

Wenn Sie sich einen neuen Dampfgarer kaufen möchten, beantworten Sie vorab folgende Fragen. So kann Ihr Händler Sie optimal beraten, welches Gerät am besten für Ihre Bedürfnisse passt. Wir haben für Sie eine Checkliste mit den Fragen zusammengestellt, die Sie sich ausdrucken, downloaden oder aufs Handy laden können!

Weiterführende Informationen finden Sie auf [www.bewusst-haushalten.at](http://www.bewusst-haushalten.at)

## 1. Welcher Gerätetyp passt für mich?

- Ich habe nicht viel Platz und möchte mit dem Gerät nicht nur dampfgaren, sondern auch herkömmlich backen und braten. (Kombination Backofen und Dampfgarer)
- Ich habe bereits einen Herd/Backofen und genug Platz in der Küche für ein Einzelgerät. (Dampfgarer als Einbau- oder Standgerät)
- Ich möchte mein Gerät nicht manuell mit Wasser befüllen müssen (Dampfgarer mit Festwasseranschluss)
- Ich möchte meinen bereits vorhandenen Backofen mit einer Dampffunktion nachrüsten. (System-Dampfgarer-Einsatz zum Nachrüsten)
- Mir ist gesundes Kochen mit dem Dampfgarer wichtig, ich möchte aber nicht auf den Komfort einer Mikrowelle verzichten. (Dampfgarer mit Mikrowellenfunktion)
- Ich möchte meine Gerichte möglichst schnell auf dem Teller haben. (Dampfgarer mit Druck)

### TIPP:

Wer nicht viel Platz in der Küche hat, ist mit Kombinationsgeräten gut beraten, also Backöfen mit Dampfgarfunktion: Mit der Kombination aus trockener und feuchter Hitze gelingen saftige Braten, Aufläufe, Gebäck, Kuchen und besonders resches Brot.

## 2. Was soll mein Dampfgarer können?

- Ich kenne mich beim Dampfgaren überhaupt nicht aus und möchte so wenig wie möglich einstellen müssen (Automatikprogramme, Einstellhilfen, Empfehlungen)
- Ich möchte viel dampfgaren und ganze Menüs gleichzeitig zubereiten (automatisches Menügaren)
- Ich bin Feinspitz und möchte wie ein Haubenkoch vakuumierte Lebensmittel im Dampf zubereiten (Sous Vide-Ofenfunktion)
- Ich bin wenig zuhause und möchte daher, dass das Essen zu einem bestimmten Zeitpunkt fertig ist. (Zeitschaltautomatik)
- Wenn das Essen fertig gegart ist, soll es warm gehalten werden. (Warmhaltefunktion)
- Der Dampfgarer soll erkennen, ob das Gericht perfekt gegart ist, und sich automatisch ausschalten. (Kerntemperatursensor)
- Ich möchte auch Babyflaschen auskochen, Obst einkochen oder Gemüse blanchieren. (Standard-Dampfgarfunktionen)

### TIPP:

Dampfgarer eignen sich nicht nur zur besonders schonenden, komfortablen und fettarmen Zubereitung von Lebensmitteln, sondern sind auch ideal zum Erwärmen fertiger Speisen, zum schonenden Auftauen, zum Auskochen von Babyflaschen, Einkochen von Lebensmitteln in Einmachgläsern oder Blanchieren.

## 3. Welche Bedienungs-, Sicherheits- und Reinigungsmöglichkeiten gibt es?

- Automatisches Entkalken
- Dampffunktion für die Reinigung und Trockenfunktion des Garraums
- Entkalkungs- und Reinigungsprogramme in einem Gerät
- Abnehmbarer Wassertank: Es wird kein direkter Wasseranschluss benötigt. Der Dampfgarer informiert, wenn eine Wassernachfüllung notwendig ist.
- Dampfverminderungsfunktion: Beim Öffnen der Tür entsteht kein Dampfschwall
- Automatische Entkalkungsfunktion
- Klimasensor: Reguliert elektronisch die Feuchte im Garraum

## 4. Stand oder Einbau?

Hat man bereits eine voll eingerichtete Küche, kann man auch auf einen Dampfgarer als Standgerät zurückgreifen. Einbau-Dampfgarer werden wie Backöfen in die Küchenmöbel integriert.

