

THERMOTOPF
- SCHULTE UFER
ROMANA



Der **Thermotopf** besteht aus einem **Topf** aus der Serie Romana und einer perfekt dafür angepassten **isolierenden Thermobox**. Der Thermotopf eignet sich ideal zum **energiesparenden Weitergaren** von Speisen wie z. B. Getreide, Hülsenfrüchte, Eintöpfe ...

Technische Daten: • induktionsgeeigneter, energiesparender protherm® Allherd-Kupferboden • hochwertiger rostfreier Edelstahl in schwerer Ausführung • spülmaschinenfest • backofenfest • hochglanzpoliert • wärmeisolierende Profilgriffe aus rostfreiem Edelstahl

Nutzung: 1. Ankochen! Im ersten Schritt werden Lebensmittel in den Topf gegeben, der Deckel geschlossen und zum Kochen gebracht oder kurz gebraten. Diese „Ankochzeit“ umfasst meist wenige Minuten.

2. Ab in die Garbox! Im Anschluss -ohne weitere Energie- wird der Topf mit Deckel in die Thermobox gestellt.

3. Ohne Energie fertiggaren! Die Thermobox macht die Sonderform des **Niedrigtemperaturgarens** durch die Isolierung möglich. Die beim Ankochen erzeugte Wärme genügt. Aufgrund der Doppelwand und der damit einhergehenden Zwischenräume (Luftpolster) halten Thermotöpfe Speisen besonders lang warm.

4. Die Vorteile: Zum einen werden die **Energiekosten gesenkt**. Bis auf die kurze Hitzezufuhr zu Beginn des Garprozesses brauchst du keine Energie. Du sparst **bis zu 90 Prozent Energie**.

Zum anderen **sparst du wertvolle Zeit**: du brauchst nicht durchgehend am Herd stehen und den Topf beaufsichtigen (kein Überkochen /Verbrennen). **Mit dieser „Softgarmethode bleiben empfindliche Vitalstoffe und natürliche Geschmacksstoffe dank schonenden Temperaturen erhalten. Gekochtes bleibt bis zu 10 Stunden frisch, warm und schmeckt intensiv.**

5. Größen – Volumen darf nicht zu üppig ausfallen! Wähle das Fassungsvermögens passend zur Personenzahl, die du regelmäßig bekochst! Der Topf sollte zu min. 2/3 gefüllt sein. Für Beilagen (Reis,..) genügt meist auch für eine mehrköpfige Familie der 2 l Thermotopf 16i. Für Eintöpfe und voluminösere Gerichte empfiehlt sich der 3,5 l Topf.

6. Durchschnittliche Garzeit von Speisen in der Thermobox ohne weitere Zuführung von Energie:

10 Minuten: Haferflocken, Nudeln, Porree, Chinakohl

20 Minuten: Reis (parboiled), Buchweizen, Wachtelbohnen, kleine Kartoffeln, Paprika

30 Minuten: mittlere Kartoffeln, Möhren, Kohl, Kohlrabi, Fenchel, Rosenkohl, Gries

40 Minuten: Gerste, Hirse, Grünkernschrot, Pellkartoffeln (mittel)

50 Minuten: Naturreis, Milchreis, Roggen, Sojabohnen, Weizen, Rote Beete

60 Minuten: Trockenobst, Grünkern, Linsen, Weizen, Azukibohnen, Sauerkraut, Suppenhuhn

90 Minuten: dicke Bohnen, Erbsen (gelb oder grün), weiße Bohnen, Gulasch, 1 kg

Schweinebraten, Kalbsbraten, Rouladen, Sellerie