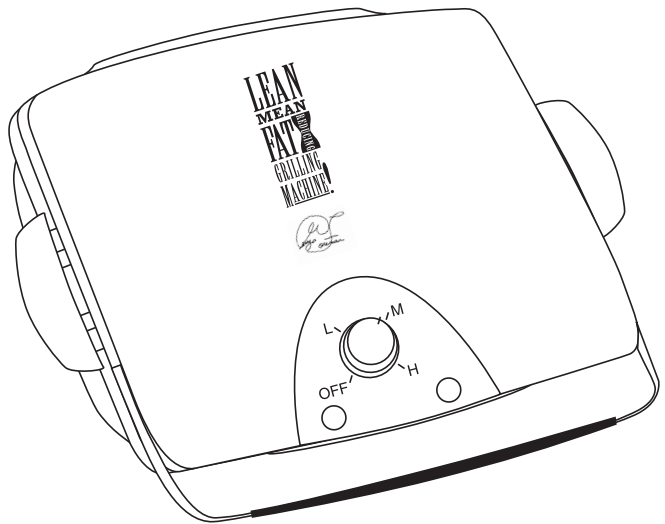
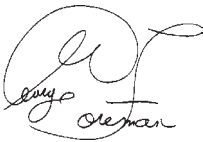


MANUEL D'UTILISATION

Modèle n° GRP90WG

GEORGE FOREMAN^{MD}

**LEAN
MEAN
FAT^{REDUCING}
GRILLING
MACHINE!**



LE NEXT GRILLERATION G5



MESURES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Des précautions de base, dont les suivantes, doivent toujours être suivies lors de l'utilisation d'appareils électriques :

1. Lire toutes les instructions.
2. Ne pas toucher les surfaces chaudes. Utiliser les poignées ou les boutons. Utiliser des gants de cuisine ou des poignées.
3. Pour se protéger contre des chocs électriques, ne pas immerger le cordon, la fiche ou l'appareil dans l'eau ou autre liquide.
4. Une surveillance étroite doit être exercée lorsqu'un appareil est utilisé par des enfants ou à proximité de ceux-ci.
5. Débrancher l'appareil de la prise de courant lorsqu'il n'est pas en usage et avant de le nettoyer. Laisser l'appareil refroidir avant d'y installer ou d'en retirer des pièces et avant de le nettoyer.
6. Ne pas faire fonctionner un appareil dont la fiche ou le cordon est endommagé ni un appareil qui présente un dérangement de marche ou qui a été endommagé de quelque manière que ce soit. Communiquer avec le Service à la clientèle pour faire inspecter, réparer ou régler l'appareil.
7. L'emploi d'accessoires non recommandés par le fabricant de l'appareil peut causer des blessures.
8. Ne pas utiliser à l'extérieur.
9. Ne pas laisser le cordon pendre au bord de la table ou du comptoir, ni venir en contact avec des surfaces chaudes.
10. Ne pas placer sur un brûleur électrique ou à gaz chaud ou à proximité d'un tel brûleur, ni dans un four chauffé.
11. Redoubler de prudence en déplaçant un appareil contenant de l'huile chaude ou d'autres liquides chauds. Laisser le liquide refroidir avant de retirer et de vider le plateau d'égouttage.
12. Pour débrancher, tourner le bouton de réglage de la température à la position « Off » (arrêt), puis retirer la fiche de la prise de courant.
13. Ne pas utiliser cet appareil à une fin autre que celle prévue.

CONSERVER CES INSTRUCTIONS
CET APPAREIL NE CONVIENT QU'À L'EMPLOI DOMESTIQUE

MESURES DE SÉCURITÉ ADDITIONNELLES IMPORTANTES

ATTENTION SURFACES CHAUDES : *Cet appareil dégage de la chaleur et de la vapeur s'en échappe lorsqu'il est en marche. Des précautions adéquates doivent être prises afin de prévenir les risques de brûlure, d'incendie ou autre blessure aux personnes et de dommages à la propriété.*

ATTENTION : *Cet appareil devient chaud lorsqu'il est en marche et reste chaud pendant quelque temps après son arrêt. Toujours utiliser des gants de cuisine lors de manipulation de matériel chaud et laisser les pièces de métal refroidir avant de les nettoyer. Ne rien mettre sur le dessus de l'appareil pendant qu'il est en marche ou lorsqu'il est chaud.*

ATTENTION : *Le couvercle doit toujours être fermé lorsque l'appareil est en marche. Ne pas tenter d'utiliser l'appareil avec le couvercle relevé pendant la cuisson ou la grillade.*

1. Tous les utilisateurs de cet appareil doivent lire et comprendre ce manuel d'utilisation avant d'utiliser ou de nettoyer cet appareil.
2. La fiche de cet appareil doit être branchée seulement dans des prises de courant de 120 V c. a.
3. Si cet appareil présente un défaut de fonctionnement pendant qu'il est en marche, débrancher immédiatement la fiche de la prise de courant. Ne pas utiliser un appareil défectueux ni tenter de le réparer.
4. Ne pas laisser cet appareil sans surveillance lorsqu'il est en marche.
5. Lorsque cet appareil est marche, s'assurer qu'il y a suffisamment d'espace libre au-dessus et de tous les côtés de l'appareil pour que l'air circule. Éviter tout contact entre l'appareil et des rideaux, revêtements muraux, vêtements, linges à vaisselle ou tout autres matières inflammables lorsqu'il est en marche.
6. Cet appareil produit de la vapeur; ne pas le faire fonctionner en position ouverte.
7. Pour éviter une fermeture accidentelle du couvercle et des blessures, utiliser une poignée pour garder le couvercle supérieur ouvert lorsque vous déposez ou retirez des aliments de la surface de cuisson.
8. Ne pas incliner le gril lorsqu'il est en marche, qu'il est chaud ou lorsqu'il est ouvert.

Fiche polarisée

Cet appareil possède une **fiche polarisée** (une lame est plus large que l'autre). Pour réduire les risques de choc électriques, cette fiche s'insère dans une prise polarisée d'une seule façon. Si la fiche ne s'insère pas à fond dans la prise, inverser la fiche. Si elle ne s'insère toujours pas, communiquer avec un électricien certifié. Ne pas tenter de modifier la fiche de quelque façon que ce soit.

Instructions d'utilisation du cordon d'alimentation court

Cet appareil est pourvu d'un cordon d'alimentation court pour réduire le risque d'enchevêtrement ou de trébuchement sur un cordon plus long. Ne pas utiliser de rallonge électrique avec ce produit.

Énergie électrique

Si le circuit électrique est surchargé par l'utilisation d'autres appareils, il est possible que votre appareil ne fonctionne pas adéquatement. Il devrait être branché sur un circuit électrique indépendant des autres appareils.

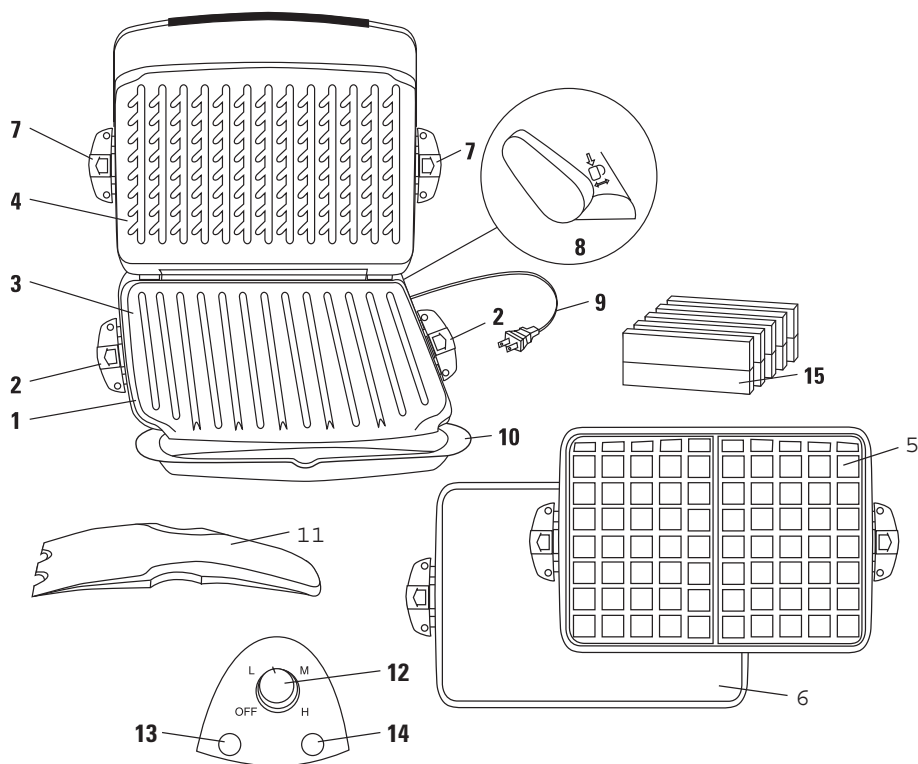
Avertissement de plastification

ATTENTION : Pour éviter que des plastifiants s'éliminent du fini du revêtement de comptoir ou de table ou d'autres meubles, placer un sous-plat **NON PLASTIQUE** sous l'appareil.

À défaut de ne pas utiliser un sous-plat, le fini du revêtement de comptoir ou de table, peut foncer, des imperfections permanentes ou des tâches peuvent apparaître.

Apprenez à connaître votre gril

GRP90WGWCAN



- | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| 1. Boîtier de l'appareil G5 | 7. Poignées de déverrouillage de la plaque supérieure |
| 2. Plaque inférieure et/ou poignées de déverrouillage du plateau | 8. Levier de positionnement du verrouillage de la plaque |
| 3. Grille de cuisson (1)
(N° de pièce 22740) | 9. Cordon |
| 4. Plaque pour steak (1)
(N° de pièce 22741) | 10. Plateau d'égouttage
(N° de pièce 22619) |
| 5. Plaques pour gaufre, supérieure (1)
(N° de pièce 22743U)
inférieure (1)
(N° de pièce 22743L) | 11. Spatule en plastique
(N° de pièce 22545) |
| 6. Plateau de cuisson (1)
(N° de pièce 22742) | 12. Bouton de réglage de la température |
| | 13. Voyant d'alimentation (rouge) |
| | 14. Indicateur lumineux (vert) |
| | 15. Éponge (GFSP1) |

Mode d'emploi du Next Grilleration G5 de George Foreman

1. Avant d'utiliser le G5 pour la première fois, nettoyer toutes les grilles de cuisson et le plateau de cuisson avec un chiffon humide pour en éliminer la poussière.
2. **Installer les plaques ou le plateau de cuisson** : Le G5 possède 5 plaques chauffantes : 1 grille de cuisson, 1 plaque pour steak, 2 plaques pour gaufre et 1 plateau de cuisson. Installer solidement les plaques dans les parties supérieure et inférieure de l'appareil en utilisant la poignée de déverrouillage de chaque côté des plaques et du plateau. Le plateau de cuisson devrait être installé seulement dans la partie inférieure de l'appareil. Utiliser le levier de verrouillage en position de verrouillage vers l'arrière ou en position de verrouillage vers l'avant. La position de verrouillage vers l'arrière est pour la cuisson d'aliments. La position de verrouillage vers l'avant est pour la cuisson inclinée. Les liquides s'écouleront vers le plateau d'égouttage lorsque le levier de verrouillage est en position de verrouillage vers l'avant.

NOTA : Installer solidement et avec précaution les plaques ou le plateau de cuisson dans l'appareil en utilisant les poignées de déverrouillage situées sur les plaques ou le plateau.

3. **Préchauffage** : Fermer le couvercle et fiche dans une prise de courant de 120 V a. c. Tourner le bouton de réglage de la température de la position « Off » (Arrêt) à Low, Medium ou High (faible, moyenne, haute) tel que désiré. Le voyant d'alimentation (rouge) et l'indicateur lumineux (vert) s'allumeront. Consulter le **tableau des temps de cuisson recommandés** pour connaître les réglages de température. Lorsque l'appareil est préchauffé, l'indicateur lumineux (vert) s'éteindra.

Nota : Lorsque la température de préchauffage demandée est atteinte, le voyant d'alimentation sera allumé et l'indicateur lumineux s'éteindra.

4. Utiliser une poignée pour ouvrir le couvercle de façon sécuritaire.
5. Faire glisser le plateau d'égouttage qui recueille la graisse sous le devant de l'appareil.
6. Déposer ou faire couler avec précaution les aliments à cuire sur la plaque ou le plateau inférieur.
7. Fermer le couvercle et laisser cuire les aliments le temps nécessaire. **Ne pas laisser l'appareil sans surveillance pendant qu'il est en marche. L'appareil continue à dégager de la chaleur jusqu'à ce que le bouton de réglage de la température de l'appareil soit mis en position « Off » (arrêt).**
8. Une fois le temps de cuisson désirée atteint, les aliments devraient être prêts.
9. Tourner le bouton de réglage de la température à la position « Off » (arrêt). Débrancher la fiche de la prise électrique.

ATTENTION : Pour éviter que des étincelles se forment au moment de débrancher la fiche, assurez-vous que l'appareil n'est pas en marche avant de débrancher la fiche de la prise.

10. Utiliser une poignée pour ouvrir avec précaution le couvercle.
11. Retirer les aliments en utilisant la spatule en plastique fournie. Assurez-vous de toujours utiliser des ustensiles en plastique ou en bois afin d'éviter d'égratigner la surface antiadhésive des plaques et du plateau.
12. Le plateau d'égouttage peut être retiré et vidé lorsqu'il a refroidi. **Assurez-vous que le liquide a refroidi avant de retirer le plateau d'égouttage.**

NOTA : Ne pas retirer ou changer les plaques ou le plateau pendant que l'appareil est chaud. L'appareil doit entièrement refroidir avant de retirer ou de changer les plaques ou le plateau.

Tableau des temps de cuisson recommandés

Les temps de cuisson suivants sont à titre de référence seulement. Les temps varieront selon la coupe et l'épaisseur des aliments à cuire. Pour s'assurer que les aliments sont cuits à point, utiliser un thermomètre à cuisson. S'il est nécessaire de prolonger la cuisson des aliments, ajuster à nouveau le degré de température avec le bouton de réglage de la température et vérifier régulièrement les aliments pour éviter la surcuisson.

Aliments	Minutes	Position	Notes
Boeuf, agneau, porc			
Bifteck de flank de bœuf	6 à 7	Med	Tranché mince
Hamburger de bœuf, 4 oz	3 à 5	Med	
Brochette de bœuf	5 à 7	Med	Morceaux de 1 po (2,5 cm)
Faux-filet de bœuf	5 à 7	High	
Côte de bœuf, petite ôte	7 à 8	Med	Précuire
Filet de bœuf	4 à 6	High	
Agneau haché	6 à 7	Med	
Brochette d'agneau	6 à 8	Med	Morceaux de 1 po (2,5 cm)
Longe d'agneau	4 à 6	Med	
Bacon	10 à 13	High	Plateau de cuisson
Bacon	7 à 8	High	Plaque de cuisson
Longe de porc (milieu)	4 à 5	Med	½ po d'épaisseur (1,25 cm)
Porc haché	5 à 7	Med	
Jambon	2 à 4	Med	Entièrement cuit, ½ po d'épaisseur (1,25 cm)
Longe de porc	4 à 5	Med	½ po d'épaisseur (1,25 cm)
Côte, petite côte de dos	4 à 6	Med	Précuire
Saucisse	4 à 6	Med	Allégée, de maille ou en boulette
Volaille			
Poitrine de poulet	6 à 8	Med	Désossée, sans peau
Brochette de poulet	6 à 8	Med	Morceaux de 1 po (2,5 cm)
Haut de cuisse de poulet	6 à 7	High	
Dinde hachée	8 à 9	Med	
Poitrine de dinde	4 à 5	Med	Désossée, sans peau
Fruits de mer			
Darne (poisson à chair ferme)	6 à 8	Med	½ à 1 po d'épaisseur (1,25 à 2,5 cm)
Brochette de poisson	6 à 8	Med	Morceaux de 1 po (2,5 cm)
Filet de poisson	3 à 5	Med	
Pétoncle	4 à 6	Med	
Crevette – moyenne	1½ à 2½	High	
Truite	3 à 5	Med	
Sandwichs et collations			
Sandwich au fromage ou au jambon	2 à 3	High	
Thon, Rueben ou Roast beef	3 à 4	Med	
Pointe de pizza (7 po/17 cm)	8 à 10	Med	Plateau de cuisson
Frites – coupe régulière	12 à 14	High	Plateau de cuisson
Pépète de poulet	5 à 7	High	Plateau de cuisson
Mini quiche	12 à 14	Med	Plateau de cuisson
Gaufre	3 à 5	High	2/3 t. de préparation

Aliments	Minutes	Position	Notes
Burrito	8 à 10	Med	Plateau de cuisson
Tacquitos	6 à 8	High	Plateau de cuisson
Fruits et légumes			
Pomme	2 à 3	Med	Tranche de ½ po (1,25 cm)
Asperge	4 à 5	Med	Sur le sens de la longueur
Banane	1 à 2	Med	Coupée en longueur
Carotte	6 à 8	Med	Tranche de ½ po d'épaisseur (1,25 cm)
Aubergine	8 à 10	Med	Tranche de ¼-½ po d'épaisseur (0,6 à 1,25 cm)
Oignon	2 à 3	High	Tranché mince
Pêche	1 à 2	Med	Coupées en deux ou tranchée
Poivron	4 à 5	High	Tranché mince
Ananas	2 à 3	Med	Tranche de ½ po d'épaisseur (1,25 cm)
Pomme de terre, étuvée	7 à 8	High	Tranche de ¼-½ po d'épaisseur (0,6 à 1,25 cm)
Pomme de terre rouge	7 à 8	High	Tranche de ¼-½ po d'épaisseur (0,6 à 1,25 cm)
Courge	7 à 9	Med	Tranche de ¼-½ po d'épaisseur (0,6 à 1,25 cm)

VEUILLEZ PRENDRE NOTE : Le département de l'agriculture recommande que les viandes comme le bœuf, l'agneau, etc. soient cuites à une température interne de 145° F (55° C). Le porc devrait être cuit à une température interne de 160° F (65° C) et toutes les volailles à une température interne variant entre 170 et 180° F (70 et 75° C) afin de s'assurer que toutes les bactéries nocives soient détruites. Lorsque l'on réchauffe de la viande ou du poulet, il faudrait aussi atteindre une température interne de 165° F (67° C).

Recettes pour le Next Grilleration G5 de George Foreman

Biscuits maison

2 t.	farine tout-usage
2½ c. à thé	poudre à pâte
½ c. à thé	sel
5 c. à soupe	margarine légère
¾ t.	lait faible en gras

Mélanger la farine, la poudre à pâte et le sel. Ajouter la margarine au mélange de farine et mélanger jusqu'à consistance granuleuse. Ajouter le lait. Mélanger avec une fourchette jusqu'à ce que la pâte forme une boule. Déposer sur une surface farinée. Pétrir la pâte environ 10 fois. Abaisser la pâte à une épaisseur d'environ ¼ po (0,6 cm). À l'aide d'une découpe à biscuit ronde de 2 à 3 po (5 à 7,5 cm) découper des cercles. Installer la plaque pour steak sur la partie supérieure de l'appareil et le plateau de cuisson sur la partie inférieure. Positionner le levier de verrouillage vers l'arrière en position verrouillée. Ajuster la température à Medium (moyenne) et préchauffer le gril. Placer les biscuits sur le plateau à 1 po (2,5 cm) de distance les uns des autres. Fermer le couvercle. Cuire 6 à 8 minutes. Donne 8 à 12 biscuits.

Oufs et bacon ensoleillés

4 tranches	bacon de dinde fumée
2	oeufs
½ c. à thé	poivre noir

Installer la plaque pour steak sur la partie supérieure de l'appareil et le plateau de cuisson sur la partie inférieure. Positionner le levier de verrouillage vers l'arrière en position verrouillée. Déposer le bacon sur le plateau de cuisson. Ajuster la température à High (haute). Ne pas préchauffer l'appareil. Fermer le couvercle. Faire griller le bacon de 10 à 13 minutes. Essorer le bacon sur du papier essuie-tout. Casser les œufs sur le plateau de cuisson et les saupoudrer de poivre. Fermer le couvercle et cuire pendant 1 minute. Ouvrir le couvercle et retourner les œufs. Fermer le couvercle et cuire selon la consistance désirée : 1 minute pour des œufs tournés, 1½ minute pour des œufs bien cuits et 2 minutes pour des œufs très bien cuits. Déposer les œufs dans des assiettes et servir avec le bacon croustillant. Donne 2 portions.

Filet de bœuf aux champignons grillés et fromage bleu

4 oz	champignons frais tranchés. (ou une boîte de conserve de 4 oz de champignons tranchés)
1 tranche	bacon de dinde coupée en 4 morceaux
4	filets de bœuf de 4 oz
	sel et poivre noir
4 c. à thé	fromage bleu émietté (peut être remplacé par du fromage gorgonzola)

Installer la plaque pour steak sur la partie supérieure de l'appareil et la grille de cuisson sur la partie inférieure. Positionner le levier de verrouillage vers l'avant en position verrouillée. Ajuster la température à High (haute) et préchauffer. Déposer les champignons sur la grille de cuisson et le bacon par-dessus. Fermer le couvercle. Cuire pendant 8 minutes. Cuire jusqu'à ce que le bacon soit croustillant et que les champignons soient brunis. Jeter le bacon. Retirer les champignons et les conserver au chaud. Saupoudrer les steaks de sel et de poivre au goût. Fermer le couvercle. Faire griller les steaks pendant 4 minutes. Vérifier la cuisson des steaks et la continuer au besoin. Pour servir, couvrir chaque steak de 1 cuillère à thé de fromage et de champignons. Donne 4 portions.

Poulet à l'origan à la Grecque

¼ t.	huile olive extra-vierge
2 c. à soupe	jus de citron frais
3 c. à soupe	origan grec
1 gousse	ail émincée
1 c. à thé	poivre noir
½ c. à thé	sel
4	demie-poitrines de poulet désossées sans peau

Mélanger tous les ingrédients sauf le poulet dans un sac en plastique auto-scellant. Ajouter les poitrines de poulet et y faire adhérer le mélange. Réfrigérer pendant 1 à 4 heures. Installer la plaque pour steak sur la partie supérieure de l'appareil et la grille de cuisson sur la partie inférieure. Positionner le levier de verrouillage vers l'avant en position verrouillée. Ajuster la température à Medium (moyenne) et préchauffer. Fermer le couvercle. Cuire le poulet pendant 6 minutes. Jeter la marinade. Faire griller le poulet jusqu'à ce qu'il ne soit plus rosé et que sa température interne atteigne 180° F (75° C). Donne 4 portions.

Darnes de flétan grillées avec sauce aux câpres citronnée

2 c. à soupe	margarine faible en gras
2 c. à soupe	huile d'olive extra-vierge
¼ t.	jus de citron frais
¼ t.	jus d'orange frais
¼ c. à thé	moutarde de dijon
2 c. à soupe	câpres égouttées
4	darnes de flétan de 6 oz
1 c. à thé	poivre au citron
2 c. à soupe	persil italien frais haché

Dans une petite casserole, faire fondre la margarine et l'huile d'olive à basse température. Ajouter le jus de citron, le jus d'orange, la moutarde et les câpres. Mélanger et laisser mijoter 2 à 3 minutes. Installer la plaque pour steak sur la partie supérieure de l'appareil et la grille de cuisson sur la partie inférieure. Positionner le levier de verrouillage vers l'avant en position verrouillée. Ajuster la température à Medium (moyenne) et préchauffer. Déposer les steaks sur la grille de cuisson et les saupoudrer de poivre au citron. Faire griller les steaks pendant 6 minutes. Vérifier la cuisson des steaks et la continuer au besoin. Pour servir, couvrir chaque steak avec de la sauce et du persil frais. Donne 4 portions.

Biscuits aux brisures de chocolat

2½ t.	farine tout-usage
1 c. à thé	poudre à pâte
1 t.	margarine faible en gras ramollie
¾ t	cassonade tassée
2	oeufs
1 c. à thé	extrait de vanille
Paquet de 12 oz brisures de chocolat mi-sucré	

Mélanger la farine et la poudre à pâte et réserver. Dans un grand bol, mélanger la margarine et la cassonade jusqu'à consistance légère et granuleuse. Ajouter les oeufs et la vanille et mélanger à nouveau. Ajouter le mélange de farine et mélanger jusqu'à ce que la pâte forme une boule. Incorporer les brisures de chocolat. Installer la plaque pour steak sur la partie supérieure de l'appareil et le plateau de cuisson sur la partie inférieure. Positionner le lever de verrouillage vers l'arrière en position verrouillée. Ajuster la température à Medium (moyenne) et préchauffer. Déposer de petites boules de pâte à biscuit à 2 po (5cm) de distance les unes des autres sur le plateau de cuisson. Écraser chaque boule avec le dos d'une cuillère. Fermer le couvercle. Cuire pendant 6 à 8 minutes. Retirer les biscuits avec une spatule en plastique et les laisser refroidir. Les biscuits resteront tendres jusqu'à ce qu'ils refroidissent. Refaire les mêmes étapes avec le restant de pâte. Donne environ 40 biscuits.

Instructions d'entretien

ATTENTION : Pour éviter tout risque de brûlure accidentelle, laisser complètement refroidir votre appareil avant de le nettoyer.

1. Avant de nettoyer votre appareil, le débrancher de la prise et le laisser refroidir.

ATTENTION : Pour éviter que des étincelles se forment au moment de débrancher la fiche, assurez-vous que l'appareil n'est pas en marche avant de débrancher la fiche de la prise.

2. **Nettoyer l'intérieur :** Placer le plateau d'égouttage sous l'appareil. Pour nettoyer les plaques, utiliser la spatule spécialement conçue pour enlever les résidus de gras ou d'aliment. Essuyer les plaques avec un essuie-tout ou une éponge. Les résidus tomberont dans le plateau d'égouttage. Pour nettoyer le plateau de cuisson, utiliser la spatule spécialement conçue pour enlever les résidus d'aliment. Essuyer le plateau avec un essuie-tout ou une éponge.
3. Vider le plateau d'égouttage et le laver à l'eau chaude et au savon. Les plaques et le plateau de cuisson peuvent être retirés de l'appareil en tirant sur les poignées de déverrouillage. Laver à l'eau chaude savonneuse et bien assécher. Réinstaller les plaques ou le plateau en s'assurant qu'ils sont fixés solidement à l'appareil. Les plaques et le plateau amovibles vont au lave-vaisselle. Après avoir lavé les plaques au lave-vaisselle, essuyer le côté sans revêtement avec un chiffon sec pour éviter qu'il se décolore. Le savon à lave-vaisselle peut occasionner de l'oxydation sur le côté sans revêtement du plateau de cuisson. Cette oxydation n'est pas nocive et peut être éliminée en l'essuyant avec un chiffon humide.
4. Résidus tenaces : Utiliser un tampon non métallique à récurer pour nettoyer les plaques.
5. **Nettoyage de l'extérieur de l'appareil :** Essuyer avec une éponge imbibée d'eau chaude et assécher avec un chiffon doux sec.
6. Ne pas utiliser de laine d'acier, de tampon à récurer ou de produit nettoyant abrasif sur aucune pièce de l'appareil.
7. **NE JAMAIS IMMERGER L'APPAREIL DANS L'EAU OU AUTRE LIQUIDE.**
8. Tout entretien nécessitant un démontage autre que celui pour nettoyer l'appareil tel que décrit ci-dessus doit être effectué par un électricien certifié.
9. S'assurer de bien tenir la partie supérieure (couvercle) pendant le nettoyage afin de prévenir une fermeture accidentelle du couvercle et des blessures.