

SAVE THIS USE AND CARE BOOK

LEASE ESTE INSTRUCTIVO ANTES DE USAR EL PRODUCTO

CONSERVER CE GUIDE D'ENTRETIEN ET D'UTILISATION

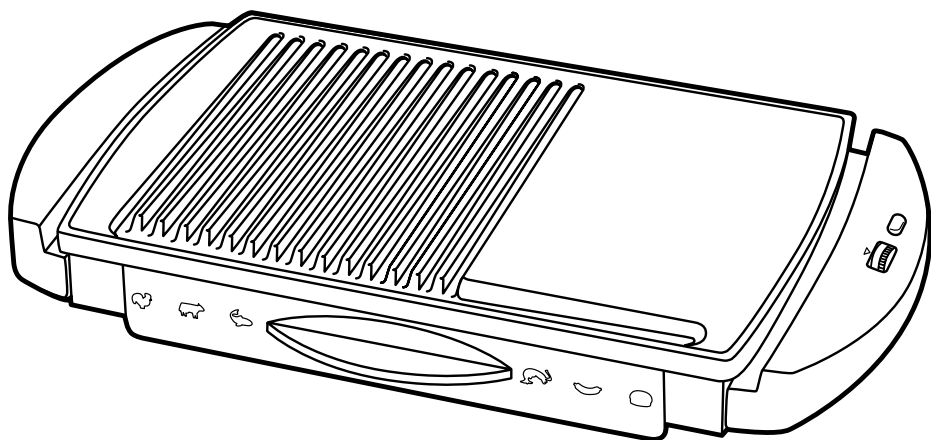
 **BLACK & DECKER**® *

SizzleLean™

Counter Top Grill & Griddle (English page 2)

Parrilla y plancha (Español page 9)

Gril électrique pour le comptoir (Français page 16)



U.S.A./CANADA 1-800-231-9786
MEXICO 01-800-714-2503

<http://www.householdproductsinc.com>

Household Products Limited de
México S. de R.L. de C.V.

1000W 120V~ 60Hz
1400W 240V~ 50/60Hz

Série IG100 Series

IMPORTANT SAFEGUARDS

When using electrical appliances, basic safety precautions should always be followed, including the following:

■ **Read all instructions.**

- Do not touch hot surfaces. Use handles or knobs.
- To protect against a risk of electric shock, do not immerse cord, plug, or any other part of this grill in water or other liquid.
- Close supervision is necessary when any appliance is used by or near children.
- Unplug from outlet when not in use and before cleaning. Allow to cool before putting on or taking off parts and before cleaning.
- Do not leave the appliance unattended when in use.
- Do not operate any appliance with a damaged cord or plug or after the appliance malfunctions or has been damaged in any manner. Return the appliance to an authorized service center for examination, repair, or adjustment.
- Do not use outdoors.
- The use of accessory attachments not recommended by the appliance manufacturer may cause injuries.
- Do not allow cord to touch hot surfaces or hang over the edge of table or counter.
- Do not place on or near a hot gas or electric burner or in a heated oven.
- Always use the appliance on a dry, level surface.
- Extreme caution must be used when moving an appliance containing hot oil or other hot liquids.
- To use, plug cord into electrical outlet. To disconnect, grasp plug and remove from outlet. Do not yank on cord.
- Do not use grill for other than intended use.
- Do not operate in the presence of explosive and/or flammable fumes.
- This product is intended for household use only and not for commercial or industrial use.

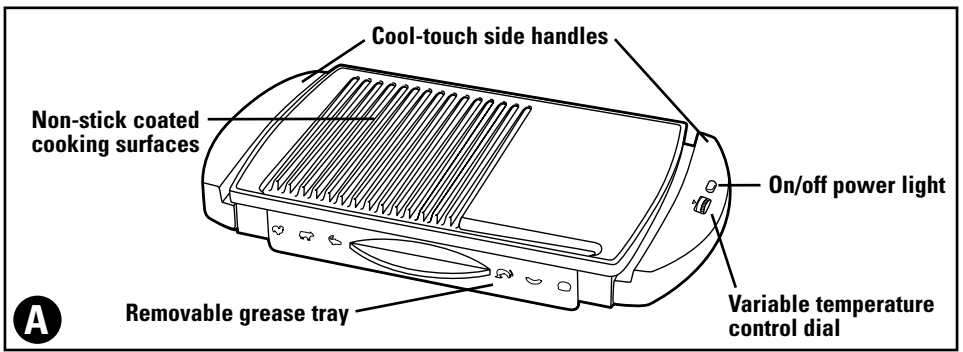
SAVE THESE INSTRUCTIONS

POLARIZED PLUG (North/Central American Models only)

This appliance has a polarized plug - one blade is wider than the other. To reduce the risk of electric shock, this plug will fit into a polarized outlet only one way. If the plug does not fit fully into the outlet, reverse it. If it still does not fit, contact a qualified electrician. Do not attempt to defeat this safety feature by modifying the plug in any way.

ELECTRICAL CORD

To avoid a circuit overload, do not operate another high wattage appliance on the same circuit. The cord length of this appliance has been selected to reduce the possibility of tangling or tripping over a longer cord. If additional cord length is needed, an extension cord rated not less than 10 amperes, 120 volts or 6 amps/220-240 volts, and with the Underwriters Laboratories listing or NOM or the appropriate electrical agency, may be used. If using an extension, be sure to arrange it so that it cannot be pulled or tripped on.



Using Your Grill-English

BEFORE FIRST USE

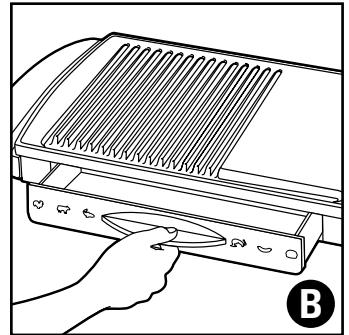
Clean the cooking surface by wiping with a sponge or cloth dampened in hot, sudsy water. When cleaning, **DO NOT IMMERSE** the unit and do not run water directly onto cooking surfaces. Rinse and dry thoroughly. Before preheating for first use, condition the cooking surface by applying a light coating of vegetable oil with a pastry brush or paper towels, or use a non-stick cooking spray. Wipe off excess oil with paper towels.

HOW TO USE

1. Plug the cord into a standard outlet. The Power Light (A) will come on. Preheat the unit for 10-12 minutes.
2. Turn the Temperature Control Dial (A) to high for best browning results and grill marks. Use the ridged side of the grill for hamburgers, steaks, hot dogs, bacon, sausages, fish steaks, grilled vegetables, chicken breasts and other meats. Use the flat griddle side for such foods as pancakes, French toast, eggs, or grilled cheese sandwiches.
3. Use the cooking chart as a guide for food amounts and cooking times. Watch foods and turn frequently for more even cooking.

CARE AND CLEANING

1. When finished cooking, unplug the unit from the outlet and allow the grill to cool completely before cleaning.
2. Slide out the removable grease tray (B) and pour off grease into a disposable cup or can. The grease tray is dishwasher-safe (top rack) or it may be washed by hand in soapy water.
3. Clean the cooking surfaces by wiping them with a sponge or cloth dampened with hot water and dish detergent. When cleaning, **DO NOT IMMERSE THE UNIT** nor run water directly onto the cooking surface.
4. Do not use steel wool pads or other harsh, abrasive cleaners on the cooking surfaces as they may damage the non-stick coating. Never spray or apply cleaners directly onto the grill.



- To remove cooked-on food, use a plastic bristle brush, polyester, or nylon mesh pad. Be sure to wipe the handles after each use. Dry with a soft cloth.

USE THIS CHART AS A COOKING GUIDE • Always preheat 10-12 minutes before cooking.

FOOD	AMOUNT	TIME	SUGGESTIONS & TIPS
BACON	Up to 5 slices	7 - 8 minutes	Cook on grill to desired doneness.
CHICKEN BREAST HALVES, BONELESS	2 - 3, 5 - 7 oz. (142 - 198 g) each	15 - 25 minutes	Small breast sections cook most evenly. Cook on grill until juices run clear.
CHICKEN TENDERS	Up to 8	6 - 8 minutes	Lightly spray tenders on both sides with non-stick cooking spray before placing on grill to keep moist and juicy.
FISH STEAKS	1 - 2 steaks, 3/4 - 1-1/4" (1.91 - 3.18 cm thick)	16 - 25 minutes	Cook on grill until fish is opaque and flakes easily with a fork. Use griddle to cook onion slices or asparagus.
FRANKFURTERS	Up to 10 (1 lb./454 g)	8 - 10 minutes	Cook on grill. Use griddle to heat rolls.
FRENCH TOAST	Up to 2 slices.	1-1/2 minutes per side	Cook on griddle. Use grill area for sausage or bacon.
FRIED EGGS	Up to 2	5 - 6 minutes	Cook on griddle. Fresh eggs work best. Use spatula to block egg white from running down grease holes.
GRILLED CHEESE SANDWICH	Up to 2	3 - 4 minutes per side	Spread outside of bread with butter or margarine. Fill sandwich with cheese slices. Cook on griddle. Use grill to cook bacon to add to sandwiches.
GRILLED FRUITS AND VEGETABLES	Cover grill surface	4 - 15 minutes (depending on food)	Slice fruits (such as apples, pineapple) and vegetables (onions, peppers, squash, eggplant) 1/4" (.64 cm) thick. Lightly brush both sides with butter or oil. Sprinkle with favorite herbs or spices.
HAM SLICE	1, about 1/2i (1.27 cm) thick, 8" (20 cm) diameter	5 - 7 minutes	Cook on grill. Use griddle to heat/cook pineapple slices.
HAMBURGERS	Up to 4 qtr. pound burgers	10 - 12 minutes	Cook on grill. Use griddle to heat/toast buns.
PANCAKES	Up to 3	1 minute per side	Cook on griddle. Use grill to cook bacon or sausage.
PORK CHOPS, BONELESS	Up to 4, about 3/4" (1.91 cm) thick	17 - 20 minutes	Cook on grill. Use griddle to cook apple slices.
SAUSAGE PATTIES OR BREAKFAST LINKS	2 - 3 patties, up to 10 small links	10 - 20 minutes	Cook on grill. Turn often. Use griddle for pepper and onion slices, or pancakes.
SHRIMP	Up to 18, large size	3 - 5 minutes	Cook on griddle. Use grill for vegetable slices, like zucchini, summer squash or eggplant.
BEEF STEAKS	Up to 2, 3/4 - 1" (1.91 - 2.54 cm) thick	11 - 13 minutes	Cook on grill. Use griddle for onions or mushrooms.

TO GET THE MOST FROM YOUR GRILL & GRIDDLE

- To prevent scratching the grill surface, always use plastic utensils. Never cut foods on the grill.
- Flat, thin, and boneless foods grill best. Foods that are too thick take longer to cook (like bone-in chicken breasts, or corn on the cob).
- For low fat foods, i.e. fish steaks, chicken breasts, turkey burgers, vegetables, use a light coating of vegetable oil to keep foods from drying out or sticking to the grill.
- If using non-stick cooking spray, lightly spray both sides of non-fatty foods (like chicken tenders) prior to placing on grill.
- If you are using the grill for hamburgers, you can simultaneously use the griddle for a grilled cheese sandwich to make two lunches at once. Or, use the griddle to toast/heat rolls and buns for the burgers.
- Use low and medium settings to reheat previously cooked foods, to keep foods warm after cooking, or to cook very thin sliced or delicate foods like apple or pineapple slices.

FAVORITE RECIPES

TURKEY BURGERS

vegetable oil or cooking spray
1/2 can (whole can 15-1/2 oz./440 g)
pinto beans, drained
1 slice grain bread, broken into 6 pieces
1 clove garlic

1 package (about 1 pound/454 g) ground turkey
1 stalk celery, cut crosswise into 3 pieces
6 flour tortillas (6-1/2"/16.51 cm diameter)
Salsa
avocado slices

1. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle at high for 10 - 12 minutes. Coat grill surface with vegetable oil or cooking spray.
2. In bowl or food processor, combine pinto beans, bread and garlic. Process to finely chop. Transfer to mixing bowl. Add ground turkey.
3. Slice celery and add to turkey mixture. Blend well and shape mixture into 6 equal ovals. Place on grill and cook about 15 - 20 minutes, turning every 5 minutes.
4. As turkey burgers are cooking, use griddle to heat and toast flour tortillas, one at a time.
5. To serve, place burger in center of tortilla and garnish with salsa and avocado slices.

Makes: 6 turkey burgers.

BASIL CHICKEN BREASTS

1/3 cup packed basil leaves
1 clove garlic

2 tablespoons olive oil
2 chicken breast halves, about 6 oz./170 g each

1. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle at high for 10 - 12 minutes.
2. In bowl or food processor, combine basil leaves and garlic. Process to finely chop. Add olive oil and blend to combine.
3. Brush chicken breast halves with basil mixture and place on grill.
4. Cook for 20 - 25 minutes, turning often, or until juices run clear.

Makes: 2 servings.

MUSHROOM SMOTHERED STEAKS

2 strip steaks, about 8 oz./227 g each
salt and pepper
10 medium mushrooms, sliced
1 tablespoon olive oil

1 tablespoon mesquite flavored cooking sauce
(or other favorite steak sauce)
1 teaspoon dried savory

1. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle at High for 10 - 12 minutes.
2. Salt and pepper both sides of steaks and add to grill. Grill 6 - 7 minutes per side, or to desired doneness.
3. As steaks are cooking, combine mushroom slices, olive oil, cooking or steak sauce and savory. Blend to mix. Add to griddle and cook turning often until mushrooms are soft (about 4 - 7 minutes).
4. To serve, place steaks on individual plates and cover each steak with half the mushrooms. Serve immediately.

Makes: 2 servings.

SAUSAGE PATTIES WITH PEPPERS AND ONIONS

2 sausage patties, 1/4" (.64 cm) thick (about 1/4 pound/113 g each)

1/2 large onion, cut into slices

1/2 red pepper, cut into strips

1 teaspoon olive oil

1/4 teaspoon red pepper flakes

2 sandwich rolls, toasted

1. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle at high for 10 - 12 minutes.
2. Add sausage patties to grill and cook for about 4 minutes per side.
3. As sausage are cooking, combine onion, red pepper, olive oil and red pepper flakes in small bowl. Stir to mix. Add to griddle section and cook until onions and peppers are soft, about 6 minutes.
4. To serve, transfer sausage patties to rolls and top with onion and peppers.

Makes: 2 servings.

GRILLED SHRIMP AND VEGETABLES

vegetable oil

1/2 medium yellow squash, sliced 1/4"

(.64 cm) thick

1/2 medium zucchini, sliced 1/4" (.64 cm) thick

1/2 red pepper, sliced lengthwise in half

3 slices medium eggplant, 1/4" (.64 cm) thick

1/2 pound/227 g large fresh shrimp, shelled

1 tablespoon olive oil

2 teaspoons soy sauce

1/2 teaspoon sesame seeds

1. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle at high for 10 - 12 minutes.
2. Lightly brush surface with vegetable oil.
3. Add squash, zucchini, pepper and eggplant slices to grill section. Cook about 4 minutes per side.
4. Combine shrimp, olive oil, soy sauce and sesame seeds. Add to griddle. Cook shrimp about 4 - 5 minutes, turning frequently.

Makes: 2 servings.

PORTOBELLO STACK-UPS

vegetable oil

2 portobello mushroom caps

2 onion slices, 1/4" (.64 cm) thick

4 tomato slices, 1/4" (.64 cm) thick

1/2 cup plain yogurt

1/3 cup crumbled blue cheese

1/4 cup toasted walnut pieces

2 slices sour dough bread, toasted

3 cups mesclun salad greens

1. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle at high for 10 - 12 minutes.
2. Lightly brush surface with thin coating of vegetable oil.
3. Add mushrooms and onions to grill section; add tomato slices to griddle section. Turn after 6 - 7 minutes. Grill another 3 - 4 minutes.
4. As vegetables are cooking, combine yogurt, blue cheese, and walnuts. Stir to mix.
5. To assemble, place toasted sour dough bread on individual plates. Divide mesclun in half and cover bread with salad greens.
6. Top greens with mushroom, onion, and tomato slices.
7. Drizzle yogurt mixture over top.

Makes: 2 servings.

TANGY SALMON AND ASPARAGUS

1/2 cup cider vinegar

1/2 cup soy sauce

2 salmon steaks, 3/4"/1.91 cm thick (about 1-1/4 to 1-1/2 pounds (567 - 681 g) total)

vegetable oil or non-stick cooking spray

12 medium asparagus

1 teaspoon olive oil

1. Combine cider vinegar and soy sauce in shallow dish. Place salmon steaks in dish and allow to marinate for 2 - 4 hours.
2. When ready to cook, lightly brush grill surface with vegetable oil or spray with non-stick cooking spray. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle on high for 10 - 12 minutes.
3. Place salmon on grill.
4. Turn salmon steaks after about 10 - 12 minutes. Cook other side for 11 - 13 minutes, or until fish flakes easily with a fork.
5. After salmon has cooked about 15 minutes, brush asparagus with olive oil and add asparagus to griddle. Cook 6 - 8 minutes, turning occasionally.

Makes: 2 servings.

EASY CHICKEN AND VEGETABLE KEBABS

4 chicken tenders (about 4 - 5 oz./113-142 g total)

8 small cherry tomatoes

4 medium mushrooms, halved

1/2 green pepper, cut lengthwise into 4 strips, and each strip cut into 4 pieces

2 tablespoons prepared Italian salad dressing

4 skewers, 12" (30 cm) long

1. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle at high for 10 - 12 minutes.
2. Cut chicken tenders crosswise into 4 equal pieces.
3. Combine chicken, cherry tomatoes, mushrooms and green pepper in medium mixing bowl. Add salad dressing. Stir to mix well. (Marinate for 30 minutes, if time permits for added flavor.)
4. Thread chicken pieces and vegetables onto skewers, dividing chicken and vegetables evenly between the skewers.
5. Place skewers on grill surface and cook for 20 - 25 minutes, or until chicken pieces are done. (Use potholders when handling skewers.) Turn 2 or 3 times during cooking.
6. Serve with heated flour tortillas or couscous, if desired.

Makes: 2 servings (2 skewers/serving).

VEGETABLE SCRAMBLE

2 medium potatoes (about 1/2 pound/227 g), sliced 1/4"/.64 cm thick

3 mushrooms, sliced

1 medium onion, sliced 1/4"/.64 cm thick

1/2 green pepper, sliced

2 tablespoons finely chopped fresh tarragon leaves

2 teaspoons olive oil

1/2 teaspoon red pepper flakes (optional)

salt and pepper

1. In medium mixing bowl, combine all ingredients and stir gently to mix.
2. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle at high for 10 - 12 minutes.
3. Cover grill and griddle surface with vegetable slices and cook until potatoes are tender, about 15 - 20 minutes. Turn after 7 - 9 minutes.

Makes: 2 servings.

LEMON-TOPPED SWORDFISH

1. Preheat SizzleLean™ Counter Top Grill & Griddle at high for 10 - 12 minutes.

1 swordfish steak, 1" (2.54 cm) thick	4 tablespoons mayonnaise
(about 1-1/2 pounds/681 g)	2 tablespoons lemon juice
non-stick cooking spray	2 teaspoons dill weed
lemon and lime slices (about 9 - 10 slices)	

2. Spray both sides of swordfish with cooking spray.

3. Place on grill. Squeeze 1 lemon slice and 1 lime slice over top of fish.

4. Turn fish after about 7 minutes.

5. While fish is grilling, combine mayonnaise, lemon juice and dill weed. After 15 minutes, spread 1/4 mayonnaise sauce over top of swordfish. Turn and SPREAD 1/4 mayonnaise sauce over second side.

6. Add remaining lemon and lime slices to griddle. Cook 2 - 3 minutes, then turn to cook other side.

7. Grill swordfish about 20 - 22 minutes, or until it flakes easily with a fork. Serve with remaining sauce drizzled over top and garnished with lemon and lime slices.

Makes: 2 servings.

NEED HELP?

Service, if necessary, must be performed by a Black & Decker Company-Owned or Authorized Household Appliance Service Center. The Service Center nearest you can be found in the yellow pages of your phone book under "Appliances - Small - Repairing."

If mailing or shipping your grill, pack it carefully in a sturdy carton with enough packing material to prevent damage. Include a note describing the problem to the Service Center and be sure to give your return address. We also suggest that you insure the package for your protection.

FULL ONE-YEAR WARRANTY

Household Products warrants this product against any defects that are due to faulty material or workmanship for a one-year period after the original date of consumer purchase. This warranty does not include damage to the product resulting from accident or misuse. If the product should become defective within the warranty period, we will repair it or elect to replace it free of charge. We will return your product, transportation charges prepaid, provided it is delivered prepaid to any Black & Decker Company-Owned or Authorized Household Appliance Service Center.

This warranty gives you specific legal rights and you may also have other rights which vary from state to state or province to province. Answers to any questions regarding warranty or service locations may be obtained by calling Consumer Assistance and Information toll free: 1-800-231-9786.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

Cuando se usan aparatos electrónicos, siempre deben tomarse algunas precauciones básicas de seguridad, incluyendo las siguientes:

- **Por favor lea todas las instrucciones.**
- No toque las superficies calientes, utilice las asas o las perillas.
- Para protegerse contra el riesgo de un choque eléctrico, no sumerja el cable, el enchufe ni ninguna parte de esta parrilla en agua o cualquier otro líquido.
- Se requiere la supervisión de un adulto cuando el aparato esté siendo usado cerca de o por un niño.
- Desconecte la unidad del tomacorriente antes de limpiarla y cuando no esté en uso. Permita que se enfríe antes de ponerle o quitarle partes y antes de limpiarla.
- No desatienda la unidad cuando esté en uso.
- No opere ningún aparato que presente daños al enchufe o al cable, o si la unidad no funciona bien o ha sido dañada en alguna forma. Devuélvala a un centro de servicio autorizado para que la examinen, reparen o ajusten.
- No use aparato a la intemperie.
- El uso de accesorios no recomendados por el fabricante del producto puede causar lesiones personales.
- No permita que el cable cuelgue del borde de la mesa o del mostrador o que entre en contacto con superficies calientes.
- No coloque sobre ni cerca de una hornilla de gas o eléctrica, ni cerca de un horno caliente.
- Siempre use la unidad sobre superficies secas y niveladas.
- Debe de tomarse mucha precaución al mover la unidad cuando tenga líquidos o aceite caliente.
- Para desenchufar, siempre sujete el enchufe firmemente y no tire del cable.
- No use la unidad con otro fin más que para lo que ha sido diseñada.
- No opere en presencia de gases explosivos y/o inflamables.
- Este producto ha sido diseñado solamente para uso doméstico y no para uso industrial o comercial.

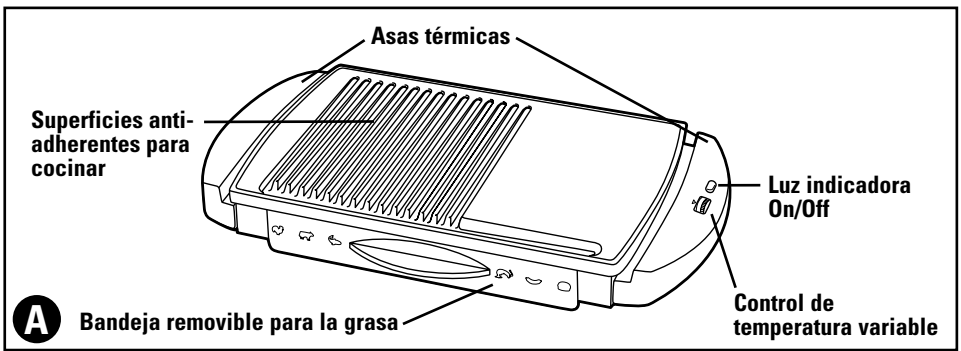
CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES

ENCHUFE POLARIZADO (Solamente para los modelos Norte y Centro americanos)

Se emplean enchufes polarizados con un contacto más ancho que el otro para reducir los riesgos de choque eléctrico. Cuando el cable tiene este tipo de enchufe, se ajusta únicamente a un contacto polarizado. Si el enchufe no se ajusta en su contacto, inviértalo. Si aún así no se ajusta, busque la ayuda de un electricista calificado para que instale un contacto polarizado apropiado. Por ningún punto trate de modificar o hacerle cambios al enchufe.

CABLE ELECTRICO

La longitud del cable eléctrico de este aparato se ha seleccionado para reducir el peligro que puede ocasionar un cable más largo. De ser necesario un cable más largo, use un cable de extensión listado por Underwriters Laboratories (UL), por NOM o uno aprobado por una agencia apropiada. La extensión deberá estar calificada para no menos de 10 amperes y 120 volts o una de 6 amperes/220-240 volts. Si usa una extensión, asegúrese de que nadie la jale o se tropiece en ella.



Como usar la parrilla-Espanol

ANTES DE USAR POR PRIMERA VEZ

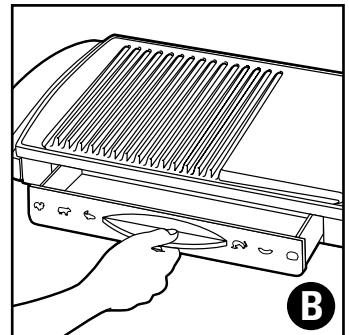
Limpie las superficies para cocinar con una esponja o con un paño humedecido con agua tibia y jabón. **NO SUMERJA** la unidad y no permita que corra el agua directamente sobre la superficie para cocinar. Enjuague y seque completamente. Antes de precalentar para usar por vez primera, cure la superficie cepillando o pasando con papel de toalla aceite vegetal o bien rociándolo. Limpie el exceso de aceite con papel de toalla.

COMO USAR

1. Enchufe el cable a un tomacorriente standard. La luz indicadora se encenderá (A). Precalente la unidad de 10 a 12 minutos.
2. Ajuste el control de la temperatura (A) a "High" (alto) para lograr que los alimentos queden bien dorados y adquieran las marcas de la parrilla. Use la parrilla para preparar hamburguesas, bistec, hot dogs, tocino, salchichas, bistec de pescado, vegetales asados, pechugas de pollo y otras carnes. Use la plancha para comidas tales como los panqueques, las tostadas francesas, huevos o sandwiches de queso derretido.
3. Use la tabla como guía para determinar la cantidad de comida y el tiempo que toma para prepararla. Supervise los alimentos y deles vuelta para que se cocinen por parejo.

CUIDADO Y LIMPIEZA

1. Cuando termine de cocinar, desconecte la unidad del tomacorriente y permita que la parrilla se enfríe por completo antes de limpiarla.
2. Deslice hacia afuera la bandeja (B) y vierta la grasa dentro de una taza desechable o dentro de una lata. La bandeja puede lavarse en la máquina lavaplatos o a mano con agua enjabonada.
3. Limpie las superficies para cocinar pasándoles una esponja o un paño humedecido con agua y detergente para platos. Cuando limpie la unidad, **NO LA SUMERJA** ni permita que corra agua sobre la superficie para cocinar.
4. No use fibras metálicas ni limpiadores abrasivos sobre las superficies para cocinar ya que pueden dañar el acabado antiadherente. Nunca rocíe ni aplique



limpiadores directamente sobre la parrilla.

- Para eliminar los residuos de comida, use un cepillo con cerdas plásticas o un paño de nailon. Asegúrese de limpiar las asas después de cada uso. Seque con un paño suave.

USE ESTA TABLA COMO GUIA PARA COCINAR • Siempre precaliente de 10 - 12 minutos antes de cocinar.

ALIMENTO	CANTIDAD	TIEMPO	SUGERENCIAS Y CONSEJOS
TOCINO	Hasta 5 tiras	7 - 8 minutos	Cocine sobre la plancha a su gusto.
PECHUGAS DE POLLO	2 - 3	15 - 25 minutos	Las piezas pequeñas se cocinan más parejo. Cocine sobre la parrilla hasta que los jugos corran claros.
PECHUGAS PARTIDAS POR MITAD SIN HUESO	5 - 7 142 - 198 g (oz) cada una		
TIRAS DE POLLO	Hasta 8	6 - 8 minutos	Rocíe el pollo con un poco de aceite por ambos lados antes de colocarlos sobre la parrilla para mantenerlos húmedos y jugosos.
BISTECOS DE PESCADO	1 - 2 bistecs de 1.91 - 3.18 cm de gruesos (3/4 - 1 1/4")	16 - 25 minutos	Cocine sobre la parrilla hasta quedar opacos y puedan separarse fácilmente con el tenedor. Use la plancha para cocinar rebanadas de cebolla o espárragos.
SALCHICHAS	Hasta 10 de (454 g/1 lb)	8 - 10 minutos	Cocine sobre la parrilla. Use la plancha para calentar el pan.
TOSTADAS FRANCESAS	Hasta 2 rebanadas	1 - 1 1/2 minutos por cada lado	Cocine sobre la parrilla. Use la plancha para cocinar salchichas o tocino.
HUEVOS FRITOS	Hasta 2	5 - 6 minutos	Cocine sobre la plancha. Los huevos frescos dan mejor resultado. Con una espátula cuide de que las claras no corran por el drenaje para la grasa.
SANDWICHES DE QUESO DERRETIDO	Hasta 2	3 - 4 minutos por cada lado	Unte mantequilla o margarina al pan por fuera. Coloque el queso entre las rebanadas de pan. Cocine sobre la plancha. Use la parrilla para cocinar tocino.
FRUTAS Y VEGETALES A LA PARRILLA	Cubra la superficie de la parrilla.	4 - 15 minutos (dependiendo del alimento)	Rebane frutas tales como las manzanas o las piñas, y vegetales como las cebollas, pimientos, ayote y berenjenas de 64cm (1/4") de grueso. Ponga un poco de aceite o de mantequilla por ambos lados y rocíe su hierbas o especias favoritas.
REBANADA DE JAMON	1 de 1.27 cm (1/2") de gruesa y 20 cm (8") en diámetro	5 - 7 minutos	Cocine sobre la parrilla. Use la plancha para calentar o cocinar rebanadas de piña.
HAMBURGUESAS	Hasta 4 de 1/4 lb	10 - 12 minutos	Cocine sobre la parrilla. Caliente el pan sobre la plancha.
PANQUEQUES	Hasta 3	1 minuto por cada lado	Cocine sobre la plancha. Cocine tocino o salchichas sobre la parrilla.
CHULETAS DE CERDO SIN HUESO	Hasta 4 de 1.91 cm (3/4") de gruesas	17 - 20 minutos	Cocine sobre la parrilla. Use la plancha para cocinar rebanadas de manzana.
SALCHICHAS PARA EL DESAYUNO EN TORTAS O LARGAS	2 - 3 tortas, hasta 10 salchichas largas	10 - 20 minutos	Cocine sobre la parrilla. Voltéelas con frecuencia. Use la plancha para cocinar pimientos o lascas de cebolla o panqueques.
CAMARONES	Hasta 18 grandes	3 - 5 minutos	Cocine sobre la plancha. Use la parrilla para cocinar lascas de vegetales como zucchini, ayote o berenjena.
BISTEC DE CARNE DE RES	Hasta 2 de 1.91 - 2.54 cm (3/4 - 1") de gruesos	11 - 13 minutos	Cocine sobre la parrilla. Use la plancha para las cebollas y los champiñones.

PARA OBTENER MAYOR PROVECHO DE SU PARRILLA Y PLANCHA

- Para evitar rayar la superficie de la parrilla, siempre use utensilios plásticos. Nunca parta los alimentos sobre la parrilla.
- Los alimentos planos, delgados y sin hueso se asan mejor. Los alimentos gruesos tardan más en cocinarse (como los huesos en el pollo o el maíz en la mazorca).

- Para los alimentos bajos en grasa como los bistecs de pescado, las pechugas de pollo, las tortas de carne de pavo o los vegetales, se recomienda ponerles un poco de aceite vegetal por fuera para que no se sequen ni se peguen a la parrilla.
- Si usa un rociador, rocíe ambos lados de los alimentos sin grasa (como las tiras de pollo) antes de colocarlas sobre la parrilla.
- Si usa la parrilla para preparar hamburguesas, puede usar la plancha simultáneamente para hacer un sándwich de queso derretido y poder así preparar dos almuerzos a la vez. Puede usar la plancha para calentar o tostar el pan de las hamburguesas.
- Use una temperatura de baja a mediana para recalentar los alimentos ya cocinados o para cocinar finas rebanadas de manzana o de piña.

RECETAS FAVORITAS

HAMBURGUESAS DE PAVO

Aceite vegetal o rociador para cocinar
 1 paquete de 454g/1 lb de carne de pavo molida
 1/2 lata (lata entera 440g/15-1/2oz) de frijoles rojos escurridos
 1 tallo de apio partido en 3 pedazos a lo ancho

6 tortillas de harina 16.51 cm en diámetro
 1 rebanada de pan integral, partida en 6 partes
 Salsa
 rebanadas de aguacate
 1 diente de ajo

1. Precaliente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos. Cubra la superficie de la parrilla con aceite vegetal o rociador para cocinar.
2. En un tazón o en un procesador de alimentos, combine los frijoles, el pan y el ajo. Procese hasta quedar bien picados. Pase a un tazón y agregue la carne del pavo.
3. Parta el apio y agréguelo a la mezcla del pavo. Remueva bien y junte la mezcla en 6 óvalos iguales. Coloque sobre la parrilla y cocine de 15 - 20 minutos dándoles vuelta cada 5 minutos.
4. Mientras se cocinan las tortas de pavo, use la plancha para calentar y tostar las tortillas de harina una a la vez.
5. Para servir, coloque la torta en el centro de la tortilla y adorne con la salsa y el aguacate.

Rinde para 6 porciones

PECHUGAS DE POLLO CON ALBAHACA

1/3 taza de hojas de albahaca
 1 diente de ajo
 2 cdas. de aceite de oliva

2 pechugas de pollo por la mitad, de 170g/6 oz cada una

1. Precaliente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos.
2. En un tazón o en un procesador de alimentos, combine las hojas de albahaca y el ajo. Procese hasta quedar bien picado. Agregue el aceite de oliva.
3. Frote las pechugas de pollo con la mezcla y colóquelas sobre la parrilla.
4. Cocine de 20 - 25 minutos, dándoles vuelta con frecuencia o hasta que el jugo corra claro.

Rinde para 2 porciones

BISTECS CON CHAMPIÑONES

2 bistecs de 227g/8 oz cada uno
10 champiñones partidos por mitad
1 cda. de aceite de oliva
sal y pimienta

1 cda. de salsa con sabor a mesquite o cualquier otra salsa favorita
1 cda. de ajedrea seca

1. Precaliente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos.
2. Agregue sal y pimienta a los bistecs por ambos lados y colóquelos sobre la parrilla. Ase de 6 - 7 minutos por lado, o a su gusto.
3. Mientras se cocinan los bistecs, combine los champiñones, el aceite de oliva, la salsa para bistec y la ajedrea. Mézclelos y cocínelos sobre la plancha o hasta que los champiñones estén blandos (de 4 - 7 minutos).
4. Para servirlos, coloque los bistecs en platos individuales y cubra cada bistec con los champiñones. Sirva de inmediato.

Rinde para 2 porciones

TORTAS DE CHORIZO CON PIMIENTOS Y CEBOLLAS

2 tortas de chorizo de .64 cm (1/4") de grueso
113g/1/4lb cada una picante
1/2 cebolla rebanada
1/2 pimiento rojo partido en tiras

1 cda. de aceite de oliva
1/4 cda. de semillas de pimiento rojo
2 panes para sándwich

1. Precaliente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos.
2. Coloque las tortas sobre la parrilla y cocínelas por 4 minutos de cada lado.
3. Mientras se cocinan las tortas, combine la cebolla, el pimiento rojo, el aceite de oliva, y las semillas picantes en un tazón. Mézclelos y cocine sobre la plancha hasta que se ablanden la cebolla y el pimiento, por 6 minutos aproximadamente.
4. Para servir, coloque la torta de chorizo dentro de un pan y encima agréguele la cebolla y el pimiento.

Rinde para 2 porciones

CAMARONES ASADOS CON VEGETALES

Aceite vegetal
1/2 ayote amarillo, en rebanadas de .64 cm (1/4")
1/2 zucchini mediano en rebanadas de .64 cm (1/4")
1/2 pimiento rojo partido a lo largo
1 cda aceite de oliva

3 rebanadas medianas de berenjena de .64 cm (1/4") de gruesas
227 g/1/2 lb de camarones grandes frescos y pelados
2 cdas. salsa soya
1/2 cda. de semillas de ajonjolí

1. Precaliente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos.
2. Pase un poco de aceite vegetal sobre la superficie.
3. Coloque el ayote, el zucchini, el pimiento y la berenjena sobre la plancha y cocine 4 minutos de cada lado.
4. Combine los camarones, el aceite de oliva, la salsa soya y las semillas de ajonjolí. Colóquelos sobre la plancha y cocínelos de 4 - 5 minutos dándoles vuelta con frecuencia.

Rinde para 2 porciones.

HONGOS PORTOBELLO

aceite vegetal	1/2 taza de yogur
2 tapas de hongos portobello	1/3 taza de queso azul desmoronado
2 rebanadas de cebolla de .64cm (1/4") de grueso	1/4 taza de nueces tostadas
2 rebanadas tomate de .64cm (1/4") de grueso	2 rebanadas de pan tostado
	3 tazas de hojas verdes para ensalada

1. Precaliente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos.
 2. Pase un poco de aceite vegetal sobre la superficie.
 3. Coloque los hongos y la cebolla sobre la parrilla y los tomates sobre la plancha. Voltéelos después del transcurso de 6 - 7 minutos. Ase de 3 - 4 minutos más.
 4. Mientras se cocinan los vegetales, combine el yogur, el queso azul y las nueces. Remueva para mezclar.
 5. Para servir, coloque el pan tostado en platos individuales. Divida las hojas verdes por mitad y cubra las rebanadas de pan.
 6. Encima coloque los hongos, la cebolla y las rebanadas de tomate.
 7. Agregue la mezcla del yogur por encima.
- Rinde para 2 porciones.

SALMON CONDIMENTADO Y ESPARRAGOS

1/2 taza de vinagre de cidra	aceite vegetal o rociador para cocinar
1/2 taza de salsa soya	12 espárragos medianos
2 bistecs de salmón de 1.91 cm/3/4" de gruesos, un total de 567 - 681 g (1 1/4 - 1 - 1/2 lbs)	1 cda. de aceite de oliva

1. Combine el vinagre y la salsa soya en un plato seco. Coloque el salmón sobre el plato y permita que repose en la salsa de 2 - 4 horas.
2. Cuando esté listo para cocinar, pase o rocíe un poco de aceite vegetal sobre la parrilla. Precaliente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos.
3. Coloque el salmón sobre la parrilla.
4. Voltee los bistecs después de 10 - 12 minutos. Cocínelos por el otro lado de 11 - 13 minutos, o hasta que el pescado se separe fácilmente con un tenedor.
5. Una vez cocinado el salmón por 15 minutos, pase los espárragos por un poco de aceite y colóquelos sobre la plancha. Cocínelos de 6 - 8 minutos voltiándolos ocasionalmente.

Rinde para 2 porciones.

KEBABS DE POLLO Y VEGETALES FACILES DE PREPARAR

4 filetes de pollo (113 - 142 g/ 4 - 5 oz en total)	cortada en 4
8 tomates cereza	2 cdas. de aderezo italiano para ensalada
4 champiñones medianos por mitad	4 brochetas de 30 cm (12") de largo
1/2 pimiento verde, partido a lo largo y cada tira	

1. Precaliente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos.
2. Parta los filetes de pollo en 4 porciones iguales a lo ancho.
3. Combine el pollo, los tomates, los champiñones y los pimientos verdes en un

tazón. Agregue el aderezo para ensalada. (Permita reposar por 30 minutos si el tiempo se lo permite).

- Coloque el pollo y los vegetales en las brochetas dividiendo el pollo y los vegetales por parejo.
- Coloque las brochetas sobre la parrilla y cocine de 20 - 25 minutos, o hasta que el pollo esté bien cocido. (Use agarraderas de ollas para sujetar las brochetas). Voltee las brochetas de 2 - 3 veces mientras se cocinan.
- Sirva con tortillas de harina o con couscous si lo desea.

Rinde para 2 porciones (2 brochetas por ración)

MEZCLA DE VEGETALES

2 papas medianas (227g / 1/2 lb) en rebanadas de .64 cm/ 1/4" de gruesas	2 cdas de hojas de artemisa picada
3 champiñones rebanados	2 cdas de aceite de oliva
1 cebolla rebanada .64 cm/1/4" de gruesa	1/2 cdta semilla de pimienta rojo (opcional)
1/2 pimiento verde en lascas	sal y pimienta

- Combine todos los ingredientes en un tazón mediano.
- Precalente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos.
- Cubra las superficies de la parrilla y la plancha con los vegetales y cocínelos hasta que las papas estén blandas, de 15 - 20 minutos. Voltéelos de 7 - 9 minutos.

Rinde para 2 porciones.

PEZ ESPADA (DORADO) CON LIMON

1 bistec de dorado de 2.54 cm (1") de grueso (681g/ 1 1/2 lbs)	4 cdas de mayonesa
rociador para cocinar	2 cdas de jugo de limón
rebanadas de lima y de limón (9 - 10)	2 cdas de eneldo

- Precalente la parrilla plancha SizzleLean™ a una temperatura alta de 10 - 12 minutos.
- Rocíe ambos lados del pescado con aceite.
- Coloque sobre la parrilla. Exprima el jugo de una rebanada de limón y el de una de lima sobre el pescado.
- Voltee el pescado después de 7 minutos.
- Mientras se asa el pescado, combine la mayonesa, el jugo de limón y el eneldo. Después de 15 minutos, unte la salsa de mayonesa sobre el pescado. Voltee y UNTE 1/4 de la mayonesa al otro lado.
- Coloque las demás rebanadas de lima y de limón sobre la plancha.
- Ase el pescado de 20 - 22 minutos, o hasta que pueda separarlo fácilmente con un tenedor. Sirva con la salsa sobrante y adorne con las rebanadas de lima y de limón.

Rinde para 2 porciones

¿NECESITA AYUDA?

Si necesita ayuda, acuda a un centro de servicio autorizado o propio de Black & Decker. Puede encontrar un centro cercano a Ud. buscando en las páginas amaril-

las de la guía telefónica bajo, Reparación de enseres menores.

Si envía por correo la unidad, empáquela con cuidado en un cartón resistente con suficiente material de empaque para evitar cualquier daño. Por favor incluya una nota para nuestro centro de servicio describiendo el problema. No se olvide de anotar su dirección y número telefónico. Para su propia protección le sugerimos enviar el paquete asegurado.

UN AÑO COMPLETO DE GARANTIA

Household Products garantiza este producto contra cualquier defecto originado por fallas en los materiales o en la mano de obra por un período de un año a partir de la fecha original de compra. Esta garantía no incluye daños al producto ocasionados por accidentes, mal uso o reparaciones por talleres no autorizadas por Black & Decker. Si el producto resulta con defectos dentro del período de garantía lo repararemos o reemplazaremos de ser necesario, sin cargo alguno. Para que esta garantía sea válida debe presentar el producto con su recibo de compra y/o la tarjeta de registro correspondiente. Esta garantía le otorga derechos específicos, y usted podría tener otros que pueden variar en su país. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con una sucursal o centro de servicio Black & Decker más cercano.

IMPORTANTES MISES EN GARDE

Lorsqu'on utilise un appareil électrique, il faut toujours respecter certaines règles de sécurité fondamentales, notamment les suivantes.

■ Lire toutes les directives.

- Ne pas toucher aux surfaces chaudes. Utiliser les poignées et les boutons.
- Afin d'éviter les risques de secousses électriques, ne pas immerger le cordon, la fiche ni toute autre pièce de l'appareil.
- Exercer une étroite surveillance lorsqu'on utilise l'appareil près d'un enfant ou lorsque ce dernier s'en sert.
- Débrancher l'appareil lorsqu'on ne s'en sert pas et avant de le nettoyer. Le laisser refroidir avant d'y ajouter ou d'en retirer un accessoire, et de le nettoyer.
- Toujours surveiller l'appareil lorsqu'on s'en sert.
- Ne pas utiliser un appareil dont la fiche ou le cordon est abîmé, qui présente un problème de fonctionnement, qui est tombé par terre ou qui est endommagé. Le rapporter au centre de service autorisé de la région pour le faire examiner, réparer ou régler.
- Ne pas utiliser l'appareil à l'extérieur.
- L'utilisation d'accessoires non recommandés par le fabricant présente des risques de blessures.
- Ne pas laisser pendre le cordon d'une table ou d'un comptoir, ni le laisser entrer en contact avec une surface chaude.
- Ne pas placer près ou sur une cuisinière au gaz ou à l'électricité chaude, ni dans un four réchauffé.
- Toujours se servir de l'appareil sur une surface sèche et plane.

- Déplacer avec une extrême prudence un appareil renfermant de l'huile chaude ou tout autre liquide chaud.
- Pour débrancher l'appareil, saisir la fiche et la retirer de la prise. Ne pas tirer sur le cordon.
- Utiliser l'appareil seulement aux fins qu'il est prévu.
- Ne pas utiliser l'appareil lorsque l'air est vicié par des vapeurs explosives ou inflammables.
- L'appareil est conçu uniquement pour une utilisation domestique et non, industrielle ou commerciale.

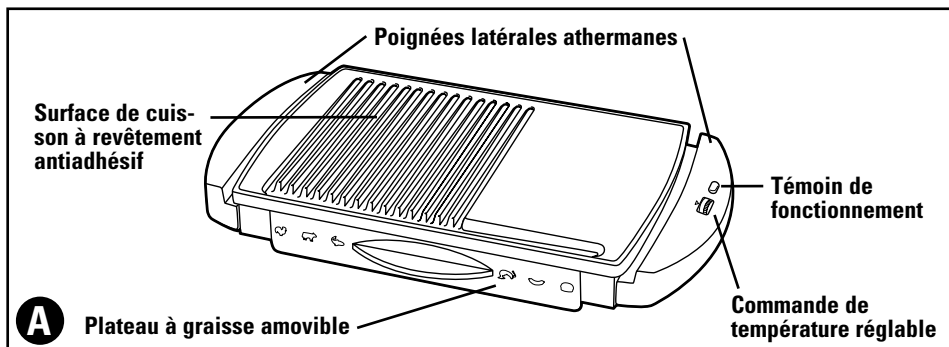
CONSERVER CES MESURES.

FICHE POLARISÉE (Modèles pour Amérique du Nord et l'Amérique centrale seulement)

L'appareil est muni d'une fiche polarisée (une lame plus large que l'autre). Afin de réduire les risques de secousses électriques, ce genre de fiche n'entre que d'une façon dans une prise polarisée. Lorsqu'on ne peut insérer la fiche à fond dans la prise, il faut tenter de le faire après avoir inversé les lames de côté. Si la fiche n'entre toujours pas dans la prise, il faut communiquer avec un électricien certifié. Il ne faut pas neutraliser ce dispositif de sécurité.

CORDON

Afin d'éviter les surcharges, ne pas brancher d'autres appareils à forte consommation électrique sur le même circuit. La longueur du cordon de l'appareil a été choisie afin d'éviter les risques que présente un long cordon. Tout cordon de rallonge d'au moins 10 ampères, 120 volts ou 6 ampères, 220-240 volts, certifié par l'organisme Underwriters Laboratories (UL), par l'organisme NOM ou par tout autre organisme reconnu, peut servir au besoin. Lorsqu'on utilise un cordon de rallonge, s'assurer qu'il ne traverse pas la surface de travail ni qu'il pend de façon qu'on puisse trébucher dessus.



Utilisation-Français

AVANT LA PREMIÈRE UTILISATION

Nettoyer la surface de cuisson en l'essuyant à l'aide d'une éponge ou d'un chiffon trempé dans de l'eau chaude savonneuse. Lors du nettoyage, NE PAS IMMERGER l'appareil et ne pas verser d'eau directement sur la surface de cuisson. Rincer et bien assécher. Avant de réchauffer l'appareil pour la première utilisation, traiter la surface de cuisson en l'enduisant d'une mince pellicule d'huile végétale à l'aide

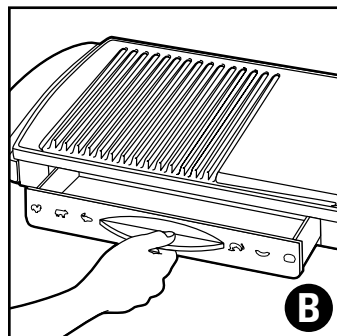
d'une brosse à pâtisserie ou d'un essuie-tout, ou en y vaporisant un enduit antiadhésif. Essuyer tout excès d'huile à l'aide d'un essuie-tout.

UTILISATION

1. Brancher le cordon dans une prise électrique standard. Le témoin de fonctionnement (A) s'allume. Réchauffer l'appareil de 10 à 12 minutes.
2. Régler la commande de température (A) au maximum afin d'optimiser le brunissage et laisser des marques de grillage. Se servir de la surface striée du gril pour préparer des hamburgers, des biftecks, des saucisses fumées, du bacon, des saucisses, des darnes de poisson, des légumes grillés, des poitrines de poulet ou d'autres viandes. Utiliser la section lisse de l'appareil pour préparer des aliments comme des crêpes, du pain doré, des œufs ou des sandwiches grillés au fromage.
3. Se servir du guide de cuisson afin de connaître les quantités d'aliments à utiliser et la durée de la cuisson. Surveiller la cuisson des aliments et les retourner souvent afin d'uniformiser la cuisson.

ENTRETIEN ET NETTOYAGE

1. À la fin de la cuisson, débrancher l'appareil et le laisser refroidir complètement avant de le nettoyer.
2. Retirer le plateau à graisse amovible (B) et verser la graisse dans une tasse ou boîte jetable. Le plateau à graisse va dans la plateau supérieur du lave-vaisselle ou on peut le laver à la main dans de l'eau savonneuse.
3. Nettoyer la surface de cuisson en l'essuyant à l'aide d'une éponge ou d'un chiffon trempé dans de l'eau chaude savonneuse. Lors du nettoyage, NE PAS IMMERGER L'APPAREIL et ne pas verser d'eau directement sur la surface de cuisson.
4. Ne pas utiliser de tampons de laine d'acier ni tout autre produit nettoyant rude et abrasif pour nettoyer la surface de cuisson au risque d'endommager le revêtement antiadhésif. Ne jamais verser ni vaporiser directement sur le gril le produit nettoyant.
5. Pour enlever des aliments qui ont collé à la surface de cuisson, se servir d'une brosse à poils de plastique ou un tampon en polyester ou en nylon. Ne pas oublier de bien nettoyer les poignées de l'appareil après chaque utilisation. Essuyer à l'aide d'un chiffon doux.



LE PRÉSENT TABLEAU SERT DE GUIDE DE CUSSION • Toujours réchauffer l'appareil de 10 à 12 minutes avant de s'en servir.

ALIMENTS	QUANTITÉ	DURÉE	SUGGESTIONS ET CONSEILS
BACON	Maximum de 5 tranches	De 7 à 8 minutes	Faire cuire sur la section striée jusqu'à la cuisson voulue.
POITRINES DE POULET, EN MOITIÉS, DÉOSSÉES	2 ou 3, de 142 à 198 g (de 5 à 7 oz) chacune	De 15 à 25 minutes	De petits morceaux de poitrine cuisent uniformément. Faire cuire sur la section striée jusqu'à ce que le jus de cuisson soit transparent.
DOIGTS DE POULET	Maximum de 8	De 6 à 8 minutes	Vaporiser légèrement les deux faces des doigts de poulet d'enduit antiadhésif avant de les déposer sur la section striée afin qu'ils restent tendres et juteux.
DARNES DE POISSON	1 ou 2, d'une épaisseur de 1,91 à 3,18 cm (de 3/4 à 1 1/4 po)	De 16 à 25 minutes	Faire cuire sur la section striée jusqu'à ce que le poisson soit opaque et qu'il se défasse aisément à l'aide d'une fourchette. Faire cuire sur la section lisse des tranches d'oignons ou des asperges.

ALIMENTS	QUANTITÉ	DURÉE	SUGGESTIONS ET CONSEILS
SAUCISSES FUMÉES PAIN DORÉ	Maximum de 10 (454 g/1 lb) Maximum de 2 tranches	De 8 à 10 minutes 1 1/2 minute par côté	Faire cuire sur la section striée. Utiliser la section lisse pour réchauffer les pains. Faire cuire sur la section lisse. Utiliser la section striée pour faire cuire les saucisses ou le bacon.
ŒUFS FRITS	Maximum de 2	De 5 à 6 minutes	Faire cuire sur la section lisse. Utiliser des œufs frais pour optimiser les résultats. Se servir d'une spatule pour empêcher le blanc d'œuf de tomber dans les trous prévus pour l'évacuation de la graisse.
SANDWICH AU FROMAGE GRILLÉ	Maximum de 2	De 3 à 4 minutes par côté	Tartiner l'extérieur du pain de beurre ou de margarine. Mettre des tranches de fromage entre les deux tranches de pain. Faire cuire sur la section lisse. Utiliser la section striée pour faire cuire du bacon qu'on pourra ajouter au sandwich.
FRUITS OU LÉGUMES GRILLÉS	Recouvrir la surface striée de cuisson.	De 4 à 15 minutes (selon l'aliment)	Trancher les fruits (comme les pommes ou les ananas) et les légumes (comme les oignons, les poivrons, les courges et les aubergines) sur une épaisseur de 0,64 cm (1/4 po). Enduire chaque côté d'une mince pellicule de beurre ou d'huile à l'aide d'une brosse. Saupoudrer des herbes ou des épices préférées.
TRANCHE DE JAMBON	1, d'une épaisseur d'environ 1,27 cm (1/2 po) et d'un diamètre de 20 cm (8 po)	De 5 à 7 minutes	Faire cuire sur la section striée. Utiliser la section lisse pour réchauffer ou faire cuire des tranches d'ananas.
HAMBURGERS	Maximum de 4 de 113 g (1/4 lb)	De 10 à 12 minutes	Faire cuire sur la section striée. Utiliser la section lisse pour réchauffer ou faire cuire les pains.
CRÊPES	Maximum de 3	1 minute par côté	Faire cuire sur la section lisse. Utiliser la section striée pour faire cuire du bacon ou de la saucisse.
CÔTELETTES DE PORC, DÉOSSÉES	Maximum de 4, d'une épaisseur d'environ 1,91 cm (3/4 po)	De 17 à 20 minutes	Faire cuire sur la section striée. Utiliser la section lisse pour faire cuire des tranches de pomme.
GALETTES DE SAUCISSES OU SAUCISSES ATTACHÉES CREVETTES	2 ou 3 galettes, maximum de 10 petites saucisses attachées	De 10 à 20 minutes	Faire cuire sur la section striée. Utiliser la section lisse pour faire cuire des tranches d'oignons ou de poivrons, ou des crêpes.
	Maximum de 18, grosses	De 3 à 5 minutes	Faire cuire sur la section lisse. Utiliser la section striée pour faire cuire des tranches de légumes (comme du zucchini, de la courgette ou de l'aubergine).
BIFTECKS	Maximum de 2, d'une épaisseur de 1,91 à 2,54 cm (de 3/4 à 1 po)	De 11 à 13 minutes	Faire cuire sur la section striée. Utiliser la section lisse pour faire cuire des oignons ou des champignons.

OPTIMISATION DE L'UTILISATION DU GRILL

- Toujours utiliser des ustensiles de plastique afin de ne pas égratigner la surface de cuisson. Ne jamais couper les aliments sur l'appareil.
- Des aliments plats et désossés grillent mieux. Des aliments épais prennent du temps à cuire (comme des poitrines de poulet avec des os ou des épis de maïs).
- Dans le cas des aliments à faible teneur en matières grasses (comme les darnes de poisson, les poitrines de poulet, les fricadelles de dinde et les légumes), utiliser une légère pellicule d'huile végétale afin d'empêcher les aliments de se dessécher ou de coller au grill.
- Lorsqu'on utilise de l'enduit antiadhésif, vaporiser légèrement les deux côtés des aliments sans gras (comme des doigts de poulet) avant de déposer ceux-ci sur le grill.
- Lorsqu'on se sert de la surface striée de l'appareil pour faire cuire des hamburgers, on peut se servir de la surface lisse simultanément pour préparer un sand-

- wich au fromage grillé et obtenir deux repas en même temps. Ou, on peut utiliser la surface lisse pour réchauffer ou faire griller les pains pour les hamburgers.
- Utiliser les réglages faible et moyen pour réchauffer des mets déjà cuits, pour conserver des plats au chaud ou pour faire cuire des aliments très minces ou délicats (comme des tranches de pomme ou d'ananas).

RECETTES PRÉFÉRÉES

FRICADELLES À LA DINDE

de l'huile végétale ou de l'enduit antiadhésif
1/2 boîte de haricots pinto égouttés (1 boîte de 440 g/15 1/2 oz)
1 tranche de pain de grains coupée en 6 morceaux
1 gousse d'ail

1 paquet de dinde hachée (environ 454 g/1 lb)
1 branche de céleri coupée en 3 morceaux
6 tortillas (d'un diamètre de 16,51 cm/6 1/2 po)
de la suce mexicaine
des tranches d'avocat

1. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes. Enduire la surface striée d'huile végétale ou d'enduit antiadhésif.
2. Dans le bol d'un robot culinaire, mélanger les haricots, le pain et l'ail. Traiter pour hacher finement. Verser dans un bol à mélanger. Ajouter la dinde hachée.
3. Hacher le céleri et l'ajouter au mélange de dinde. Bien mélanger et façonner en 6 boules ovales égales. Déposer sur le grill et laisser cuire de 15 à 20 minutes en les faisant tourner aux 5 minutes.
4. Pendant la cuisson des fricadelles à la dinde, se servir de la surface lisse pour réchauffer ou faire griller les tortillas, une à la fois.
5. Pour servir, déposer une fricadelle au centre d'une tortilla et garnir de sauce et de tranches d'avocat.

Donne : 6 fricadelles à la dinde.

POITRINES DE POULET AU BASILIC

1/3 t de feuilles tassées de basilic
1 gousse d'ail
2 c. à table d'huile d'olive

2 poitrines de poulet, en moitiés, d'environ 170 g (6 oz) chacune

1. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes.
2. Dans le bol d'un robot culinaire, mélanger les feuilles de basilic et l'ail. Traiter pour hacher finement. Ajouter l'huile d'olive et mélanger.
3. Enduire les moitiés de poitrines de poulet du mélange de basilic et les déposer sur le grill.
4. Les laisser cuire de 20 à 25 minutes en les faisant tourner souvent, ou jusqu'à ce que le jus de cuisson soit transparent.

Donne : 2 portions.

BIFTECKS AUX CHAMPIGNONS

2 biftecks d'environ 227 g (8 oz) chacun
du sel et du poivre
10 champignons moyens tranchés
1 c. à table d'huile d'olive

1 c. à table de sauce au prosopis (ou toute autre sauce à bifteck préférée)
1 c. à thé de sarriette séchée

1. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes.
2. Saler et poivrer les deux côtés du bifteck et déposer celui-ci sur la section striée. Faire griller de 6 à 7 minutes par côté, ou jusqu'à la cuisson voulue.
3. Pendant la cuisson des biftecks, mélanger les tranches de champignons, l'huile d'olive, la sauce et la sarriette. Bien mélanger. Déposer sur la section lisse et faire cuire en tournant souvent jusqu'à ce que les champignons sont amollis (de 4 à 7 minutes).
4. Pour servir, déposer un bifteck dans chaque assiette et recouvrir chaque bifteck de la moitié des champignons. Servir sans tarder.

Donne : 2 portions.

GALETTES DE SAUCISSES AUX POIVRONS ET AUX OIGNONS

2 galettes de saucisses d'une épaisseur de 0,64 cm (1/4 po) (environ 113g (1/4 lb) chacune)	1 c. à thé d'huile d'olive
1/2 oignon, gros, tranché	1/4 c. à thé de flocons de piments rouges
1/2 poivron rouge, tranché en lamelles	2 petits pains, grillés

1. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes.
2. Déposer les galettes sur la section striée et les faire cuire environ 4 minutes par côté.
3. Pendant la cuisson des galettes, mélanger les oignons, le poivron rouge, l'huile d'olive et les flocons de piments rouges dans un petit bol. Bien mélanger. Déposer sur la section lisse et faire cuire jusqu'à ce que les oignons et les poivrons soit amollis, environ 6 minutes.
4. Pour servir, déposer les galettes dans les petits pains et garnir d'oignons et de poivrons.

Donne : 2 portions.

CREVETTES ET LÉGUMES GRILLÉS

de l'huile végétale	3 tranches d'une aubergine moyenne, d'une épaisseur de 0,64 cm (1/4 po)
1/2 courge jaune moyenne, tranchée à une épaisseur de 0,64 cm (1/4 po)	227 g (1/2 lb) de grosses crevettes fraîches décortiquées
1/2 zucchini moyen, tranché à une épaisseur de 0,64 cm (1/4 po)	1 c. à table d'huile d'olive
1/2 poivron rouge, coupé en deux dans le sens de la longueur	2 c. à thé de sauce de soja
	1/2 c. à thé de graines de sésame

1. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes.
2. Brosser légèrement la surface d'huile végétale.
3. Déposer les tranches de courge, de zucchini, de poivron et d'aubergine sur la section striée. Faire cuire environ 4 minutes par côté.
4. Mélanger les crevettes, l'huile d'olive, la sauce de soja et les graines de sésame. Déposer sur la section lisse. Faire cuire les crevettes de 4 à 5 minutes en les faisant tourner souvent.

Donne : 2 portions.

CHAMPIGNONS PORTOBELLO FOURRÉS

de l'huile végétale

2 chapeaux de champignon Portobello

2 tranches d'oignon d'une épaisseur de 0,64 cm (1/4 po)

1/2 t de yogourt nature

1/3 t de fromage bleu émietté

4 tranches de tomate d'une épaisseur de

0,64 cm (1/4 po)

1/4 t de morceaux de noix de Grenoble grillés

2 tranches de pain au levain, grillées

3 tasses de feuilles de laitue mesclun

1. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes.
2. Brosser légèrement la surface d'une mince pellicule d'huile végétale.
3. Déposer les champignons et les oignons sur la section striée et les tomates sur la section lisse. Faire tourner au bout de 6 à 7 minutes. Faire griller de 3 à 4 minutes supplémentaires.
4. Pendant la cuisson des légumes, mélanger le yogourt, le fromage bleu et les noix de Grenoble. Bien mélanger.
5. Pour servir, déposer une tranche de pain au levain grillée dans chaque assiette. Diviser la laitue en deux et la déposer sur le pain.
6. Garnir la laitue de champignons, d'oignons et de tomates.
7. Verser le mélange de yogourt sur le tout.

Donne : 2 portions.

ASPERGES ET SAUMON RELEVÉS

1/2 t de vinaigre de cidre

1/2 t de sauce de soja

2 darnes de saumon d'une épaisseur de 1,91 cm

(3/4 po) (environ de 567 à 681 g (de 1 1/4 à

1 1/2 lb) en tout)

de l'huile végétale ou de l'enduit antiadhésif

12 asperges moyennes

1 c. à table d'huile d'olive

1. Dans un plat peu profond, mélanger le vinaigre de cidre et la sauce de soja. Y déposer les darnes de saumon et les laisser mariner de 2 à 4 heures.
2. Au moment de passer à la cuisson, brosser légèrement la surface d'une mince pellicule d'huile végétale ou y vaporiser de l'enduit antiadhésif. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes.
3. Déposer le saumon sur la section striée.
4. Faire tourner les darnes au bout de 10 à 12 minutes. Faire cuire de l'autre côté de 11 à 13 minutes, ou jusqu'à ce que le poisson se défasse aisément à l'aide d'une fourchette.
5. Au bout d'environ 15 minutes de cuisson du poisson, enduire les asperges d'huile d'olive et les déposer sur la section lisse. Faire cuire de 6 à 8 minutes et les faisant tourner de temps en temps.

Donne : 2 portions.

KEBABS FACILES AU POULET ET AUX LÉGUMES

4 doigts de poulet (environ 113 à 142 g (de 4 à 5 oz) en tout)

8 petites tomates cerises

4 champignons moyens coupés en deux

1/2 poivron vert, coupé en 4 lamelles dans le

sens de la longueur, et chaque lamelle coupée en quatre

2 c. à table de vinaigrette italienne au choix

4 brochettes d'une longueur de 30 cm (12 po)

1. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes.
 2. Couper les doigts de poulet en 4 morceaux égaux.
 3. Mélanger dans un bol moyen le poulet, les tomates cerises, les champignons et le poivron vert. Y ajouter la vinaigrette. Bien mélanger. (Laisser mariner pendant 30 minutes, lorsque le temps le permet afin d'en rehausser la saveur).
 4. Embrocher les morceaux de poulet et les légumes en les divisant également sur les brochettes.
 5. Déposer les brochettes sur la section striée et laisser cuire de 20 à 25 minutes, ou jusqu'à ce que les morceaux de poulet soient cuits. (Se servir de mitaines pour manipuler les brochettes.) Faire tourner 2 ou 3 fois pendant la cuisson.
 6. Servir dans des tortillas réchauffées ou sur du couscous, au goût.
- Donne : 2 portions (2 brochettes par portion).

LÉGUMES BROUILLÉS

2 pommes de terre moyennes (environ 227 g /1/2 lb) tranchées sur une épaisseur de 0,64 cm (1/4 po)

3 champignons tranchés

1 oignon moyen tranché sur une épaisseur de 0,64 cm (1/4 po)

1/2 poivron vert tranché

2 c. à table de feuilles d'estragon hachées finement

2 c. à thé d'huile d'olive

1/2 c. à thé de flocons de piments rouges (au goût)

du sel et du poivre

1. Dans un bol moyen, mélanger doucement tous les ingrédients.
2. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes.
3. Recouvrir l'appareil de légumes et faire cuire jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres (environ 15 à 20 minutes). Faire tourner au bout de 7 à 9 minutes.

Donne : 2 portions.

ESPADON AU CITRON

1 darne d'espadon d'une épaisseur de 2,54 cm (1 po) (environ 681 g/1 1/2 lb)

de l'enduit antiadhésif

des tranches de citron et de lime (environ 9

à 10 tranches)

4 c. à table de mayonnaise

2 c. à table de jus de citron

2 c. à thé d'aneth

1. Réchauffer le grill pour le comptoir SizzleLean^{mc} au réglage élevé de 10 à 12 minutes.
2. Vaporiser les deux côtés des darnes d'enduit antiadhésif.
3. Déposer sur la section striée. Écraser une tranche de citron et une tranche de lime sur le poisson.
4. Faire tourner le poisson au bout de 7 minutes.
5. Pendant la cuisson du poisson, mélanger la mayonnaise, le jus de citron et l'aneth. Au bout de 15 minutes, étendre le quart du mélange sur le poisson. Faire tourner et ÉTENDRE un autre quart de sauce sur l'autre côté.
6. Déposer les tranches de citron et de lime qui restent sur la section lisse. Faire

cuire de 2 à 3 minutes, puis les faire tourner pour faire cuire l'autre côté.

7. Faire griller l'espadon de 20 à 22 minutes, ou jusqu'à ce qu'il se défasse aisément à l'aide d'une fourchette. Servir en garnissant avec le reste de la sauce et avec les tranches de citron et de lime.

Donne : 2 portions.

BESOIN D'AIDE?


Confier l'entretien du produit, le cas échéant, à un centre de service Black & Decker ou un atelier d'entretien autorisé. On peut trouver dans les Pages Jaunes, sous la rubrique «Appareils électroménagers - Petits - Réparations», l'adresse du centre de service de la région.

Lorsqu'on poste ou qu'on expédie l'appareil, bien l'emballer dans une boîte de carton solide, en prenant soin de l'immobiliser afin qu'il ne subisse aucun dommage. Joindre à l'intention du personnel du centre de service une lettre explicative énonçant le problème, sans oublier de donner l'adresse de retour. Il est également recommandé d'assurer le colis.

GARANTIE COMPLÈTE DE UN AN

Household Products garantit le produit pour un an à compter de la date d'achat, contre tout vice de matière ou de fabrication. La garantie ne couvre pas les dommages causés par un accident ou une mauvaise utilisation. Advenant le fonctionnement irrégulier du produit dans les délais prescrits, il sera réparé ou remplacé, à notre gré, sans frais. Le produit sera retourné, port payé, s'il a été envoyé, port payé, à un centre de service autorisé Black & Decker.

Les modalités de la présente garantie donnent des droits légaux spécifiques. L'utilisateur peut également se prévaloir d'autres droits selon l'état ou la province qu'il habite. Adresser toute question relative à la garantie et au service en communiquant sans frais avec le service à la clientèle au numéro suivant : 1 (800) 231-9786.

*  **BLACK & DECKER** is a trademark of The Black & Decker Corporation, Towson, Maryland, U.S.A.

*Marca registrada de The Black & Decker Corporation, Towson, Maryland, E.U.

*Marque de commerce de la société *The Black & Decker Corporation*, Towson, Maryland, É.-U.

Listed by Underwriters Laboratories, Inc.
Copyright © 1998-1999 Household Products, Inc.
Pub. No. 174673-00-RV01
Printed in People's Republic of China

Enlistado por Underwriters Laboratories, Inc.
IMPORTADOR - Household Products Limited de Mexico S. de R.L. de C.V.
Acceso III No. 26 Fracc. Industrial B. Juarez
C.P. 76120, Queretaro, QRO. Telefono: (42) 11-7800
Impreso en la República Popular China

Homologué par l'organisme *Underwriters Laboratories, Inc.*
Imprimé en République populaire de Chine

Free Manuals Download Website

<http://myh66.com>

<http://usermanuals.us>

<http://www.somanuals.com>

<http://www.4manuals.cc>

<http://www.manual-lib.com>

<http://www.404manual.com>

<http://www.luxmanual.com>

<http://aubethermostatmanual.com>

Golf course search by state

<http://golfingnear.com>

Email search by domain

<http://emailbydomain.com>

Auto manuals search

<http://auto.somanuals.com>

TV manuals search

<http://tv.somanuals.com>