

GEORGE FOREMAN®

GRILL
4 PORÇÕES

GRILL
4 SERVINGS



MANUAL DO PROPRIETÁRIO
OWNER'S MANUAL

GBZ4G 127V

GBZ4G 220V

Canal de
Relacionamento
com o Consumidor



POLISHOP

11 3444-0175

www.polishop.com.br/relacionamento

www.georgeforemanla.com

Recomendamos que você leia e guarde este manual de uso e cuidados.

RECOMENDAÇÕES IMPORTANTES

Para ver o manual digital, visite www.georgeforemanla.com

Ao utilizar aparelhos elétricos, siga sempre as seguintes medidas básicas de segurança:

- Leia atentamente todas as instruções de uso;
- Evite o contato com as partes aquecidas. Manuseie o produto através das alças e puxadores;
- Para evitar choques elétricos, nunca mergulhe o cabo elétrico, plugue ou o aparelho (com exceção das placas removíveis) em água ou qualquer outro líquido;
- A supervisão de um adulto é necessária quando o aparelho for utilizado por uma criança ou perto dela;
- Retire o plugue da tomada quando não estiver utilizando o produto e antes de limpá-lo. Deixe esfriar antes de adicionar ou retirar acessórios, e antes de proceder à limpeza;
- Não utilize o produto com o cabo elétrico ou o plugue danificado, se apresentar qualquer tipo de defeito ou estiver avariado de alguma forma. Entre em contato com o Serviço de Atendimento ao Consumidor para obter o endereço de um Posto Autorizado e providenciar um exame, reparo ou ajuste;
- O uso de peças e acessórios não recomendados pelo fabricante pode causar ferimentos;
- Não utilize o aparelho em áreas externas;
- Não deixe o cabo elétrico pender da borda da mesa ou balcão, nem tocar superfícies quentes;
- Não coloque o aparelho em cima ou perto de fogão a gás ou elétrico, nem em forno aquecido;
- É preciso muito cuidado ao transportar um produto contendo óleo ou outro líquido quente;
- Certifique-se de que as placas de aquecimento tenham sido montadas corretamente e estejam bem presas;
- Para desligar, retire o plugue da tomada;
- Não utilize o produto para fins aos quais não foi destinado;
- Este produto só deve ser utilizado fechado.
- Este aparelho não deve ser utilizado por pessoas (incluindo crianças) com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas, ou sem experiência e conhecimento, a não ser que sejam supervisionadas ou instruídas com relação ao uso do aparelho por uma pessoa responsável por sua segurança.
- Crianças devem ser supervisionadas para garantir que elas não brinquem com o aparelho.

- ❑ O produto não deve ser usado por meio de cronômetros externos ou qualquer outro aparelho de controle remoto separado.
- ❑ O pão pode queimar, portanto não use o aparelho próximo ou abaixo de materiais combustíveis, tais como cortinas.

GUARDE ESTAS INSTRUÇÕES.

Este produto é somente para uso doméstico.

PLUGUE ATERRADO

Como medida de segurança, este produto contém um plugue aterrado (com fio-terra) que encaixará apenas em tomadas elétricas de três condutores. Se uma extensão for utilizada, o cabo da extensão também deverá ser de três condutores. Não tente conectar o aparelho em tomadas ou extensões de dois pinos, pois isto pode acarretar choque elétrico. Se não tiver certeza de que a tomada tenha sido adequadamente aterrada, chame um eletricista.

PARAFUSO ANTIVIOLAÇÃO

Aviso: Este produto é equipado com um parafuso antivolação para impedir a abertura e remoção da superfície externa. Para reduzir o risco de incêndio ou choque elétrico, não tente remover a superfície que cobre o aparelho. Não existem peças que possam ser reaproveitadas dentro do aparelho. Qualquer reparo deverá ser executado apenas em um Posto Autorizado.

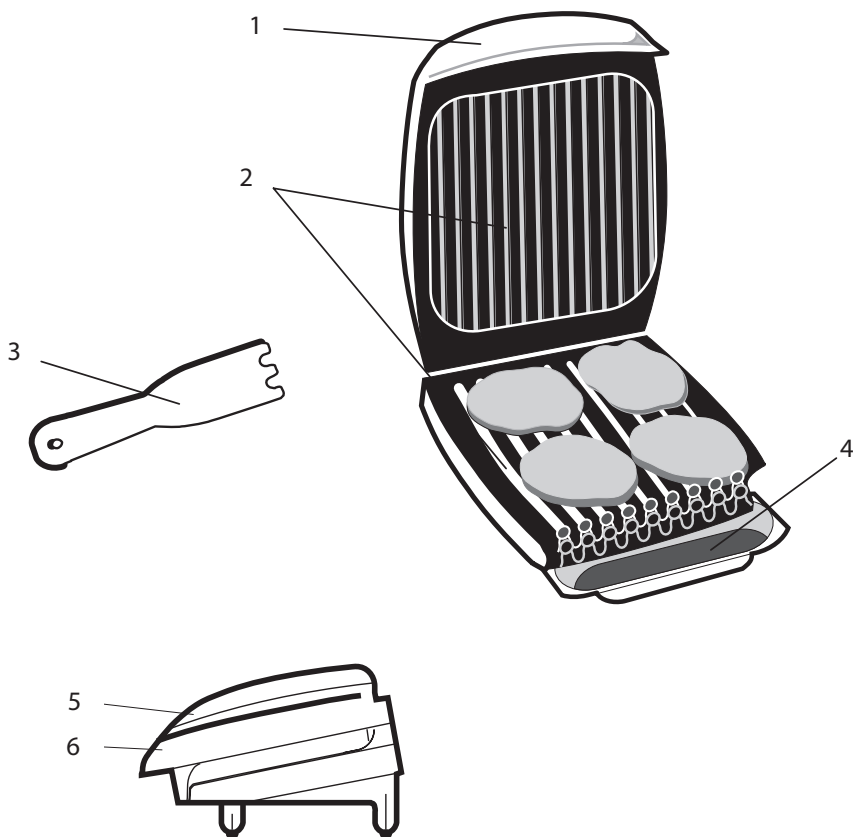
CABO ELÉTRICO

- a) Este produto vem acompanhado de um cabo elétrico curto (ou cabo elétrico destacável) para reduzir o risco de uma pessoa se enrolar ou tropeçar em um cabo mais longo;
- b) Cabos destacáveis mais longos ou extensões elétricas podem ser utilizados desde que as devidas precauções sejam tomadas;
- c) Se um cabo elétrico destacável mais longo ou uma extensão for utilizada:
 - 1) A classificação elétrica indicada no cabo destacável ou extensão deverá ser compatível com a indicada no aparelho;
 - 2) Se o cabo do aparelho possuir plugue aterrado (com fio-terra), o cabo da extensão deverá ser de 3 condutores;
 - 3) O cabo mais longo deve ser disposto de forma a não pender da borda da mesa ou balcão, para evitar que crianças o puxem ou tropecem acidentalmente.

Observação: Se o cabo elétrico estiver danificado, leve-o a um posto de assistência técnica autorizado para substituição.

Conheça o seu grill

O produto pode diferir ligeiramente do ilustrado aqui.



1. Tampa do grill
2. Placas de aquecimento
3. Espátula
4. Bandeja coletora
5. Estufa para pães
6. Trava da tampa

Como usar

Este produto é somente para uso doméstico.

CARACTERÍSTICAS

Superfícies de cozimento anti-aderentes – Cobrem as placas de aquecimento, o que ajuda a reduzir a gordura ao cozinhar e facilita a limpeza.

Superfície do grill – Fixa os sucos e os sabores dos seus alimentos preferidos, e permite que a gordura flua das ranhuras do grill para a bandeja coletora, permitindo uma preparação de alimentos saudável e livre de gorduras.

Bandeja coletora removível – Recolhe as gorduras e os sucos durante a preparação de alimentos. O uso da lava-louças é seguro (no bandeja coletora), facilitando a limpeza.

INSTRUÇÕES PRELIMINARES

- Remova os materiais de embalagem e quaisquer adesivos.
- Remova e guarde os folhetos.
- Lave as peças conforme as instruções contidas na seção CUIDADOS E LIMPEZA deste manual.
- Limpe as placas do grill com um pano ou esponja úmida para remover todo o pó. Seque com um pano macio ou papel toalha.
- Coloque o grill em uma superfície plana e nivelada.
- Deixe um espaço de pelo menos 5 cm em torno do grill para que o calor possa fluir sem danificar as paredes e os armários.
- Encaminhe o cabo de força de modo que o mesmo não fique pendurado e de modo que ninguém possa tropeçar ou ficar emaranhado no mesmo.
- Se usar uma extensão, tome a mesma precaução.

Utilização do grill

PREPARAÇÃO

1. Antes de primeira utilização, se desejar, unte levemente as placas do grill.

Obs.: Não deve ser usado aerossol culinário em uma superfície anti-aderente. Os produtos químicos usados para permitir a saída do aerossol culinário da lata podem se acumular na superfície das placas de aquecimento e reduzir a sua eficiência.

2. Prepare os alimentos, meça os seus ingredientes, e disponha tudo ao seu alcance.
3. Verifique os seus utensílios – pinças, conchas, colherões, espátulas.

Importante: Não use nenhum objeto metálico ou pontiagudo, pois isso danificará a superfície anti-aderente.

4. Mantenha as suas luvas prontas para serem usadas.

BANDEJA COLETORA

Coloque a bandeja coletora sob a parte dianteira inclinada da placa inferior da grelha.

PRÉ-AQUECIMENTO DO GRILL

1. Feche a tampa do grill.

2. Desenrole o cabo de força e ligue o mesmo em uma tomada elétrica padrão.

Importante: Sempre use luvas de forno quando as suas mãos estiverem próximas do grill.

3. A luz de indicação de pré-aquecimento se acende para indicar que os elementos estão se aquecendo.
4. Quando o grill atingir a temperatura necessária, a luz se apagará e, em seguida, se acenderá e apagará intermitentemente enquanto o termostato opera para regular a temperatura.

Obs.: Deixe o grill pré-aquecer por pelo menos 5 minutos antes de grelhar. Se preferir, utilize um timer de cozinha.

5. Para desligar o grill, retire o plugue da tomada elétrica padrão.

GRELHANDO

Importante: Sempre use luvas de forno quando as suas mãos estiverem próximas da grelha.

1. Quando a luz indicadora de pré-aquecimento se apagar, coloque cuidadosamente os alimentos a serem preparados na placa inferior do grill com uma espátula ou pinça plástica. Não use os dedos.

Obs.: Use luvas de forno para fechar a tampa cuidadosamente.

Dicas Importantes:

- Sempre use utensílios de plástico, náilon ou madeira à prova de calor para evitar arranhar a superfície anti-aderente da placa do grill. Nunca use espetos, pinças, garfos ou facas metálicos.
- Não sobrecarregue o grill.
- 2. Permita que os alimentos sejam assados durante o tempo desejado.
- 3. Utilize os tempos de preparação na TABELA SUGERIDA DE GRELHADO. Se preferir, utilize um timer de cozinha.

Importante: Não deixe o equipamento funcionando sem supervisão.

4. Após decorrido o tempo selecionado, os alimentos devem estar prontos.

Importante: Não deixe a comida esfriar no grill – remova a mesma enquanto ainda estiver quente. As superfícies anti-aderentes continuarão anti-aderentes se forem cuidadas e limpas adequadamente.

5. Use luvas de forno para abrir a tampa cuidadosamente.
6. Remova os alimentos preparados com uma espátula ou pinça de plástico.

Obs.: Sempre use utensílios de plástico, náilon ou madeira à prova de calor para evitar arranhar a superfície anti-aderente da placa do grill. Nunca use espetos, pinças, garfos ou facas metálicos.

7. Retire o plugue da tomada elétrica padrão ou extensão quando terminar.

Importante: O aquecimento continua LIGADO até que o grill seja desconectada da tomada.

8. Deixe o grill esfriarem por completo.
9. Permita que a bandeja coletora esfrie. Use luvas de forno para remover a bandeja de debaixo do grill.

Importante: Certifique-se de que o líquido na bandeja coletora tenha esfriado antes de tentar remover a bandeja.

10. Lave e seque a bandeja coletora depois de cada uso.

ESVAZIANDO A BANDEJA COLETORA

Coloque as luvas de forno, remova a bandeja coletora e esvazie-a em um recipiente à prova de calor. Em seguida, limpe-a com um papel de cozinha, e coloque-a novamente sob o grill. Tome cuidado, pois a bandeja coletora pode estar quente.

Dicas para o grelhado

- Use cortes macios de carne para grelhar.
- Marine os cortes mais duros de carne para amaciá-los antes de grelhá-los.
- Para evitar a perda de calor e permitir um cozimento homogêneo, não abra a tampa com frequência.
- Para não ressecar a carne e o peixe, não os perfure com um utensílio.
- Os melhores resultados na preparação dos alimentos serão obtidos com cortes sem osso de carne de boi, galinha e peixe.
- Corte a beira da carne em vários lugares, para evitar que a carne fique enrolada.
- Se estiver grelhando mais de um item, selecione alimentos de espessura uniforme. Isso resultará em cozimento e aparência consistentes.
- Para assar pequenas porções, certifique-se de que a carne esteja no centro do grill. Ao grelhar porções maiores, distribua de maneira uniforme e deixe um espaço de 2,5 cm (1 polegada) entre os alimentos para promover um cozimento uniforme.
- Ao grelhar filés de peixe ou de peito de frango, dobre as partes mais finas para baixo para evitar que a comida cozinhe em excesso.
- Se o alimento não estiver suficientemente cozinhado quando você o remover do grill, basta colocá-lo de volta na grelha e deixá-lo cozinhar por mais algum tempo.
- Lembre-se que o grill cozinha ambos os lados do alimento, portanto o tempo de cozimento, em geral, é mais curto que o previsto. Tenha cuidado de não permitir que os alimentos passem do ponto.
- Não sobrecarregue o grill.

Importante: Só use utensílios de silicone, plástico e madeira quando cozinhar na grelha. Os utensílios de silicone são particularmente bons porque não perdem a cor nem derretem com a alta temperatura.

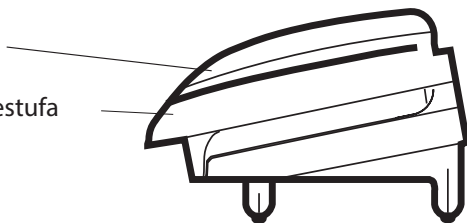
Como usar a estufa para pães

Seu grill está equipado de uma estufa que mantém os pães aquecidos. Ela pode ser usada para aquecer vários tipos de pão (hambúrguer, pães para o café-da-manhã, muffins, tortilhas, pita, roscas e mini-croissants). Por exemplo, se você está grelhando hambúrgueres, coloque os pães de hambúrguer na estufa para aquecê-los! **NÃO ESQUEÇA:** A estufa deve ser usada somente para aquecer pães. Ela não foi fabricada para cozinhar nem para grelhar nenhum alimento nem para descongelar alimentos. Além disso, ela não foi fabricada para conter pães grandes ou espessos. Neste caso, corte o pão para que caiba na estufa.

Como usar a estufa:

1. Tampa da estufa

2. Trava da tampa da estufa



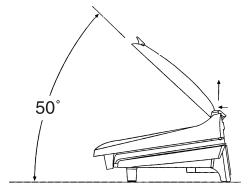
1. Levante a tampa (onde está escrito "LIFT TO OPEN").
2. Coloque o pão na estufa.
3. Para fechar a tampa, levante a trava e abaixe a tampa. Em seguida, trave a tampa no lugar. **NUNCA FORCE A TAMPA AO FECHAR.** Sempre aperte delicadamente para fechar.
4. O tempo necessário para aquecer os pães é de 2-3 minutos depois que o grill estiver quente. Se os pães estiverem frios, será necessário mais tempo para aquecê-los.

ATENÇÃO! A estufa não está equipada com um interruptor. Se você quer somente aquecer seus pães sem usar o grill para assar nenhum alimento, não esqueça que o grill estará ligado e esquentará muito.

ATENÇÃO! Nunca use a estufa para aquecer alimentos cozidos (por exemplo: carnes, verduras, batatas, etc.)!

A ESTUFA FOI FABRICADA SOMENTE PARA AQUECER PÃES!

Nota: A tampa da estufa foi projetada especialmente para ser fácil de usar. A tampa pode ser removida para ser limpa. Para isso, levante a tampa do grill num ângulo de 50 graus movendo as dobradiças. Faça o oposto para recolocar a tampa no lugar.



Cuidados e limpeza

LIMPEZA

Advertência: Para evitar queimaduras acidentais, deixe o grill esfriar por completo antes de limpá-lo.

1. Antes de limpá-la, desconecte o plugue do grill da tomada e deixe esfriar.
2. **Esvaziamento da bandeja coletora:** Coloque as luvas de forno, remova a bandeja coletora e esvazie a mesma, colocando o seu conteúdo em um recipiente à prova de calor.

Importante: Certifique-se de que a bandeja coletora e o líquido no interior da mesma tenham se resfriado antes de tentar remover a bandeja.

3. **Limpeza interna:** Coloque a bandeja coletora sob a parte dianteira da placa do grill. Usando a espátula especialmente criada para esse fim, remova qualquer excesso de gordura e partículas de alimentos. Limpe as superfícies de cozimento do grill com toalhas de papel absorvente ou um esponja.
4. **Acúmulos de sujeira de difícil remoção:** Use uma toalha de papel umedecida com um pouco de óleo de cozinha para remover as manchas mais difíceis. Se necessário, utilize uma esponja não metálica para limpar a placa de cozimento e uma escova não metálica de cerdas duras para limpar o espaço entre as ranhuras do grill. Não utilize palha de aço, esponjas de esfregar ou produtos de limpeza abrasivos em nenhuma parte da grelha.
5. **Limpeza da bandeja coletora:** Coloque as luvas de forno, remova a bandeja coletora e esvazie a mesma. Lave a bandeja coletora em água morna com sabão, ou coloque-a na prateleira superior da lava-louças. Seque bem com um papel toalha ou um pano seco e macio.

Importante: Certifique-se de que a bandeja coletora e o líquido no interior da mesma tenham se resfriado antes de tentar remover a bandeja.

6. **Limpeza externa:** Limpe com uma esponja morna e úmida e seque com um pano macio e seco.
7. Não utilize palha de aço, esponjas de esfregar ou produtos de limpeza abrasivos em nenhuma parte do eletrodoméstico.
8. **NÃO IMERJA EM ÁGUA OU OUTRO LÍQUIDO.**
9. Qualquer reparo que requeira desmontagem além da limpeza acima deve ser executado por um electricista qualificado.

Advertência: Certifique-se de segurar a tampa da grelha enquanto estiver efetuando a limpeza para evitar o fechamento acidental e lesões.

ARMAZENAMENTO

- Assegure-se sempre que o grill esteja limpo e seco antes de armazená-lo.

SOLUÇÃO DE PROBLEMAS

| PROBLEMA | CAUSA PROVÁVEL | SOLUÇÃO |
|--|--|--|
| O revestimento das placas de aquecimento tem riscos. | Utensílios de metal foram utilizados. | Use apenas utensílios de plástico, nylon ou madeira resistentes ao calor para evitar riscos na superfície antiaderente das placas de aquecimento. Nunca use espetos de metal, pinças, garfos ou facas. |
| As marcas da grelha são muito leves. | O grill não foi totalmente pré-aquecido antes da utilização. | Pré-aqueça sempre o grill por pelo menos 5 minutos antes de grelhar qualquer alimento. |
| Há resíduos de alimentos acumulados nas placas de aquecimento. | O grill não foi bem limpo após o uso. | Lave as placas de aquecimento com uma esponja suave umedecida em água morna com sabão. Não utilize esponja de aço, escovas ou produtos de limpeza abrasivos. |
| O alimento fica seco e queimado. | O alimento passou do ponto. | Como o grill grelha os dois lados do alimento, o tempo de preparo é bem menor do que em uma panela ou grelha comum. Utilize a TABELA DE TEMPOS DE PREPARO como referência e verifique o alimento antes de terminar o tempo sugerido. |
| O grill não liga. | O grill não está conectado à rede elétrica. | Verifique se a tomada elétrica à qual o aparelho foi conectado está funcionando. |
| A placa de aquecimento tem pontos brancos. | A água secou na superfície da placa de aquecimento. | Seque as placas de aquecimento imediatamente após a lavagem. |

TABELA SUGERIDA DE GRELHADO

Utilize esses tempos sugeridos de cozimento somente como uma orientação. Esses tempos se referem a alimentos frescos ou totalmente descongelados. Ao preparar alimentos congelados, acrescente 2-3 minutos para frutos do mar, e 3-6 minutos para carne e aves, dependendo da espessura e da densidade do alimento. O tempo de preparação dependerá da espessura e do corte que estiver sendo usado. Verifique se o alimento está bem cozido antes de servi-lo. Se estiver em dúvida, cozinhe um pouco mais. Cozinhe carnes, aves e derivados (carne moída, hambúrgueres, etc.) até que os sucos saiam limpos. Utilize um termômetro de cozinha para verificar se o alimento está no ponto de cozimento desejado. Se for preciso cozinhar por mais tempo, faça verificações periódicas para evitar que os alimentos passem do ponto. Cozinhe o peixe até que toda sua carne adquira uma aparência opaca. Ao preparar alimentos pré-embalados, siga as instruções da embalagem ou rótulo.

O Departamento de Agricultura dos Estados Unidos [USDA] recomenda a observância das normas a seguir:

Por favor observe: Para assegurar o cozimento adequado dos seus alimentos, a USDA recomenda as normas a seguir: Utilizando um termômetro para carnes, faça um teste de cozimento inserindo o termômetro para carnes no centro do alimento que está sendo preparado e certifique-se de que o termômetro não esteja tocando o osso.

| ALIMENTO A SER PREPARADO | AO PONTO | | BEM PASSADO OU INTEIRAMENTE COZIDO | |
|--------------------------------------|----------|------|------------------------------------|------|
| Peito de frango | | | 170°F | 77°C |
| Coxa de frango | | | 180°F | 82°C |
| Carne de boi/Carneiro/ Vitela | 160°F | 71°C | 170°F | 77°C |
| Carne de porco | | | 160°F | 71°C |
| Carnes e aves assadas reaquecidas | | | 165°F | 74°C |

| | Mal passado 63°C (145°F) | Ao ponto 71°C (160°F) | Bem passado 77°C (170°F) |
|--|--------------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Filé de salmão | 2½ min | 3 min | 4½ min |
| Medalhão de salmão | 4 min | 6 min | 10 min |
| Peixe-espada | 7 min | 9 min | 10 min |
| Medalhão de atum | 6 min | 8 min | 10 min |
| Peixe branco | 4 min | 5½ min | 7 min |
| Camarão | 1½ min | 2½ min | 3½ min |
| Hambúrguer de peru (110 gr) | | | 9 min |
| Hambúrguer de peru (220 gr) | | | 10 min |
| Lombo de porco | | 5 min | 6 min |
| Hambúrguer (110 gr) | 7 min | 8 min | 9 min |
| Hambúrguer (220 gr) | 8 min | 9 min | 10 min |
| Peito de frango (sem osso/sem pele) | | | 9 min |
| Lingüiça | | 4 min | 5 min |
| Lingüiça fatiada (espessura: 1,2 cm) | | 6 min | 7 min |
| Carne para fajitas (fatias de 1,2 cm de espessura) | 1½ min | 2 min | 2½ min |
| Bife de tira | 4 min | 7 min | 10 min |
| Fraldinha ou bife do vazio | 7 min | 8 min | 10 min |
| Cebola e pimentão (pincelar com azeite) | | | 8½ min |

Vire todos os tipos de alimentos uma vez decorrida a metade do tempo de cozimento.

Receitas

Obs.: Para preparar todas as receitas, lembre-se de colocar a bandeja coletora na frente do grill para coletar todo o líquido proveniente do cozimento.

Bolinho de peru

Comece o seu dia com um delicioso bolinho de peru que faz bem à saúde. Este bolinho suculento e saboroso, servido com um pão caseiro fresquinho, é o café da manhã completo. Escolha carne de peito de peru moída, a qual tem

menor teor de gordura que a carne de peru moída que contém carne escura e pele.

A carne de peru, principalmente a branca, é uma ótima fonte de niacina – um tipo de vitamina B essencial para manter a saúde do sistema nervoso.

1 clara de ovo ligeiramente batida

1/3 de xícara de cebola picada fina

1/4 de xícara de maçãs secas picadas ou 1/2 xícara de maçã vermelha bem picada

1/4 xícara de farinha de rosca temperada

2 colheres de salsinha fresca picada

1/2 colher de chá de sal marinho

1/2 colher de chá de sálvia moída

1/4 de colher de chá de noz-moscada moída

1/4 colher de chá de pimenta do reino

1/8 de colher de chá de pimenta vermelha

250 g de peito de peru moído

- Em uma vasilha média, junte clara de ovo, cebola, maçã fresca, farinha de rosca, salsinha, sal, sálvia, noz-moscada, pimenta do reino e pimenta vermelha. Adicione o peru moído e misture bem.
- Faça bolinhos em forma de hambúrguer de 5 centímetros de diâmetro.
- Pré-aqueça o grill. Coloque os bolinhos na grelha. Feche a tampa. Deixe grelhar por 3 a 4 minutos ou até que a carne perca a cor rosada e o caldo fique transparente.
- Rendimento: 8 a 9 bolinhos

Esta receita faz parte do livro "The Healthy Gourmet" (Clarkson Potter) de Cherie Calbom.

Hambúrguer poderoso do George Foreman®

Um hambúrguer ainda mais saboroso que os outros com 100% de carne! Vale a pena fazer refeições com menor quantidade de carne. Para reduzir a gordura saturada do hambúrguer comum, basta diminuir a quantidade de carne e substituir por ingredientes de origem vegetal. Adicionamos vegetais picados e farinha de rosca a esta receita. Você também pode usar arroz cozido ou outros cereais e grãos. Escolha pães de trigo integral; em geral, eles têm um grama a menos de gordura do que os pães comuns e os pães light.

Se você não dispensa o queijo, prefira o emmental, com 8 gramas de gordura em uma porção de 28 gramas contra 9 gramas do queijo cheddar ou prato, por exemplo. No entanto, os queijos cheddar e emmental com teor reduzido de gordura contêm a metade da quantidade de gordura – 4 gramas de gordura em 28 gramas de queijo. A mostarda contém 1 grama de gordura por

colher em comparação a incríveis 11 gramas de gordura em uma colher de sopa de maionese.

Cubra o hambúrguer com acompanhamentos saudáveis como folhas verdes de alface, repolho picado ou folhas frescas de coentro, manjericão ou espinafre.

1/2 xícara de vegetais picados como cebola, cebolinha, abobrinha e salsinha (podem ser salteadas)

1/2 xícara de farinha de rosca temperada

700 g de carne magra moída

- Em uma vasilha média, junte os vegetais e a farinha de rosca. Adicione a carne moída e misture bem.
- Modele hambúrgueres de 8 centímetros de diâmetro.
- Pré-aqueça o grill. Coloque os hambúrgueres na grelha. Feche a tampa.
- Deixe grelhar de 5 a 6 minutos ou até que a carne perca a cor rosada e o caldo fique transparente – vire uma vez.
- Rendimento: 6 hambúrgueres / 6 porções.

Esta receita faz parte do livro "The Healthy Gourmet" (Clarkson Potter) de Cherie Calbom.

Vegetais grelhados

6 fatias de berinjela de 1 cm de espessura (ou 2 berinjelas pequenas)

2 abobrinhas pequenas em rodela de 1 cm

2 cebolas pequenas em rodela de 1 cm

6 cogumelos fatiados

2 dentes de alho fatiados, sem casca

2 tomates pequenos em cubinhos

Azeite de oliva

- Pré-aqueça o grill. Salpique levemente o azeite de oliva nos vegetais.
- Adicione a berinjela, feche a tampa, deixe grelhar por 5 minutos, remova e mantenha quente.
- Adicione a abobrinha, feche a tampa, deixe grelhar por 5 minutos, remova e mantenha quente.
- Adicione a cebola e o cogumelo, feche a tampa, deixe grelhar por 5 minutos. Junte aos vegetais cozidos.
- Adicione o alho, feche a tampa, cozinhe por 1 minuto – mexa, se necessário. Retire e junte aos vegetais cozidos.

- Acrescente os tomates aos vegetais quentes e misture.
- Rendimento: 2 a 4 porções

Sirva como guarnição para carnes e massas. Ou prepare um sanduíche de vegetais grelhados no pão francês ou pão sírio.

Carneiro ao alecrim

4 pedaços de lombo de carneiro, desossados

2 colheres de chá de alecrim fresco picado ou 1/2 colher de chá de alecrim seco

Pimenta do reino moída – a gosto

- Cubra a carne com o alecrim e a pimenta.
- Pré-aqueça o grill.
- Feche a tampa e deixe grelhar de 6 a 8 minutos para cozimento ao ponto (ligeiramente rosado no meio) e de 9 a 11 minutos para bem-passado.
- Sirva na hora.
- Rendimento: 4 porções

Peito de frango com limão e mostarda

2 colheres de sopa de mostarda

2 colheres de sopa de vinagre balsâmico

3 colheres de sopa de suco de limão

2 dentes de alho bem picados

1 colher de chá de páprica

4 pedaços de 200 g de peito de frango desossado e sem pele

- Misture os 5 primeiros ingredientes.
- Adicione o peito de frango e deixe marinar por pelo menos 1/2 hora na geladeira.
- Pré-aqueça o grill.
- Coloque o peito de frango marinado na grelha e feche a tampa. Deixe grelhar de 7 a 9 minutos ou até que a carne perca o tom rosado e o caldo fique claro.
- Retire e sirva.
- Rendimento: 4 porções

Tilápia com tomates

2 colheres de chá de azeite de oliva

2 cebolas pequenas picadas

2 dentes de alho bem picados

2 tomates pequenos picados

2 colheres de sopa de manjeriçã fresco ou 1/2 colher de sopa de manjeriçã seco – picado

1 colher de sopa de salsinha fresca picada

1 colher de sopa de pimenta moída

1 colher de sopa de suco de limão

1/2 kg de tilápia (ou qualquer outro filé de peixe branco)

- Pré-aqueça o grill.
- Refogue a cebola e o alho no óleo por 2 minutos, mexendo de vez em quando.
- Adicione o tomate, a metade das ervas e algumas pitadas da pimenta moída. Coloque o peixe por cima e dobre para baixo as partes mais finas para manter uma espessura uniforme. Adicione o suco de limão e o restante das ervas.
- Feche a tampa e deixe grelhar de 3 a 4 minutos.
- Coloque o peixe e os vegetais em um prato.
- Sirva com pão fresco ou arroz.
- Rendimento: 3 a 4 porções

Contrafilé à Polinésia

4 colheres de sopa de molho de soja

2 dentes de alho bem picados

2 colheres de chá de mel

3 bifes de contrafilé de 250 g

- Misture os 3 primeiros ingredientes.
- Deixe a carne marinar na mistura por 1 hora na geladeira.
- Pré-aqueça o grill.
- Coloque os bifes marinados na grelha pré-aquecida. Feche a tampa.
- Deixe grelhar de 6 a 9 minutos ou até o cozimento completo.
- Rendimento: 3 porções

Obs.: Encontre mais receitas no website www.georgeforemanla.com

Please Read and Save this Use and Care Book.

IMPORTANT SAFEGUARDS

For the digital manual, please visit www.georgeforemanla.com

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 electrical 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.
- To disconnect, remove plug from wall outlet.
- Do not use this appliance for other than intended use.
- The appliance is only to be operated in the closed position.
- This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.
- Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- The appliance is not intended to be operated by means of an external timer or separate remote control system.
- The bread may burn, therefore do not use the appliance near or below combustible material, such as curtains.

SAVE THESE INSTRUCTIONS.

This product is for household use only.

GROUNDING PLUG

As a safety feature, this product is equipped with a grounded plug, which will only fit into a three-prong outlet. Do not attempt to defeat this safety feature. Improper connection of the grounding conductor may result in the risk of electric shock. Consult a qualified electrician if you are in doubt as to whether the outlet is properly grounded.

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.

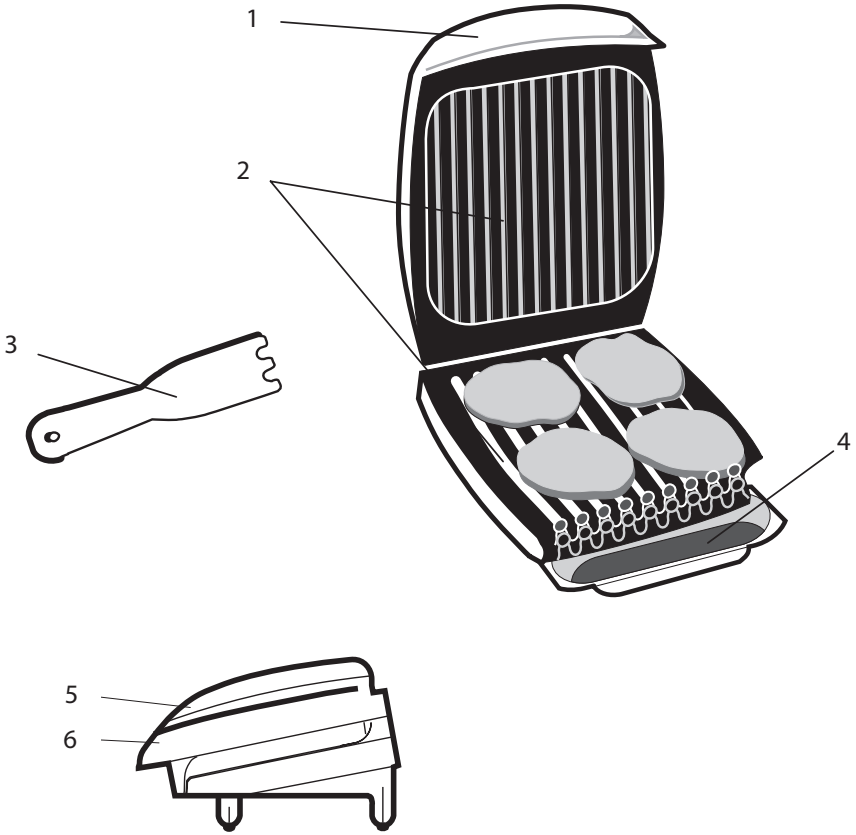
ELECTRICAL CORD

- 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.
- b) Longer detachable power-supply cords or extension cords are available and may be used if care is exercised in their use.
- c) If a long detachable power-supply cord or extension cord is used,
 - 1) The marked electrical rating of the detachable power-supply cord or extension cord should be at least as great as the electrical rating of the appliance,
 - 2) If the appliance is of the grounded type, the extension cord should be a grounding-type 3-wire cord, and
 - 3) The longer cord should be arranged so that it will not drape over the countertop or tabletop where it can be pulled on by children or tripped over.

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

Getting To Know Your Grill

Product may vary slightly from what is illustrated.



1. Grill cover (lid)
2. Grill plates
3. Spatula
4. Drip Tray
5. Bun warmer
6. Lid latch

How to Use

This product is for household use only.

FEATURES

Nonstick Cooking Surfaces – Covers the grilling plates which helps to reduce fat while cooking and is easy to clean.

Grilling Surface – Sears in the juices and flavors of your favorite foods, and allows fats to drip from the grill ribs into the drip tray for healthy, fat free cooking.

Removable Drip Tray – Collects fats and juices during cooking. It is dishwasher safe (on top rack) for easy cleaning.

GETTING STARTED

- Remove all packing material and any stickers.
- Remove and save literature.
- Wash parts as instructed in CARE AND CLEANING section of this manual.
- Wipe grill plates with a damp cloth or sponge to remove any dust. Wipe dry with a soft cloth or paper towels.
- Place the grill on a flat, level surface.
- Leave a space of at least 5 cm all round the grill to allow heat to flow without damage to cabinets and walls.
- Arrange the cable so it doesn't overhang, and can't be tripped over or caught.
- If you use an extension cable, take the same precautions with it.

Using the Grill

PREPARATION

1. Before first use, if desired, lightly oil the grill plates.

Note: Aerosol cooking spray should not be used on nonstick surface. Chemicals that allow spray to come out of can build up on surface of grill plates and reduce their efficiency.

2. Prepare the food, measure out your ingredients and have everything within easy reach.
3. Check out your plastic tools – tongs, ladles, scoops, spatulas.

Important: Don't use anything metal or sharp, as it will damage the nonstick surface.

4. Have your oven gloves ready for use.

DRIP TRAY

Place the drip tray under the front sloped section of the bottom grill plate.

PREHEATING THE GRILL

1. Close cover on grill.
2. Unwind cord and plug into a standard electrical outlet.

Important: Always wear oven gloves when your hands come near the grill.

3. The preheat indicator light comes on to indicate that the elements are heating.
4. When grill reaches required temperature, the light will go out, and cycle on and off as thermostat operates to regulate the temperature.

Note: Allow grill to preheat for at least 5 minutes before grilling. If desired, use a kitchen timer.

5. To turn grill off, unplug it from the standard electrical outlet.

GRILLING

Important: Always wear oven gloves when your hands come near the grill.

1. When the preheat indicator light goes off, carefully place the items to be cooked on the bottom grilling plate with a plastic spatula or tongs do not use your fingers.

Note: Use oven gloves to carefully close the lid.

Important Tips:

- Always use heatproof plastic, nylon or wood utensils to avoid scratching nonstick surface of grilling plate. Never use metal skewers, tongs, forks or knives.
 - Do not overload grill.
2. Allow the food to cook for the desired time.
 3. Use cooking times found in the SUGGESTED GRILLING CHART. If desired, use a kitchen timer.

Important: Do not leave the appliance unattended during use.

4. After selected time, the food should be done.

Important: Don't leave food to cool on the grill – remove it while it's still hot. The nonstick surfaces will only remain nonstick if it is treated and cleaned properly.

5. Use oven gloves to carefully open the lid.
6. Remove cooked food with a plastic spatula or tongs.

Note: Always use heatproof plastic, nylon or wood utensils to avoid scratching nonstick surface of grilling plate. Never use metal skewers, tongs, forks or knives.

7. When you've finished, unplug the grill from the standard electrical outlet or extension cord.

Important: Heat continues to be ON until grill is unplugged.

8. Let the grill cool completely.
9. Allow drip tray to cool. Use oven globes to remove it from under the grill.

Important: Be sure the liquid in drip tray has cooled before attempting to remove it.

10. Wash and dry the drip tray after each use.

EMPTYING THE DRIP TRAY

Put on oven gloves, remove the drip tray and empty it into a heatproof bowl; then wipe it with a kitchen paper and replace it under the grill. Use caution as the drip tray

may be hot.

GRILLING TIPS

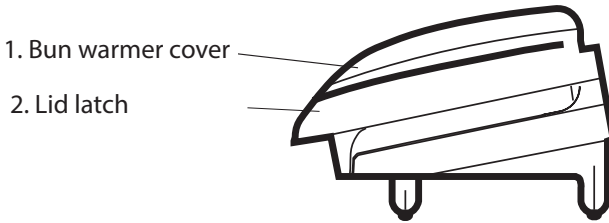
- Use tender cuts of meat for grilling.
- Marinate tougher cuts of meat to tenderize them before grilling.
- To prevent heat loss and for even cooking, do not open the lid frequently.
- To avoid drying out meat and fish, do not pierce with a utensil.
- Better cooking results will be achieved with boneless cuts of meat, chicken and fish.
- Cut the edge of the meat in several places to prevent curling of the meat.
- If grilling more than one item, select foods of even thickness. This will promote consistent doneness and appearance.
- For grilling small portions, make sure meat is centered on grill. When grilling larger portions, distribute evenly and allow one inch space between foods to promote uniform cooking.
- When grilling fish or chicken breast fillets, tuck extremely thin parts under to prevent overcooking.
- If food is under-cooked when removed from grill, simply return to grill for additional cooking time.
- Remember that since grill is cooking from both sides cooking time will typically be shorter than expected. Watch carefully to avoid overcooking.
- Do not overfill grill.

Important: Use only silicone, plastic and wooden utensils when cooking on the grill. Silicone utensils are especially good because they do not discolor or melt with the high temperature.

Using the Bun Warmer

The grills come equipped with a bun warmer. You can use this feature to warm various kinds of bread products (hamburger buns, breakfast biscuits, English muffins, tortillas, pita bread, sliced bagels and mini croissants). For example, if you are cooking hamburgers, you can place your hamburger buns inside the bun warmer to warm them while you cook the hamburgers! **REMEMBER:** The bun warmer should be used to warm bread products only. It will not cook or grill any item. It is not intended for defrosting. The bun warmer cannot hold very thick bread products. If a bread product is too thick, you may have to cut it (butterfly) to fit.

To use the bun warmer:



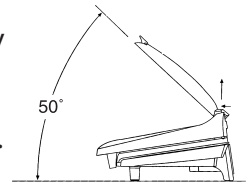
1. Lift up the lid latch (where it says "LIFT TO OPEN").
2. Place the bread product inside the bun warmer.
3. When bread is in place, close the lid by lifting up on the latch, lowering the lid, and latching it into place. **NEVER FORCE THE LID CLOSED.** Press gently to close lid.
4. Allow 2-3 minutes after the grill has warmed up to complete heating. If you are placing bread products in the bun warmer that have been refrigerated, they will take longer to warm up.

Caution: The bun warmer does not have a separate operation switch. If you want to warm some bread, but do not want to cook anything on the grill, please be aware that the grill will be on and will become very hot.

Warning: Do not keep cooked food (such as meat, vegetables, potatoes, etc.) warm in the bun warmer!

THE BUN WARMER IS FOR BREAD PRODUCTS ONLY!

Note: The bun warmer cover is specially designed for easy use. The lid is removeable, you can take it off for cleaning. To remove the cover, raise the cover to an angle of 50 degrees by lifting the cover at the two hinge connections. Reverse this procedure to reassemble.



Care and Cleaning

CLEANING

Caution: To avoid accidental burns, allow grill to cool thoroughly before cleaning.

1. Before cleaning, unplug grill from wall outlet and allow it to cool.
2. **Emptying drip tray:** Put on oven gloves, remove the drip tray, and empty it into a heatproof bowl.

Important: Make sure both the drip tray and the liquid inside it have cooled before attempting to remove it.

3. **Inside cleaning:** Place the drip tray under the front of the grilling plate. Using the specially designed spatula, scrape off any excess fat and food particles. Wipe the cooking surfaces of the grill with absorbent paper towels or a sponge.
4. **Stubborn build-up:** Use a paper towel moistened with a little cooking oil to remove stubborn stains. If necessary, use a non-metallic scrubbing pad to clean the cooking plate and a stiff, non-metallic brush to clean between the grill ribs. Do not use steel wool, scouring pads, or abrasive cleaners on any part of the grill.
5. **Cleaning drip tray:** Put on oven gloves, remove the drip tray, and empty it. Wash the drip tray in warm soapy water, or on the top rack of the dishwasher. Dry thoroughly with a paper towel or a soft, dry cloth.

Important: Make sure both the drip tray and the liquid inside it have cooled before attempting to remove it.

6. **Outside cleaning:** Wipe with a warm, damp sponge and dry with a soft, dry cloth.
7. Do not use steel wool, scouring pads, or abrasive cleaners on any part of the appliance.
8. **DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUID.**
9. Any servicing requiring disassembly other than the above cleaning must be performed by a qualified electrician.

Caution: Make sure to hold grill cover while cleaning to prevent accidental closing and injury.

STORAGE

- Always make sure grill is clean and dry before storing.

TROUBLESHOOTING

| PROBLEM | POSSIBLE CAUSE | SOLUTION |
|---------------------------------------|---|--|
| Finish on grill plate has cut marks. | Metal utensils have been used. | Always use heatproof plastic, nylon or wood utensils to avoid scratching nonstick surface of grill plate. Never use metal skewers, tongs, forks or knives. |
| Grill marks on food are very light. | Grill was not fully preheated before use. | Always preheat grill at least 5 minutes before cooking any foods. |
| There is food buildup on grill plate. | Grill was not properly cleaned after use. | Use nylon scrubbing pad and hot, soapy water to clean grill plate. Do not use steel wool scrubbing pads or abrasive cleaners to clean grill. |
| Food is dry and burnt. | Food is overcooked. | Use GRILLING CHART as a guide and check food at lowest time stated on chart. |
| Grill does not turn on. | Grill is not plugged in. | Check to be sure appliance is plugged into working outlet. |
| Grill plate has white spots on it. | The water from cleaning has dried on the surface of the grill plates. | Dry grill plates immediately after washing. |

SUGGESTED GRILLING CHART

Use these suggested cooking times purely as a guide. They're for fresh or fully defrosted food. When cooking frozen foods, add 2-3 minutes for seafood, and 3-6 minutes for meat and poultry, depending on the thickness and density of the food. Cooking time will depend upon thickness and cut being used. Check food is cooked through before serving. If in doubt, cook it a bit more. Cook meat, poultry, and any derivatives (mince, burgers, etc.) till the juices run clear. Use a cooking thermometer as a test for doneness. If the food needs longer cooking, check periodically to avoid overcooking the food. Cook fish till the flesh is opaque throughout. When cooking pre-packed foods, follow any guidelines on the package or label.

USDA recommends the following guidelines

Please note: To be sure your food is fully cooked the USDA recommends the following guidelines. Using a meat thermometer cook test for doneness by inserting the meat thermometer into the center of the food being cooked and make sure the thermometer is not touching the bone.

| FOOD TO BE COOKED | MEDIUM | WELL DONE OR FULLY COOKED |
|-----------------------------------|------------|---------------------------|
| Chicken breast | | 170°F 77°C |
| Chicken thigh | | 180°F 82°C |
| Beef / Lamb/Veal | 160°F 71°C | 170°F 77°C |
| Pork | | 160°F 71°C |
| Reheated cooked meats and poultry | | 165°F 74°C |

| | Rare 145°F (63°C) | Medium 160°F (71°C) | Well 170°F (77°C) |
|-------------------------------------|-------------------------|------------------------|----------------------|
| Salmon filet | 2½ min | 3 min | 4½ min |
| Salmon steak | 4 min | 6 min | 10 min |
| Sword fish | 7 min | 9 min | 10 min |
| Tuna steak | 6 min | 8 min | 10 min |
| White fish | 4 min | 5½ min | 7 min |
| Shrimp | 1½ min | 2½ min | 3½ min |
| Turkey burgers (4 oz.) | | | 9 min |
| Turkey burgers (8 oz.) | | | 10 min |
| Pork loin | | 5 min | 6 min |
| Hamburgers (4 oz.) | 7 min | 8 min | 9 min |
| Hamburgers (8 oz.) | 8 min | 9 min | 10 min |
| Chicken breasts (boneless/skinless) | | | 9 min |
| Link sausage | | 4 min | 5 min |

| | | | |
|-----------------------------------|--------|-------|--------|
| Sliced sausage (¾" thick) | | 6 min | 7 min |
| Fajita beef (½" thick slices) | 1½ min | 2 min | 2½ min |
| NY strip steak | 4 min | 7 min | 10 min |
| Flank steak | 7 min | 8 min | 10 min |
| Onions & peppers (brush with oil) | | | 8½ min |

Turn all food items halfway through cooking time.

Recipes

Note: For all recipes, please remember to place drip tray in front of the grill to catch drippings from the cooking process.

Sausage without Guilt

You can start your day with a sizzling sausage patty that not only tastes good, but is also good for you. This moist, flavorful sausage, served with a country-style biscuit, makes the complete breakfast. Choose ground turkey breast, which is lower in fat than ground turkey containing dark meat and skin. Turkey, especially the light meat, is a good source of niacin, which is an important B vitamin needed to maintain a healthy nervous system.

1 slightly beaten egg white

1/3 cup finely chopped onion

1/4 cup finely snipped dried apples or 1/2 cup finely chopped fresh red

Delicious apple

1/4 cup seasoned bread crumbs

2 Tbsp. snipped fresh parsley

1/2 tsp. sea salt

1/2 tsp. ground sage

1/4 tsp. ground nutmeg

1/4 tsp. black pepper

1/8 tsp. cayenne pepper

1/2 lb. lean ground turkey breast

- In a medium size mixing bowl, combine the egg white, onion, dried or fresh apples, bread crumbs, parsley, salt, sage, nutmeg, black pepper, and cayenne pepper. Add the ground turkey and mix well.

- Shape the mixture into nine 2-inch wide patties.
- Preheat the grill. Place the patties on the grill. Close the lid. Cook for 3 – 4 minutes or until the meat is no longer pink and the juices run clear.
- Yield: 8 – 9 patties

This recipe is from "The Healthy Gourmet" (Clarkson Potter) by Cherie Calbom.

George Foreman® Power Burger

A flavorful hamburger that we think tastes even better than its all-meat cousin! It pays to eat meals that minimize meat. To reduce saturated fat in a typical burger, you can cut back on the amount of meat and make up for it with plant-based ingredients. Bread crumbs and chopped vegetables have been added in this recipe. You could also try cooked rice, other grains or cereal. In addition, choose whole wheat buns; they typically contain one less gram than regular or even reduced-calorie buns.

If you settle for nothing less than a cheeseburger, Swiss cheese is 1 gram lower in fat than Cheddar, American or Monterey Jack with 8 grams of fat versus 9 in each ounce of cheese. However, reduced fat cheeses like Cheddar or Swiss contain half the fat with 4 grams per ounce. Mustard contains 1 gram of fat per tablespoon versus a whopping 11 grams of fat in a tablespoon of mayonnaise.

Top your burger in healthful style with dark, leafy green lettuce, shredded cabbage, fresh cilantro, basil or spinach.

1/2 cup chopped vegetables such as yellow onions, green onions, zucchini, parsley (can be sautéed)

1/2 cup seasoned bread crumbs

1 1/2 lbs. lean ground beef

- In a medium-size mixing bowl, combine the vegetables and bread crumbs. Add the ground beef and mix well.
- Shape the mixture into eight 3-inch wide patties.
- Preheat the grill. Place the patties on the grill eight at a time. Close the lid.
- Cook for 5 – 6 minutes or until the meat is no longer pink and the juices run clear, turning once.
- Yield: 6 burgers / 6 servings.

This recipe is from "The Healthy Gourmet" (Clarkson Potter) by Cherie Calbom.

Grilled Vegetables

6 slices eggplant, 1/2" thick (or use 2 baby eggplants)

2 small zucchini, sliced 1/2" thick

2 small onions, sliced 1/2" thick

6 mushrooms, sliced

2 cloves garlic, peeled and sliced

2 small tomatoes, diced

olive oil

- Preheat the grill. Drizzle olive oil over the vegetables.
- Add the eggplant, cover and cook 5 minutes, remove and keep warm.
- Fill the grill with zucchini, cover and cook 5 minutes, remove and keep warm.
- Add the onion and mushrooms, cover and cook 5 minutes. Add to the cooked vegetables.
- Add the garlic slices, cover and cook 1 minute, stirring as needed. Remove and add the cooked vegetables.
- Stir the diced tomatoes into the hot vegetables.
- Yield: Serves 2 – 4

Serve as an accompaniment to meat and pasta. Or serve as a grilled vegetable sandwich on French bread or in a pita.

Rosemary Lamb Chops

4 sirloin lamb chops, boneless

2 tsp. fresh chopped rosemary (or 1/2 tsp. dried)

ground black pepper to taste

- Coat chops with rosemary and pepper.
- Preheat the grill.
- Close lid and cook for 6 – 8 minutes for medium (a hint of pink in the middle) and 9 – 11 minutes for well done.
- Serve immediately
- Yield: Serves 4

Mustard Lemon Chicken Breast

2 Tbsp. mustard

2 Tbsp. balsamic vinegar

3 Tbsp. lemon juice

2 cloves garlic, minced

1 tsp. paprika

4, 6 oz. chicken breasts halves, boneless, skinless

- Mix first 5 ingredients.
- Add chicken breast and let it marinate for at least 1/2 hour in the refrigerator.
- Preheat the grill.
- Place marinated chicken on grill and close lid. Let cook for 7 – 9 minutes or until the meat is no longer pink and the juices run clear.
- Remove and serve.
- Yield: Serves 4

Tilapia with Tomatoes

2 tsp. olive oil

2 small onions, diced

2 cloves garlic, minced

2 small tomatoes, chopped

2 Tbsp. fresh basil or 1/2 tsp. dried, chopped

1 Tbsp. fresh parsley, chopped

1 Tbsp. ground pepper

1 Tbsp. lemon juice

1 lb. tilapia (or any white fish fillet)

- Preheat the grill.
- Sauté the onion and garlic in oil for 2 minutes, stirring occasionally.
- Add the tomato, half of the herbs and a few grinds of pepper. Lay the fish on top, folding thin parts under to even out thickness. Add the lemon juice and remaining herbs.
- Cover and let cook for 3 – 4 minutes.
- Lift the fish and the vegetables onto a plate.
- Serve with fresh bread or rice.
- Yield: Serves 3 – 4

Strip Steak Polynesian

4 Tbsp. soy sauce

2 cloves garlic, minced

2 tsp. honey

3, 8 oz. strip steaks

- Combine first 3 ingredients.
- Marinate the strip steak in the mixture for approximately one hour in the refrigerator.
- Preheat the grill.
- Place the marinated strip steaks onto the preheated grill. Close the lid.
- Grill for 6 – 9 minutes, or until done.
- Yield: Serves 3

Note: For additional recipes go to www.georgeforemanla.com

TERMO DE GARANTIA LIMITADA

Garantia: este produto, devidamente lacrado, é garantido pela Polishop contra defeitos de material e mão-de-obra, pelo prazo total de um (1) ano a partir da data de Nota Fiscal de venda ao consumidor.

Abrangência: a garantia do produto fica automaticamente inválida se o produto for danificado em consequência de acidentes de transporte ou manuseio, uso inapropriado, descuido, negligência, serviços não autorizados, uso comercial, reparos providos por pessoas ou entidades não credenciadas, desgaste normal, adição de peças ou acessórios que não sejam de fábrica, danos de instalação ou outras causas que não as constatadas como sendo de fabricação. A presente garantia é aplicável somente para produtos adquiridos e utilizados no Brasil e não se estende a produtos que não tenham sido operados de acordo com as instruções de uso e operação especificadas no respectivo Manual do Proprietário fornecido pela Polishop ou que tenham sido modificados ou peças danificadas que tenham tido o número de série removido, modificado, adulterado ou tornado ilegível.

Garantias Implícitas: Esta garantia substitui todas as outras garantias expressas ou implícitas e nenhum representante ou terceiro está autorizado a assumir qualquer outra obrigação relacionada à venda de nossos produtos em nome da Polishop.

Execução da Garantia: durante o prazo de vigência da garantia, o produto defeituoso será reparado ou substituído por um modelo similar equivalente a novo (a critério exclusivo da Polishop) quando for encaminhado à Assistência Técnica autorizada da Polishop ou o valor referente ao preço de compra será devolvido. O produto reparado ou substituído terá garantia pelo prazo remanescente da garantia original do produto e mais um (1) mês adicional. Nenhuma taxa será cobrada pelo reparo ou substituição.

Nas localidades onde não exista Assistência Técnica autorizada pela Polishop, as despesas de transporte do produto correm por conta do consumidor.

Itens Excluídos desta Garantia: esta garantia substitui todas as outras garantias expressas ou implícitas e nenhum representante ou terceiro está autorizado a assumir qualquer outra obrigação relacionada à venda de nossos produtos em nome de Polishop. Sob hipótese alguma a Polishop será responsável por defeitos, mau funcionamento ou deficiência do produto, seja baseado em lei contratual, comercial ou qualquer outra teoria legal, incluindo, sem limitação, negligência, obrigação expressa, quebra da garantia e não cumprimento de cláusula contratual. A Polishop não se responsabilizará por quaisquer danos diretos, indiretos, ou resultantes de uso ou desempenho do produto, ou outros prejuízos relativos a danos de propriedade, ou prejuízos pecuniários.

Assistência Técnica: Em caso de mau funcionamento entre em contato com o Serviço de Atendimento ao Consumidor Salton no número mencionado abaixo.

Código da data/Date Code

Modelo/Model: GBZ4G127V

Voltagem/Voltage: 127V

Modelo/Model: GBZ4G 220V

Voltagem/Voltage: 220V

Canal de
Relacionamento
com o Consumidor



POLISHOP

11 3444-0175

www.polishop.com.br/relacionamento

POLISHOP

Segurança



Compulsório



INMETRO

Made in China.

Feito na china.

T22-9001455

04/01/2019