić do przegrzania patelni oPan large, a w konsekwencji do spalania potrawy i uszkodzenia lub zniszczenia patelni. Niebezpieczeństwo oparzeń oraz pożaru.
- Patelnia oPan large nie jest przeznaczona do używania przez dzieci.



### Utylizacja

Nie wyrzucać patelni oPan large do domowego śmietnika, ponieważ materiały, z których została wykonana nadają się do ponownego przetworzenia. Jeśli to konieczne, zutylizować w sposób przyjazny dla środowiska i zgodnie z lokalnymi przepisami.



Ważne zalecenia dot. bezpieczeństwa. Niestosowanie się do nich może prowadzić do obrażeń ciała i uszkodzeń produktu.



Przydatne wskazówki dot. sposobu użytkowania.



Wskazówki dot. ochrony środowiska, ekologii oraz ekonomii.



Lepiej jeść.  
Lepiej żyć.

**AMC Perfect Cookware**

**Sp. z o.o.**

ul. Słowicza 62  
02-170 Warszawa  
Polska  
T: +48 22 378 49 50

[kontakt@amc-pc.pl](mailto:kontakt@amc-pc.pl)  
[www.amc.info](http://www.amc.info)



AMC Perfect Cookware

**AMC International**

Alfa Metalcraft Corporation AG  
Buonaserstrasse 30  
6343 Rotkreuz  
Switzerland  
T: +41 41 - 799 52 22

[info@amc.info](mailto:info@amc.info)  
[www.amc.info](http://www.amc.info)



AMC International



[amc\\_international](https://www.instagram.com/amc_international)

System gotowania  
Premium

[www.amc.info](http://www.amc.info)