

## DOPORUČENÝ ZPŮSOB OHŘEVU ZMRAZENÝCH JÍDEL

### Ohřev v mikrovlnné troubě

Krycí fólii plastové vaničky se zmrazeným jídlem před rozmrazováním na několika místech propíchněte, tím zamezíte jejímu prasknutí při ohřevu. Vaničku s přílohou odstříhnete a ohříváte odděleně, neboť delším ohřevem se příloha znehodnocuje. Kaše a luštěniny po rozmrazení promíchejte a pak teprve ohříváte. Ohřátý pokrm ponechejte před konzumací půl minuty stát. Při výkonu trouby 750 W je doba ohřevu včetně rozmrazení cca 3,5 – 13 minut u hotových jídel a 3,5 – 10 minut u příloh.

DOBA ROZMRAZOVÁNÍ A OHŘEVU JEDNOTLIVÝCH TYPŮ JÍDEL A PŘÍLOH V MINUTÁCH					
TYP JÍDLA	ROZMR.	OHŘEV	PŘÍLOHY	ROZMR.	OHŘEV
Omáčky s masem	6	5	Bramborové knedlíky	3	3
Šťáva, maso, špenát	5	5	Houskové knedlíky	2	1,5
Slepice (kuře) na paprice	7	6	Bramborová kaše	4	4
Karbanátek, mletá masa	2	1,5	Brambory	4,5	3,5
Plněná paprika, klopsy	6,5	6	Luštěniny	5	5
Ovocné knedlíky	2	1,5	Rýže	4	3,5
Rizoto	4	3,5	Zelí	4	4

### DALŠÍ VHODNÉ ZPŮSOBY OHŘEVU

#### Klasická trouba na pečení

Jídlo ohříváme při teplotě do 110 °C cca 25 – 30 minut.

UPOZORNĚNÍ: Vanička s jídlem nesmí přijít do přímého styku se zdrojem tepla.

#### Horkovzdušná trouba

Ohřev probíhá za stejných podmínek jako u klasické trouby s tím, že doba ohřevu se liší podle typu zařízení.

#### Vodní lázeň

Vaničku lze ponořit do vařící vody a zatížit ji aby neplavala (úplné ponoření urychluje ohřev). Ohřev trvá cca 30 minut.

#### Klasický způsob

Obsah vaničky vyjmete, vložíme do vhodné nádoby a ohřejeme na kuchyňském sporáku – vařiči.