MARQUE: RUSSELL HOBBS

REFERENCE: GGR 50

CODIC: 1836471





MODE D'EMPLOI
Model No. GGR50B

GEORGE FOREMAN®

BIG GEORGE

Barbecue Electrique d'Intérieur/Extérieur



Russell Hobbs

LISEZ ET CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

AVERTISSEMENT : Tout appareil électrique présente un risque d'incendie et de choc électrique pouvant provoquer des blessures graves ou mortelles. Veuillez observer toutes les mesures de sécurité.

MESURES DE SECURITE IMPORTANTES

AVERTISSEMENT : Cet appareil produit de la chaleur et de la vapeur lorsqu'il fonctionne. Veuillez prendre toutes les précautions nécessaires afin d'éviter tout risque de brûlure, d'incendie, de blessure corporelle ou de dommage matériel.

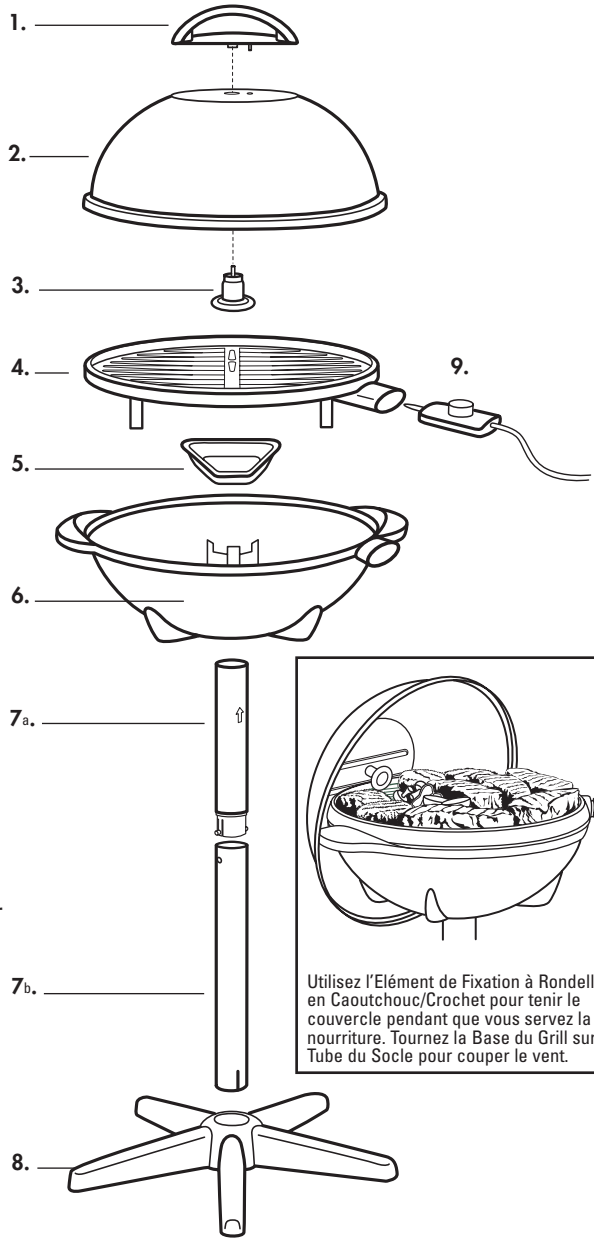
Afin de réduire les risques d'incendie, d'électrocution et de blessures pendant l'utilisation de tout appareil électroménager, toujours observer les précautions élémentaires de sécurité, y compris les suivantes :

1. Une personne n'ayant pas lu et compris toutes les mesures de sécurité et le mode d'emploi n'est pas qualifiée pour faire fonctionner cet appareil.
2. Ne jamais faire fonctionner le Gril sans que la Base et le Plateau à Graisse soient en place.
3. Si cet appareil subit une chute accidentelle ou tombe dans l'eau lorsqu'il est branché, le débrancher immédiatement de la prise de courant. NE PAS TENTER DE LE SORTIR DE L'EAU.
4. Ne pas toucher les surfaces chaudes, afin de réduire les risques de brûlure ou d'autre blessure. L'utilisation de gants de cuisine est recommandée.
5. Lorsque vous utilisez cet appareil, assurez- vous qu'il y a suffisamment d'espace au- dessus et de chaque côté de l'appareil, pour laisser circuler l'air. Ne pas faire fonctionner cet appareil s'il se trouve à proximité ou est en contact avec des rideaux, des tentures, des vêtements ou tout autre matériau inflammable.
6. Ne pas utiliser ou tenter de réparer un appareil qui ne fonctionne pas bien. Contacter le Service Clientèle afin d'obtenir une autorisation de retour ou de réparation.
7. Utiliser ce produit seulement pour l'usage spécifié dans ce manuel.
8. Ne pas mettre les matériaux suivants dans ou sur la surface du Gril : papier, carton, plastique et autres matériaux similaires.
9. Ne pas nettoyer l'appareil avec un tampon à récurer métallique ou avec des produits nettoyants abrasifs. Cela endommagerait le revêtement antiadhérent.
10. Lire toutes les instructions avant d'utiliser l'appareil.
11. Ne pas toucher les surfaces brûlantes. Utiliser les poignées.
12. Ne pas immerger le cordon, la fiche ou la Sonde de Contrôle de Température dans l'eau ou tout autre liquide. Se référer aux instructions de nettoyage.
13. Cet appareil ne doit pas être utilisé par des enfants.
14. Se montrer particulièrement vigilant lorsqu'un appareil électroménager est utilisé à proximité d'enfants.
15. Débranchez l'appareil lorsque vous ne l'utilisez pas. Débrancher l'appareil et le laisser refroidir avant de monter ou de démonter des pièces et avant de le nettoyer.

16. Toujours relier la Sonde de Contrôle de Température au Gril avant de brancher le cordon dans la prise de courant. Pour le débrancher, tourner la Sonde de Contrôle de Température sur "OFF" (ARRET), puis retirer la fiche de la prise de courant.
17. Ne jamais faire fonctionner un appareil endommagé. Ne pas se servir d'un appareil qui a un cordon ou une fiche endommagé(e), qui ne fonctionne pas correctement, qui est tombé ou a été endommagé d'une quelconque manière. Contacter le Service Clientèle afin d'obtenir une autorisation de retour.
18. L'utilisation d'accessoires non recommandés par le fabricant peut entraîner un risque d'incendie, de choc électrique ou de blessure corporelle.
19. Ne pas utiliser l'appareil lorsque l'on se tient dans un endroit humide.
20. Ne pas placer l'appareil sur ou près d'une cuisinière à gaz ou électrique, ni dans un four chaud.
21. Faire extrêmement attention en déplaçant un appareil contenant de l'huile ou tout autre liquide brûlant. Ne pas ôter le Gril de la Base avant qu'il n'ait refroidi.
22. Laisser la graisse ou l'huile refroidir avant de la jeter.
23. Ne pas mettre la base sur la surface chaude.
24. N'utiliser l'appareil que conformément aux instructions données dans ce guide.
25. Ne pas tenter de nettoyer le gril ou de gratter de la nourriture lorsque le gril est branché ou lorsqu'il est chaud.
26. Aucun combustible (briquettes de charbon, etc.) ne doit être utilisé avec cet appareil.
27. Ne brancher cet appareil que dans une prise correctement reliée à la terre.
28. Ne pas laisser cet appareil hors de surveillance lorsqu'il fonctionne.
29. Se montrer particulièrement vigilant lorsqu'un appareil électroménager est utilisé par ou à proximité d'enfants.
30. Ne pas laisser le cordon pendre du bord d'un table ou d'un plan de travail, ni toucher des surfaces chaudes.

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS
RESERVE A UN USAGE MENAGER

Apprenez à connaître votre Barbecue Electrique d'Intérieur/ Extérieur GGR50B



1. Poignée du Couvercle/ Event (PN 21007)
2. Couvercle (PN 21008)
3. Elément de Fixation à Rondelle en Caoutchouc/ Crochet (PN 21039)
4. Gril (PN 21009)
5. Plateau à Graisse (PN 21010)
6. Base du Gril (PN 21011)
7a. Tube du Socle Supérieur (PN 21012)
7b. Tube du Socle Inférieur (PN 21012)
8. Base du Socle (PN 21013)
9. Sonde de Contrôle de Température (PN 21006)

Utilisez l'Elément de Fixation à Rondelle en Caoutchouc/Crochet pour tenir le couvercle pendant que vous servez la nourriture. Tournez la Base du Grill sur le Tube du Socle pour couper le vent.

Utilisation d'une Rallonge

Nous déconseillons l'utilisation d'une rallonge électrique. Si toutefois une rallonge est nécessaire, veuillez prendre toutes les précautions requises lors de son utilisation. Le cordon doit présenter des caractéristiques nominales de 230 V, 10 A, 2200 W, et être disposé de façon à ne pas retomber du plan de travail ou de la table, où des enfants pourraient le tirer et trébucher dessus par mégarde.

Alimentation Electrique

Si le circuit électrique est surchargé, le coupe- circuit disjonctera et l'appareil ne fonctionnera pas. Dans la mesure du possible, il doit être branché sur un circuit électrique de 20 amp séparé des autres appareils.

Instructions de Montage

1. Lavez la Base, le Gril, le Plateau à Graisse et le Couvercle dans de l'eau chaude savonneuse. Rincez et essuyez complètement. NE PAS IMMERGER LA SONDE DE CONTROLE DE TEMPERATURE DANS L'EAU, essuyez- la soigneusement à l'aide d'un tissu humide et séchez complètement.
2. Assemblez les Tubes du Socles en joingnant les deux moités. Quand vous pressez les deux goujons dans l'extrémité du Tube du Socle supérieur, glissez l'extrémité dans l'extrémité non rainurée du Tube du Socle inférieur. Tournez jusqu'à ce que les goujons soient fermement engagés dans les trous du Tube du Socle inférieur.
3. Placez la Base du Socle sur une surface plate et lisse.
4. Insérez l'assemblage de l'extrémité à rainure du Tube du Socle dans le trou qui se trouve au centre du pied, et enfoncez- le complètement.
5. Placez la Base sur l'assemblage du Tube du Socle, de manière à ce que le trou qui est au centre de la Base se loge dans le Tube.
6. Placez le Plateau à Graisse dans la Base, à l'endroit prévu. Lorsque celuici est dans la position correcte, il est retenu fermement et l'extrémité pointue est au centre de la Base.
7. Mettez le Gril bien en position dans la Base. Le logement de la sonde doit s'adapter dans l'échancrure, dans la paroi supérieure de la Base.
8. Attachez la Poignée au Couvercle, en vous y prenant de l'intérieur du Couvercle, à l'aide de l'Elément de Fixation à Rondelle en Caoutchouc.
9. Placez le Couvercle sur le Gril. Votre Barbecue est maintenant prêt à l'emploi.

Comment utiliser le Barbecue Electrique d'Intérieur/ Extérieur George Foreman

1. Tournez la sonde de contrôle de température sur la position "OFF" (ARRET) et attachez- la dans le logement de sonde.
2. Branchez l'appareil dans une prise secteur 230V ~ 50 Hz. Alignez la température souhaitée avec le voyant lumineux. Mettez le Couvercle sur le Gril. Faites préchauffer le Barbecue à la température désirée pendant environ 10 minutes. Pour plus de détails, voir les tableaux de cuisson ou les recettes.
3. Otez soigneusement le Couvercle et placez les aliments sur le Gril. La plupart des aliments doivent être couverts lors de la cuisson. Faites cuire les aliments jusqu'au degré de cuisson désiré, en les retournant au- moins une fois à mi-cuisson. Ajustez la température le cas échéant. Vous pouvez contrôler le degré d'humidité des aliments en ouvrant ou en fermant l'évent du couvercle. Pour des aliments un peu plus secs, tournez l'Event/ la Poignée du Couvercle dans le sens des aiguilles d'une montre. Pour maintenir l'humidité à l'intérieur du barbecue, tournez l'Event/ la Poignée du Couvercle dans le sens des aiguilles d'une montre, afin de réduire l'ouverture. Le voyant lumineux de la Sonde de Contrôle de Température s'allumera et s'éteindra régulièrement au cours de la cuisson, signifiant que le thermostat maintient la température correcte. Ceci est tout à fait normal.
   REMARQUE : Il se peut que de la condensation s'accumule à l'intérieur du couvercle, lors de la cuisson. Prenez les précautions nécessaires lorsque vous retirez le couvercle.
4. Lorsque la cuisson est terminée, tournez la sonde de contrôle de température sur la position "OFF" (ARRET). Le témoin lumineux s'éteindra. Débranchez l'appareil et laissez- le refroidir avant de le démonter et de le nettoyer. Voir les Instructions d'Entretien.
   REMARQUE : Vous pouvez tourner la sonde de contrôle de température sur " 1 " pour maintenir des aliments au chaud pendant de courtes durées.

Conseils d'Utilisation

- Faites griller des morceaux de viande plutôt tendres.
- Faites mariner les morceaux coriaces, afin de les attendrir avant la cuisson.
- Pour éviter d'assécher les viandes et les poissons, ne les retournez qu'une seule fois et ne les percez pas.
- Pour retourner les morceaux de viande et de poisson, utilisez une grande spatule plate en bois ou en plastique.
- Placez les morceaux de viande ou de volaille à rôtir dans un plat à cuisson peu profond. Ne recouvrez pas le plat de papier aluminium, ni d'un couvercle. A l'aide de gants de cuisine, placez doucement le plat sur le gril préchauffé, en faisant attention de ne pas érafler la surface antiadhérente. Placez le Couvercle sur le Gril.
  REMARQUE : Si vous faites simplement reposer le récipient de cuisson sur la surface antiadhérente, celle- ci ne sera pas endommagée.
- N'utilisez que des ustensiles en bois ou en plastique avec la surface antiadhérente.

ATTENTION : Certaines finitions de plan de travail résistant moins bien à la chaleur que d'autres, veillez à ce que la surface du plan de travail puisse résister à des températures de 150° F/ 65° C, afin de prévenir toute décoloration ou autre dommage.

ATTENTION : Les surfaces du gril sont chaudes pendant l'utilisation. Laissez refroidir complètement le Gril, le Plateau à Graisse, le Couvercle et la Base avant de les manipuler et de les nettoyer..

Utilisation à l'intérieur

Pour utiliser votre BARBECUE ELECTRIQUE à l'intérieur, ôtez simplement la Base du Tube du Socle et posez- la sur une surface résistant à la chaleur.

REMARQUE : Ne jamais utiliser le BARBECUE ELECTRIQUE sans la base de l'appareil.

Instructions d'Entretien

ATTENTION : Ne pas immerger la sonde de contrôle de température dans l'eau ou tout autre liquide.

1. Débranchez l'appareil et laissez- le refroidir avant de le démonter et de le nettoyer. Nettoyez complètement toutes les pièces après chaque utilisation.
2. Retirez la Sonde de Contrôle de Température (NE PAS L'IMMERGER DANS L'EAU). Essuyez soigneusement à l'aide d'un tissu humide et séchez complètement.
3. Retirez le Gril et videz le Plateau à Graisse.
4. Lavez la Base, le Gril, le Plateau à Graisse et le Couvercle dans de l'eau chaude savonneuse, à l'aide d'un tampon à récurer en plastique. Rincez et essuyez complètement.

ATTENTION : Le logement de la Sonde de Contrôle de Température doit être complètement sec avant chaque utilisation.

Tableaux de Cuisson

Les durées données dans la liste ci- dessous doivent être utilisées à titre indicatif. Les durées de cuisson varieront selon l'épaisseur de la viande. Pour être certain que la viande est bien cuite, utilisez un thermomètre à viande. Si la viande n'est pas assez cuite, remettez- la simplement sur le Gril et vérifiez- la toutes les 5 minutes, afin de ne pas la laisser trop cuire.

Tableau de cuisson (Gril)

1. Faites préchauffer le BARBECUE ELECTRIQUE.
2. Faites griller les aliments selon la durée recommandée, ou jusqu'à obtenir le degré de cuisson souhaité. Retournez- les à mi- cuisson, ou plus souvent si nécessaire.
3. Les morceaux de viande sans os grilleront plus également et n'érafleront pas la surface antiadhérente.
4. Laissez le Couvercle en place durant la cuisson ; ceci permet de réduire le temps de cuisson et de maintenir les aliments juteux.

Aliments	Température	Durée
bacon	5	10- 12 minutes
saucisse "bratwurst"	5	25- 35 minutes
blanc de poulet	4	20- 30 minutes
poisson, 2,5 cm d'épaisseur	4	20 minutes
saucisses de Francfort	5	10- 20 minutes
hamburgers (115 g chacun)	4	5- 15 minutes
côtes de porc, 2,5 cm d'épaisseur	5	20- 35 minutes
saucisse, fraîche	4	20- 30 minutes
steak, 2 cm d'épaisseur	5	7- 14 minutes
steak, 1,25 cm d'épaisseur	5	5- 12 minutes
chiche- kebab	5	20- 25 minutes
crevette, grande	5	10- 15 minutes

Tableau de Cuisson/ Rôtisserie

1. Faites préchauffer le BARBECUE ELECTRIQUE.
2. Placez la viande ou la volaille dans un plat à cuisson, recouvrez le plat de papier aluminium ou d'un couvercle en verre. A l'aide de gants de cuisine, placez doucement le plat sur le Gril et recouvrez- le avec le Couvercle afin de conserver l'humidité.
3. Vous pouvez utiliser un sachet de cuisson à l'intérieur du plat. Suivez les instructions fournies par le fabricant. Les aliments enveloppés dans du papier aluminium peuvent être placés directement sur le Gril.

Aliments	**Quantité**	**Température**	**Durée**	**Température Interne**
rôti de boeuf	900 g- 1,80 kg	5	1 hr 1/ 2 à 2 hrs	à point 160°- 170° F / 1/ 2 71°- 77° C
poulet entier	1,13 kg -1,80 kg	5	1 hr 1/ 4 à 2 hrs	bien cuit 180° F / 82° C
jambon frais	2,3 kg- 3 kg	5	1 hr 1/ 2 à 2 hrs	bien cuit 180° F / 1/ 2 82° C
rôti de porc	900 g- 1,80 kg	5	1 hr 1/ 2 à 3 hrs	à point 160°- 170° F / 71°- 77° C
pomme de terre en robe des champs, enveloppée dans du papier alu.	450 g- 4,50 kg	5	1 hr 1/ 4 à 1 hrs 1/ 2	jusqu'à ce qu'elle soit cuite

REMARQUE : L'USDA recommande de faire cuire les viandes telles que le boeuf, le porc, l'agneau, etc. jusqu'à une température interne de 160° F / 71° C, et la volaille jusqu'à une température interne de 170° F- 180° F / 77° C- 82° C. Ceci afin de garantir l'élimination de toute bactérie dangereuse pour la santé (listeria, virus du hamburger). Lorsque de la viande ou de la volaille est réchauffée, elle doit également être cuite jusqu'à une température interne de 165° F / 73° C.

Recettes

La Saucisse du Champion

Laissez- vous tenter par ces délicieux petits pâtés. Non seulement ils sont excellents, mais en plus ils sont bons pour la santé. Choisissez du blanc de dinde haché, moins gras que la dinde hachée qui contient de la peau et de la viande brune. La dinde, surtout la viande légère, est une bonne source de niacine, qui est une vitamine B importante et nécessaire au maintien d'un système nerveux en bonne santé.

1 blanc d'oeuf légèrement battu
1/ 3 de tasse d'oignon finement haché
1/ 4 de tasse de pommes déshydratées finement coupées ou
1/ 2 de tasse de pommes Red Delicious finement coupées
1/ 4 de tasse de miettes de pain assaisonnées
2 c. à soupe de persil frais haché
1/ 2 c. à café de sel de mer
1/ 2 c. à café de sauge haché
1/ 4 de c. à café de muscade en poudre
1/ 4 de c. à café de poivre noir
1/ 8 de c. à café de poivre de Cayenne
250 g de blanc de dinde tendre haché

- Dans un saladier moyen, mélangez tous les ingrédients sauf la dinde. Ajoutez la dinde hachée et mélangez bien.
- Formez huit ou neuf petits pâtés de 5 cm de largeur.
- Faites préchauffer le BARBECUE ELECTRIQUE sur la position 4 pendant 10 minutes.
- Placez la viande sur le BARBECUE ELECTRIQUE. Couvrez et faites cuire sur la position 4 pendant 16- 17 minutes. Retournez et faites cuire pendant encore 16- 17 minutes, ou jusqu'à ce que la viande ne soit plus rosée et que le jus soit évacué.
- Pour 4 personnes

Cette recette est extraite du livre "The Healthy Gourmet" (Clarkson Potter) de Cherie Calbom.

La Saucisse de George, Style Texas

Une saucisse épicée, avec le goût du sud- ouest ! Ces saucisses sont excellentes avec des légumes sautés ou une salsa fraîche et des oeufs brouillés. Pour des saucisses à faible teneur en graisse, achetez du boeuf haché tendre à 90%. Le boeuf tendre à 90% ne possède que 9 grammes de graisse, dont 4 sont de la graisse saturée. Le boeuf tendre à 73%, lui, a 18 grammes de graisse dont 7 sont de la graisse saturée.

1 blanc d'oeuf légèrement battu
1/ 3 de tasse d'oignon finement haché
1/ 4 de tasse de miettes de pain assaisonnées
1/ 4 de tasse de poivrons verts coupés en dés
1 grande gousse d'ail, finement hachée
2 c. à soupe de coriandre fraîche hachée
1 c. à soupe de vinaigre de cidre
1 c. à 1 c. à café 1/ 2 de poudre de piment
1/ 4 c. à café de sel de mer
1/ 8 de c. à café de poivre de Cayenne
250 g de boeuf tendre haché

- Dans un saladier moyen, mélangez tous les ingrédients sauf le boeuf haché. Ajoutez le boeuf haché et mélangez bien.
- Formez huit petits pâtés de 7,5 cm de largeur.
- Faites préchauffer le BARBECUE ELECTRIQUE sur la position 4 pendant 10 minutes.
- Placez les petits pâtés sur le BARBECUE ELECTRIQUE. Couvrez et faites cuire sur la position 4 pendant 5- 6 minutes.
- Couvrez et faites cuire pendant 5- 6 minutes. Retournez et faites cuire pendant encore 5- 6 minutes.
- Pour 4 personnes

Cette recette est extraite du livre " The Healthy Gourmet " (Clarkson Potter) de Cherie Calbom.

Le " Power Burger " de George Foreman

Un hamburger extrêmement goûteux, encore meilleur (selon nous) que son cousin à la viande ! C'est très bénéfique pour la santé de manger des repas qui ne contiennent pas trop de viande. Pour réduire la teneur en graisse saturée d'un hamburger normal, vous pouvez diminuer la quantité de viande et ajoutez des ingrédients végétaux. Dans cette recette, ce sont des miettes de pain et des légumes hachés qui ont été ajoutés. Vous pourriez également essayer avec du ris cuit, d'autres graines ou des céréales. En plus de cela, choisissez des petits pains au blé entier ; ils contiennent généralement 1 gramme de graisse de moins que les petits pains ordinaires ou allégés.

Si vous ne pouvez pas vous passer d'un cheeseburger, sachez que les fromages suisses (Gruyère, etc.) contiennent 1 gramme de graisse de moins que le Cheddar, l'American ou le Monterey Jack (8 grammes de graisse par gramme, contre 9 grammes pour ces trois fromages). Toutefois, les fromages allégés (Cheddar ou fromages suisses) contiennent deux fois moins de graisse (4 grammes par gramme). Une cuillère à soupe de moutarde contient 1 gramme de graisse, alors qu'une cuillère à soupe de mayonnaise en contient 11 grammes !

Pour garnir votre burger, choisissez des aliments sains tels que de la salade verte, du choux râpé, ou de la coriandre, du basilic ou de l'épinard frais.

1/ 4 de tasse de légumes coupés, par exemple des oignons jaunes,
des oignons verts, des courgettes, du persil (peut être sauté)
1/ 4 de tasse de miettes de pain assaisonnées
340 g de boeuf tendre haché

- Dans un saladier moyen, mélangez les légumes et les miettes de pain. Ajoutez le boeuf haché et mélangez bien.
- Formez quatre petits pâtés de 10 cm de largeur.
- Faites préchauffer le BARBECUE ELECTRIQUE sur la position 4 pendant 10 minutes.
- Placez les petits pâtés sur le BARBECUE ELECTRIQUE.
- Couvrez et faites cuire pendant 12- 13 minutes. Retournez et faites cuire pendant encore 12- 13 minutes, ou jusqu'à ce que la viande ne soit plus rosée et que le jus soit évacué.
- Pour 4 personnes

Cette recette est extraite du livre " The Healthy Gourmet " (Clarkson Potter) de Cherie Calbom.

Légumes Grillés

6 tranches d'aubergine (ou 4 petites aubergines)
2 petits oignons
2 petites tomates
2 petites courgettes
4- 6 champignons
4 grandes gousses d'ail, épluchées et découpées en morceaux de 6 mm d'épaisseur
1/ 3 de tasse d'huile d'olive
2 c. à soupe d'herbes italiennes

- Découpez tous les légumes en dés de 1,25 cm.
- Badigeonnez légèrement les légumes et l'ail d'huile d'olive, à l'aide d'un pinceau.
- Saupoudrez des herbes italiennes sur les deux côtés des légumes et de l'ail.
- Faites préchauffer le BARBECUE ELECTRIQUE sur la position 4 pendant 10 minutes.
- Placez les légumes et l'ail sur le gril. Couvrez et faites cuire sur la position 4 pendant 7- 8 minutes. Retournez et faites cuire pendant encore 10- 15 minutes, ou jusqu'à obtenir le degré de cuisson désirée.
- Pour 3- 4 personnes

Servir comme accompagnement, avec de la viande et des pâtes, ou en garnir une tranche de pain français ou pita, pour un délicieux sandwich aux légumes grillés.

Blancs de Poulet au Citron et à la Moutarde

2 c. à soupe de moutarde
2 c. à soupe de vinaigre de baumier
3 cuillères à soupe de jus de citron
2 gousses d'ail, hachées
1 c. à café de paprika
4- 6 onces de blancs de poulet, coupés en deux, sans peau ni os

- Dans un saladier moyen, mélangez tous les ingrédients sauf le poulet.
- Ajoutez le poulet et réfrigérez pendant au moins une demi- heure.
- Faites préchauffer le BARBECUE ELECTRIQUE sur la position 4 pendant 10 minutes.
- Placez le poulet sur le BARBECUE ELECTRIQUE. Couvrez et faites cuire sur la position 4 pendant 7- 8 minutes. Retournez et faites cuire pendant encore 7- 8 minutes.
- Pour 4 personnes

Côtes d'Agneau au Romarin

8 côtes premières d'agneau
2 c. à café de romarin frais haché
poivre, selon votre goût

- Saupoudrez les côtes de romarin et de poivre.
- Faites préchauffer le BARBECUE ELECTRIQUE sur la position 4 pendant 10 minutes.
- Placez la viande sur le BARBECUE ELECTRIQUE. Couvrez et laissez cuire sur la position 4 pendant 5- 6 minutes (à point) ou 6- 7 minutes (bien cuit). Retournez et faites cuire pendant encore 5- 6 minutes (à point) ou 6- 7 minutes (bien cuit).
- Pour 4 personnes