



# Grill Plancha

*PLANCHA*



# Grill Plancha

## PLANCHA

Cette plancha de diamètre 34 cm permettra de saisir toutes vos pièces de viande, vos brochettes, poissons, gambas, légumes...

Tout inox, elle monte rapidement en température et transmet la chaleur uniformément sur toute la surface, y compris à très hautes températures pour saisir et griller. Ses anses droites en fonte d'inox également permettent de saisir l'ustensile en toute sécurité et de la passer au four si besoin (cuisson ou maintien au chaud). Compatible tous feux, elle sera à l'aise sur une cuisinière à gaz, électrique, vitrocéramique, plaques induction ou au four, mais également sur un feu vif ou sur le barbecue.

*This plancha with a diameter of 34 cm will allow you to sear all your pieces of meat, skewers, fish, prawns, vegetables ...*

*All stainless steel, it quickly rises in temperature and transmits heat evenly over the entire surface, including at very high temperatures for searing and grilling. Its straight cast stainless steel handles also allow it to be safely grasped and placed in the oven if necessary (cooking or keeping warm). Compatible with all fires, it can be used on a gas, electric, glass-ceramic stove, induction hob or in the oven, but also on a high fire or on the barbecue.*

■ **Anses tout inox larges et ergonomiques**

*Large and ergonomic stainless steel side handles*



■ **Possibilité d'ajouter un couvercle à la taille**

*Possibility to add a cover to the size*



■ **Tout inox 18/10**

*All 18/10 Stainless steel*

# Entretien & utilisation

## PLANCHA

### ■ AVANT LA PREMIÈRE UTILISATION

1. Retirez toutes les étiquettes.
2. Lavez le grill plancha à l'eau chaude savonneuse ou passez-le au lave-vaisselle.

### ■ PENDANT L'UTILISATION

1. Par mesure de sécurité, manipulez toujours l'appareil avec des gants ou un autre système de protection.
2. Utilisez le produit uniquement avec les sources de chaleur suivantes : gaz, électrique, vitrocéramique, induction ou four.
3. Commencez la cuisson à feu moyen pendant quelques minutes jusqu'à ce que les aliments soient dorés. Poursuivez la cuisson à feu doux.
4. Si vous utilisez le produit sur une table de cuisson au gaz, assurez-vous que la flamme touche uniquement le fond de la plancha, pas ses flancs. Cela protégera votre grill plancha tout en réalisant des économies d'énergie. Sur une plaque de cuisson électrique ou vitrocéramique, choisissez un foyer de même diamètre que le fond de la plancha. Les plaques à induction atteignent des températures très élevées en quelques secondes. Soyez donc prudent et vigilant avec l'huile chaude lorsque vous faites frire ou revenir des aliments. Évitez d'utiliser le grill plancha à feu trop vif sous peine de l'endommager. Faites monter le grill plancha progressivement en température, notamment sur une plaque à induction. Ne faites jamais cuire à feu trop vif.
5. Si vous utilisez une plaque de cuisson vitrocéramique ou induction, ne déplacez jamais l'ustensile sans le soulever de la surface vitrée afin de ne pas abîmer cette dernière.
6. Ne laissez jamais le grill plancha chauffer à vide sur une source de chaleur : il risquerait de brûler, de se déformer et de s'abîmer.

Sur les plaques à induction, le temps de chauffe est beaucoup plus rapide et le grill plancha peut s'abîmer en quelques secondes seulement.

### ■ APRÈS UTILISATION

1. Ne plongez jamais le grill chaud dans de l'eau froide.
2. Après chaque utilisation, lavez le grill à l'eau chaude savonneuse ou passez-le au lave-vaisselle. Utilisez une éponge douce de préférence pour le nettoyer.
3. Si des aliments ont brûlé dans le grill, faites-le tremper quelques minutes puis nettoyez-le avec une éponge douce à l'eau savonneuse en frottant légèrement.

# Use & care

## PLANCHA

### ■ BEFORE USE

1. Remove all labels.
2. Wash the griddle in hot and soapy water or put it into the dishwasher.

### ■ DURING USE

1. Use gloves or any other protection to ensure a safe handling.
2. Use only in recommended heat sources: gas, electric, vitroceramic, induction or oven.
3. Cook over a medium heat for a few minutes until the food gets golden brown. Afterwards, cook over a gentle heat.
4. When using agas cooker, make sure that the flame is barely touching the bottom of the griddle and not its sides. In doing so, you will both save energy and protect the griddle. When using an electric or ceramic, opt for one with the same diameter as the thermie bottom. Induction hobs reach extremely high temperatures in just a few seconds. Therefore, if you want to fry food, the oil heating requires greater care and attention. Avoid excessive heating, it may damage the non-stick surface. Heat the piece gradually, especially when using induction hob, never cook over a high heat.
5. When using vitroceramic and induction hobs, do not drag the cookware across the glass surface in order to avoid damaging it.
6. Never leave an empty griddle on a heat source, as it may burn, warp, and damage the piece.

As induction hobs heat up much more quickly, the empty piece may get damaged in seconds.

### ■ AFTER USE

1. Never immerse a hot griddle in cold water.
2. After each use, wash the griddle in hot soapy water or put it into the dishwasher.
3. In case you let the food burn, put the griddle to soak for a few minutes, then wash it in soapy water and go over it with a sponge, squeezing a bit.

# Saumon laqué au sirop d'érable

## Ingrédients pour 5/6 personnes :

- 6 pavés de saumon
- 10 cl de sirop d'érable
- 5 cl d'huile d'olive
- Sel

## Préparation :

1/ Faire chauffer la plancha au 2/3 de la puissance maxi de la plaque puis faire le test de la goutte d'eau.

*(voir [www.cristel.com/fr/astuces-conseils/5-etapes-pour-cuire-votre-viande-avec-une-poele-inox](http://www.cristel.com/fr/astuces-conseils/5-etapes-pour-cuire-votre-viande-avec-une-poele-inox))*

2/ Badigeonner les pavés de saumon d'huile d'olive et assaisonner avec du sel.

3/ Déposer les pavés sur la plancha et attendre que le poisson se décolle.

4/ Cuire sur les deux faces environ 15 minutes et arroser de sirop d'érable.

5/ Vous pouvez ajouter des légumes au cours de la cuisson pour accompagner les poissons.

Servir immédiatement.

Bon appétit !



# Salmon lacquered with maple syrup

## Ingredients for 5/6 people:

- 6 salmon pavers
- 10 cl of maple syrup
- 5 cl of olive oil
- Salt

## Preparation:

1 / Heat the plancha to 2/3 of the maximum power of the plate and then test the drop of water.

2 / Brush the salmon with olive oil and season with salt.

3 / Put the stones on the plancha and wait for the fish to come off.

4 / Bake on both sides about 15 minutes and drizzle with maple syrup.

5 / You can add vegetables during cooking to accompany the fish.

Serve hot.

Bon appétit !



# Tartines estivales à la plancha

## Ingrédients pour 5/6 personnes :

### Tartine n°1

- 1 tranche de pain aux céréales
- 1/2 avocat
- 1 jus de citron
- 1 càc de graines de Chia

### Tartine n°2

- 1 tranche de pain de campagne
- 1 càs de chèvre frais
- 1/2 pêche
- 1 fraise
- 1 càc de miel

### Tartine n°3

- 1 tranche de pain blanc
- 1/4 de pomme coupé en fines tranches
- 1 càs de concassé de tomate
- 3 tranches de chorizo

### Tartine n°4

- 1 tranche de pain blanc
- 1/2 boule de mozzarella
- 4 tomates cerise
- Pousses de roquette

## Préparation :

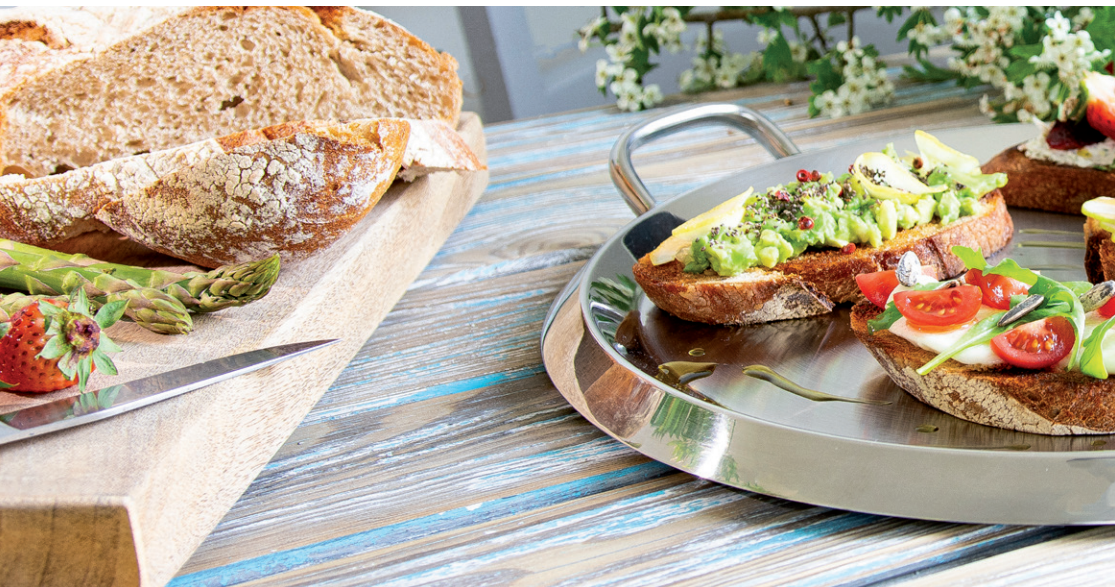
**Tartine n°1:** Chauffer la plancha à feu moyen avec une cuillère d'huile d'olive et colorer chaque face de la tranche de pain 2 min.

Ecraser la chair de l'avocat avec le jus de citron et assaisonner.  
Repartir sur le pain et ajouter les graines.

**Tartine n°2:** Faire colorer la tranche de pain 2 min de chaque côté sur la plancha. En même temps colorer des petits quartier de pêche 1 min de chaque côté. Tartiner le pain de chèvre frais puis ajouter les pêches, la fraise coupée en deux et arroser de miel.

**Tartine n°3:** Colorer 2 min de chaque côté la tranche de pain ainsi que les tranches de chorizo.  
Déposer les fines tranches de pomme sur le pain puis la concassée de tomate et pour finir les tranches de chorizo.

**Tartine n°4:** Colorer la première face du pain pendant 1 min puis retourner et déposer la mozzarella en tranche.  
Laisser fondre légèrement puis finir avec les tomates et de la roquette.



# Grilled Summer Sandwiches

## Ingrédients pour 5/6 personnes :

### Sandwich no. 1

- 1 slice of granary bread
- 1/2 an avocado
- Juice of 1 lemon
- 1 tsp. Chia seeds

### Sandwich no. 2

- 1 slice of country bread
- 1 tbsp. fresh goat's cheese
- 1/2 a peach
- 1 strawberry
- 1 tsp. honey

### Sandwich no. 3

- 1 slice of white bread
- 1/4 of an apple, thinly sliced
- 1 tsp. chopped tomato
- 3 slices of chorizo

### Sandwich no. 4

- 1 slice of white bread
- 1/2 a ball of mozzarella
- 4 cherry tomatoes
- Rocket leaves

## Préparation :

**Sandwich no. 1:** Heat the plancha grill over medium heat with a spoon of olive oil and brown the slice of bread for 2 min. on each side.

Mash the avocado with the lemon juice and season.

Spread on the bread and add the seeds.

**Sandwich no. 2:** Brown the slice of bread for 2 min. on each side on the plancha grill. At the same time, brown the peach quarters for 1 min. on each side.

Spread the fresh goat's cheese on the bread then add the peaches, the strawberry cut in half and drizzle with honey;

**Sandwich no. 3:** Brown the slice of bread as well as the slices of chorizo for 2 min. on each side. Place the thinly sliced apple on the bread, then the chopped tomato, finishing off with the slices of chorizo.

**Sandwich no. 4:** Brown one side of the bread for 1 min., then flip over and add the sliced mozzarella.

Leave to melt slightly and finish off with the tomatoes and rocket.





**CRISTEL**

Parc d'activités du Moulin - BP 10  
F-25490 FESCHES LE CHATEL - FRANCE  
TEL. : + 33 (0)3 81 96 17 52  
Email : [cristel@cristel.com](mailto:cristel@cristel.com)



[www.cristel.com](http://www.cristel.com)