



Gebrauchshinweise  
für den TONTOPF  
in der Mikrowelle

*Inklusive Garzeitentabelle*

Scheurich GmbH & Co.KG, 63921 Kleinheubach/Main, Germany  
Tel. +49/9371/507-0, Fax +49/9371/507-101  
E-Mail: [scheurich@scheurich.de](mailto:scheurich@scheurich.de)  
<http://www.scheurich.de>

## **Gebrauchshinweise für die Benutzung des Tontopfes im Mikrowellengerät**

Der Tontopf ist generell für die Benutzung im Backofen sowie in der Mikrowelle geeignet. Beim Gebrauch des Topfes in der Mikrowelle muss darauf geachtet werden, dass dieser auf keinen Fall vorher gewässert werden darf. Durch das Wässern würde der Tontopf sich sonst zu schnell erhitzen und zerplatzen.

Gut verteilte Speisen im Tontopf garen schneller als hohe, kompakte Stücke. Breiten Sie die Zutaten daher möglichst flach aus und nutzen Sie die ganze Fläche des Topfes.

Gelegentliches Umrühren ist –wie beim konventionellen Kochen auch- wichtig und hilft, die Wärme gleichmäßig zu verteilen.

Vor allem für größere Fleischstücke ist ein Wenden nach ca. der Hälfte der Garzeit stets empfehlenswert. Die Mikrowelle wirkt entweder von oben oder von der Seite auf das Fleisch ein. Das Wenden verhindert ein Übergaren oder Austrocknen vor allem magerer Fleischpartien.

Bei Speisen, die eine starke Kruste erhalten sollen, z.B. Aufläufe und Gratins, wird auf den Topfdeckel verzichtet und das Essen im offenen Topf zubereitet.

Nach Gebrauch des Tontopfes sollten Sie diesen mit etwas Spülmittel, heißem Wasser und einer Bürste reinigen. Der Tontopf ist ebenso für das Reinigen in der Spülmaschine geeignet.

Nachfolgend erhalten Sie Tabellen mit entsprechenden Zeitangaben für das Auftauen, Erhitzen und Garen Ihrer Gerichte. Mit dem Tontopf werden Sie hier bestimmt ein gutes Ergebnis erzielen!

# Mikrowellengeschirre

## Empfohlene Geschirre für Mikrowellen-Sologeräte und Kombinationsgeräte

Geschirrart	Sologerät			Kombinationsgerät	
	Erwärmen	Garen	Auf-tauen	Mikrowelle mit Ober- und Unterhitze bzw. Heißluft	Mikrowelle mit Grill
Feuerfestes Glas und Porzellan	●	●	●	●	●
Nicht feuerfestes Glas und Porzellan	●	●	●	—	—
Feuer- und frostfeste Glas- bzw. Vitrokeramik	●	●	●	●	●
Ton, glasiert	●	●	●	●	●
nicht glasiert	●	●	—	●	—
Steingut, Keramik <sup>1</sup>	●	●	●	●	—
Kunststoffgeschirr, hitzebeständig bis 20 °C	—	—	●	—	—
hitzebeständig bis 95 °C	●	—	●	—	—
hitzebeständig bis 200 °C	●	●	●	●	—
Bratbeutel, -folien <sup>2</sup>	●	●	●	●	—
Papier, Pappe, Pergament <sup>3</sup>	●	●	●	—	—
Holz, Stroh <sup>3</sup>	●	—	—	—	—
Metallgeschirr <sup>4</sup>	—	—	—	—	—
Aluschalen <sup>5</sup> , Alufolie	●	●	●	●	●

● Empfohlenes Geschirr — nicht geeignetes Geschirr

<sup>1</sup>Ohne metallhaltige Glasur <sup>2</sup>Bitte die vom Hersteller angegebenen Maximaltemperaturen beachten! Nicht mit Metallclips verschließen. <sup>3</sup>Nur kurzzeitig einsetzbar. <sup>4</sup>Ausnahme: Runde Metallbackformen für die Kombination. <sup>5</sup>Alufolie nur zum Abdecken, Aluschalen nur offen verwenden.

### Auftauzeiten verschiedener Speisen

Speisenart	Menge	1. Schritt +		2. Schritt	Anmerkungen
		Auftauzeit in Minuten für verschiedene Leistungen			
		240-210 Watt	190-150 Watt	Nachtau- bzw. Ausgleichszeit bei Raumtemperatur in Minuten	
<b>Fleisch</b>					
Fleisch im Ganzen vom Rind, Schwein oder Kalb	200 g 500 g	4 10-12	8 13-15	5-10 10-15	1mal wenden. } 2-3mal wenden.
Gulasch	750 g 1000 g	14-16 20-22	20-24 25-30	15-20 20-25	
Hackfleisch	150 g 300 g 500 g	3 7 10-12	7 10 13-15	5 5-10 5-10	} 1-2mal wenden. Nach ca. 4 Minuten bereits angetaute Partien abnehmen, 2-3mal wenden.
<b>Geflügel</b>					
Geflügelteile	450 g	8-9	10-12	5-10	1-2mal wenden, bereits angetaute Teile voneinander trennen. } Verpackung entfernen, Geflügel in eine Schale legen. Keulen und Flügel mit Alufolie umwickeln. 1-2mal wenden. } Alufolie nach halber Zeit entfernen. Wie oben, jedoch 3-4mal wenden.
Hähnchen, Poularde	850 g 1000 g 1200 g	18-22 25 28	23-26 30 35	5-10 15 15-20	
Ente	1700 g	30-40	35-45	30-40	
<b>Fische und Krustentiere</b>					
Muscheln, Krabben	250 g	4-5	7-8	5	} Zwischendurch wenden, dabei angetaute Teile voneinander trennen.
Fischfilet	400 g	7-8	12-14	10	
Fische im Ganzen	750 g 1000 g	10-12 15-18	16-18 22-26	10 15-20	1-2mal wenden. 2-3mal wenden, evtl. Flossen mit Alufolie abdecken.
<b>Gemüse und Obst</b>					
Pilze, Paprika, Kohl, Bohnen usw.	300 g 450 g 600 g	4-5 6-7 8-10	6-8 7-9 11-13	5 5-10 5-10	} Siehe auch »Garen« tiefgefrorener Gemüse (Seite 80). Abgedeckt auftauen, 1-2mal umrühren. } Auf einem Teller/Schale flach ausbreiten; 1-2mal vorsichtig wenden, dabei aufgetaute Teile voneinander trennen.
Beeren-, Kern- und Steinobst	250 g 500 g	3-4 8-10	5-7 10-12	5-10 10-15	
<b>Brot und Gebäck</b>					
Brötchen	1 Stück 4 Stück	¼ ¾	½ 1	2-3 5	} Auf Papierserviette oder Haushaltspapier legen, 1mal wenden. } Wie oben, jedoch 1-2mal wenden. Brotscheiben nach ca. der Hälfte der Zeit voneinander trennen. } Auf Papierserviette oder Haushaltspapier legen. Ausreichend nachtauen lassen, dann aufschneiden.
Brot im Ganzen oder in Scheiben	250 g 500 g 1000 g	2-3 5-7 10-12	5-6 8-10 13-16	5 5 5-10	
Rührkuchen	1 Stück (ca. 100 g)	¾	1-2	2	
	500 g	3-4	6-8	10	
<b>Molkereiprodukte</b>					
Butter, Margarine	125 g 250 g	2-3 5-6	5-7 8-10	5-10 10-15	} Alufolie vollständig entfernen bzw. Deckel abnehmen; 1-2mal wenden. } Deckel vollständig entfernen; 1-2mal umrühren, dabei angetaute Quarkstücke zerteilen.
Quark	250 g 500 g	3-4 6-7	7-9 10-13	5-10 10	

**Hinweise** Bei den angegebenen Werten handelt es sich um Richtwerte, die - je nach Beschaffenheit des Lebensmittels (Gefrier-temperatur und Zustand usw.) - variieren können. Immer gilt: Doppelte Menge = fast doppelte Zeit; halbe Menge = halbe Zeit. Angetaute Speisen bei Raumtemperatur nachtauen lassen.

### Erhitzen vorbereiteter Speisen

Speisenart	Menge	Zeitangaben für verschiedene Leistungen				Anmerkungen
		700 Watt	650 Watt	600 Watt	500 Watt	
<b>Tellergerichte</b>						
Gulasch mit Nudeln	350-450 g	2 Min.	2¼ Min.	2½ Min.	3 Min.	Nudeln befeuchten, zugedeckt erhitzen. Reis und Erbsen befeuchten, zugedeckt erhitzen. Klöße und Gemüse befeuchten, Gericht abdecken. Sauce in separater Schüssel erhitzen.
Schnitzel mit Reis und Erbsen	400-500 g	4 Min.	4½ Min.	4 Min.	4½ Min.	
Braten, Klöße, Gemüse, Sauce	300-450 g	3 Min.	3¼ Min.	3½ Min.	4 Min.	
<b>Suppe/Eintopf</b>						
1 Tasse, Teller	¼ l	1½ Min.	1¾ Min.	2 Min.	2½ Min.	} Nach halber Zeit 1mal umrühren.
2 Tassen, Teller	à ¼ l	3 Min.	3¼ Min.	3½ Min.	4 Min.	
<b>Fleisch</b>						
1 Schnitzel, paniert	180-200 g	1½ Min.	1 Min. 40 Sek.	1¾ Min.	2 Min.	} Mit etwas Öl bestreichen, offen erhitzen, evtl. 1mal wenden.
Hackbraten	500 g	5 Min.	5½ Min.	6 Min.	7 Min.	
4 Frikadellen	500-600 g	4½ Min.	4¾ Min.	5 Min.	5½ Min.	} Befeuchten, zugedeckt erhitzen.
Braten in Sauce	500 g	4½ Min.	4¾ Min.	5 Min.	5½ Min.	
<b>Fisch</b>						
1 Portion	200 g	1½ Min.	1¾ Min.	2 Min.	2½ Min.	} Befeuchten, zugedeckt erhitzen; panierte Stücke offen erhitzen.
2 Portionen	400 g	3 Min.	3¼ Min.	3½ Min.	4 Min.	
<b>Geflügel</b>						
½ Hähnchen	400 g	3½ Min.	3¾ Min.	4 Min.	4½ Min.	} Mit Butter bestreichen, offen erhitzen. } Zugedeckt erhitzen, 1mal umrühren.
Frikassee	200 g	2 Min.	2¼ Min.	2½ Min.	3 Min.	
	400 g	3½ Min.	3¾ Min.	4 Min.	4½ Min.	
<b>Gemüse</b>						
1 Portion	150 g	1½ Min.	1 Min. 40 Sek.	1¾ Min.	2 Min.	} Befeuchten, zugedeckt erhitzen. } 1mal umrühren.
2 Portionen	300 g	2½ Min.	2¾ Min.	3 Min.	3½ Min.	
4 Portionen	600 g	4½ Min.	4¾ Min.	5 Min.	5½ Min.	

<b>Beilagen</b>						
Kartoffeln, Reis, Nudeln, Spätzle, Püree	100 g	1½ Min.	1 Min. 40 Sek.	1¾ Min.	2 Min.	} Befeuchten, zugedeckt erhitzen. } Reis und Nudeln in etwas Butter schwenken.
	250 g	2½ Min.	2¾ Min.	3 Min.	3½ Min.	
	500 g	4½ Min.	4¾ Min.	5 Min.	5½ Min.	

**Hinweis** Bei den angegebenen Werten handelt es sich um Richtwerte, die je nach Beschaffenheit des Lebensmittels variieren können.

### Auftauen und Erwärmen bzw. Garen vorgefertigter Speisen

Gericht/Menge	Zeit in Minuten für verschiedene Leistungen				Anmerkungen
	700 Watt	650 Watt	600 Watt	500 Watt	
Fertigsuppe/Fertiggericht im Kochbeutel, ca. 300-400 g	7	7½	8	9½	Im Beutel ca. 1½ Minuten antauen, dann auf einen Teller geben, abdecken, 2mal umrühren.
Menü aus Fleisch, Gemüse, Beilagen (1 Portion) in Aluschale oder anderem Geschirr, ca. 300-400 g	9	9½	10	12	Deckel entfernen, mit Klarsichtfolie oder Teller abgedeckt erhitzen.
Fleisch in Sauce, ca. 500-600 g	11	11½	12½	14	Etwas befeuchten, auf einer Schale abgedeckt erhitzen. 1mal wenden, dabei evtl. Fleischscheiben voneinander trennen.
Beilagen (Reis, Nudeln, Klöße), ca. 300-450 g	6	6½	7	8½	3 EL Wasser zufügen und abgedeckt erhitzen. 1mal umrühren.
Gemüse, vorgekocht					} Gut abgedeckt erhitzen. 2mal umrühren.
400 g	7	7½	8	9½	
800 g	12	12½	13	13½	
Aufläufe, ca. 800 g	14	15	16½	18	Etwas befeuchten, zugedeckt erhitzen, evtl. zusätzlich im Backofen kurz übergrillen

**Hinweis** Bei den angegebenen Werten handelt es sich um Richtwerte, die je nach Beschaffenheit des Lebensmittels variieren können.

### Garen von tiefgefrorenem Gemüse (selbst eingefroren oder Handelsware)

Gemüsesorte	Menge	Garzeit in Minuten für verschiedene Leistungsstufen				Anmerkungen
		700 Watt	650 Watt	600 Watt	500 Watt	
Apfelrotkohl	450 g	9	9½	10	12	Ohne Flüssigkeitszugabe zugedeckt garen, dabei 1–2mal umrühren.
	600 g	14	15	16	17½	
Balkangemüse	300 g	8	8½	9	11	Mit 3 EL Wasser zugedeckt garen, 1–2mal umrühren.
Blattspinat	300 g	6	6½	7	8½	Ohne Flüssigkeitszugabe zugedeckt garen, dabei 1–2mal umrühren.
Blattspinat, grob geschnitten	450 g	11½	12	13	14½	Ohne Flüssigkeitszugabe zugedeckt garen, dabei 2mal umrühren.
Brechbohnen	300 g	13	14	15½	17	Mit 100 ml Wasser zugedeckt garen, dabei 1–2mal umrühren.
Brokkoli	300 g	9	9½	10	12	Mit 5 EL Wasser zugedeckt garen, 1mal umrühren.
Buttergemüse	300 g	7	7½	8	9½	Mit 2 EL Wasser zugedeckt garen, 2mal umrühren.
Butter-Möhrrchen	300 g	9	9½	10	12	Mit 100 ml Wasser zugedeckt garen, dabei 2mal umrühren.
Dicke Bohnen	300 g	13	14	15½	17	Mit 150 ml Wasser zugedeckt garen, dabei 2mal umrühren.
Erbsen	300 g	3½	3¾	4	4½	Mit 2–3 EL Wasser zugedeckt garen, dabei 1–2mal umrühren.
	450 g	6	6½	7	8½	
Erbsen und Karotten	450 g	11	12	12½	14	Mit 4 EL Wasser zugedeckt garen, dabei 1–2mal umrühren.
Gemüse-Terrinen	450 g	17	18	20	22	Mit ½ l kochendem Wasser zugedeckt garen, dabei mehrmals umrühren.
Kohlrabi	300 g	12	13	14½	16	Mit 4 EL Wasser zugedeckt garen, dabei 1–2mal umrühren.
Leipziger Allerlei	300 g	10½	11	12	13½	Mit 5 EL Wasser zugedeckt garen, dabei 2mal umrühren.
Rahm-Blumenkohl	300 g	10½	11	12	13½	Mit 150 ml Wasser zugedeckt garen.
Rahm-Dicke Bohnen	300 g	9	9½	10	12	Mit 100 ml Wasser zugedeckt garen.
Rahm-Erbsen und Karotten	300 g	9	9½	10	12	Mit 5 EL Wasser zugedeckt garen, dabei 2mal umrühren.
Rahm-Kohlrabi	300 g	10	11	11½	13	Mit 100 ml Wasser zugedeckt garen, dabei 2mal umrühren.
Rahm-Porree	300 g	9	9½	10	12	Mit 2 EL Wasser zugedeckt garen.
Rahm-Rosenkohl	300 g	7	7½	8	9½	Mit 3–4 EL Wasser zugedeckt garen, dabei 2mal umrühren.
Rahm-Spinat	150 g	5	5½	6	7	Ohne Flüssigkeitszugabe gut zugedeckt garen, dabei 2–3mal umrühren.
	300 g	7	7½	8	9½	
	450 g	10	11	11½	13	
	600 g	14	15	16½	18	
Rosenkohl	300 g	8	8½	9	11	Mit 6 EL Wasser zugedeckt garen, dabei 1–2mal umrühren.
Sommergemüse	300 g	12	13	14½	16	Mit 100 ml Wasser zugedeckt garen, dabei 1–2mal umrühren.
Spinat	150 g	5	5½	6	7	Ohne Flüssigkeitszugabe gut zugedeckt garen, dabei 2mal umrühren.
	300 g	8	8½	9	11	
	450 g	11	12	12½	14	
	600 g	13	14	15½	17	
Suppengemüse ohne Brühe	300 g	17	18	20	22	Mit 1,5 l heißer Fleischbrühe versetzt zugedeckt garen und mehrmals umrühren.
	450 g	22	23½	25	28	
Würzspinat	450 g	9	9½	10	12	Mit 2 EL Wasser zugedeckt garen, dabei 2mal umrühren.

**Hinweis** Bei den angegebenen Werten handelt es sich um Richtwerte, die, je nach Beschaffenheit des Lebensmittels, variieren können.

## Garen verschiedener Speisen

Speisenart	Menge	1. Schritt + 2. Schritt			Anmerkungen	
		Garzeit in Minuten 700-600 Watt	Fortkochzeit in Minuten 240-150 Watt	Nachgar- bzw. Ausgleichszeit bei Raumtemperatur		
<b>Fleisch</b>						
Im Ganzen vom Schwein oder Kalb	500 g 750 g 1000 g	10-12 14-16 18-20	- 5-10 10-15	- 5-10 5-10	} Große Stücke evtl. nach der Hälfte der Garzeit 1mal wenden. Sehr fette Partien kreuzweise einschneiden. } Fettschichten kreuzweise einschneiden. Größere Stücke 1mal wenden. } Vor dem Garen evtl. mit Eiklarbestreichen und außen gut würzen.	
Kasseler	500 g 750 g 1000 g	12-14 14-16 18-22	- - -	5 5 5-10		
Hackbraten	500 g 1000 g	15-17 20-24	- 5-10	2 5-10		
<b>Geflügel</b>						
Putenbrust oder -schnittel, Hähnchenbrust u. ä.	250 g 500 g	6-8 10-12	- 2-4	2 5		Geflügel immer in einer guten Sauce zubereiten.
<b>Fisch</b>						
Fischfilet, Fisch im Ganzen	250 g 400 g	5-6 8-10	1-2 2-4	2-3 3	Fisch stets säubern, säuern und salzen. Pikant gewürzt in wenig Flüssigkeit zubereiten.	
<b>Gemüse</b>						
Auberginen	500 g	9-12	-	-	In Scheiben schneiden und mit Zitrone beträufeln. Gut abgetropft ohne Flüssigkeitszugabe garen. Stengel nach innen, Röschen nach außen ins Geschirr legen; 6-8 EL Wasser zugeben.	
Blattspinat	500 g	8-11	-	-		
Brokkoli	300 g	6-7½	-	1-2		
Chinakohl	500 g	6-8	4-5	2	In Streifen schneiden und gut zugedeckt garen. In Streifen schneiden, ½ Tasse Wasser oder Milch zugeben und gut zugedeckt garen. In Ringe schneiden, mit 6 EL Wasser garen, 1mal umrühren. Vierteln und mit 8-10 EL Wasser garen, 1-2mal umrühren. Mit 2 EL Zitronensaft garen. Mit 1 cm Wasser im Gefäß garen. Kreuzweise einschneiden und ohne Flüssigkeit garen.	
Kohlrabi	500 g	10-12	2-3	2		
Lauch	500 g	8-11	-	-		
Möhren	500 g	7-9	5-6	2		
Pilze	500 g	7-9	-	1		
Rosenkohl	500 g	8-10	-	3-5		
Tomaten	500 g	7-8	-	2		
<b>Beilagen</b>						
Salzkartoffeln	250 g 500 g	5-7 10½-13	- -	2 2	} Kartoffeln halbieren oder vierteln, ½ cm Wasser mit Salz im Gefäß mischen, dann Kartoffeln zufügen, 1mal umrühren. } 1 Menge Reis + 1½fache Menge Wasser zufügen, etwas salzen. Nicht umrühren.	
Reis	125 g 250 g	4-5 6½-8	14-16 18-20	- -		
<b>Süßspeisen</b>						
Flammeri, Kochpuddinge	½ l bzw. 500 g	5-6 8-10	- -	1 3	Alle Zutaten in ein geeignetes Gefäß geben und garen lassen.	
<b>Obst und Kompott</b>						
Bratäpfel, Rhabarberkompott u. ä.	250 g 500 g	4-6 7-8	- -	2 4	Obst im Ganzen offen, Kompott stets gut geschlossen garen.	
<b>Aufläufe</b>						
Gemüse- oder Quarkauflauf u. ä.	500 g 1000 g	12-15 18-20	2-4 4-6	2-3 3-4	Alle Zutaten gut mischen und offen garen.	

**Hinweis** Bei den angegebenen Werten handelt es sich um Richtwerte, die - je nach Rezept bzw. Beschaffenheit des Lebensmittels - variieren können. Immer gilt: doppelte Menge = fast doppelte Zeit