

**MODE D'EMPLOI**  
**Modèle de la série GRP54G**

**GEORGE FOREMAN®**

**LEAN  
MEAN  
FAT REDUCING  
GRILLING  
MACHINE**

*George Foreman*



**®THE NEXT GRILLERATION**

# **MISES EN GARDE IMPORTANTES**

WLorsqu'on utilise un appareil électrique, il faut toujours prendre certaines précautions élémentaires, y compris les suivantes :

1. Lire toutes les instructions.
2. Ne pas toucher les surfaces chaudes. Manipuler avec les poignées ou les boutons. Utiliser des maniques ou des moufles isolantes.
3. Pour prévenir les chocs électriques, ne pas immerger le cordon, la fiche ou l'appareil dans l'eau ou dans un autre liquide.
4. Surveiller étroitement les enfants lorsqu'ils utilisent un appareil électrique ou lorsqu'un appareil électrique est utilisé près d'eux.
5. Débrancher tout appareil avant de le nettoyer et lorsqu'il est inutilisé, et le laisser refroidir avant d'y ajouter ou d'en retirer des éléments.
6. Ne jamais utiliser un appareil électrique dont la fiche ou le cordon est endommagé, qui a subi quelque dommage que ce soit ou qui vient de tomber en panne. Le cas échéant, communiquer avec le Service à la clientèle pour le faire vérifier, réparer ou régler.
7. Ne jamais utiliser d'accessoires non prévus pour cet appareil, au risque de se blesser.
8. Ne pas utiliser l'appareil à l'extérieur.
9. Ne pas laisser pendre le cordon au bord d'une table ou d'un comptoir, ni le laisser entrer en contact avec une surface chaude.
10. Ne pas placer l'appareil dans un four chaud ou sur un brûleur à gaz ou un élément électrique chaud ou près de ceux-ci.
11. Il faut toujours être très prudent lorsqu'on déplace un appareil contenant de l'huile ou un autre liquide chaud. Laisser refroidir le liquide avant d'enlever et de vider le plateau d'égouttage.
12. Pour débrancher, saisir le cordon par la fiche, puis retirer la fiche de la prise de courant.
13. Ne pas utiliser l'appareil à d'autres fins que celles auxquelles il est destiné.

**CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS  
POUR USAGE DOMESTIQUE SEULEMENT**

# AUTRES MISES EN GARDE IMPORTANTES

**SURFACES CHAUDES** : *Cet appareil produit de la chaleur et de la vapeur. Il convient donc de prendre les précautions appropriées pour prévenir les risques de brûlures et d'incendie ou d'autres dommages aux personnes ou à la propriété.*

**ATTENTION** : *Cet appareil devient chaud lorsqu'il est en marche et il le demeure quelque temps après son arrêt. Toujours mettre des moufles isolantes pour manipuler des articles chauds et laisser refroidir les pièces métalliques avant de les nettoyer. Ne rien mettre sur l'appareil pendant qu'il est en marche ou qu'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.*

1. Tous les utilisateurs doivent lire et comprendre le présent Mode d'emploi avant de se servir de cet appareil ou de le nettoyer.
2. La fiche de cet appareil doit être branchée seulement dans une prise de courant alternatif de 120 volts.
3. Si cet appareil montre des signes de défaillance pendant qu'il est en marche, débrancher immédiatement le cordon. Ne pas utiliser l'appareil ou essayer de le réparer.
4. Ne pas laisser cet appareil sans surveillance pendant qu'il est en marche.
5. Lorsque l'appareil est en marche, prévoir suffisamment d'espace au-dessus et de tous les côtés pour permettre la circulation de l'air, et veiller à ce qu'il ne vienne pas en contact avec des rideaux, le revêtement mural, des vêtements, un linge à vaisselle ou toute autre matière inflammable.
6. Cet appareil produit de la vapeur; ne pas le faire fonctionner en position ouverte.
7. **Pour éviter une fermeture accidentelle et des blessures, utiliser une manique pour maintenir le couvercle ouvert au moment de déposer ou de retirer des aliments sur la surface de cuisson.**
8. Ne pas incliner le gril pendant la cuisson, lorsque l'appareil est chaud ou que le couvercle est relevé.

## Plastifiants

**ATTENTION** : Pour prévenir la migration des plastifiants du dessus de comptoir ou de table ou d'autres pièces de mobilier, placer un support ou un napperon **NON PLASTIQUE** entre l'appareil et le comptoir ou la table.

**Dans le cas contraire, le fini pourrait foncer ou des taches pourraient apparaître.**

## Cordon électrique

L'appareil est muni d'un cordon électrique court afin de réduire les risques d'emmêlement ou de chute souvent associés aux cordons longs. Ne pas utiliser de rallonge.

## Alimentation électrique

Pour éviter toute surcharge, brancher cet appareil sur un circuit électrique distinct.

## Fiche polarisée

Afin de réduire le risque de choc électrique, le cordon de cet appareil est doté d'une **fiche polarisée** (l'une des lames est plus large que l'autre) qui ne convient qu'aux prises polarisées. Si elle n'entre pas complètement dans la prise, inverser la fiche. Si elle n'entre toujours pas, communiquer avec un électricien compétent. Ne modifier la fiche en aucune façon.

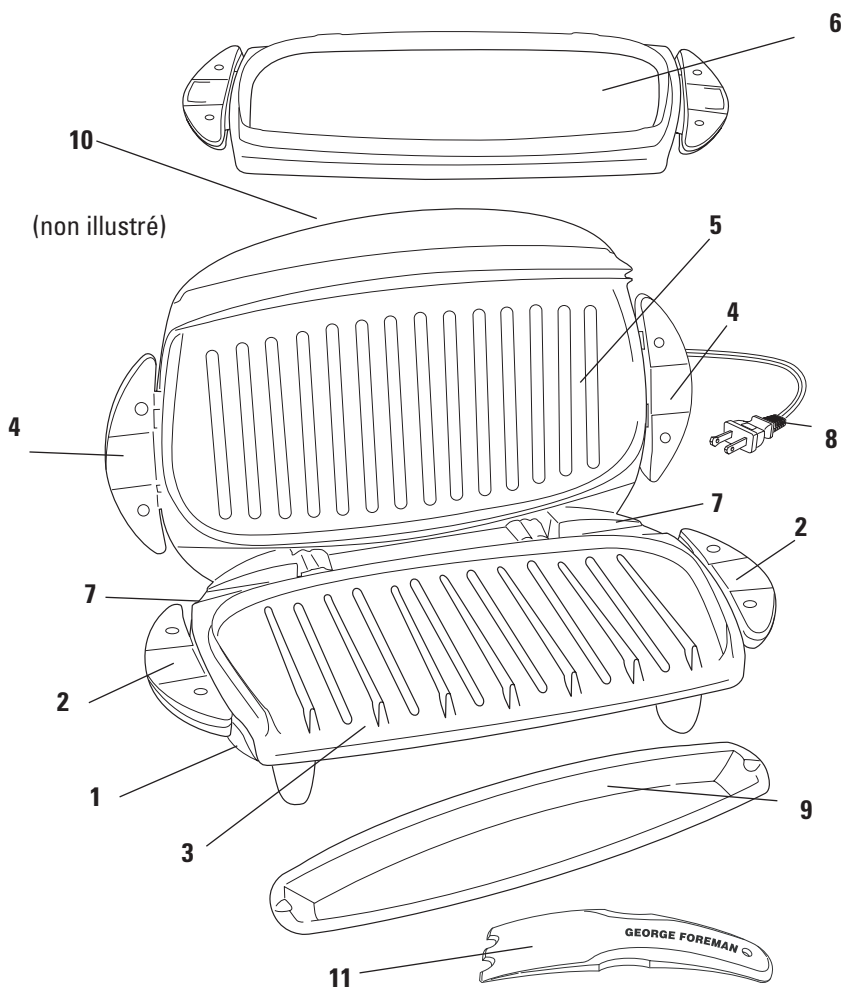
## Fiche à trois broches avec mise à la terre

Si cet appareil est muni d'un **cordon à trois conducteurs avec mise à la terre** (fiche à trois broches), la fiche pourra uniquement se brancher dans une prise prévue à cet effet. Il s'agit d'une mesure de sécurité. Si elle n'entre pas dans la prise, faire remplacer celle-ci par un électricien. Ne modifier la fiche en aucune façon.

## IMPORTANT

- A. Avant d'utiliser l'appareil, il faut s'assurer que **LES DEUX** poignées de déverrouillage sont correctement assujetties au boîtier.
- B. Avant d'y déposer des aliments, il faut s'assurer que les plaques de cuisson sont préchauffées selon les instructions.
- C. **NE PAS** cuire d'aliments congelés avant d'avoir préchauffé les plaques de cuisson conformément aux instructions.
- D. **NE PAS** faire fonctionner le gril en position ouverte.

# Renseignements sur votre gril GRP54G



- |  |   |
|--|---|
| 1. Boîtier du GRP54G   | 6. Plaque à frire (n°de pièce 22889)        |
| 2. Poignées de déverrouillage de la plaque de cuisson inférieure | 7. Base pivotante                           |
| 3. Plaque de cuisson inférieure (n°de pièce 22618L)              | 8. Cordon                                   |
| 4. Poignées de déverrouillage de la plaque de cuisson supérieure | 9. Plateau d'égouttage (n°de pièce 22619)   |
| 5. Plaque de cuisson supérieure (n°de pièce 22618U)              | 10. Voyant lumineux (orange)                |
|  | 11. Spatule en plastique (n°de pièce 22545) |

# Comment utiliser le gril sans gras George Foreman.

1. Avant la première utilisation, essuyer les plaques avec un chiffon humide et vérifier qu'elles sont bien assujetties à l'appareil.

**Avant d'utiliser l'appareil, il faut s'assurer que LES DEUX poignées de déverrouillage sont correctement assujetties au boîtier.**

2. Fixer les plaques de cuisson ou la plaque à frire. Le gril GRP54G dispose de trois plaques : une plaque de cuisson inférieure, une plaque de cuisson supérieure et une plaque à frire. Fixer solidement les plaques aux endroits appropriés à l'aide des poignées de déverrouillage situées sur les côtés de chaque plaque. La plaque à frire et la plaque de cuisson inférieure doivent être assujetties seulement à la partie inférieure du boîtier de l'appareil. La plaque de cuisson supérieure doit être assujettie seulement à la partie supérieure du boîtier de l'appareil. Placer la base pivotante en position à plat, pour une cuisson au niveau, ou inclinée, pour une cuisson inclinée au cours de laquelle les graisses et autres liquides s'égoutteront dans le plateau d'égouttage.

**Note : Utiliser les poignées de déverrouillage pour assujettir correctement les plaques sur le gril. Laisser refroidir les plaques avant de les fixer.**

3. Utiliser une manique pour ouvrir et fermer le couvercle soigneusement.
4. **Glisser** le plateau d'égouttage sous le devant de l'appareil.
5. **Préchauffage** : Fermer le couvercle et brancher la fiche du cordon dans une prise de courant alternatif de 120 volts. Le voyant lumineux s'allume pour indiquer que le préchauffage est commencé. Laisser le gril chauffer pendant 7 minutes. Lorsque le préchauffage est terminé, le voyant lumineux s'éteint.
6. Verser ou déposer soigneusement les aliments à cuire sur la plaque de cuisson inférieure.
7. Fermer le couvercle et laisser les aliments cuire pendant le temps désiré (consulter la section des recettes à la fin de ce guide pour quelques suggestions). Le voyant lumineux clignote tout au long de la cuisson. Ne pas laisser l'appareil sans surveillance pendant qu'il est en marche!
8. **Après que le temps de cuisson désiré s'est écoulé, les aliments devraient être prêts.**
9. Débrancher l'appareil.

**ATTENTION : Pour éviter que des étincelles se forment, il faut s'assurer que le voyant lumineux est éteint avant de débrancher l'appareil.**

10. Retirer les aliments à l'aide de la spatule en plastique fournie. Utiliser toujours des ustensiles en plastique ou en bois afin de ne pas égratigner le revêtement antiadhésif des plaques de cuisson. Ne jamais utiliser de couteau, fourchette ou pinces métalliques.
11. Lorsqu'il a refroidi, le plateau d'égouttage peut être retiré et vidé. **S'assurer que le liquide a refroidi avant de retirer le plateau d'égouttage**
12. **ATTENTION : Ne pas retirer ou changer les plaques si l'appareil est chaud. Laisser refroidir l'appareil complètement avant de retirer ou de changer les**

Base pivotante  
INCLINÉE pour  
cuire



Base piv-  
otante À PLAT  
pour frire

# Consignes d'entretien

**ATTENTION** : Pour éviter les brûlures accidentelles, laisser refroidir l'appareil complètement avant de le nettoyer.

1. Avant de nettoyer l'appareil, il faut le débrancher et le laisser refroidir.

**ATTENTION** : Pour éviter que des étincelles se forment, il faut s'assurer que le voyant lumineux est éteint avant de débrancher l'appareil.

2. **Nettoyage de l'intérieur** : Placer le plateau d'égouttage sous le devant de l'appareil et, à l'aide de la spatule spéciale, enlever la graisse et les particules d'aliments qui s'y trouvent. Essuyer l'excédent de graisse à l'aide d'un morceau de papier absorbant ou d'une éponge.
3. Après l'avoir vidé, laver le plateau d'égouttage à l'eau savonneuse tiède. Retirer les plaques de cuisson de l'appareil en tirant sur les poignées de déverrouillage, les laver à l'eau savonneuse tiède et bien les essuyer. Replacer les plaques de cuisson et vérifier si elles sont bien assujetties à l'appareil.

On peut aussi les laver au lave-vaisselle.

Le cas échéant, essuyer le côté sans revêtement avec un chiffon sec afin d'empêcher la décoloration. Les détergents de lave-vaisselle peuvent oxyder le côté sans revêtement des plaques de cuisson. Pour les nettoyer, il suffit de les essuyer avec un essuie-tout humide.

4. **Nettoyage de l'extérieur** : Laver l'extérieur avec une éponge tiède humide et essuyer avec un chiffon doux sec.
5. Ne pas utiliser de laine d'acier, de tampons à récurer ou de nettoyeurs abrasifs.
6. **NE PAS IMMERGER LE BOÎTIER DE L'APPAREIL DANS L'EAU OU UN AUTRE LIQUIDE.**
7. Toute intervention nécessitant un démontage autre que pour les fins de nettoyage décrites ci-dessus doit être confiée à un électricien certifié.
8. Tenir fermement le couvercle pendant le nettoyage afin d'en prévenir la fermeture accidentelle qui pourrait causer des blessures.

# Tableau des températures de cuisson suggérées

Les temps de cuisson suivants sont donnés à titre indicatif seulement et peuvent varier selon la coupe et l'épaisseur de la pièce de viande. Pour être certain que les aliments sont cuits à point, utiliser un thermomètre de cuisson. Pour prolonger la cuisson, laisser les aliments sur le gril et vérifier de temps à autre pour prévenir la surcuisson.

## Préchauffer le gril avant de l'utiliser.

Aliments	Minutes	Base	Remarques
<b>Bœuf, agneau, porc</b>			
Bœuf haché	5-7	A plat	Frيره
Hamburger, 4 onces	5-7	Inclinée	
Bifteck d'ailou NY/KC	8-10	Inclinée	1 pouce d'épaisseur
Brochettes de bœuf	7-10	Inclinée	Morceaux de 1 pouce
Faux-filet de bœuf	6-8	Inclinée	3/4 pouce d'épaisseur
Côtes, bouts de côtes de bœuf	7-8	Inclinée	Faire bouillir d'abord
Filet de bœuf	4-6	Inclinée	
Saucisses fumées	5-7	Inclinée	
Agneau haché	6-7	A plat	Frيره
Côtelettes de filet d'agneau	5-7	Inclinée	3/4 pouce d'épaisseur
Bacon	4-6	A plat	Frيره
Bacon	7-9	Inclinée	Plaque de cuisson
Côtelettes de filet de porc	5-7	Inclinée	1/2 pouce d'épaisseur
Côtelettes de longe de porc	7-9	Inclinée	Désossées, faire bouillir d'abord
Porc haché	5-7	A plat	Frيره
Tranches de jambon	2-3	Inclinée	Entièrement cuit, 1/2 pouce d'épaisseur
Fricadelles de saucisse	4-5	Inclinée	Faibles en gras
<b>Volaille</b>			
Poitrines de poulet	6-10	Inclinée	Désossées, sans peau
Brochettes de poulet	8-12	Inclinée	Morceaux de 1 pouce
Dinde hachée	3-5	A plat	Frيره
Côtelettes de poitrine de dinde	4-6	Inclinée	Désossées, sans peau
<b>Poisson et fruits de mer</b>			
Darne (ferme)	7-9	Inclinée	1 pouce d'épaisseur
Filet	3-5	Inclinée	1/2 pouce d'épaisseur
Pétoncles	3-5	Inclinée	
Crevettes (de 26 à 30)	3-4	Inclinée	
Filet de truite	3-5	Inclinée	3/4 pouce d'épaisseur
<b>Sandwiches et grignotines</b>			
Sandwich au jambon ou au fromage	2-3	A plat	
Sandwich au thon, Reuben ou au rosbif	3-4	A plat	



Croquettes de poulet	12-14	À plat	Frيره
Œufs poêlés	1-3	À plat	Frيره
Frites - coupe régulière	12-14	À plat	Frيره
Omelette	2-4	À plat	Frيره
Bacon de dinde	8-10	À plat	Frيره
Quesadilla	2-4	À plat	Frيره
Tacquitos	8-10	À plat	Frيره
<b>Fruits et légumes</b>			
Pomme	2-3	À plat	Tranches de 1/2 pouce
Asperge	4-6	À plat	Arroser d'huile d'olive
Banane	1-2	À plat	Tranchée sur la longueur
Carotte	6-8	À plat	Tranchée sur la longueur
Aubergine	8-10	Inclinée	Tranches de 1/4 à 1/2 pouce
Oignon, asperge,	2-4	À plat/ Inclinée	Tranches minces, arroser d'huile d'olive aubergine et courgette
Pêche	1-2	À plat	Coupée en deux ou en tranches
Poivron	4-5	Inclinée	Tranches minces, arroser d'huile d'olive
Ananas	2-3	À plat	Tranches de 1/2 pouce
Pomme de terre	10-12	À plat	Tranches de 1/2 pouce, arroser d'huile d'olive
Pomme de terre rouge	12-14	À plat	Tranches de 1/2 pouce, arroser d'huile d'olive
Courgette	7-9	Inclinée	Tranchée sur la longueur ou tranches de 1/2 pouce

**NOTE:** Pour garantir que les bactéries nocives sont détruites, le département de l'Agriculture des États-Unis recommande de faire cuire la viande et la volaille aux températures internes suivantes : dinde et poulet hachés : 165 °F; bœuf, veau, agneau et porc hachés : 160 °F; blanc de poulet et de dinde : 170 °F; brun de poulet et de dinde : 180 °F; oie et canard : 180 °F; bœuf, veau et agneau frais : 145 °F; porc frais : 160 °F. La viande et la volaille réchauffées doivent être cuites à la température interne de 165 °F.

# Foire aux questions

Questions	Réponses
1. <b>Puis-je faire cuire des aliments congelés sur mon gril George Foreman?</b>	Il est préférable de faire décongeler les aliments avant de les mettre sur le gril George Foreman. <b>Il faut toujours faire préchauffer l'appareil selon les instructions avant d'y déposer des aliments.</b>
2. <b>Puis-je faire cuire des brochettes sur mon gril George Foreman?</b>	Oui, mais il faut utiliser des brochettes en bois afin de ne pas abîmer la surface antiadhésive des plaques de cuisson. Nous recommandons de faire tremper les brochettes dans l'eau environ 20 minutes afin de les empêcher de brûler.
3. <b>Comment puis-je faire pour éliminer l'odeur de l'ail sur les plaques de cuisson de mon gril George Foreman?</b>	Après avoir nettoyé votre appareil selon les «Consignes d'entretien», étendre du soda à pâte dilué dans de l'eau sur la surface de cuisson et, après quelques minutes, essuyer avec une éponge ou un chiffon humide.
4. <b>Comment dois-je procéder pour faire des hot dogs sur mon gril George Foreman?</b>	Préchauffer le gril pendant environ 5 minutes et déposer les hot dogs sur la longueur, sur la surface de cuisson. Fermer le couvercle et cuire pendant 2-1/2 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient de la couleur désirée.
5. <b>Puis-je faire des pommes de terre rissolées sur mon gril George Foreman?</b>	Oui. Pour ce faire, il suffit de préchauffer le gril pendant 5 minutes, de déposer les pommes de terre, de fermer le couvercle de l'appareil et de les laisser cuire à peu près la moitié du temps suggéré sur l'emballage pour la cuisson au four.
6. <b>Pouvez-vous me suggérer d'autres mets que je peux faire sur mon gril George Foreman?</b>	Pour cuire des poivrons frais, il suffit de les faire griller 2 ou 3 minutes, puis de les peler.  Les sandwiches au fromage fondant sont aussi faciles à faire sur le gril George Foreman.

# Recettes

## Œufs et bacon ensoleillés

Ensoleillez votre matin avec ce déjeuner simple et délicieux.

4 tranches de bacon de dinde fumée

2 œufs

sel

poivre noir

- Installer la plaque de cuisson dans la partie supérieure de l'appareil et la plaque à frire dans la partie inférieure. Mettre la base pivotante en position à plat. Déposer le bacon sur la plaque à frire. Ne pas préchauffer l'appareil. Fermer le couvercle. Faire griller le bacon de 8 à 10 minutes. Essorer le bacon sur du papier essuie-tout. Casser les œufs sur la plaque à frire et les saupoudrer de sel et de poivre, au goût. Fermer le couvercle et cuire pendant 1 minute. Ouvrir le couvercle et retourner les œufs. Fermer le couvercle et cuire selon la consistance désirée : 30 secondes pour des œufs tournés, 1 minute pour des œufs bien cuits et 1-1/2 minute pour des œufs complètement pris. Déposer les œufs dans des assiettes et servir avec le bacon croustillant.

Donne 2 portions.

## Omelette Lorraine

Comme le nouveau gril George Foreman® The Next Generation™ cuit des deux côtés en même temps, vous pourrez facilement faire cette onctueuse omelette au fromage sans devoir la retourner!

3 œufs

1/4 cuillère à thé de poudre à pâte

2 cuillères à soupe de thym frais haché (ou 2 cuillères à soupe de thym séché)

2 cuillères à thé de margarine faible en gras

1/3 tasse de bacon de dinde cuit et coupés en morceaux

1/3 tasse de fromage suisse faible en gras râpé

2 cuillères à soupe de ciboulette fraîche hachée fin et d'oignons verts hachés

- Dans un bol moyen, battre les œufs et y incorporer la poudre à pâte et le thym. Fouetter jusqu'à ce que tout soit bien mélangé. Installer la plaque de cuisson dans la partie supérieure de l'appareil et la plaque à frire dans la partie inférieure. Mettre la base pivotante en position à plat. Préchauffer jusqu'à ce que le voyant lumineux s'éteigne.
- Déposer la margarine sur la plaque à frire. Fermer le couvercle et laisser fondre la margarine pendant 30 secondes. Verser les œufs sur la plaque à frire. Fermer le couvercle et cuire pendant 1-1/2 minute. Ouvrir le couvercle. Déposer le reste des ingrédients sur une moitié des œufs, puis replier l'autre moitié à l'aide d'une spatule en plastique thermorésistant. Cuire l'omelette pendant 1-1/2 minute. Vérifier l'omelette et cuire selon la consistance désirée.

Donne 3 portions.

## **Boeuf hawaïen à l'ananas**

Savoureux et délicieux!

2 biftecks de faux-filet de 8 onces, 3/4 pouce d'épaisseur

2 cuillères à soupe d'oignon vert finement émincé

1 cuillère à thé de gingembre moulu

1 cuillère à soupe de miel

1/2 tasse d'ananas frais, en cubes

- Dans un petit bol, bien mélanger l'oignon vert, le gingembre et le miel. Installer les plaques de cuisson dans les parties supérieure et inférieure de l'appareil. Mettre la base pivotante en position inclinée. Préchauffer jusqu'à ce que le voyant lumineux s'éteigne.
- Déposer la viande sur la plaque de cuisson et la badigeonner de sauce. Cuire pendant 4 minutes. Ajouter les morceaux d'ananas sur la viande, puis cuire pendant 2 à 4 minutes supplémentaires.

Donne 4 portions.

## **Pita aux olives et à l'agneau à la Grecque**

Toutes les saveurs de la Grèce dans un pratique pain pita. Un succès assuré.

1/4 tasse de tapenade aux deux olives\*

1/4 tasse de fromage féta faible en gras émietté

4 demi-pitas

4 onces de filet d'agneau maigre, cuit et tranché

1 cuillère à thé d'huile d'olive extra-vierge

1 tasse de laitue romaine déchiquetée

1 tomate mûre coupée en morceaux

- Dans un petit bol, mélanger la tapenade aux deux olives et le féta émietté. Étendre le quart de la tapenade sur chaque demi-pita et ajouter l'agneau tranché. Badigeonner légèrement l'extérieur des demi-pitas avec de l'huile.
- Installer la plaque de cuisson dans la partie supérieure de l'appareil et la plaque à frire dans la partie inférieure. Mettre la base pivotante en position à plat. Préchauffer jusqu'à ce que le voyant lumineux s'éteigne. Déposer deux demi-pitas sur la plaque à frire et fermer le couvercle. Cuire pendant 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que l'extérieur des demi-pitas soit légèrement doré et l'agneau et la tapenade soient chauds. Déposer les sandwiches dans des assiettes et farcir de laitue émincée et de tomate émincée. Répéter pour les deux autres demi-pitas.

Donne 2 portions.

\*Consulter la page 13 pour la recette.

## Tapenade aux deux olives

Créez n'importe quel sandwich grec avec cette tartinade succulente.

(Voir la recette de pita aux olives et à l'agneau à la Grecque, à la page 12.)

3/4 tasse d'olives kalamata dénoyautées (ou des olives noires italiennes)

1/4 tasse d'olives espagnoles dénoyautées (ou des olives vertes)

1 gousse d'ail émincée

1/4 tasse d'huile d'olive extra-vierge

1 cuillère à soupe de persil italien à feuille plane frais émincé

- Mélanger les olives, l'ail, l'huile et le persil au robot culinaire jusqu'à l'obtention d'une texture presque lisse. Conserver la tartinade inutilisée dans un contenant fermé au réfrigérateur pendant un maximum d'une semaine.

## Quesadilla au crabe et à l'avocat

La mangue et les piments verts s'unissent pour offrir une saveur unique.

Excellent pour le goûter ou comme hors-d'œuvre servie avec une trempette (salsa).

8 onces de chair de crabe fraîche en morceaux (ou 6 onces de chair de crabe en morceaux en boîte)

4 onces de piments verts en conserve, hachés

1/2 tasse de mangue fraîche hachée

2 cuillères à soupe de crème sûre écrémée

1/2 tasse de fromage Monterey Jack léger émietté

8 petites tortillas faibles en gras

2 avocats mûrs émincés

- Dans un petit bol, mélanger le crabe, les piments, la mangue, la crème sûre et le fromage. Étendre le huitième du mélange sur la moitié de chaque tortilla. Ajouter le huitième des tranches d'avocat, puis replier chaque tortilla.
- Installer la plaque de cuisson dans la partie supérieure de l'appareil et la plaque à frire dans la partie inférieure. Mettre la base pivotante en position à plat. Préchauffer jusqu'à ce que le voyant lumineux s'éteigne. Déposer 4 quesadillas sur la plaque à frire et fermer le couvercle. Cuire pendant 2 à 4 minutes, jusqu'à ce que le fromage soit fondu et que les tortillas soient molles et légèrement dorées. Répéter pour les 4 autres quesadillas.

Donne 4 portions.

## Hamburgers Ranchero

Faits de bœuf, de haricots et d'épices, ces hamburgers sont étonnamment bons au goût... et pour la santé.

- 3/4 livre de bœuf haché extra maigre
- 1/2 tasse de haricots en conserve, égouttés et en purée
- 2 gousses d'ail émincée
- 2 cuillères à soupe de sauce barbecue préparée
- 1/2 cuillère à thé de sel
- 1/2 cuillère à thé de poivre noir
- 4 pains hamburger aux graines de sésame

- Bien mélanger le bœuf, les haricots, l'ail, la sauce barbecue, le sel et le poivre. Former 4 galettes.
- Installer les plaques de cuisson dans les parties supérieure et inférieure de l'appareil. Mettre la base pivotante en position inclinée. Préchauffer jusqu'à ce que le voyant lumineux s'éteigne. Déposer les galettes de viande sur la plaque de cuisson et cuire pendant 4 à 5 minutes. Vérifier la viande et poursuivre la cuisson, si désiré. Déposer une galette de viande sur chaque pain aux graines de sésame et servir avec vos condiments préférés.

Donne 4 portions.

## Poulet à l'origan à la Grecque

Cette entrée savoureuse peut aussi être servie comme plat principal.

- 1/4 tasse d'huile d'olive extra-vierge
- 2 cuillères à soupe de jus de citron frais
- 2 cuillères à soupe d'origan grec séché
- 1 gousse d'ail émincée
- 1 cuillère à thé de poivre noir
- 1/2 cuillère à thé de sel
- 4 demi-poitrides de poulet désossées sans peau

- Mélanger tous les ingrédients sauf le poulet dans un sac en plastique hermétique. Ajouter les poitrines de poulet et y faire adhérer le mélange. Réfrigérer pendant 1 à 4 heures. Installer les plaques de cuisson dans les parties supérieure et inférieure de l'appareil. Mettre la base pivotante en position inclinée. Préchauffer jusqu'à ce que le voyant lumineux s'éteigne. Déposer le poulet sur la plaque de cuisson et cuire pendant 6 à 10 minutes. Jeter la marinade. Vérifier le poulet. Faire griller le poulet jusqu'à ce qu'il ne soit plus rosé et que sa température interne atteigne 170 °F.

Donne 4 portions.

## Poulet frit croustillant

Du poulet frit doré sans gras!

2 demi-poitrines de poulet désossées sans peau

1 œuf battu

1/2 tasse de babeurre

2 traits de sauce Tabasco®

1/3 tasse de semoule de maïs jaune

2 cuillères à soupe de farine tout usage

1 cuillère à thé de paprika moulu

1/4 cuillère à thé de sel

1/4 cuillère à thé de poivre noir

Aérosol de cuisson antiadhésif

- Déposer les poitrines de poulet entre deux feuilles de pellicule plastique et aplatir jusqu'à une épaisseur de 1/2 pouce. Mélanger l'œuf, le babeurre et la sauce Tabasco® dans un plat de verre. Dans une grande assiette, mélanger la semoule de maïs, la farine, le paprika, le sel et le poivre. Tremper le poulet dans le mélange de babeurre, puis dans le mélange de semoule de maïs. Tourner chaque poitrine de poulet pour bien recouvrir tous les côtés du mélange de semoule de maïs. Secouer le poulet pour faire tomber l'excès de mélange de semoule de maïs. Placer sur une grille au réfrigérateur pendant 20 à 30 minutes.
- Installer la plaque de cuisson dans la partie supérieure de l'appareil et la plaque à frire dans la partie inférieure. Mettre la base pivotante en position à plat. Préchauffer jusqu'à ce que le voyant lumineux s'éteigne. Vaporiser chaque poitrine de poulet avec l'aérosol de cuisson antiadhésif. Déposer le poulet sur la plaque à frire et fermer le couvercle. Cuire pendant 10 minutes. Vérifier le poulet avec la pointe d'un couteau. Faire griller le poulet jusqu'à ce qu'il ne soit plus rosé et que sa température interne atteigne 170 °F. Lorsqu'il est bien cuit, le poulet est croustillant.

Donne 2 portions.

## Côtes de porc de la Nouvelle-Orléans

Ces côtes désossées se préparent plus facilement et plus rapidement que les côtes traditionnelles.

1-1/2 livre de côtes de longe de porc désossées

1/4 tasse de pâte de tomate

1/4 tasse de vinaigre de cidre

2 cuillères à soupe de miel

2 cuillères à soupe d'eau

1 cuillère à soupe d'huile d'olive extra-vierge

2 cuillères à thé de moutarde séchée

1/2 cuillère à thé de sauce Tabasco®

1 gousse d'ail émincée

1/4 tasse d'oignon jaune haché fin

- Enlever tout le gras visible des côtes. Pratiquer des entailles dans les côtes avec un couteau pour empêcher la viande de s'entortiller pendant la cuisson. Faire bouillir 6 tasses d'eau dans une grande casserole et ajouter les côtes. Plonger dans l'eau pendant 10 minutes. Dans une petite casserole, mélanger le reste des ingrédients jusqu'à l'obtention d'une sauce, pendant environ 5 minutes, et garder chaud.
- Installer les plaques de cuisson dans les parties supérieure et inférieure de l'appareil. Mettre la base pivotante en position inclinée. Préchauffer jusqu'à ce que le voyant lumineux s'éteigne. Déposer les côtes sur la plaque de cuisson et badigeonner chaque côte avec 1 cuillère à soupe de sauce. Cuire pendant 5 minutes. Ouvrir le couvercle, tourner et badigeonner chaque côte avec 1 cuillère à soupe de sauce. Cuire pendant 2 à 4 minutes ou jusqu'à ce que les côtes soient bien cuites. Servir avec le reste de la sauce chaude.

Donne 4 portions.



## Darnes de saumon thaï

Des saveurs merveilleusement explosives et piquantes.

- 1 cuillère à thé de vinaigre de riz
- 2 cuillères à soupe de sauce soya pauvre en sodium
- 1/4 tasse de miel
- 2 cuillères à soupe de moutarde chinoise préparée
- 2 cuillères à soupe de persil frais émincé
- 2 darnes de saumon de 7 à 8 onces, 1 pouce d'épaisseur

- Dans une petite casserole, mélanger le vinaigre, la sauce soya, le miel, la moutarde et le persil. Laisser mijoter pendant 5 minutes.
- Installer les plaques de cuisson dans les parties supérieure et inférieure de l'appareil. Mettre la base pivotante en position inclinée. Préchauffer jusqu'à ce que le voyant lumineux s'éteigne. Déposer les darnes sur la plaque de cuisson, la peau en dessous, et badigeonner avec une cuillère à soupe de sauce thaï. Fermer le couvercle et cuire pendant 7 à 9 minutes. Vérifier le saumon et poursuivre la cuisson, si nécessaire. Servir avec le reste de la sauce.

Donne 2 portions.

## GARANTIE LIMITÉE D'UN AN

**Couverture** : Ce produit est garanti contre tout défaut de matériel et de fabrication pendant un (1) an à compter de la date d'achat initiale. La présente garantie ne vise que le premier acheteur et n'est pas transférable. Pendant un (1) an, à compter de la date d'achat initiale, notre Centre de réparation (1) réparera le produit ou (2) le remplacera par un appareil de modèle comparable remis à neuf, à sa discrétion. Ces recours sont les seuls que l'acheteur possède aux termes de la présente garantie.

**Service sous garantie** : Pour obtenir le service sous garantie, vous devez appeler notre service de garantie, au : 1-800-233-9054, pour savoir comment procéder pour envoyer le produit dans son emballage original ou dans un emballage offrant un degré égal de protection au Centre de réparation dont les coordonnées apparaissent ci-dessous. Vous devez joindre une copie de votre reçu de caisse ou une autre preuve d'achat pour montrer que vous êtes admissible à la garantie.

**Adresse de retour :**

ATTN: Repair Center  
708 South Missouri Street  
Macon, MO 63552 USA

**Communiquez avec nous :**

Par la poste, par courriel ou par téléphone :

Consumer Relations Department  
PO Box 7366  
Columbia MO 65205-7366 USA  
1-800-233-9054  
E-mail: [consumer\\_relations@toastmaster.com](mailto:consumer_relations@toastmaster.com)

**Ce qui n'est pas couvert** : La présente garantie ne couvre pas les dommages résultant d'une utilisation abusive, d'un accident, d'une utilisation commerciale ou d'une négligence ou tout dommage attribuable à autre chose qu'un défaut de matériel ou de main-d'œuvre. La présente garantie est nulle si le numéro de série apposé en usine a été modifié ou enlevé du produit. La présente garantie n'est valide qu'aux États-Unis et au Canada.

**LIMITATIONS QUANT AUX DOMMAGES** : LA COMPAGNIE DÉCLINE TOUTE RESPONSABILITÉ À L'ÉGARD DE QUELQUE DOMMAGE INDIRECT OU CONSÉCUTIF LIÉE AU NON-RESPECT D'UNE GARANTIE OU CONDITION EXPRESSE OU IMPLICITE CONCERNANT CE PRODUIT.

**DURÉE DES GARANTIES VISÉES** : SAUF DANS LA MESURE OÙ UNE LOI APPLICABLE L'INTERDIT, TOUTES LES GARANTIES ET CONDITIONS IMPLICITES, Y COMPRIS, SANS S'Y LIMITER, LES GARANTIES ET CONDITIONS TACITES QUANT À LA CONVENANCE DE CE PRODUIT À UNE FIN PARTICULIÈRE, SONT LIMITÉES DANS LE TEMPS À LA DURÉE DE LA PRÉSENTE GARANTIE.

Certaines administrations n'autorisent pas l'exclusion ou la limitation de la responsabilité en cas de dommages accessoires ou indirects ou autorisent des limitations quant à la durée des garanties tacites, de sorte que les exclusions/restrictions énoncées ci-dessus peuvent ne pas s'appliquer. Cette garantie vous confère des droits spécifiques et vous pouvez en avoir d'autres aux termes des lois de votre lieu de résidence.

Pour plus de renseignements sur nos produits,  
visitez notre site Internet à : [www.igrillwithgeorge.com](http://www.igrillwithgeorge.com)

© 2007 Tous droits réservés  
Imprimé en Chine  
7/07