

GEORGE FOREMAN®

THE LEAN MEAN SPIN FRYING MACHINE™

Please Read and Save this Use and Care Book

Veuillez lire et conserver ce guide d'entretien et d'utilisation

NEW!

Lean Mean™ Fryer



USA/Canada 1-800-231-9786

www.prodprotect.com/applica

Accessories/Parts (USA/Canada)
Accessoires/Pièces (É.-U./Canada)

1-800-738-0245

Model
Modèle

GSF026BC

IMPORTANT SAFEGUARDS

When using electrical appliances, basic safety precautions should always be followed, including the following:

- Read all instructions.
- Do not touch hot surfaces. Use handles or knobs.
- To protect against electric shock do not immerse cord, plugs or appliance in water or other liquid.
- Close supervision is necessary when any appliance is used by or near children.
- Unplug from outlet when not in use and before cleaning. Allow to cool before putting on or taking off parts, and before cleaning the appliance.
- Do not operate any appliance with a damaged cord or plug, or after the appliance malfunctions or has been damaged in any manner. Return appliance to the nearest authorized service facility for examination, repair or adjustment. Or, call the appropriate toll-free number on the cover of this manual.
- The use of accessory attachments not recommended by the appliance manufacturer may cause injuries.
- Do not use outdoors.
- Do not let cord hang over edge of table or counter, or touch hot surfaces.
- Do not place on or near a hot gas or electric burner, or in a heated oven.
- Extreme caution must be used when moving an appliance containing hot oil or other hot liquids.
- Always attach plug to appliance first, then plug cord in the wall outlet. To disconnect, turn any control to OFF, then remove plug from wall outlet.
- Do not use appliance for other than intended use.
- Extreme caution must be used when moving fryer containing hot oil.
- Be sure handles are properly assembled to basket and locked in place. See detailed assembly instructions.
- Do not operate unattended
- Always balance food load in basket prior to spinning.
- Make sure there is adequate space from fryer to edge of countertop. The appliance may move during spinning.

SAVE THESE INSTRUCTIONS.

This product is for household use only.

POLARIZED PLUG (120V Models Only)

This appliance has a polarized plug (one blade is wider than the other). To reduce the risk of electric shock, this plug is intended to fit into a polarized outlet only one way. If the plug does not fit fully into the outlet, reverse the plug. If it still does not fit, contact a qualified electrician. Do not attempt to modify the plug in any way.

TAMPER-RESISTANT SCREW

Warning: This appliance is equipped with a tamper-resistant screw to prevent removal of the outer cover. To reduce the risk of fire or electric shock, do not attempt to remove the outer cover. There are no user-serviceable parts inside. Repair should be done only by authorized service personnel.

ELECTRICAL CORD

a) A short power-supply cord (or detachable power-supply cord) is to be provided to reduce the risk resulting from becoming entangled in or tripping over a longer cord.

Note: If the power supply cord is damaged, it should be replaced by qualified personnel. In Latin America, by an authorized service center.

THE LEAN MEAN SPIN FRYING MACHINE™

Congratulations on your purchase of the new George Foreman® Lean Mean™ Fryer!

The Lean Mean™ Fryer features our new, patented Smart Spin™ technology that knocks out up to 55%* of fat absorbed during frying. During a special SPIN cycle that follows cooking, your Lean Mean™ Fryer uses centrifugal force to literally spin the added fat and oil off your food. The result is great-tasting, crisp fried foods that please the palate and let you enjoy all the fried foods you love with none of the guilt. That's the George Foreman® commitment!

Results you can see!

The Lean Mean™ Fryer underwent independent 3rd party laboratory testing in order to support the claims being made. Fat content was measured in uncooked food, in food prepared using typical deep frying methods, and then with the Lean Mean™ Fryer. In both the deep frying and Lean Mean™ frying process, food was allowed to rest on a paper towel for two minutes before fat content was measured. As such, the claimed fat reduction percentages below are independent of any standard paper towel oil absorption.

Fat Reduction Values:

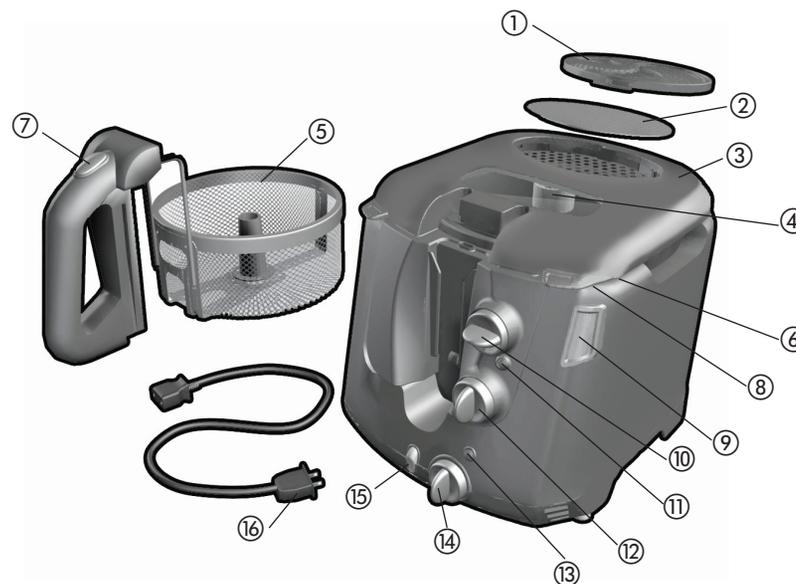
- **Onion Rings: up to 38%* less fat**
- **French Fries: up to 43%* less fat**
- **Breaded Chicken: up to 55%* less fat**

Prepackaged foods selected were the top-selling brands in each category.

***Percentage of fat reduction refers only to the percentage of fat absorbed during frying, in comparison to conventional deep fat fryers. This product does not remove the original fat present in food items prior to frying. Results are based on independent laboratory testing, using a 2 minute spin cycle. Results are not typical and may vary based on food type and brand. Average reduction of absorbed fat of tested food items is 38%. Fried foods should be eaten in moderation and only as part of a well-balanced diet. Consult your physician or nutritionist for dietary advice.**

For more information, go to www.georgeforemancooking.com

Product may vary slightly from what is illustrated.



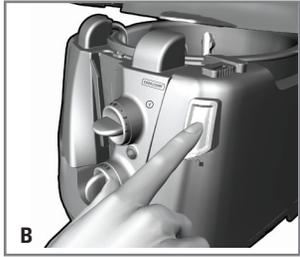
A

- † 1. Removable filter cover (Part # GSF026B-01)
- † 2. Removable filter (inside) (Part # GSF026B-02)
- 3. Lid
- 4. Viewing window
- † 5. Frying basket (Part # GSF026B-03)
- 6. Cooking pot lock & release tab (inside)
- 7. Basket release switch
- † 8. Nonstick cooking pot (inside) (Part # GSF026B-04)
- 9. Lid release button
- † 10. COOK timer control knob (Part # GSF026B-05)
- 11. COOK temperature indicator light
- † 12. COOK temperature knob (Part # GSF026B-06)
- 13. POWER indicator light
- † 14. SPIN timer control knob (Part # GSF026B-07)
- 15. SPIN speed switch
- † 16. Detachable magnetic power cord (behind unit) (Part # GSF026B-08)
- † Consumer replaceable/removable parts

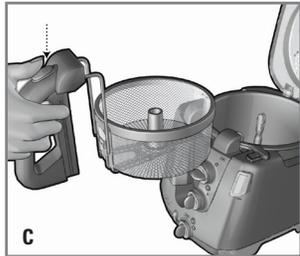
How to use:

This product is for household use only.

GETTING STARTED

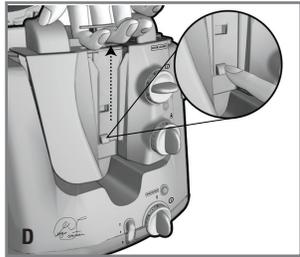


- Remove all packing material and any stickers. Remove and save literature. Please go to www.prodprotect.com/applica and register your warranty.
- To open fryer, press lid release button on top right side of fryer to release latch on the lid (B).



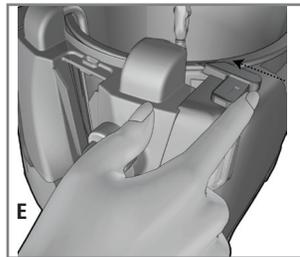
CLEAN FRYER BEFORE FIRST USE

1. Press the button on the top center of the handle of the basket and lift the basket straight up and out of the fryer (C).

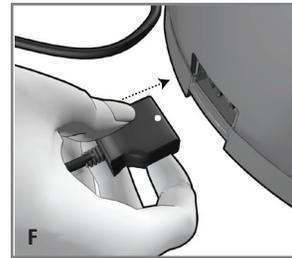


2. Firmly pull up the handle on the heating element and lift it up and out of the cooking pot (D).

Important: Do not immerse heating element assembly in water or any other liquid. In addition, take care not to damage thin wires on heating element; if these become damaged or broken, unit must be replaced.



3. Push out the tab on the front top right of the fryer under the lip of the cooking pot (E).
4. Twist the nonstick cooking pot counterclockwise and lift out of the fryer.
5. Wash all removable parts as instructed in CARE AND CLEANING section of this manual.
6. Select a location where this unit is to be used allowing enough space for back and top of the appliance and the wall and bottom of cabinets to allow heat to flow without damage to cabinets and walls (about 6 inches).

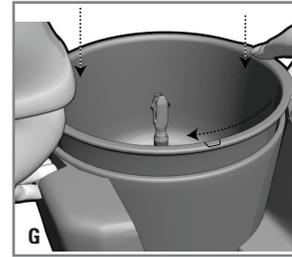


7. This fryer has a detachable cord with a magnetic power attachment to be inserted to the rear of the fryer. This must be inserted with the white dot facing upward (F).

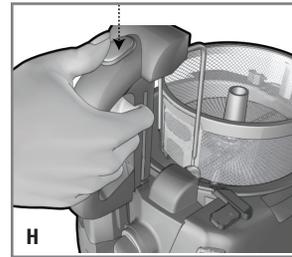
Important: Never plug in the fryer unless there is oil in the cooking pot.

PREHEATING THE FRYER

1. Lower the cooking pot into fryer with L hook on the bottom of the pot at approximately 11 o'clock (the oil level markings inside the pot will be in approximately the same position facing you) with the small detent on the top of the pot over the UNLOCK  signage on the front of the fryer. The L hook must drop into the slot on the bottom of the fryer. Once it is engaged turn the pot clockwise toward the LOCK  signage until it is locked in position. (The oil level markings will be directly in the center back of the fryer.) Push the tab at the right front of the fryer to the left until it is engaged under the cooking pot (G).



2. Insert heating element into cooking pot and lower it firmly into the bottom of the pot until it sits flush into the front insert of the fryer.
3. Fill cooking pot from MIN (8²/₃ cups / 2.1 liters – do not use less) up to MAX (11¹/₄ cups / 2.8 liters do not use more) line at the back of the Cooking pot with clean vegetable, corn, peanut or canola oil. Do not use olive, sunflower or flavored oils.



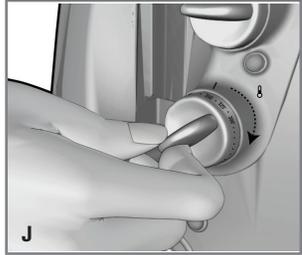
4. Place basket in cooking pot and press button on handle to lower it into its resting position making sure the handle area is centered within the grooves of the control panel on the front of the fryer (H).
5. Close the lid on the fryer.
6. Plug unit into standard electrical outlet. The green temperature light and the red power light will be illuminated.

Important: When in use, the oil in the fryer is extremely hot. Use caution at all times. Do not touch any of the metal parts, such as the basket or cooking pot once the appliance is heating.

COOKING IN THE FRYER

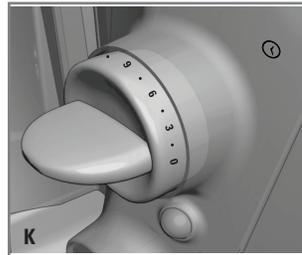
1. Preheat oil by selecting the desired cooking temperature and turning the knob  to the right of the handle so that the white line above the knob is directly at the desired temperature.

Note: Use the graphics on the front of the appliance and the charts and recipes found in the Use & Care as a guide to determine temperature and amounts of foods to be cooked in each batch.



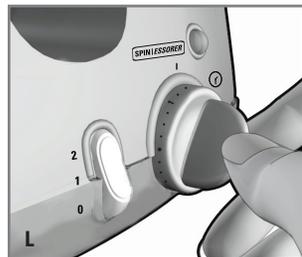
2. While appliance is heating the thermostat light will be off. The light will turn back on when the selected temperature has been reached (**J**).
3. With the lid closed, raise the basket by pressing the handle release button and lifting it until it clicks into place.
4. Allow the basket to drain several seconds. Press the lid release button to open the fryer.

5. Fill basket with foods to be cooked. Do not overfill.
6. Close the lid firmly and lower the basket into the fryer by pressing the handle release button and lowering the handle until it locks into place at the bottom of the cooking pot.



7. Set the cooking timer  on the top right of the fryer (**K**).
8. The timer counts down in minutes; there is an audible signal when the timer reaches zero.
9. To turn food during cooking, lift the basket, open the lid and carefully turn food using heat resistant tongs or slotted spoon. Reclose lid; lower the basket and allow food to continue cooking.

10. When cooking is complete, with lid closed press the handle release button and lift the basket until it clicks into the upper position.



11. Turn the SPIN TIMER  dial on the bottom right of the fryer (**L**) to the desired spin time. (See the chart or recipes for average time to select.) Press the speed button to setting Low (1) or (2) High depending upon the speed desired.
12. The light at the bottom of the fryer is illuminated and the fryer begins to spin.

Note: Do not try to open the fryer when the fryer is spinning. The spinning will stop.

13. When the spinning is complete, press the OPEN button to open the fryer and

carefully remove the basket and turn the food out onto a paper towel lined plate to drain or use tongs to take the food from the basket to a serving plate.

14. Replace the basket in the appliance. Close the lid and lower the basket. Allow the fryer to regain the set temperature (about 1 minute) before frying another batch of food.
15. Repeat this process as necessary to cook additional food.
16. When cooking is complete, set dial on fryer to 0 and unplug the appliance.

HELPFUL HINTS ABOUT YOUR FRYER

- Preheat oil before first frying. Also, allow the oil to return to preset temperature before cooking another batch of food. The green light will turn on when the selected temperature has been reached.
- Never overfill the fryer. There must be room for the hot oil to rise when food has been added.
- Be sure the foods to be cooked are fully covered by the oil.
- If food is cooking too quickly on the outside before the center can be fully cooked:
 - o Check the temperature of the oil with a deep frying thermometer and check the freshness of the oil. It may be time to discard oil and start fresh.
 - o Lower the temperature on the fryer
- Season fried foods after frying when they are still hot and fresh from the fryer.
- High heat, water and burnt food particles break down the oil. Always strain cooled used oil through a cheese cloth or paper towel lined strainer after each use.
- To preserve the life of your oil, store used oil tightly sealed in a cool dark place between usages. On average, oil can be reused about 4 to 6 times before discarding.
- Oil should be discarded after frying if you notice:
 - o Extreme smoking at normal frying temperatures
 - o Very darkened oil
 - o Rancid smelling oil
 - o Excessive foaming around food being fried
- Dry foods fry best. Dry foods with a paper towel. Make sure there are no ice crystals on frozen foods to be fried.
- Make sure to remove excess breading and batter before placing food in hot oil.
- Keep foods to a uniform size and thickness.
- For better fresh French fries, soak cut potatoes in cold water for ½ hour before frying. Drain well and dry thoroughly before frying. Fry in small batches and allow temperature of oil to recover before frying another batch.
- Preheating the basket helps to prevent foods from sticking to the basket.

FRYING CHART

FOOD	TEMPERATURE	COOKING TIME	SPINNING SETTING AND TIME	COOKING TIPS
Fresh chicken	350°F 177°C	4 to 5 minutes	High for 2 minutes	Coat evenly in flour, then milk and finish with seasoned flour or bread crumbs
Frozen chicken breast tenders, 4 – 5	350°F 177°C	4 minutes	High for 2 minutes	Do not over crowd food
Boneless chicken breasts, 2 – 4	350°F 177°C	4 to 6 minutes	High for 2 minutes	Coat evenly in flour, then milk and finish with seasoned flour or bread crumbs
Fish fillets, 2	350°F 177°C	4 to 5 minutes	Low for 1 minute	Substitute cracker crumbs instead of flour for a different flavor
Shrimp, large, about 8	350°F 177°C	4 to 5 minutes	High for 2 minutes	Peel, leaving tail intact; coat as for fish
Frozen snack foods, such as chicken nuggets, mushrooms and zucchini	350 to 375°F 177 to 190°C		High for 2 minutes	Follow package directions
Frozen French fries, all varieties	375 ° F 190° C	3 to 4 minutes	High for 2 minutes	Follow package directions
Frozen onion rings	375 °F 190°C	2½ to 3 minutes	High for 2 minutes	6 to 10 oz.
Fresh French fries	375°F 190°C	Fry twice: first at 330° F for 2 minutes; cool for 5 min. Fry at 365° F for 3 min. until golden.	High for 2 minutes	Dry well before frying
Fresh sweet potato chips and fries	375°F 190°C	3 to 4 minutes	High for 2 minutes	Remove excess batter before frying

FOOD	TEMPERATURE	COOKING TIME	SPINNING SETTING AND TIME	COOKING TIPS
Doughnuts, cut from refrigerator biscuits	375°F 190°C	About 4 minutes, turn after 2	Low for 1 minutes	Cut biscuits in half and shape into ball
Fresh vegetables, such as zucchini, mushrooms, eggplant	350°F 177°C	4 to 5 minutes	High for 1 minute	Coat evenly in flour, then milk and finish with seasoned flour or bread crumbs

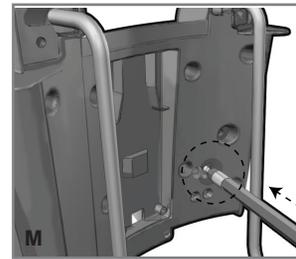
OVERHEAT PROTECTION SYSTEM

This appliance is equipped with an overheating security feature. If you:

- plug in the fryer without oil or an insufficient amount of oil
- use old oil that has become too thick
- allow the appliance to become overheated

The appliance will shut off automatically. The power light will go off.

Wait until the heating element has completely cooled. Remove the heating element and turn it so the part that would be in the cooking pot is facing you. To reset the fryer, press the red reset button on the right side using any small round non metallic object such as a pencil eraser or a Q-tip.



Be sure to fill the Cooking pot to at least the MIN marking inside the Cooking pot with oil before plugging in the appliance again **(M)**.

CARE AND CLEANING

This product contains no user serviceable parts. Refer service to qualified service personnel.

Important: Always unplug the unit and allow it to cool completely before discarding the oil and cleaning.

STORING OIL

Note: You do not have to change the oil after each use. Oil can be reused until it gets dark or there is visible debris (such as batter or bits of food) in it.

1. Unplug unit from wall outlet.
2. Remove magnetic end of power cord from the unit socket.
3. Be sure the oil is completely cool before removing the cooking pot.
4. Store the cooled oil in its original container.

CLEANING

Cooking Pot and Frying Basket

1. Wash frying basket in the dishwasher, or wash by hand with a nonabrasive liquid cleanser using a nylon pad to remove any remaining oil.
2. Wash cooking pot by hand with a nonabrasive liquid cleanser using a sponge or nylon pad to remove remaining oil.
 - Do not use any abrasive cleaners, coarse cleansers, or metal pads as they may damage the nonstick coated surface.
 - Be careful not to bang the pot as any dents can affect future performance.

Note: To remove tough stains or dried-on foods stuck to the surface of the cooking pot, we recommend a mild cleanser such as soft scrub for easier removal.

3. After washing, dry the cooking pot, frying basket and handle thoroughly.

Note: Over time and repeated use, there may be some fat buildup in the pot and on the basket. This is normal.

EXTERIOR SURFACES

Important: Do not immerse appliance in water or any other liquid.

Wipe exterior surfaces clean with a damp sponge or cloth and liquid detergent.

HEATING ELEMENT

Important: Do not immerse heating element assembly in water or any other liquid. In addition, take care not to damage thin wires on heating element; if these become damaged or broken, unit must be replaced.

TROUBLESHOOTING

PROBLEM	POSSIBLE CAUSE	SOLUTION
The fryer is not heating.	<ul style="list-style-type: none"> • It is not plugged in. • The overheat protection has been activated. 	<ul style="list-style-type: none"> • Check to be sure appliance is plugged in to a working outlet; check that the magnetic plug is correctly placed into the back of the fryer. • Check the directions for the reset function of the fryer.
The oil in the fryer overflows.	<ul style="list-style-type: none"> • There may be too much oil in the fryer. • The food being fried is too wet. • There may be too much food in the basket. 	<ul style="list-style-type: none"> • Check that the oil does not exceed the MAX line in the fryer. • Remove any ice from frozen foods and dry thoroughly. • Remove some of the food from the basket; do not overfill the basket. • Make sure to use only one type of oil to fill the fryer.
The food remains soft and does not have a golden color.	<ul style="list-style-type: none"> • The food is not dry enough or is cut too thick. • There is too much food in the basket. • The frying temperature is not hot enough. 	<ul style="list-style-type: none"> • Make sure food is dry and cut into thinner pieces, if necessary. • Do not overfill the basket. Cook in 2 batches instead of 1. • Make sure the set temperature is correct. • Raise the frying temperature about 15 degrees.
Freshly made French fries stick together.	Potatoes were not soaked before frying.	Frying French fries in 2 steps results in crisp fries that are separated.
Oil has an unpleasant aroma.	Oil is old or has been used too many times.	<ul style="list-style-type: none"> • Empty cooking pot; wash it thoroughly. • Add good quality vegetable oil. Do not mix oils in fryer. • Filter oil after each use and store it in a cool dark place.

RECIPES

CHICKEN TENDERS WITH CUCUMBER YOGURT SAUCE

¼ cup seasoned flour

1 egg, slightly beaten

1 tbsp. water

½ cup bread crumbs

1 lb chicken tenders or chicken breasts cut into thin strips

1 cup plain fat free yogurt

¼ cup diced cucumber

1 tbsp. snipped fresh dill

1 tbsp. slivered lemon peel

1 tbsp. fresh lemon juice

Oil for frying

In a shallow plate, place flour. In shallow bowl, combine egg and water; blend well. In second plate, place bread crumbs.

Coat chicken on all sides in flour; dip in egg and then in bread crumbs being sure to completely coat all sides of chicken.

Arrange in single layer on waxed paper. Cover and refrigerate at least 30 minutes.

Meanwhile, in medium bowl combine yogurt, cucumber, dill, lemon peel and lemon juice; blend well. Cover and refrigerate until ready to fry chicken.

Add oil to "MAX" fill in **George Forman® Lean Mean™ Fryer**; heat to 350° F. Fry chicken for 3½ to 4 minutes until chicken is golden and cooked through (Chicken will register 170° F when tested with a meat thermometer).

Spin on high for 2 minutes.

Serve with cucumber sauce.

Makes 4 to 6 servings.

CORN FRITTERS WITH ROASTED PEPPER SAUCE

1 jar (6.5 oz.) roasted red peppers, well drained

¼ cup vegetable broth

1 tbsp. balsamic vinegar

¼ cup cilantro leaves

1 large clove garlic, minced

Oil for frying

1 cup unsifted all-purpose flour

1 tsp. chili powder

1 tsp. salt

¼ tsp. ground cumin

2 eggs

½ cup milk

1 tsp. olive oil

2 cups whole kernel corn

½ cup minced green onion

2 tbsp. chopped parsley

In bowl of Black & Decker® mini chopper or food processor, combine first 5 ingredients. Using PULSE, process mixture until well-blended and smooth. Place in serving bowl; cover with plastic wrap and refrigerate until ready to serve.

Add oil to "MAX" fill in **George Forman® Lean Mean™ Fryer**; heat to 350° F. Meanwhile, in medium size mixing bowl, combine flour, chili powder, salt and cumin. In second bowl, combine egg, milk and oil; blend well.

Make a well in the center of the flour mixture; add the egg mixture all at once. Blend just until moistened. Stir in corn, green onions and parsley.

Drop by tablespoons into hot oil. Do not crowd the fryer; cook about 6 at a time. Fry until golden brown on all sides and cooked through, about 4 minutes.

Spin on high for 2 minutes. Drain on paper towels.

Serve with red pepper sauce.

Makes about 2½ dozen.

FRESH VEGETABLE WONTONS

Oil for frying

¼ cup low sodium soy sauce

1 tbsp. sherry

1 medium clove garlic, minced

2 tsp. chopped fresh ginger

1 cup chopped bok choy

½ cup chopped snow peas

¼ cup chopped bean sprouts

¼ cup chopped red pepper

¼ cup chopped water chestnuts

½ tbsp chopped fresh ginger

1 large clove garlic, minced

½ tsp. salt

¼ tsp. pepper

30 wonton wrappers

Add oil to “MAX” fill in **George Forman® Lean Mean™ Fryer**; heat to 350° F.

Meanwhile, in small bowl, combine soy sauce, sherry, medium garlic clove and 2 tsp. ginger; set aside.

In medium bowl, combine remaining ingredients except wontons.

Place 6 wrappers on a cutting board. Brush the edges of 2 adjacent sides of the wrapper with water. Place about 1 tbsp. filling in center of wrapper. Fold in half forming a triangle and having 2 dry sides close on wet sides. Pinch to seal.

Place closed wontons in fryer basket and lower into hot oil. Fry about 3 minutes until golden brown on both sides and cooked through, about 5 minutes.

Spin on high for 1 minutes.

Drain on paper towels. Keep warm. Repeat with remaining wontons.

Serve dipping sauce with wontons.

Makes 6 to 8 servings.

YUCA STICKS WITH AIOLI SAUCE

1 pkg. (1 lb.) frozen yuca

Oil for Frying

½ cup extra virgin olive oil

2 tbsp. fresh lemon juice

¼ cup minced green onion

2 tbsp. chopped fresh Italian parsley

2 large cloves garlic, minced

Cook yuca according to package directions. Drain and place in bowl. Cover and refrigerate until cold or overnight.

Add oil to “MAX” fill in **George Forman® Lean Mean™ Fryer**; heat to 375° F.

Combine oil, lemon juice, green onions, parsley and garlic; set aside.

Cut yuca into strips. Place about 24 strips in fryer basket and lower into hot oil. Fry about 3 minutes until golden brown on all sides and cooked through.

Spin on high for 1 to 2 minutes.

Serve with aioli dipping sauce.

Makes 6 to 8 servings.

CINNAMON ORANGE DONUT DROPS

Oil for frying

2 cups unsifted all-purpose flour

2½ tsp. baking powder

½ tsp baking soda

½ tsp. salt

2 tbsp. grated orange peel

2 large eggs

1 cup sugar

½ cup sour cream

1 tsp. vanilla extract

1 tsp. ground cinnamon

Add oil to “MAX” fill in **George Forman® Lean Mean™ Fryer**; heat to 375° F.

Meanwhile, in large bowl, combine flour, baking powder, baking soda and salt. Add orange peel.

In small bowl, beat eggs until foamy; gradually beat in ½ cup sugar until thoroughly blended.

Stir in sour cream and vanilla. Add to dry ingredients and blend just until moistened. Dough will be soft.

Drop by tablespoons into hot oil. Do not crowd the fryer; cook about 6 at a time. Fry until golden brown on all sides and cooked through, about 5 minutes.

Spin on low for 1 minute.

Drain on paper towels.

Combine remaining ½ cup sugar with cinnamon. Roll doughnut rounds in cinnamon sugar.

Note: If desired stir in ½ cup mini chocolate morsels into batter just before frying.

Makes about 2½ dozen.

FRIED CHEESECAKE SQUARES

1 pint strawberries, hulled and sliced

1 tbsp. sugar

1 pkg. frozen New York style cheesecake

3 eggs, beaten

3 cups graham cracker crumbs

Oil for frying

Fresh mint

In bowl, combine strawberries and sugar; toss to blend. Cover and let stand at room temperature or in refrigerator until ready to serve (Strawberries will create their own syrup).

Cut frozen cheesecake into 1-inch squares. Place eggs in a bowl and blend in 2 tbsp. water. Place crumbs in a second bowl. Coat squares of cheese cake in crumbs. Dip into egg mixture and turn to coat all sides. Return to crumbs and coat evenly. Repeat coating cheesecakes in egg and crumbs. Arrange in single layer on platter. Cover lightly and return to freezer for several minutes.

Add oil to “MAX” fill in **George Forman® Lean Mean™ Fryer**; heat to 350° F.

Place about 6 squares in fryer basket and lower into hot oil. Fry about 30 seconds to 1 minute until golden brown.

Spin on low for 30 seconds.

Drain on paper towels. Serve with strawberries and garnish with fresh mint leaves.

Makes 6 to 8 servings.

IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Lorsqu'on utilise des appareils électriques, il faut toujours respecter certaines règles de sécurité fondamentales, notamment les suivantes :

- Lire toutes les directives.
- Ne pas toucher aux surfaces chaudes; utiliser les poignées et les boutons.
- Afin d'éviter les risques de choc électrique, ne pas immerger le cordon, la fiche ou l'appareil dans l'eau ou tout autre liquide.
- Exercer une étroite surveillance lorsque l'appareil est utilisé par un enfant ou près d'un enfant.
- Débrancher l'appareil lorsqu'il ne sert pas ou avant de le nettoyer. Laisser l'appareil refroidir avant d'y placer ou d'en retirer des composantes, et de le nettoyer.
- Ne pas utiliser un appareil dont la fiche ou le cordon est abîmé, qui fonctionne mal ou qui a été endommagé de quelque façon que ce soit. Pour un examen, une réparation ou un réglage, rapporter l'appareil à un centre de service autorisé. Ou composer le numéro sans frais inscrit sur la page couverture du présent guide.
- L'utilisation d'accessoires non recommandés par le fabricant de l'appareil peut occasionner des blessures.
- Ne pas utiliser l'appareil à l'extérieur.
- Ne pas laisser pendre le cordon sur le bord d'une table ou d'un comptoir ni le laisser entrer en contact avec une surface chaude.
- Ne pas placer l'appareil sur le dessus ou près d'un élément chauffant électrique ou à gaz ni dans un four chaud.
- Faire preuve de grande prudence pour déplacer un appareil contenant de l'huile brûlante ou autre liquide chaud.
- Toujours brancher la fiche de l'appareil d'abord, puis brancher le cordon dans la prise murale. Pour débrancher l'appareil, placer toutes les commandes à la position « off » (arrêt) et retirer la fiche de la prise.
- Utiliser l'appareil uniquement aux fins pour lesquelles il a été conçu.

- Faire preuve de grande prudence pour déplacer une friteuse contenant de l'huile brûlante.
- Veiller à ce que les poignées soient correctement montées et fixées au panier. Consulter les instructions de montage détaillées.
- Ne pas faire fonctionner sans surveillance.
- Toujours répartir les aliments uniformément dans le panier avant l'essorage.
- S'assurer que l'espace entre la friteuse et le bord du comptoir est adéquat, car il est possible que l'appareil se déplace pendant l'essorage.

CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES.

L'appareil est conçu pour une utilisation domestique seulement.

FICHE POLARISÉE (Modèles de 120 V seulement)

L'appareil est muni d'une fiche polarisée (une lame plus large que l'autre). Afin de minimiser les risques de secousses électriques, ce genre de fiche n'entre que d'une façon dans une prise polarisée. Lorsqu'on ne peut insérer la fiche à fond dans la prise, il faut tenter de le faire après avoir inversé les lames de côté. Si la fiche n'entre toujours pas dans la prise, il faut communiquer avec un électricien certifié. Il ne faut pas tenter de modifier la fiche.

VIS INDESSERRABLE

Avertissement : L'appareil est doté d'une vis indesserrable empêchant l'enlèvement du couvercle extérieur. Pour réduire les risques d'incendie ou de secousses électriques, ne pas tenter de retirer le couvercle extérieur. L'utilisateur ne peut pas remplacer les pièces de l'appareil. En confier la réparation seulement au personnel des centres de service autorisés.

CORDON

a) Le cordon d'alimentation de l'appareil est court (ou amovible) afin de minimiser les risques d'enchevêtrement ou de trébuchement.

Note: Lorsque le cordon d'alimentation est endommagé, il faut le faire remplacer par du personnel qualifié ou, en Amérique latine, par le personnel d'un centre de service autorisé.

THE LEAN MEAN SPIN FRYING MACHINE^{MC}

Félicitations pour l'achat de la nouvelle friteuse Lean Mean^{MC} de George Foreman^{MD}!

La friteuse Lean Mean^{MC} est dotée de notre nouvelle technologie Smart Spin^{MC} qui élimine jusqu'à 55 % des matières grasses absorbées pendant le processus de friture. Pendant le cycle d'ESSORAGE spécial qui suit la cuisson, votre friteuse Lean Mean^{MC} utilise la force centrifuge pour éliminer les matières grasses et l'huile qui se trouvent dans vos aliments. Ainsi, vous obtiendrez toujours de bons aliments frits et croustillants qui plairont à vos papilles. De plus, vous pourrez manger vos aliments frits préférés sans avoir une once de culpabilité. C'est l'objectif de George Foreman^{MD}!

Des résultats que vous pouvez voir!

Pour nous assurer que nos affirmations relatives à la friteuse Lean Mean^{MC} sont correctes, nous lui avons fait subir des tests dans un laboratoire indépendant. La teneur des aliments en matières grasses a été mesurée avant la cuisson, après la cuisson avec des méthodes classiques de friture en profondeur, et après la cuisson avec la friteuse Lean Mean^{MC}. Que ce soit après la cuisson avec les méthodes classiques de friture ou après la cuisson avec la friteuse Lean Mean^{MC}, nous avons laissé les aliments reposer sur du papier essuie-tout pendant deux minutes avant de mesurer leur teneur en matières grasses. Ainsi, les pourcentages de réduction des matières grasses indiquées ci-dessous ne dépendent pas de l'absorption d'huile d'un papier essuie-tout ordinaire.

Valeurs de réduction des matières grasses :

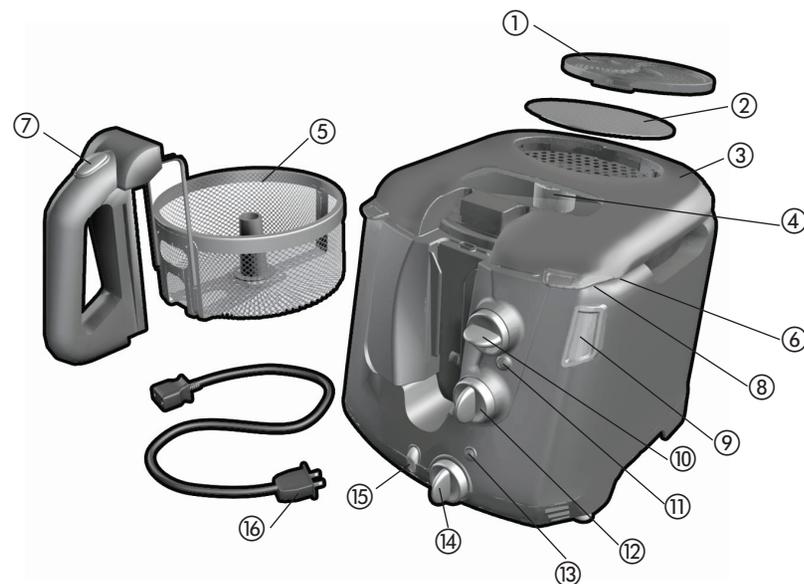
- **Rondelles d'oignon : jusqu'à 38 %* moins de matières grasses**
- **Frites : jusqu'à 43 %* moins de matières grasses**
- **Poulet pané : jusqu'à 55 %* moins de matières grasses**

Les aliments préemballés sélectionnés sont ceux des marques les plus vendues dans chaque catégorie.

***Le pourcentage de réduction des matières grasses ne fait référence qu'au pourcentage d'huile absorbée pendant la friture, comparativement aux friteuses traditionnelles. Ce produit n'élimine pas les matières grasses déjà contenues dans les aliments avant la friture. Les résultats sont basés sur des essais de laboratoire indépendants effectués pendant un cycle d'essorage de deux minutes. Ces résultats ne sont pas typiques et peuvent varier selon le genre d'aliment et la marque. La réduction moyenne de matières grasses des aliments testés est de 38 %. Les aliments frits doivent être consommés avec modération et uniquement dans le cadre d'un régime bien équilibré. Veuillez consulter un médecin ou un nutritionniste pour obtenir des conseils de diététique.**

Pour d'information supplémentaire, visitez le www.georgeforemancooking.com

Le produit peut différer légèrement de celui illustré



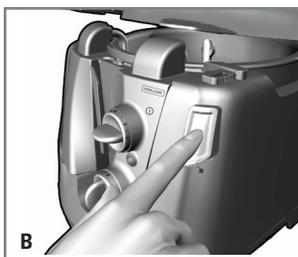
A

- † 1. Couvercle du filtre amovible (n° de pièce GSF026B-01)
 - † 2. Filtre amovible (à l'intérieur) (n° de pièce GSF026B-02)
 - 3. Couvercle
 - 4. Hublot
 - † 5. Panier à friture (n° de pièce GSF026B-03)
 - 6. Languette de verrouillage et de dégagement du bol de cuisson (à l'intérieur)
 - 7. Bouton de dégagement du panier
 - † 8. Bol de cuisson antiadhésif (à l'intérieur) (n° de pièce GSF026B-04)
 - 9. Bouton de dégagement du couvercle
 - † 10. Bouton de réglage de la minuterie pour la CUISSON (n° de pièce GSF026B-05)
 - 11. Témoin de température pour la CUISSON
 - † 12. Bouton de réglage de la température pour la CUISSON (n° de pièce GSF026B-06)
 - 13. Témoin de FONCTIONNEMENT
 - † 14. Bouton de réglage de la minuterie pour l'ESSORAGE (n° de pièce GSF026B-07)
 - 15. Commande de la vitesse d'ESSORAGE
 - † 16. Cordon d'alimentation magnétique amovible (derrière l'appareil) (n° de pièce GSF026B-08)
- † Pièce remplaçable par l'utilisateur/amovible

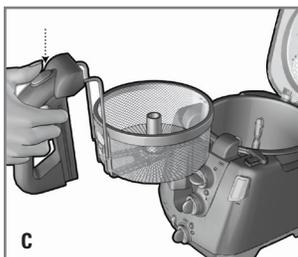
Utilisation

Cet appareil est conçu pour un usage domestique seulement.

POUR COMMENCER

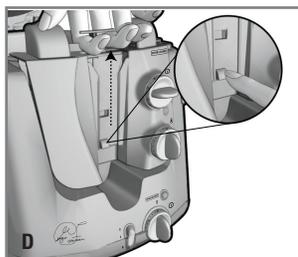


- Retirer tous les matériaux d'emballage et les autocollants. Retirer et conserver la documentation. Veuillez vous rendre à l'adresse www.prodprotect.com/applica pour enregistrer votre garantie.
- Pour ouvrir la friteuse, appuyer sur le bouton de dégagement du couvercle situé sur le côté supérieur droit de la friteuse pour dégager la languette du couvercle (B).



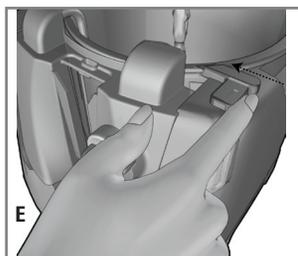
NETTOYAGE DE LA FRITEUSE AVANT LA PREMIÈRE UTILISATION

1. Appuyer sur le bouton situé dans le haut de la poignée, au centre, et soulever le panier en ligne droite pour le sortir de la friteuse (C).



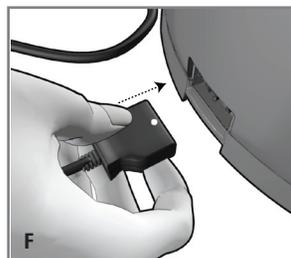
2. Tirer fermement la poignée de l'élément chauffant et soulever ce dernier pour le sortir du bol de cuisson (D).

Important : Ne pas immerger l'élément chauffant dans l'eau ou tout autre liquide. De plus, prendre soin de ne pas endommager les câbles minces de l'élément chauffant. Si ces derniers sont brisés ou endommagés, l'appareil doit être remplacé.



3. Pousser sous le rebord du bol de cuisson la languette située à l'avant de la friteuse, du côté supérieur droit (E).
4. Tourner le bol de cuisson antiadhésif dans le sens antihoraire, puis le soulever pour le sortir de la friteuse.
5. Laver toutes les pièces amovibles, de la façon indiquée dans la section ENTRETIEN ET NETTOYAGE du présent guide.

6. Choisir l'emplacement de l'appareil et laisser assez d'espace entre l'arrière de l'appareil et le mur ainsi qu'entre le dessus de l'appareil et le bas des armoires pour évacuer la chaleur sans endommager les armoires et le mur (environ 15 cm (6 po)).

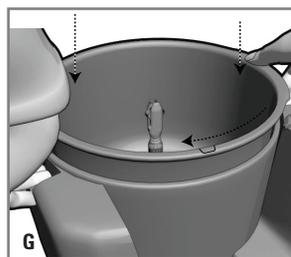


7. La friteuse est munie d'un cordon amovible doté d'une fiche d'alimentation magnétique qui s'insère à l'arrière de la friteuse. La fiche doit être insérée avec le point blanc orienté vers le haut (F).

Important : Ne jamais brancher la friteuse lorsqu'il n'y a pas d'huile dans le bol de cuisson.

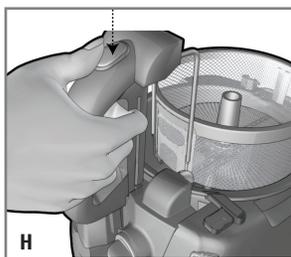
PRÉCHAUFFAGE DE LA FRITEUSE

1. Mettre le bol de cuisson dans la friteuse en plaçant le crochet en L situé dans le bas du bol à environ 11 heures (les marques indiquant le niveau d'huile à l'intérieur du bol seront à peu près dans la même position si la friteuse est face à vous face à vous). La petite détente sur le dessus du bol doit se trouver au dessus du signe UNLOCK (déverrouiller)  situé à l'avant de la friteuse. Le



crochet en L doit entrer dans la fente au bas de la friteuse. Une fois le crochet dans la fente, tourner le bol dans le sens horaire vers le signe LOCK (verrouiller)  jusqu'à ce qu'il soit verrouillé en place. (Les marques indiquant le niveau d'huile seront directement au centre, à l'arrière de la friteuse.) Appuyer sur la languette à l'avant de la friteuse, à droite, et la diriger vers la gauche jusqu'à ce qu'elle soit enclenchée sous le bol de cuisson (G).

2. Insérer l'élément chauffant dans le bol de cuisson et le descendre dans le bas du bol jusqu'à ce qu'il repose bien dans la partie d'encastrement située à l'avant de la friteuse.
3. Remplir le bol de cuisson d'huile de maïs, d'arachide, de canola ou végétale entre les lignes « MIN » (8 $\frac{2}{3}$ tasses / 2,1 litres – pas moins) et « MAX » (11 $\frac{3}{4}$ tasses / 2,8 litres – pas plus) situées à l'arrière du bol de cuisson. Ne pas utiliser d'huile d'olive, de tournesol ou aromatisée.



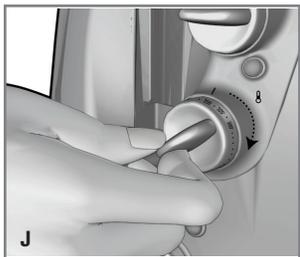
4. Placer le panier dans le bol de cuisson et appuyer sur le bouton de la poignée pour abaisser celle-ci en position d'équilibre, en s'assurant que la poignée est bien centrée dans les rainures du panneau de commande à l'avant de la friteuse (H).
5. Fermer le couvercle de la friteuse.
6. Brancher l'appareil à une prise de courant standard. Le témoin de température vert et le témoin de fonctionnement rouge s'allumeront.

Important : Lorsque la friteuse est en fonction, l'huile qu'elle contient est extrêmement chaude. User de prudence en tout temps. Ne pas toucher les pièces métalliques, comme le panier et le bol de cuisson, quand l'appareil fonctionne.

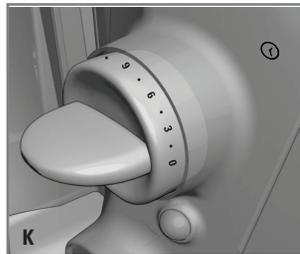
CUISSON D'ALIMENTS DANS LA FRITEUSE

1. Préchauffer l'huile en sélectionnant la température de cuisson désirée et en tournant le bouton  à droite de la poignée de façon à ce que la ligne blanche au-dessus du bouton soit clairement en direction de la température désirée.

Note : Utiliser le guide de friture à l'avant de l'appareil ainsi que le tableau et les recettes du présent guide afin de déterminer la température de cuisson et la quantité d'aliments à frire à chaque cuisson.

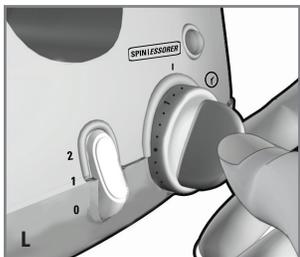


2. Pendant le chauffage de l'appareil, le témoin de température sera éteint. Le témoin s'allumera à nouveau une fois la température sélectionnée atteinte **(J)**.
3. Le couvercle fermé, soulever le panier en appuyant sur le bouton de dégagement de la poignée et en soulevant cette dernière jusqu'à ce qu'elle s'enclenche en place.
4. Laisser le panier s'égoutter pendant quelques secondes. Appuyer sur le bouton de dégagement de couvercle pour ouvrir la friteuse.
5. Remplir le panier d'aliments à cuire. Ne pas trop le remplir.
6. Bien fermer le couvercle et abaisser le panier dans la friteuse en appuyant sur le bouton de dégagement de la poignée et en abaissant la poignée jusqu'à ce qu'elle s'enclenche en place au fond du bol de cuisson.



7. Régler la minuterie de la cuisson  située dans le coin supérieur droit de la friteuse **(K)**.
8. La minuterie fait le décompte des minutes; elle émet un signal sonore lorsque le temps est écoulé.
9. Pour tourner les aliments pendant la cuisson, soulever le panier, ouvrir le couvercle et tourner délicatement les aliments à l'aide de pinces ou d'une cuillère à égoutter résistant à la chaleur. Refermer le couvercle, abaisser le panier et laisser les aliments continuer à cuire.

10. Lorsque la cuisson est terminée, avec le couvercle fermé, appuyer sur le bouton de dégagement de la poignée et soulever le panier jusqu'à ce qu'il s'enclenche en position supérieure.



11. Tourner le bouton de la MINUTERIE POUR L'ESSORAGE  situé dans le coin inférieur droit de la friteuse **(L)**, pour régler le temps d'essorage désiré. (Voir le tableau ou les recettes pour déterminer le temps moyen à sélectionner.) Appuyer sur le bouton de réglage de la vitesse pour régler la vitesse à basse (1) ou élevée (2), selon vos besoins.

12. Le témoin au bas de la friteuse s'allumera et la friteuse commencera l'essorage.

Note : Ne pas essayer d'ouvrir la friteuse pendant l'essorage, car elle s'arrêtera.

13. Une fois l'essorage terminé, appuyer sur le bouton OPEN (OUVRIR) pour ouvrir la friteuse et retirer le panier avec précaution. Déposer les aliments sur une assiette recouverte de papier essuie-tout pour les égoutter ou utiliser des pinces pour prendre les aliments dans le panier et les déposer dans une assiette de service.
14. Replacer le panier dans la friteuse. Fermer le couvercle et abaisser le panier. Laisser la friteuse regagner la température sélectionnée (environ 1 minute) avant de cuire d'autres aliments.
15. Répéter ces étapes au besoin pour cuire d'autres aliments.
16. Une fois la cuisson terminée, mettre la roulette de commande de la friteuse à 0 et débrancher l'appareil.

RENSEIGNEMENTS UTILES À PROPOS DE LA FRITEUSE

- Préchauffer l'huile avant la première cuisson. Laisser également l'huile revenir à la température programmée avant de faire cuire d'autres aliments.
- Ne jamais trop remplir la friteuse. L'huile chaude doit avoir assez de place pour s'élever une fois que les aliments ont été ajoutés.
- S'assurer que les aliments à cuire sont entièrement recouverts d'huile.
- Si les aliments cuisent trop rapidement à l'extérieur et que le centre n'est pas bien cuit :
 - o Vérifier la température, à l'aide d'un thermomètre à friture, et la fraîcheur de l'huile. Il est peut-être temps de jeter l'huile et de la remplacer par de la nouvelle
 - o Baisser la température à l'aide des commandes de la friteuse
- Assaisonner les aliments frits à leur sortie de la friteuse, pendant qu'ils sont encore chauds.
- La température élevée, l'eau et les particules d'aliments brûlés détériorent l'huile. Tamiser l'huile usagée refroidie à l'aide d'une toile à fromage ou d'une passoire recouverte de papier essuie-tout après chaque utilisation.
- Pour prolonger la durée d'utilisation de l'huile, conserver l'huile usagée dans un contenant bien scellé dans un endroit sombre et frais entre les utilisations. En moyenne, l'huile peut être utilisée entre 4 à 6 fois avant d'être jetée.
- L'huile doit être jetée après la friture si vous remarquez :
 - o beaucoup de fumée à une température de cuisson normale;
 - o que l'huile est très foncée;
 - o une odeur d'huile rance;
 - o beaucoup de mousse autour des aliments à frire.

- Assécher les aliments à l'aide d'un essuie-tout. S'assurer qu'il n'y a pas de cristaux de glace sur les aliments à frire.
- Ne pas oublier d'enlever l'excédant de chapelure et de pâte à frire avant de plonger les aliments dans l'huile chaude.
- Garder les aliments d'une taille et d'une épaisseur uniformes.
- Pour obtenir de meilleures frites, plonger les patates coupées dans l'eau froide pendant une demi-heure. Bien égoutter et assécher avant de faire frire. Faire frire en petites quantités et laisser l'huile retrouver sa température avant de faire cuire d'autres aliments.
- Préchauffer le panier empêche les aliments de coller à ce dernier.

TABLEAU DE FRITURE

ALIMENT	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON	VITESSE ET DURÉE DE L'ESSORAGE	CONSEILS DE CUISSON
Ailes de poulet frais (environ 8)	350°F 177°C	4 à 5 minutes	Vitesse élevée pendant 2 minutes	Recouvrir uniformément de farine, tremper ensuite dans du lait et terminer en recouvrant de farine assaisonnée ou de chapelure.
Filets de poitrine de poulet congelés (4 ou 5)	350°F 177°C	4 minutes	Vitesse élevée pendant 2 minutes	Ne pas faire cuire trop d'aliments.
Poitrines de poulet désossées (2 à 4)	350°F 177°C	4 à 6 minutes	Vitesse élevée pendant 2 minutes	Recouvrir uniformément de farine, tremper ensuite dans du lait et terminer en recouvrant de farine assaisonnée ou de chapelure.
Filets de poisson (2)	350°F 177°C	4 à 5 minutes	Basse vitesse pendant 1 minute	Utiliser de la chapelure de biscuits plutôt que de la farine pour obtenir un goût différent.
Grosses crevettes (environ 8)	350°F 177°C	4 à 5 minutes	Vitesse élevée pendant 2 minutes	Peler (laisser la queue intacte) et recouvrir comme pour le poisson.
Grignotines congelées, comme des croquettes de poulet, des champignons et des courgettes	350 à 375°F 177 à 190°C		Vitesse élevée pendant 2 minutes	Suivre les directives sur l'emballage.

ALIMENT	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON	VITESSE ET DURÉE DE L'ESSORAGE	CONSEILS DE CUISSON
Frites congelées, de toutes les sortes	375 °F 190 °C	3 à 4 minutes	Vitesse élevée pendant 2 minutes	Suivre les directives sur l'emballage.
Rondelles d'oignon congelées	375 °F 191 °C	2 ½ à 3 minutes	Vitesse élevée pendant 2 minutes	De 170 à 284 g (6 à 10 oz).
Frites fraîches	375 °F 191 °C	Frir deux fois : la première à 330 °F pendant 2 min.; laisser refroidir 5 min. Frir ensuite à 365 °F pendant 3 min. jusqu'à ce que les frites soient dorées.	Vitesse élevée pendant 2 minutes	Bien assécher avant de faire frire.
Croustilles et frites faites de patates douces fraîches	375 °F 191 °C	3 à 4 minutes	Vitesse élevée pendant 2 minutes	Enlever l'excédant de pâte avant de faire frire.
Beignes faits de pâte à biscuit réfrigérée	375 °F 191 °C	Environ 4 minutes; tourner les beignes après 2 minutes.	Basse vitesse pendant 1 minute	Couper les biscuits en deux et façonner des boules.
Légumes frais, comme des courgettes, des champignons et des aubergines	350 °F 177 °C	4 à 5 minutes	Vitesse élevée pendant 1 minute	Recouvrir uniformément de farine, tremper ensuite dans du lait et terminer en recouvrant de farine assaisonnée ou de chapelure.

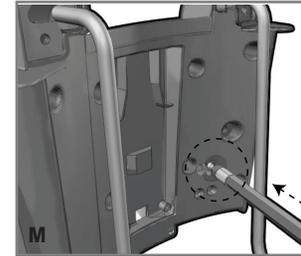
SYSTÈME DE PROTECTION CONTRE LA SURCHAUFFE ELECTRICAL

Cet appareil est doté d'un dispositif de protection contre la surchauffe. Si ::

- vous branchez la friteuse sans y avoir mis d'huile ou sans avoir mis assez d'huile;
- vous utilisez de l'huile qui a déjà servi et qui est devenue trop épaisse;
- l'appareil surchauffe;

La friteuse se mettra automatiquement hors fonction et le témoin de fonctionnement s'éteindra.

Attendre que l'élément chauffant ait complètement refroidi, puis le retirer et le tourner de façon à ce que la partie qui est normalement dans le bol de cuisson soit face à vous. Pour réarmer la friteuse, appuyer sur le bouton de réarmement rouge du côté droit au moyen de tout petit objet circulaire non métallique comme une gomme à crayon ou un coton-tige.



S'assurer de remplir le bol de cuisson d'huile au moins jusqu'à la marque « MIN » située à l'intérieur du bol de cuisson avant de rebrancher la friteuse (**M**).

Entretien et nettoyage

Ce produit ne contient aucune pièce pouvant être entretenue par l'utilisateur. Confier l'entretien à un technicien qualifié.

Important : Toujours débrancher et laisser refroidir complètement l'appareil avant de jeter l'huile et de le nettoyer.

CONSERVATION DE L'HUILE

Note : Il n'est pas nécessaire de changer l'huile après chaque utilisation. L'huile peut être réutilisée jusqu'à ce qu'elle devienne foncée ou contienne des débris visibles (comme de la pâte ou des particules d'aliments).

1. Débrancher l'appareil de la prise de courant.
2. Retirer l'extrémité magnétique du cordon d'alimentation de la prise de la friteuse.
3. S'assurer que l'huile a refroidi complètement avant d'enlever le bol de cuisson.
4. Ranger l'huile refroidie dans son contenant d'origine.

NETTOYAGE

Bol de cuisson et panier à friture

1. Laver le panier à friture dans le lave-vaisselle, ou à la main à l'aide d'un produit nettoyant non abrasif et d'un tampon en nylon pour enlever toute trace d'huile.
2. Laver le bol de cuisson à la main à l'aide d'un produit nettoyant non abrasif et d'une éponge ou d'un tampon en nylon pour enlever toute trace d'huile.
 - Ne pas utiliser de produit nettoyant abrasif ou fort ni de tampon métallique car ils risquent d'endommager la surface antiadhésive.
 - Prendre soin de ne pas cogner le bol car tout renforcement peut nuire au rendement.

Note : Pour éliminer les taches tenaces ou les aliments séchés collés sur la surface du bol de cuisson, nous vous recommandons d'utiliser un nettoyant doux comme Soft Scrub pour faciliter le nettoyage.

3. Après avoir lavé le bol de cuisson, le panier à friture et la poignée, bien les assécher.

Note : Au fil du temps et des utilisations, il est possible que de la graisse s'accumule dans le bol et sur le panier. Cela est normal.

SURFACES EXTÉRIEURES

Important : Ne pas plonger l'appareil dans l'eau ou dans tout autre liquide.

Essuyer les surfaces extérieures avec une éponge ou un linge humide et un produit nettoyant liquide.

L'ÉLÉMENT CHAUFFANT

Important : Ne pas immerger l'élément chauffant dans l'eau ou tout autre liquide.

De plus, prendre soin de ne pas endommager les câbles minces de l'élément chauffant. Si ces derniers sont brisés ou endommagés, l'appareil doit être remplacé.

DÉPANNAGE

PROBLÈME	CAUSE POSSIBLE	SOLUTION
La friteuse ne chauffe pas.	<ul style="list-style-type: none">• Elle n'est pas branchée.• Le système de protection contre la surchauffe s'est activé.	<ul style="list-style-type: none">• Vérifier si l'appareil est branché dans une prise de courant fonctionnelle; vérifier si la fiche magnétique est correctement insérée à l'arrière de la friteuse.• Consulter les instructions expliquant comment réarmer la friteuse.
L'huile dans la friteuse déborde.	<ul style="list-style-type: none">• Il y a trop d'huile dans la friteuse• Les aliments dans la friteuse sont trop humides.• Il y a trop d'aliments dans le panier.	<ul style="list-style-type: none">• S'assurer que l'huile ne dépasse pas la ligne « MAX » dans la friteuse.• Retirer la glace des aliments congelés et bien assécher ces derniers.• Retirer quelques aliments du panier; ne pas trop remplir le panier.• S'assurer de n'utiliser qu'un type d'huile pour remplir la friteuse.
Les aliments restent tendres et n'ont pas une couleur dorée.	<ul style="list-style-type: none">• Les aliments ne sont pas assez secs ou sont trop épais.• Il y a trop d'aliments dans le panier.• La température de friture n'est pas assez élevée.	<ul style="list-style-type: none">• S'assurer que les aliments sont secs et les couper en morceaux plus petits au besoin.• Ne pas trop remplir le panier. Cuire les aliments en deux cycles de friture plutôt qu'un.• S'assurer que la température réglée est la bonne.• Augmenter la température de friture d'environ 15 degrés.

PROBLEMA	CAUSA POSIBLE	SOLUCIÓN
Les frites fraîchement faites collent les unes aux autres.	Vous n'avez pas fait tremper les pommes de terre avant de les faire frire.	La cuisson de frites en 2 étapes permet d'obtenir des frites croustillantes qui ne collent pas les unes aux autres.
L'huile a une odeur désagréable.	L'huile est vieille ou a été utilisée trop de fois.	<ul style="list-style-type: none"> • Vider le bol de cuisson et bien le laver. • Mettre de l'huile végétale de bonne qualité. Ne pas mélanger des sortes d'huile dans la friteuse. • Filtrer l'huile après chaque utilisation et la ranger dans un endroit frais et sombre.

RECETTES

FILETS DE POULET AVEC SAUCE AUX CONCOMBRES ET AU YOGOURT

60 ml (¼ tasse) de farine assaisonnée

1 œuf légèrement battu

15 ml (1 c. à table) d'eau

125 ml (½ tasse) de chapelure

454 g (1 lb) de filets de poulet ou de poitrines de poulet coupées en fines lanières

250 ml (1 tasse) de yogourt nature sans gras

60 ml (¼ tasse) de concombre coupé en dés

15 ml (1 c. à table) d'aneth fraîchement coupé

15 ml (1 c. à table) de zeste de citron en lamelles

15 ml (1 c. à table) de jus de citron frais

De l'huile pour la friture

Mettre la farine dans une assiette peu profonde. Dans un bol peu profond, bien mélanger les œufs et l'eau. Dans une deuxième assiette, mettre la chapelure.

Recouvrir entièrement le poulet de farine, puis le tremper dans le mélange d'œuf. Recouvrir ensuite le poulet de chapelure en s'assurant qu'il en a sur tous les côtés.

Placer ensuite le poulet en une seule couche sur du papier ciré. Couvrir et réfrigérer pendant au moins 30 minutes.

Pendant ce temps, dans un bol moyen, bien mélanger le yogourt, le concombre, l'aneth, ainsi que le zeste et le jus de citron. Couvrir et réfrigérer jusqu'au moment de frire le poulet.

Mettre de l'huile jusqu'à la ligne « MAX » dans la friteuse **Lean Mean^{MC} de George Forman^{MD}** et régler la température à 177 °C (350 °F). Faire frire le poulet pendant 3 ½ à 4 minutes jusqu'à ce qu'il soit doré et bien cuit (Le poulet devrait avoir une température de 77 °C (170° F) s'il est testé avec un thermomètre à viande).

Essorer à vitesse élevée pendant 2 minutes.

Servir avec la sauce aux concombres.

Donne de 4 à 6 portions.

BEIGNETS DE MAÏS AVEC SAUCE AUX PIMENTS ROUGES GRILLÉS

1 pot (environ 185 g/6,5 oz) de piments rouges grillés bien égouttés

60 ml (¼ tasse) de bouillon de légumes

15 ml (1 c. à table) de vinaigre balsamique

60 ml (¼ tasse) de feuilles de coriandre

1 grosse gousse d'ail émincée

De l'huile pour la friture

250 ml (1 tasse) de farine tout usage non tamisée

5 ml (1 c. à thé) d'assaisonnement au chili

5 ml (1 c. à thé) de sel

1,25 ml (¼ c. à thé) de cumin moulu

2 oeufs

125 ml (½ tasse) de lait

5 ml (1 c. à thé) d'huile d'olive

500 ml (2 tasses) de maïs à grains entiers

125 ml (½ tasse) d'oignon vert émincé

30 ml (2 c. à table) de persil haché

Dans le bol d'un mini hachoir ou d'un robot culinaire Black & Decker^{MD}, mélanger les cinq premiers ingrédients. Utiliser la fonction d'impulsion (PULSE) de l'appareil jusqu'à ce que les ingrédients soient bien mélangés et que la préparation soit uniforme. Placer le mélange dans un bol de service. Couvrir d'une pellicule de plastique et réfrigérer jusqu'au moment de servir.

Mettre de l'huile jusqu'à la ligne « MAX » dans la friteuse **Lean Mean^{MC} de George Forman^{MD}** et régler la température à 177 °C (350 °F). Entre temps, dans un bol à mélanger moyen, mélanger la farine, l'assaisonnement au chili, le sel et le cumin. Dans un deuxième bol, bien mélanger les œufs, le lait et l'huile d'olive.

Faire un trou au centre du mélange de farine et y verser le mélange d'œuf en une seule fois. Brasser jusqu'à ce que la pâte soit humide. Ajouter le maïs, l'oignon vert et le persil.

Déposer dans l'huile chaude par cuillerée. Ne pas trop remplir la friteuse; cuire environ 6 beignets à la fois. Faire frire jusqu'à ce qu'ils soient dorés de tous les côtés et bien cuits, soit pendant environ 4 minutes.

Essorer à vitesse élevée pendant 2 minutes. Égoutter sur du papier essuie-tout.

Servir avec la sauce aux piments rouges.

Donne environ 2 ½ douzaines.

RAVIOLIS CHINOIS AUX LÉGUMES FRAIS

De l'huile pour la friture

60 ml (¼ tasse) de sauce soya à faible teneur en sodium

15 ml (1 c. à table) de xérès

1 gousse d'ail moyenne émincée

10 ml (2 c. à thé) de gingembre frais haché

250 ml (1 tasse) de pak-choï haché

125 ml (½ tasse) de pois mange-tout hachés

60 ml (¼ tasse) de germes de haricot hachés

60 ml (¼ tasse) de piment rouge haché

60 ml (¼ tasse) de châtaignes d'eau hachées

7,5 ml (½ c. à table) de gingembre frais haché

1 grosse gousse d'ail émincée

2,5 ml (½ c. à thé) de sel

1,25 ml (¼ c. à thé) de poivre

30 raviolis chinois

Mettre de l'huile jusqu'à la ligne « MAX » dans la friteuse **Lean Mean^{MC} de George Forman^{MD}** et régler la température à 177 °C (350 °F).

Entre temps, dans un petit bol, mélanger la sauce soya, le xérès, la gousse d'ail moyenne et 10 ml (2 c. à thé) de gingembre. Mettre le mélange de côté.

Dans un bol moyen, mélanger les ingrédients restants, à l'exception des raviolis chinois.

Placer 6 raviolis chinois sur une planche à découper. Badigeonner les extrémités de deux côtés adjacents avec de l'eau. Déposer environ 15 ml (1 c. à table) de garniture au centre du ravioli. Plier le ravioli en deux afin de former un triangle en plaçant les deux côtés secs sur les côtés humides. Presser pour sceller.

Placer les raviolis fermés dans le panier de la friteuse et abaisser dans l'huile chaude. Faire frire pendant environ 3 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés des deux côtés et bien cuits.

Essorer à vitesse élevée pendant 1 minute.

Égoutter sur du papier essuie-tout. Garder au chaud. Recommencer avec les raviolis restants.

Servir la trempette avec les raviolis chinois.

Donne de 6 à 8 portions.

BÂTONNETS DE YUCCA AVEC SAUCE AÏOLI

1 paquet (454 g / 1 lb) de yucca congelé

De l'huile pour la friture

125 ml (½ tasse) d'huile d'olive extra-vierge

30 ml (2 c. à table) de jus de citron frais

60 ml (¼ tasse) d'oignon vert émincé

30 ml (2 c. à table) de persil italien frais haché

2 grosses gousses d'ail émincées

Faire cuire le yucca en suivant les instructions sur l'emballage. Égoutter et placer dans un bol. Couvrir et réfrigérer jusqu'à ce qu'il soit froid, ou pendant toute la nuit.

Mettre de l'huile jusqu'à la ligne « MAX » dans la friteuse **Lean Mean^{MC} de George Forman^{MD}** et régler la température à 191 °C (375 °F).

Mélanger l'huile d'olive, le jus de citron, l'oignon vert, le persil et l'ail, puis mettre le mélange de côté.

Couper le yucca en lanières. Placer environ 24 lanières dans le panier de la friteuse et abaisser dans l'huile chaude. Faire frire pendant environ 3 minutes, jusqu'à ce que le yucca soit doré de tous les côtés et bien cuit.

Essorer à vitesse élevée pendant 1 à 2 minutes.

Servir avec la sauce aïoli.

Donne de 6 à 8 portions.

BEIGNETS À LA CANNELLE ET À L'ORANGE

De l'huile pour la friture

500 ml (2 tasses) de farine tout usage non tamisée

12,5 ml (2½ c. à thé) de levure chimique

2,5 ml (½ c. à thé) de bicarbonate de soude

2,5 ml (½ c. à thé) de sel

30 ml (2 c. à table) de zeste d'orange râpé

2 gros œufs

250 ml (1 tasse) de sucre

125 ml (½ tasse) de crème sûre

5 ml (1 c. à thé) d'extrait de vanille

5 ml (1 c. à thé) de cannelle moulue

Mettre de l'huile jusqu'à la ligne « MAX » dans la friteuse **Lean Mean^{MC} de George Forman^{MD}** et régler la température à 191 °C (375 °F).

Entre temps, dans un grand bol, mélanger la farine, la levure chimique, le bicarbonate de soude et le sel. Ajouter le zeste d'orange.

Dans un petit bol, battre les œufs en neige; incorporer 125 ml (½ tasse) de sucre et bien mélanger.

Incorporer la crème sûre et la vanille. Ajouter aux ingrédients secs et mélanger jusqu'à ce que la pâte soit humide. La pâte doit être molle.

Déposer dans l'huile chaude par cuillerée. Ne pas trop remplir la friteuse; cuire environ 6 beignets à la fois. Faire frire jusqu'à ce qu'ils soient dorés de tous les côtés et bien cuits, soit environ 5 minutes.

Essorer à basse vitesse pendant 1 minute.

Égoutter sur du papier essuie-tout.

Mélanger les 125 ml (½ tasse) de sucre restants avec la cannelle. Rouler les beignets dans le sucre à la cannelle.

Note : Si désiré, ajouter 125 ml (½ tasse) de pépites de chocolat dans la pâte juste avant de la faire frire.

Donne environ 2½ douzaines.

CARRÉS DE GÂTEAU AU FROMAGE FRITS

500 ml (2 tasses) de fraises, équeutées et coupées en tranches

15 ml (1 c. à table) de sucre

1 paquet de gâteau au fromage style new-yorkais congelé

3 œufs battus

750 ml (3 tasses) de chapelure de biscuits Graham

De l'huile pour la friture

De la menthe fraîche

Dans un bol, mélanger les fraises et le sucre; bien remuer. Couvrir et laisser reposer à la température de la pièce ou au réfrigérateur jusqu'au moment de servir. (Les fraises créeront leur propre sirop.)

Couper le gâteau au fromage congelé en carrés de 2,5 cm (1 po). Mettre les œufs dans un bol et les mélanger avec 30 ml (2 c. à table) d'eau. Mettre la chapelure dans un deuxième bol. Couvrir de chapelure les carrés de gâteau au fromage, puis les tremper dans le mélange d'œufs. Les tourner pour couvrir tous les côtés. Remettre ensuite les carrés dans la chapelure pour les couvrir uniformément. Répéter l'étape de trempage dans le mélange d'œufs, puis recouvrir les carrés de chapelure une fois de plus. Mettre les carrés sur une plaque en une seule couche. Couvrir légèrement et remettre au congélateur pendant plusieurs minutes.

Mettre de l'huile jusqu'à la ligne « MAX » dans la friteuse **Lean Mean^{MC} de George Forman^{MD}** et régler la température à 177 °C (350 °F).

Placer environ 6 carrés dans le panier de la friteuse et abaisser dans l'huile chaude. Faire frire entre 30 et 60 secondes, jusqu'à ce que les carrés soient dorés.

Essorer à basse vitesse pendant 30 secondes.

Égoutter sur du papier essuie-tout. Servir avec les fraises et garnir de feuilles de menthe fraîches.

Donne de 6 à 8 portions.

NOTES

NEED HELP?

For service, repair or any questions regarding your appliance, call the appropriate 800 number on cover of this book. Please **DO NOT** return the product to the place of purchase. Also, please **DO NOT** mail product back to manufacturer, nor bring it to a service center. You may also want to consult the website listed on the cover of this manual.

One-Year Limited Warranty (Applies only in the United States and Canada)

What does it cover?

- Any defect in material or workmanship provided; however, Aplica's liability will not exceed the purchase price of product.

For how long?

- Two years after the date of original purchase.

What will we do to help you?

- Provide you with a reasonably similar replacement product that is either new or factory refurbished.

How do you get service?

- Save your receipt as proof of date of sale.
- Check our on-line service site at www.prodprotect.com/applica, or call our toll-free number, 1-800-231-9786, for general warranty service.
- If you need parts or accessories, please call 1-800-738-0245.

What does your warranty not cover?

- Damage from commercial use
- Damage from misuse, abuse or neglect
- Products that have been modified in any way
- Products used or serviced outside the country of purchase
- Glass parts and other accessory items that are packed with the unit
- Shipping and handling costs associated with the replacement of the unit
- Consequential or incidental damages (Please note, however, that some states do not allow the exclusion or limitation of consequential or incidental damages, so this limitation may not apply to you.)

How does state law relate to this warranty?

- This warranty gives you specific legal rights, and you may also have other rights that vary from state to state or province to province.

BESOIN D'AIDE?

Pour communiquer avec les services d'entretien ou de réparation, ou pour adresser toute question relative au produit, composer le numéro sans frais approprié indiqué sur la page couverture. Ne pas retourner le produit où il a été acheté. Ne pas poster le produit au fabricant ni le porter dans un centre de service. On peut également consulter le site web indiqué sur la page couverture.

Garantie limitée de un an (Valable seulement aux États-Unis et au Canada)

Quelle est la couverture?

- Tout défaut de main-d'oeuvre ou de matériau; toutefois, la responsabilité de la société Aplica se limite au prix d'achat du produit.

Quelle est la durée?

- Un an après l'achat original.

Quelle aide offrons nous?

- Remplacement par un produit raisonnablement semblable nouveau ou réusiné.

Comment se prévaut-on du service?

- Conserver son reçu de caisse comme preuve de la date d'achat.
- Visiter notre site web au www.prodprotect.com/applica, ou composer sans frais le 1 800 231-9786, pour obtenir des renseignements généraux relatifs à la garantie.
- On peut également communiquer avec le service des pièces et des accessoires au 1 800 738-0245.

Qu'est-ce que la garantie ne couvre pas?

- Des dommages dus à une utilisation commerciale.
- Des dommages causés par une mauvaise utilisation ou de la négligence.
- Des produits qui ont été modifiés.
- Des produits utilisés ou entretenus hors du pays où ils ont été achetés.
- Des pièces en verre et tout autre accessoire emballés avec le produit.
- Les frais de transport et de manutention reliés au remplacement du produit.
- Des dommages indirects (il faut toutefois prendre note que certains états ne permettent pas l'exclusion ni la limitation des dommages indirects).

Quelles lois régissent la garantie?

- Les modalités de la présente garantie donnent des droits légaux spécifiques. L'utilisateur peut également se prévaloir d'autres droits selon l'état ou la province qu'il habite.



R12008/4-25-117E/F

Copyright © 2008 Applica Consumer Products, Inc.

Made in People's Republic of China
Printed in People's Republic of China

Fabriqué en République populaire de Chine
Imprimé en République populaire de Chine