



 **Manual de instrucciones**
Olla programble

 **Manual de instruções**
Panela programável

 **Instruction Manual**
Programmable pot

 **Manuel d'utilisation**
Cuisseur programmable

 **Manuale di istruzioni**
Pentola programmabile

 **Gebruiksaanleitung**
Programmierbarer Topf

LIBRO DE RECETAS



MANUAL DE INSTRUCCIONES
OLLA PROGRAMABLE
newcook 3D



	Manual de instrucciones	3
	Manual de instruções	61
	User Manual	68
	Manuel d'utilisation	75
	Manuale di istruzioni	82
	Gebrauchsanleitung	89

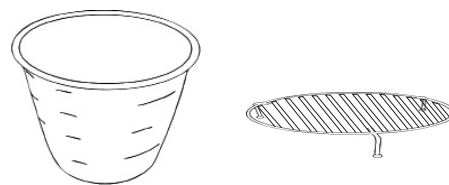
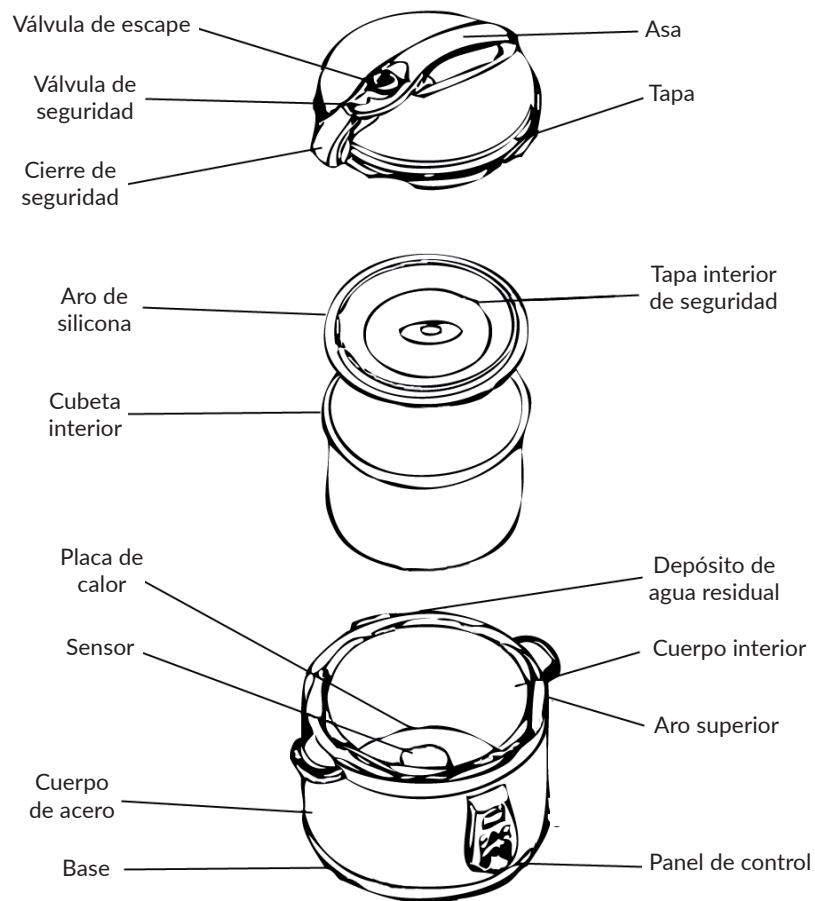
ANTES DE COCINAR

- Lea detenidamente las instrucciones de este manual.
- No sumerja en líquidos ninguna parte eléctrica de la olla programable.
- No debe ser utilizada por niños.
- No la encienda si tiene alguna parte dañada.
- Los accesorios sólo deben ser utilizados en esta olla programable, de otro modo podrían sufrir daños irreparables.
- No la exponga al sol o a elementos climáticos.
- No utilice la olla programable sobre ni cerca de focos de calor como hornos, hornillos o placas vitrocerámicas, podría ser dañada.
- No utilice la olla programable para funciones distintas a las que se explican en este manual.
- No se acerque a la válvula de escape cuando la olla expulse el vapor, estará muy caliente y puede resultar dañado.
- No sobrepase los límites máximos marcados en la cubeta para cocinar.
- Conserve este manual para futuras consultas.

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

- Pantalla digital de control automático 4 dígitos
- Capacidad: 6 litros
- Potencia: 1000W
- Alimentación: 230V-50Hz
- Programable 24 horas
- Preservación del calor durante 24 horas
- Función recalentar
- Sistema duopresión (cocina en alta, baja o sin presión).
- Ajuste de temperatura automático
- Memoria de interrupción de la electricidad
- Auto-detección de fallo o error.
- 10 menús de cocción diferentes
- Cuerpo lacado evita-quemados
- Cubeta anti-adherente de fácil limpieza.
- Efecto presurización, los alimentos se cocinan en su jugo generando unos sabores más concentrados.
- Incorpora 8 sistemas de seguridad.
- Bajo consumo energético

PARTES Y ACCESORIOS



Vaso Medidor

Rejilla



Cucharón



Cable

PANEL DE CONTROL



PLANCHA/FREÍR: presione una vez el botón y seleccione el Menú Plancha de uso sin presión, ideal para cocciones suaves, como tortillas, sofritos... En el Menú Plancha, no puede seleccionar el tipo de presión pero si el tiempo de cocción. Para activar el Menú Freír, presione dos veces el botón, introduzca los alimentos y el aceite según la receta. Estos menús se utilizan con la tapa abierta.



HORNO: seleccione el Menú Horno de uso sin presión para asados y platos al horno, tiempo de cocción seleccionable.



COCINA: seleccione el Menú Cocina, seleccione tanto la presión como el tiempo de cocción. Es el menú genérico que sustituye a la cocina tradicional en la cazuela.



POLLO/CARNE: Menú preestablecido para carnes, seleccione el tipo de presión en virtud del plato: *Alta Presión* para las carnes duras que necesitan más tiempo de cocción y *Baja Presión* para las carnes tiernas que necesitan menos tiempo.



GUISADOS/SOPAS: Menú preestablecido para guisos (*Baja Presión*) y sopas (*Alta Presión*), seleccione el tipo de presión según el plato.



LEGUMBRES: Menú preestablecido, seleccione el tipo de presión en virtud del plato. Debe de ser utilizado generalmente en *Alta Presión*.



HORA DE COMER +: presione este botón para comenzar la función de programación de la comida y para incrementar el tiempo de cocción y/o de programación.



CALIENTE, CANCELAR -: use este botón para activar manualmente la función caliente, también para cancelar en cualquier momento la cocción y para seleccionar menos tiempo de cocción y/o de programación.



ALTA Y BAJA PRESIÓN: estos botones se usan para, una vez seleccionado el menú de cocción, elegir el modo de presión, para cocinar sopas o platos de cuchara normalmente se cocina en *Alta Presión*, para cocinar guisos o platos secos seleccione *Baja Presión*.

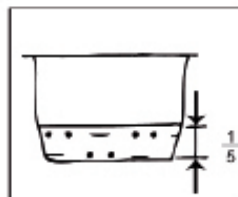
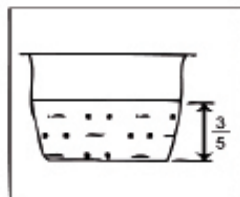
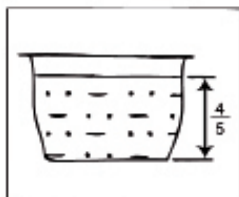
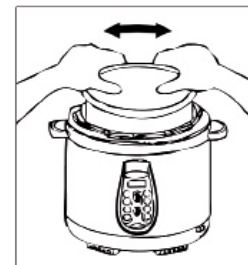


CÓMO COCINAR

Cocinar con la olla programable es muy sencillo, sólo tiene que introducir los ingredientes, programar la olla según el recetario. La olla programable cocinará automáticamente y mantendrá la comida caliente hasta que la sirva.

Cómo cocinar en la olla programable:

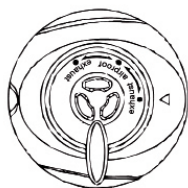
1. Abra la tapa girándola en dirección de las agujas del reloj hasta que haga tope, levántela tal y como se ve reflejado en el dibujo.
2. Introduzca todos los ingredientes en la cubeta interior y, en caso de que sea necesario, alguno de los accesorios.
3. Introduzca la cubeta con los alimentos en el interior de la olla programable (en la olla siempre tiene que estar la cubeta puesta para cocinar) tal y como se marca en el dibujo. Posteriormente, ponga la tapa y gírela en sentido contrario al de las agujas del reloj, justo al revés que en el dibujo anterior hasta que haga tope.
4. Seleccione el menú tal y como se indica en el recetario. Una vez seleccionado, marque el tiempo de cocción (reflejado en el recetario), seleccione el tiempo con el botón que incrementa de 1 en 1 los minutos de cocción desde 1 hasta 180 minutos y con el botón que lo disminuye. Le recomendamos que siga los tiempos marcados en el recetario y que, en caso de que el resultado no sea 100% de su agrado, modifique el tiempo incrementando o disminuyendo el tiempo marcado por el recetario con el fin de hacer la comida según su gusto. Si durante estos procesos se confunde, espere unos segundos hasta que se active el proceso de cocción, aparecerá en la pantalla un guión en movimiento, entonces presione el botón para cancelar y empezar de nuevo.
5. Una vez haya seleccionado el tiempo de cocción, seleccione el tipo de presión Alta Presión si es para cocina exprés, o Baja Presión si es para guisos, en cualquier caso siga las instrucciones del recetario en cada receta.
6. En los menús horno, plancha y freír, por defecto, se cocina sin presión, por lo tanto no podrá seleccionar el tipo de presión, además es aconsejable que extraiga la pesa de la válvula, así obtendrá mejor resultado, en cualquier caso, hágalo siempre siguiendo las instrucciones reflejadas en el recetario para cada receta en concreto.



¡OJO! En el interior de la cubeta hay unas marcas que no deben de ser sobrepasadas en su línea máxima por ninguna clase de líquido. Especialmente en caso de cocina a presión (sobre todo en Alta Presión).

Una vez seleccionado el **menú**, el **tiempo de cocción** y la **presión** (en caso de que fuese necesario), la olla programable se pondrá a cocinar. La primera fase de la cocción es la detección automática de los alimentos y calentamiento, ya que usted lo que selecciona es el tiempo real de cocción y necesita calentarse previamente.

La olla programable detecta la cantidad de alimentos que cocina, por lo que sólo debe programar el tiempo marcado en la receta sin tener en cuenta si es para 1 ó 10 comensales. Durante este proceso, en la pantalla aparecerá el tiempo seleccionado y un guión en movimiento mientras alcanza la temperatura y está calentando; el guión se mantendrá fijo mientras cocina, y se mostrará en pantalla el tiempo que le quede para terminar, descontando cada minuto transcurrido del originalmente programado.



Cuando la olla programable termina de cocinar emite 3 bips, y se activa automáticamente la **función caliente** de manera indefinida y con ella la señal luminosa, de manera que la olla mantendrá la comida caliente hasta que se sirve. *(Este menú sólo se desconectará pulsando el botón Cancelar)*. La función caliente también sirve para recalentar sin sobre-cocinar.

Para abrir la tapa de la olla después de cocinar, asegúrese de que no hay presión en su interior (de otro modo la olla programable no permitirá abrir la tapa por seguridad). Antes de abrir, desplace la válvula de escape en la posición abierta donde expulsará todo el vapor que haya dentro de la olla. Fíjese en el dibujo.

CÓMO PROGRAMAR LA OLLA

Programe la olla programable para tener la comida recién hecha a una hora determinada:

1. Pulse el botón **"HORA DE COMER"** , y seleccione dentro de cuántas horas quiere comer. Para seleccionar la hora de comer, tendrá que indicarle a la olla programable cuántas horas faltan para servir la comida, no la hora en la que quiere comer, es importante que indique bien el tiempo que falta para comer. La hora de comer se ajusta en intervalos de 10 minutos con el botón  que aumenta hasta 24 horas.
2. Seleccione el menú, el tiempo de cocción y el tipo de presión, tal y como se indica en el apartado anterior.

La olla programable calcula automáticamente cuándo tiene que comenzar a cocinar para que la comida esté recién hecha a la hora programada, en caso de que el tiempo de cocción sea superior que el tiempo que falta para la hora fijada, su olla programable comenzará automáticamente el ciclo de cocción, a fin de acercarse lo más posible a la hora preconfigurada. *Es importante que programe la olla, al menos, con dos horas de antelación.*

Si mientras cocina o está en espera se produce un corte de corriente, la olla programable recordará su programación y en cuanto vuelva la corriente, su olla programable seguirá en el mismo punto del proceso de cocción donde se quedó.

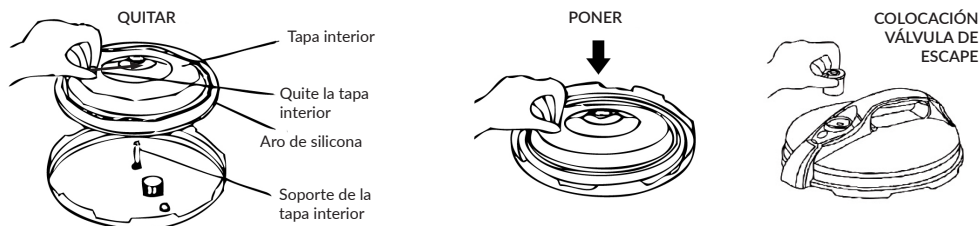
La olla programable incluye el sistema "caliente" que se activa en cuanto acaba de cocinar automáticamente y mantiene caliente la comida de manera indefinida, sin recocinarla, hasta que pulse el botón CANCELAR. Recuerde cancelar esta función al terminar de utilizar su olla programable.

MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA

La cubeta de la olla programable dispone de una de las superficies más anti-adherentes, realizada con PTFE que le genera increíbles propiedades anti-adherentes, esto facilita la limpieza hasta el punto de que no es necesario el uso del estropajo o cualquier tipo de abrasivo para la limpieza de la cubeta, aunque sea apta para lavavajillas.

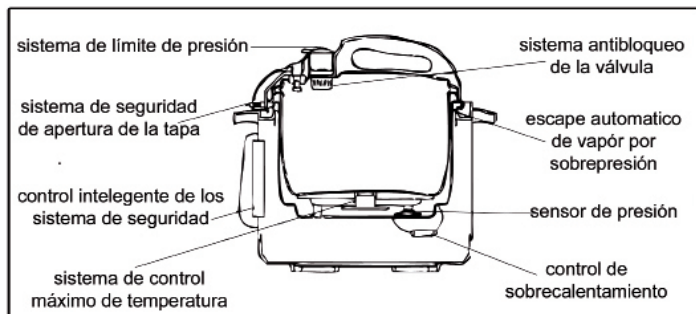
Junto con la cubeta, también deben limpiarse los elementos que están en contacto directo con la comida: la tapa interior, la tapa, el aro de silicona y la válvula de escape. Se deben limpiar con agua y jabón y utilizando una esponja o, en el caso que fuera necesario, un estropajo.

Para quitar la tapa interior y el aro de silicona, estire del soporte colocado en el centro que hay en la tapa interior y quite fácilmente el aro de silicona que hay en ella, lo importante es limpiarlo cada vez que se utilice, de lo contrario puede dejar restos de sabor u olor en las siguientes comidas que cocine con la olla programable.

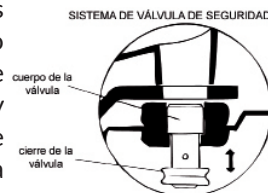


En cuanto al filtro de seguridad y la válvula de escape, es importante que los mantenga limpios a fin de que no se obstruya nunca la salida de vapor para poder abrir su olla en cuanto quiera.

La olla programable es un producto revolucionario en cuanto a sistemas de seguridad. Dispone de 8 sistemas entrelazados que actúan simultáneamente y que hacen imposible que suceda algún fallo:



Es importante hacer hincapié especialmente en el sistema de válvula de seguridad que impide la apertura de la olla programable siempre y cuando haya presión en el interior, por tanto, es fundamental para poder abrir o cerrar la olla programable que eliminemos el vapor que hay en el interior, para ello hay que posicionar la válvula de descarga en la posición "Abierta".



INSTRUCCIONES BÁSICAS

Es muy importante mantener limpia la olla programable, por lo que cuando cocine no olvide limpiar tanto las válvulas como la goma a fin de eliminar posibles restos de olores y sabores.

Recuerde que la olla programable activa el sistema de calentamiento de manera indefinida una vez termina de cocinar, cancele esta función cuando haya servido la comida, sino seguirá en marcha este sistema de manera innecesaria.

Accesorios

- Vaso medidor: se incorpora como referencia de medida para las recetas, por tanto cuando en una receta se refiere a 1 medida, se esta refiriendo a 1 vaso medidor.
- Bandeja de cocina: es la bandeja metálica que se incluye con la olla programable, se utiliza para hornear y en caso de que se indique en la receta, se sitúa en el interior de la cubeta y se coloca sobre la misma los alimentos que se vayan a cocinar.
- Cucharón: expresamente diseñado para la olla programable que como característica especial está fabricado en un material no corrosivo Ideal como trabajar sobre superficies anti-adherentes. Es importante que siempre utilice este accesorio para cocinar con la olla, o en su defecto de madera o silicona, nunca utilice utensilios corrosivos o de metal sobre la cubeta, ya que perderá las propiedades anti-adherentes.

Tipos de cocción

- Guiso: es aconsejable introducir todos los alimentos y seleccionar Baja Presión, recuerde poner un poco más de agua si quiere un resultado más líquido, para acertar con la medida del agua, tenga en cuenta que en el sistema de cocción no pierde apenas agua, en cuanto al tiempo, le aconsejamos sobre el 35% menos de tiempo que de la manera tradicional.
- Plancha: utilice este menú con la tapa abierta. Para conseguir el efecto de la plancha, es importante que no haya agua dentro y calentar la cubeta sin el alimento que queremos asar. Tenga en cuenta que los tiempos son un 35% menores a la forma tradicional y no hace falta dar la vuelta a los alimentos, a no ser que desee marcarlos por los dos lados.
- A presión: para cocinar a presión seleccione el Menú Cocina en Alta Presión, no ponga mucha más agua de la que desea que le quede al final.
- Al baño de María: utilice la rejilla de cocina y un molde, llene de agua hasta un poco más de la mitad del molde y programe según las indicaciones de la receta.
- Asar/hornear: cocine sobre la rejilla de cocina (opcional), en el Menú Horno y la tapa cerrada pero sin la pesa puesto, sin apenas líquido, recuerde reponer la pesa al terminar. Para dorar el plato, caliente previamente en Menú Horno 1 minuto, para conseguir un acabado más marcado y dorado, una vez esté la cubeta caliente, sin la bandera de horneado

marque durante 3 minutos por cada lado el alimento, posteriormente ponga la bandeja de horneado y ase según la receta.

- Sofreír: añada a la cubeta el aceite o mantequilla y caliente un par de minutos en el Menú Plancha con la tapa abierta, mientras corta y salpimente los alimentos. Luego sofría de 2 a 6 minutos dependiendo del sofrito, de igual modo podemos freír algunas alimentos como gambas o lomo al ajillo incluso un huevo frito.
- Repostería, masas y panes. Usaremos el Menú Horno sin peso según indique la receta, es aconsejable utilizar papel de horno cubriendo la cubeta o un molde apto para horno (no incluido), según indique la receta.

SERVICIO ASISTENCIA TÉCNICA - SAT

En caso de que detecte un mal funcionamiento del la Olla programable, antes de llamar al servicio de asistencia técnico compruebe las siguientes situaciones:

- Si ocasionalmente no cocina o tarda mucho tiempo en cocinar. Compruebe si se ha ido la luz y si está enchufada.
- Si no puede cerrar la tapa, ponga la cubeta correctamente y cierre la tapa bien.
- Si escucha ruidos mientras cocina, verifique si hay sustancias entre la cubeta y la resistencia.

Este producto tiene una garantía de 2 años desde la fecha de compra, siempre y cuando se conserve y envíe la factura de compra, el producto esté en perfecto estado físico y se de un uso adecuado tal y como se indica en este manual de instrucciones. **La garantía no cubrirá:**

- Si el producto ha sido usado fuera de su capacidad o utilidad, maltratado, golpeado, expuesto a la humedad o algún líquido o sustancia corrosiva, así como por cualquiera otra falla atribuible al consumidor.
- Si el producto ha sido desarmado, modificado o reparado por personas no autorizadas.
- Si la incidencia es originada por el desgaste normal de las piezas debido al uso.

El servicio de garantía cubre todos los defectos de fabricación de su Olla programable en base a la legislación vigente, excepto las piezas consumibles como cubetas interiores, accesorios o aros de silicona. La garantía no cubre el costo de los portes de la recogida del producto ni de la entrega.

Si en alguna ocasión detecta una incidencia o fallo con el producto, debe contactar con su distribuidor o con el Servicio de Asistencia Técnica oficial y hacer llegar la factura de compra del producto vía Fax o e-mail:

email: sat@calmahogar.com - Fax: 965 286 221

ACTIVA LA GARANTÍA

Gracias por adquirir la Olla programable Newcook® y haber depositado la confianza en nuestra compañía. Cada uno de nuestros productos tiene una garantía de 2 años desde la fecha de compra, siempre que se cumplan los requisitos citados en el manual de instrucciones del producto.

En cualquier caso, le recomendamos que registre su producto para activar la garantía*. Nuestra garantía le da la tranquilidad de que su producto será reparado en caso de que tenga algún problema.

DOS FORMAS DE ACTIVAR SU GARANTÍA:

ONLINE

Entre en:
www.calmahogar.com



POR CORREO

Rellene el siguiente formulario, y envíelo a: *Avenida del Rodalet, nº2, 03690, San Vicente del Raspeig (Alicante)*



* Activación válida sólo para España.

En cumplimiento de la normativa vigente en materia de Protección de Datos Personales le informamos de la incorporación de sus datos de carácter personal, necesarios para el desarrollo de nuestra relación comercial, a nuestros ficheros inscritos en la Agencia Española de Protección de Datos a nombre de CALMAHOGAR S.L.

Podrá ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición dirigiendo un e-mail a sat@calmahogar.com, o una carta a Avenida del Rodalet, nº2, 03690, San Vicente del Raspeig (Alicante), especificando claramente la dirección que desea dar de baja.

En caso de activar la garantía por correo postal, rellene este formulario y envíelo:

MODELO/REFERENCIA:

FECHA DE COMPRA:

NOMBRE Y APELLIDOS:

.....

DNI:

CORREO ELECTRÓNICO:

TELÉFONO:



newcook[®]
TU ALIADO EN LA COCINA



TRUCOS DE COCINA

SOPAS

Crema de guisantes con jamón crujiente
 Puré de berenjenas
 Crema de hervido
 Puré de patatas
 Crema de calabacín
 Fumet
 Caldo de pescado
 Sopa castellana con huevo
 Sopa de cebolla
 Sopa de verduras
 Sopa juliana
 Sopa de fideos con almejas
 Caldo básico
 Sopa de ajo
 Sopa "quemada-grasas"
 Crema vegetal

GUISOS

Marmitako
 Caldero santapolero
 Guiso de costillas
 Estofado de ternera

15 Pollo oriental
 21 Bacalao a la vizcaína
 21 Patatas a la riojana
 21 Merluza en salsa verde con almejas
 22 Ternera con guisantes
 22 Esqueixada de bacalao con aceite de oliva
 22 Lomos de salmón con salsa de pimientos
 22 Merluza marinera
 23 Mejillones bordeleses
 23 Almejas a la marinera
 23 Bacalao con guisantes
 24 Acelgas con patatas
 24 Bacalao con pasas
 24
LEGUMBRES
 25 Alubias rojas del goyerri
 25 Potajes de vigilia
 25 Ensalada de garbanzos
 25 Empedrado de judías blancas con bacalao
 26 Lentejas
 26 Puré de lentejas para niños
 26 Lentejas vegetales
 26 Garbanzos con espinacas
 27 Judías pintas
 27 Judías blancas

21 Cocido
 21 Ensalada de garbanzos con anchoas
 21 Fabadilla
 21
CARNES
 22 Carne picada con repollo
 22 Cerdo asado con piña
 22 Pollo asado
 23 Fajitas de pollo
 23 Solomillo con cebolla al cava
 23 Pavo salteado con naranja y menta
 23 Solomillo relleno de espinacas
 24 Mollejas de cordero al brandy
 24 Ropa vieja
 24 Magro con tomate
 25 Fajitas mexicanas de ternera
 25 Salsa boloñesa
 25 Pollo a la nata
 25 Filetes de pechuga de pollo con salsa de soja
 26 Pavo en salsa de cebolla
 26 Pollo a la crema de limón
 26 Pechugas con bacon
 27 Solomillo con salsa a la pimienta
 27 Pollo con tomate
 27 Pollo a la cerveza

28
 28
 28
 28
 29
 29
 29
 29
 30
 30
 31
 31
 31
 32
 32
 32
 32
 33
 33
 33
 34
 34
 34

Pollo al ajillo	34	Sopa de pescado con fideos	45	POSTRES	
Solomillo de cerdo al roquefort	35	Sopa con fideos	45	Flan	56
Solomillo de cerdo con salsa de setas	35	ARROCES		Flan de café	56
PESCADO		Arroz negro	46	Pan de Calatrava	56
Merluza rellena	36	Arroz a banda	46	Plátano frito con miel	56
Gambas al ajillo	36	Arroz meloso	47	Bizcocho	57
Lenguado con patatitas	37	Ensalada de arroz	47	Arroz con leche cremoso	57
Filetes de lenguado honorables	37	Rissoto exótico	47	Magdalenas	57
Salmón al horno	37	Arroz con magro y costillitas	48	Cuajada	57
Gallo con champiñones	37	Arroz marinera	48	Natillas	58
Merluza rebozada	38	Arroz 3 delicias	48	Magdalenas con pepitas de chocolate	58
Pescado frito con tomate	38	Arroz caldoso con verduras	49	Bizcocho de coco	58
VERDURAS		Arroz en costra	49	Pastel de frutas del bosque	58
Cebolla confitada	39	Arroz rápido con calamares y gambas	49	Tarta de almendras	59
Pimientos caramelizados	39	Arroz a la cubana	50	Bizcocho de chocolate	59
Champiñones rellenos	39	Arroz al horno	50		
Pimientos del piquillo rellenos de queso y cangrejo	39	Arroz meloso con magro para niños	50		
Sándwich de berenjena relleno de queso y pavo	40	FRITURAS			
Alcachofas de iluminada	40	Alcachofas rebozadas	51		
Escalibada	40	Aros de cebolla	51		
HUEVOS		Berenjenas rebozadas con miel	51		
Quiché de salmón	40	Calamares a la romana	52		
Huevos rotos con gulas	41	Filete ruso	52		
Revuelto de patatas	41	Flamenquines	52		
Quiché sin pasta	41	Hamburguesas de verdura	52		
Tortilla de cebolla y queso	41	Gambas rebozadas	53		
Tortilla de patata	42	Patatas fritas	53		
Tortilla de patatas y cebolla	42	Tempura de verduras	53		
Tortilla de alcachofas y ajos tiernos	42	Pechugas empanadas	53		
Tortilla de espinacas	42	PASTELES SALADOS Y PANES			
PASTAS		Pastel de verduras	54		
Fideua	43	Quiché francés	54		
Caracolas con verduras y soja	43	Focaccia	54		
Macarrones con tomate	43	Hogaza crujiente	54		
Pasta con almejas	43	Coca dóli i sal	55		
Macarrones con chorizo y huevo	44	Panecillos de ajo	55		
Ensalada de pasta	44	Coca de queso	55		
Lacitos carbonara	44	Coca de atún	55		
Parta con salchichas Frankfurt	44				

TRUCOS DE COCINA

- **Antes de comenzar el ciclo de cocción**, debe remover siempre los alimentos, para que las recetas se cocinen correctamente, es fundamental para obtener un buen acabado en sus platos.
- **Horneados**, utilice el Menú Horno sin la pesa para conseguir los acabados más crujientes, le aconsejamos que precaliente algunos minutos la cubeta para mejorar el resultado. En este menú puede utilizar cualquier recipiente apto para horno (no incluido).
- Precaliente la **plancha**, para obtener mejor resultado de las recetas en el Menú Plancha, así conseguirá acabados más dorados. En este caso, para hacer filetes a la plancha es recomendable marcarlos por una cara cuando la plancha está caliente e inmediatamente darle la vuelta y programar el tiempo de la receta. Precaliente el aceite, cuando vaya a sofreír en el Menú Plancha 1 minuto, antes de añadir el resto de ingredientes. Importante: para cocinar en el menú Plancha con tapa abierta, es necesario programar el tiempo, aunque en la pantalla aparecerá el símbolo de calentamiento, es decir, en la pantalla no se descontará el tiempo, pero la Olla programable sí que estará calentando.
- **Abrir antes de hora**, la olla programable puede ser abierta siempre que no tenga presión dentro, por tanto, en cuanto acabe el menú, espere unos minutos, ponga la pesa en posición abierta hasta que expulse el vapor, entonces puede abrir la tapa sin temor a la presión, sólo en caso seguro podrá abrir su olla programable.
- **Pasta**, para que se cueza de manera homogénea es fundamental que toda la pasta quede sumergida en líquido, sea agua, caldo, tomate, nata... pero la cantidad de líquido no debe rebasar los alimentos, con cubrir justo la pasta es suficiente, ya que la Olla programable no consume líquido. Por tanto, es muy importante que siga las instrucciones de las recetas. Si cocina espaguetis es recomendable que los corte.
- **Arroz**, para obtener un resultado óptimo en el punto del arroz, es muy importante que siga las instrucciones de las recetas, si le incorpora más agua se puede pasar si lo hace en menos cantidad se quedará duro.
- **Legumbres**, tiempos de cocción orientativos (pueden variar dependiendo de la calidad de los alimentos o el tipo de legumbre y agua):

<i>Garbanzos: 35 minutos</i>	<i>Lentejas: 14 minutos</i>
<i>Judías pintas: 35 minutos</i>	<i>Judías blancas: 25-30 minutos</i>

CREMA DE GUISANTES CON JAMÓN CRUJIENTE

Personas: 4

INGREDIENTES

100 ml de caldo básico
(página 17)
500 ml de nata líquida
4 lonchas de jamón serrano
cortado fino
250 gr. de guisantes
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes menos el jamón y programar el Menú Sopa de Baja Presión. Reservar.
Introducir el jamón en el Menú Horno sin pesa 5 minutos.
Servir conjuntamente.

CREMA DE HERVIDO

Personas: 4

INGREDIENTES

40 gr de mantequilla
12 hojas de lechuga verdes
500 ml de leche
1 pastilla de caldo de pollo
2 yemas de huevo
1 huevo entero
2 patatas
150 gr. judías verdes
Agua
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes, cubrir de agua y programar el Menú Sopa de Baja Presión. Batir.

PURÉ DE BERENJENAS

Personas: 4

INGREDIENTES

100 ml de aceite de oliva
3 berenjenas troceadas y
peladas
1 ajos
Agua
Sal y pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes en la Olla Programable, cubrir con agua y programar Menú Cocina de Alta Presión 8 minutos.
Reservamos el caldo, batimos todos los ingredientes y añadimos el caldo para obtener la textura deseada según el gusto.

PURÉ DE PATATAS

Personas: 4

INGREDIENTES

800 gr de patatas troceadas
400 ml de agua o de leche
50 ml de aceite de oliva
40 gr mantequilla
Sal y pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Cocer todos los ingredientes en la Olla Programable, excepto la mantequilla, en el Menú Cocina de Alta Presión 8 minutos.
Añadir sal al gusto, la mantequilla y batimos.

CREMA DE CALABACÍN

Personas: 4

INGREDIENTES

2 calabacines troceado
1 puerro troceado
1/4 mda de aceite
2 quesitos
Agua
Sal y pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes en la Olla Programable, excepto los quesitos, agua hasta cubrir y programar Menú Cocina de Baja Presión 15 minutos.
Reservamos el caldo, añadimos los quesitos, batimos todos los ingredientes y vamos añadiendo el caldo para obtener la textura deseada según el gusto.

CALDO DE PESCADO

Personas: 4

INGREDIENTES

1 Kg de pescado para caldo
1 tomate partido
1 cebolla partida
4 dientes de ajo
2 tiras de pimiento rojo
1/2 mda aceite de oliva
Sal y Pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes en la Olla Programable, añadimos agua hasta cubrir sobrepasando los alimentos dos dedos. Programar Menú Cocina de Baja Presión 30 minutos.
Colar el caldo.

FUMET

Personas: 4

INGREDIENTES

4 cabezas de gamba
Hueso de rape
Cabeza de merluza
1 cebolla en 4 trozos
1 tomate en 4 trozos
1/4 mda de aceite
2 dientes de ajo
700 ml de agua
Sal y pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla el aceite y las cabezas de gambas, programamos Menú Plancha 2 minutos y rehogamos. Añadimos tomate, cebolla, ajo y mezclamos.
Sacamos todos los ingredientes, trituramos y colamos. Añadimos el resto de ingredientes e introducimos en la cubeta, añadimos el agua y programamos Menú Cocina 8 minutos Baja Presión.
Colamos para obtener el fumet.

SOPA CASTELLANA CON HUEVO

Personas: 4

INGREDIENTES

100 gr de chorizo
100 gr de jamón
1 cucharada de pimentón
100 ml de aceite de oliva
2 dientes de ajo a láminas
Caldo básico (página 17)
4 huevos
Sal

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla Programable todos los ingredientes, menos los huevos, y programamos el Menú Sopa de Baja Presión 15 minutos.
A continuación, añadimos los huevos a la cubeta y programamos Menú Sopa de Baja Presión 5 minutos.

SOPA DE CEBOLLA

Personas: 4

INGREDIENTES

40 gr de mantequilla
100 gr de queso Gruyere rallado
50 gr de queso Mozzarella
100 ml de aceite de oliva
50 ml de Jerez seco
Caldo básico hasta cubrir (página 17)
3 cebollas cortadas en láminas
2 rebanadas de pan por persona
1 pizca de sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducir el aceite, la cebolla y la mantequilla y rehogamos hasta pochar en Menú Plancha 3 minutos, removiendo con el cucharón.
A continuación, introducimos el resto de los ingredientes y programamos el menú Sopa de Baja Presión 8 minutos.

SOPA JULIANA

Personas: 4

INGREDIENTES

2 zanahorias
2 puerros
1 patata
1 tallo de apio
1 pastilla de caldo
1/4 de mda aceite de oliva
Agua

ELABORACIÓN

Cortar todas las verduras en juliana. Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes, cubrir de agua 2 dedos por encima y programar el Menú Sopa de Alta Presión 10 minutos.
Si deseamos elaborar éste plato de forma convencional, sofreiremos las verduras en el Menú Plancha con la tapa abierta 5 minutos.
Añadimos los demás ingredientes y programamos el Menú Sopa de Baja Presión 5 minutos.

SOPA DE VERDURAS

Personas: 4

INGREDIENTES

100 gr de jamón serrano a trocitos
2 nabos a trocitos
1 patata a trocitos
3 puerros a trocitos
3 zanahorias a trocitos
1 pastilla de caldo de pollo
Agua hasta cubrir

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes y programar el Menú Sopa de Alta Presión.
Si deseamos elaborar éste plato de forma convencional sofreiremos la verdura picada en el Menú Plancha con la tapa abierta 5 minutos.
Añadimos los demás ingrediente y seleccionamos el Menú Sopa de Baja Presión 10 minutos.

SOPA DE FIDEOS CON ALMEJAS

Personas: 4

INGREDIENTES

200 gr de fideos
50 ml de aceite de oliva
700 ml. de caldo de pescado (página 15)
1/2 cebolla en láminas
1 diente de ajo laminado
1 tomate rallado
500 gr de almejas o chirlas
1 cucharadita de pimentón

ELABORACIÓN

Introducir todos los ingredientes, menos los fideos, en la Olla Programable y programar el Menú Sopa de Baja Presión 5 minutos.
Antes de servirlos, incorporar los fideos finos y programar el Menú Cocina de Baja Presión 1 minuto.

CALDO BÁSICO

Personas: 4

INGREDIENTES

1 pechuga de pollo partido en dos
1 hueso de jamón
1 hueso de ternera
2 zanahoria
1 rábano
1 nabo
1 rama de apio
1 puerro
1 litro y medio de Agua
Sal y colorante al gusto

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes y programar el Menú Sopa de Baja Presión 45 minutos. Colamos y servimos.

SOPA "QUEMA-GRASAS"

Personas: 4

INGREDIENTES

250 gr de cebolla
1 pimiento verde
1 rama de apio
4 tomates
250 gr de repollo
1 pastilla de caldo de pollo
1 l. de agua
1 pizca de sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes y programar el Menú Sopa de Alta Presión.

SOPA DE AJO

Personas: 4

INGREDIENTES

1 cucharada de pimentón
50 ml de aceite de oliva
Agua
4 dientes de ajo laminado
2 pastillas de caldo
2 huevos
Unas rebanadas de pan duro

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes, excepto el huevo, y programar el Menú Sopa de Baja Presión 8 minutos.
Finalizado este tiempo, añadimos los huevos y programamos Menú Sopa Baja presión 3 minutos.
Si deseamos elaborar éste plato de forma convencional, sofreiremos el ajo y el pan en el Menú Plancha con la tapa abierta 5 minutos.
Añadiremos los demás ingredientes y programamos el Menú Sopa de Baja Presión 8 minutos.

CREMA VEGETAL

Personas: 4

INGREDIENTES

300 gr de judías verdes
100 gr de zanahoria
200 gr de cebolla
200 gr de acelgas
200 gr de patatas
50 ml de aceite de oliva
1 puerro
Sal y pimienta al gusto
Agua hasta cubrir

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes en la Olla Programable y añadimos agua hasta cubrir en el Menú Cocina de Alta Presión 12 minutos. Añadiremos sal al gusto y batimos.

MARMITAKO

Personas: 4

INGREDIENTES

1 kg de patatas
500 gr de atún o bonito
20 ml de aceite de oliva
1 cebolla
6 pimientos chorriceros

ELABORACIÓN

Sofreímos el aceite, la cebolla y los pimientos chorriceros en el Menú Plancha con la tapa abierta 5 minutos hasta que quede dorado.
Cortamos las patatas a cuadrados y el pescado en trocitos, lo añadimos a la Olla Programable y programamos el Menú Guiso de Baja Presión.

GUISO DE COSTILLAS

Personas: 4

INGREDIENTES

300 gr de costillas de cerdo troceadas
5 patatas
3 zanahorias
4 dientes de ajo
1/2 cebolla
1 mda de tomate triturado
1/2 mda de aceite
1 cucharada de pimentón
1 mda de vino blanco
Sal y Pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla programable el aceite y las costillas y sofreímos en el Menú Plancha 5 minutos.
A continuación, añadimos las verduras troceadas, el tomate triturado, el pimentón, el vino blanco y salpimentamos, rehogamos.
Añadimos agua hasta cubrir y programamos Menú Guiso 15 minutos baja presión.

CALDERO SANTAPOLERO

Personas: 4

INGREDIENTES

500 gr de morralla (mezcla de pescado)
150 ml de aceite de oliva
2 tomates maduros
3 ñoras secas
1 pimiento rojo
1 cebolla
Perejil
Azafrán
5 dientes de ajos pelados
Sal
Agua

ELABORACIÓN

Programamos el Menú Plancha 3 minutos. Sofreímos las ñoras, ajos y cebolla picados. Se añade el tomate, la sal, el pimiento a trozos, el agua, el pescado y programamos el Menú Sopa en Alta Presión 25 minutos.
Este caldo se cuele y se deja reposar. Con el caldo y según el sofrito que hagamos después se podrá hacer fideua, arroz a banda, arroz con tropezones, gazpachos, arroz meloso, etc.

ESTOFADO DE TERNERA

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de ternera
2 zanahorias
1 cebolla
2 dientes de ajo
1 mda de vino blanco
4 patatas troceadas
1 cucharada de pimentón
Sal y pimienta
Agua

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla programable todos los ingredientes y programamos Menú Carne.

POLLO ORIENTAL

Personas: 4

INGREDIENTES

50 ml de aceite de oliva
150 gr de cebolla
200 gr de pimientos italianos
40 gr de miel clara
100 gr de almendras tostadas
800 gr de pechugas de pollo
100 gr de pasas
100 ml de vino blanco
50 ml de jerez
50 ml de brandy
1 pizca de sal, pimienta, Nuez moscada y canela

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes troceados y programamos el Menú Guiso de Baja Presión 30 minutos.
Para elaborar ésta receta de forma más convencional sofreiremos la cebolla 3 minutos en Menú Plancha, añadiremos los demás ingredientes y removeremos Programar el Menú Cocina de Baja Presión 7 minutos.

PATATAS A LA RIOJANA

Personas: 4

INGREDIENTES

1 Kg de patatas troceadas
1/2 chorizo en rodajas
1 pimiento rojo a tiras
1 puerro
1 mda de tomate
1/4 mda de aceite
Azafrán
1 cucharada de pimentón
Caldo básico (página 17)
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla programable todos los ingredientes, añadimos caldo hasta cubrir y programamos Menú Cocina baja presión 20 minutos.

BACALAO A LA VIZCAINA

Personas: 4

INGREDIENTES

6 trozos de bacalao desalados
8 langostinos cocidos
Harina
Salsa de tomate
Alioli suave
Aceite de oliva

ELABORACIÓN

Pasar el bacalao por harina. Poner aceite en la Olla Programable y programar el Menú Plancha 5 minutos con la tapa abierta, dorar por ambos lados.
Poner en los platos una cucharada de salsa de tomate, sobre ella bacalao y los langostinos pelados, cubrimos con una ligera capa de ali-oli.

MERLUZA EN SALSA VERDE CON ALMEJAS

Personas: 4

INGREDIENTES

4 Lomos de merluza de aprox. 200 gr
40 gr de perejil picado
1/4 kg de almejas lavadas
120 ml de aceite de oliva
1/2 mda de agua fría
4 dientes de ajo
1 pizca de harina
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla Programable todos los ingredientes y programamos el Menú Guiso de Baja Presión.

TERNERA CON GUISANTES

Personas: 4

INGREDIENTES

600 gr ternera troceada
1/2 Kg de guisantes
1 mda de vino
2 mdas de caldo básico (página 17)
1/4 de medida de aceite
1 cebolla troceada
1 ajo laminado
Sal y pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Introducimos los ingredientes en la Olla programable y programamos Menú Carne Baja presión 25 minutos.
Si deseamos elaborar éste plato de forma convencional, sofriremos el ajo, la cebolla y la carne en el Menú Plancha con la tapa abierta 5 minutos, hasta dorar.
Añadiremos los demás ingredientes y programamos el Menú Carne de Baja Presión 8 minutos.

LOMOS DE SALMÓN CON SALSA DE PIMIENTOS

Personas: 4

INGREDIENTES

20 gr de mantequilla
80 ml de aceite de oliva
180 ml de vino blanco seco
80 ml de vermut blanco seco
8 lomos de salmón fresco
1 cebolla dulce picada
2 pimientos verdes
Caldo de pescado (página 15)
Sal y pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes con el caldo y programar el Menú Guiso de Baja Presión.

ESQUEIXADA DE BACALAO AL ACEITE DE OLIVA

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de bacalao desalado
4 tomates
1 cebolla morada
1/2 pimiento verde
Aceite para aliñar
1 Ajo picado
Aceitunas negras
Aceite de oliva

ELABORACIÓN

Introducimos los tomates en la Olla Programable y cubrimos con agua, programamos Menú Sopa 2 minutos. Pelar y cortar el tomate a cuadrados. Cortar la cebolla morada a cuadraditos.

Acabado y presentación

1. Poner en un plato el bacalao junto con el tomate y la cebolla.
2. Aliñar con aceite de oliva, ajo picado y aceitunas negras.

MERLUZA MARINERA

Personas: 4

INGREDIENTES

4 lomos de merluza
200 gr de gambas peladas
300 gr de almejas lavadas
20 gr de harina
50 gr de mantequilla
10 ml de aceite de oliva
1 cebolla troceada
2 dientes de ajo laminados
1/2 mda de agua

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla Programable todos los ingredientes y programamos el Menú Guiso de Baja Presión.

MEJILLONES BORDELESA

Personas: 4

INGREDIENTES

500 gr de mejillones
2 cucharadas de salsa de tomate
1 cucharada de mantequilla
1/2 mda de harina
1 cebolla dulce muy picada
1 cucharadita de perejil picado
40 ml de aceite de oliva
10 ml de vino blanco
20 ml de coñac
Sal, pimienta y zumo de limón

ELABORACIÓN

Limpiamos los mejillones, los introducimos con el vino blanco en la Olla programable Menú Cocina Baja presión 2 minutos. Desechamos las conchas.
Introducimos los mejillones en la Olla Programable con los demás ingredientes, removemos y programamos Menú Sopa Alta Presión 2 minutos.

ALMEJAS A LA MARINERA

Personas: 4

INGREDIENTES

20 gr de pan rallado
1 kg de almejas
1/2 mda de aceite de oliva
500 gr cebolla picada
2 dientes de ajo laminados
El zumo de 1/2 limón
1 mda de vino blanco
Perejil picado
Sal
1/2 guindilla

ELABORACIÓN

Poner en remojo las almejas con agua y sal un ratito, para que suelten la arena. Enjuagarlas bajo el chorro de agua fría. Introducir todos los ingredientes en la Olla Programable, cocinar en Menú Cocina de Alta Presión durante 8 minutos.

BACALAO CON GUISANTES

Personas: 4

INGREDIENTES

1 kg de bacalao fresco
25 gr de guisantes
300 ml de vino blanco
300 ml de tomate frito
100 ml de aceite de oliva
1 cebolla picada
2 dientes de ajo
Queso parmesano rallado
1 pizca de sal, pimienta, perejil y romero

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes y programar el Menú Cocina de Baja Presión 6 minutos.
Para elaborar ésta receta de forma más convencional hacer un sofrito con la cebolla y los ajos en el Menú Plancha 3 minutos. A continuación introducimos todos los ingredientes y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 6 minutos.

ACELGAS CON PATATAS

Personas: 4

INGREDIENTES

500 gr de acelgas troceadas
4 patatas cortadas en láminas gruesas
1/2 mda de aceite
1 cucharada de pimentón
3/4 mda de vinagre
Caldo de las acelgas
2 dientes de ajo laminados
Sal y Pimienta

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla Programable las acelgas y agua hasta cubrir en el Menú Cocina baja presión 4 minutos.
Escurremos las acelgas y reservamos el caldo y las acelgas.
Colocamos la cubeta en la Olla programable, seleccionamos el Menú Plancha 10 minutos, introducimos el aceite, los ajos, las patatas y las acelgas. Rehogamos durante 3 minutos sin dejar de mover.
A continuación, añadimos pimentón, vinagre y el caldo reservado de las acelgas hasta cubrir, junto con la sal y la pimienta. Programamos Menú Cocina Baja presión 5 minutos.

BACALAO CON PASAS

Personas: 4

INGREDIENTES

5 lomos de bacalao fresco
1 cucharada de pimentón
1 mda de agua
1 mda de vino blanco
1 mda de pasas
1 mda de almendras tostadas
2 ajos laminados
Perejil picado

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 6 minutos.
Para elaborar ésta receta de forma más convencional, hacer un sofrito con la cebolla y los ajos en el Menú Plancha 3 minutos.
A continuación, introducimos todos los ingredientes y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 6 minutos.

ALUBIAS ROJAS DEL GOYERRI

Personas: 4

INGREDIENTES

500 gr de alubias rojas
 100 gr de chorizo fresco
 100 gr de morcilla
 100 gr de tocino fresco
 1 cebolla pequeña troceada
 1 diente de ajo laminado
 1 cucharada de pimentón
 1/4 mda de aceite
 Agua
 Sal

ELABORACIÓN

La noche de antes se dejan en remojo las alubias y se escurren. Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes y programar el Menú Legumbres de Alta Presión. También podemos realizar éste plato de forma convencional sofriendo la cebolla y ajo en el Menú Plancha 5 minutos. Añadimos los demás ingredientes y programamos el Menú Cocina de Alta Presión 14 minutos.

ENSALADA DE GARBANZOS

Personas: 4

INGREDIENTES

200 gr de garbanzos cocidos
 2 latas de atún
 1 pimiento verde troceado
 1 cebolleta troceado
 4 tomates troceados
 4 huevos cocidos troceados
 Sal
 Aceite de oliva
 Vinagre

ELABORACIÓN

La noche de antes se deben dejar a remojo la legumbre y antes de usarlas se deben de escurrir. Introducimos los garbanzos en la Olla programable, agua hasta cubrir y programamos Menú Cocina alta presión 30 minutos. Servir en un bol y añadir el resto de ingredientes. Aliñar al gusto.

POTAJE DE VIGILIA

Personas: 4

INGREDIENTES

300 gr de garbanzos
 250 gr de espinacas congeladas
 1 cucharada de pimentón dulce
 250 gr de migas de bacalao
 700 ml de agua
 1 hoja de laurel
 2 huevos duros
 100 ml de aceite de oliva
 1 cebolla grande troceada
 2 dientes de ajo laminados

ELABORACIÓN

La noche de antes se deben de dejar a remojo la legumbre para que tomen el agua poco apoco y antes de usarlas se deben de escurrir. Introducimos todos los ingredientes en la Olla Programable y programamos el Menú Legumbres de Alta Presión. Para realizar éste plato de forma convencional podemos sofreír las espinacas, aceite, cebolla y ajos el Menú Plancha 5 minutos, a continuación añadimos los demás ingredientes y programamos el Menú Cocina de Baja Presión por 30 minutos.

EMPEDRADO DE JUDÍAS BLANCAS CON BACALAO

Personas: 4

INGREDIENTES

200 gr judías blancas
 Agua
 Sal
 Complementar con la receta de la Exqueixada de bacalao (Página 20)

ELABORACIÓN

Elaboramos la Exqueixada de bacalao. Reservamos. Introducimos en la Olla programable las judías y agua hasta cubrir, programamos Menú Cocina baja presión 25 minutos. Escurremos. Servimos en un bol y mezclamos las judías con la exqueixada. Aliñamos al gusto.

LENTEJAS

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de lentejas
1 cucharada de pimentón
1/4 mda aceite de oliva
1 cebolla troceada
2-3 dientes de ajo laminado
1 chorizo en rodajas
1 zanahoria troceada
1/2 patata
Agua

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes en la Olla Programable y programamos el Menú Legumbres de Baja Presión 20 minutos.
Si deseamos hacer ésta receta de forma más elaborada, troceamos y sofreímos la cebolla y el ajo en Menú Plancha 5 minutos.
Añadimos los demás ingredientes y programamos el Menú Legumbres de Baja Presión 20 minutos.

PURÉ DE LENTEJAS PARA NIÑOS

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de lentejas
1 cucharada de pimentón
1/4 mda aceite de oliva
1 cebolla troceada
2-3 dientes de ajo laminados
1 chorizo en rodajas
1 zanahoria troceada
1/2 patata
Agua

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes en la Olla Programable y programamos el Menú Legumbres de Baja Presión 20 minutos. Batimos y pasamos por un pasa-puré.

LENTEJAS VEGETALES

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de lentejas
100 gr de judías verdes
1 cucharada de pimentón dulce
1/4 mda de aceite de oliva
1 pimiento choricero (quitar las semillas y rabo)
1 zanahoria troceada
1 cebolla troceada
2-3 dientes de ajo
1 tomate pequeño troceado
1 patata pequeña
1 pastilla de caldo
1 hoja de laurel

1/4 de calabaza sin piel
1/4 de espinacas

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes en la Olla Programable y programamos el Menú Legumbres de Baja Presión 20 minutos.
Si deseamos hacer ésta receta de forma más elaborada, troceamos y sofreímos la cebolla y el ajo en Menú Plancha 5 minutos.
Añadimos los demás ingredientes y programamos el Menú Legumbres de Baja Presión 20 minutos.

GARBANZOS CON ESPINACAS

Personas: 4

INGREDIENTES

500 gr de garbanzos
 500 gr de espinacas frescas
 1 cebolla troceada
 1 tomate troceado
 1 cucharada de pimentón
 1/4 mda de aceite de oliva
 2-3 dientes de ajo
 Sal
 Agua

ELABORACIÓN

La noche de antes se deben de dejar a remojo las legumbres para que tomen el agua poco a poco y antes de usarlas se deben de escurrir.
 Introducimos en la Olla Programable todos los ingredientes y programamos el Menú Legumbres de Alta Presión.
 Si queremos hacer esta receta de manera más convencional sofreímos la cebolla, el ajo, el tomate y las espinacas durante 5 minutos en el Menú Plancha, añadimos los demás ingredientes y programamos el Menú Cocina de Alta Presión 14 minutos.

JUDÍAS PINTAS

Personas: 4

INGREDIENTES

1/2 Kg judías pintas
 2 tiras de costillas de cerdo troceadas
 1/2 chorizo troceado
 1 cebolla troceada
 2 dientes de ajo laminados
 1/4 mda de aceite
 1 cucharada de pimentón
 Sal
 Agua

ELABORACIÓN

La noche de antes se deben de dejar a remojo las legumbres para que tomen el agua poco a poco y antes de usarlas se deben de escurrir.
 Introducimos en la Olla Programable todos los ingredientes y cubrimos de agua. Programamos el Menú Legumbres Alta Presión.

JUDÍAS BLANCAS

Personas: 2

INGREDIENTES

250 gr de judía blanca
 20 gr de pimentón dulce
 50 ml de aceite de oliva
 1/2 cebolla troceada
 1/2 tomate troceado
 2 dientes de ajo laminados
 150 gr de jamón serrano a tacos
 1/2 chorizo troceado
 1 zanahoria troceada
 2 patatas troceadas
 1 hoja laurel
 1 pastilla de caldo
 Pimienta, colorante y sal.

ELABORACIÓN

La noche de antes se deben de dejar a remojo las legumbres para que tomen el agua poco a poco y antes de usarlas se deben de escurrir.
 Introducimos en la Olla Programable todos los ingredientes y cubrimos de agua. Programamos el Menú Legumbres Alta Presión.

COCIDO

Personas: 4

INGREDIENTES

250 gr de garbanzos
2 muslos de pollo
200 gr de ternera
1 trozo de tocino
1 hueso de tuétano
2 zanahorias
1 puerro
3 patatas
1 nabo
1 chirivía
1 rama de apio
Azafrán
Sal

ELABORACIÓN

La noche de antes se deben dejar a remojo los garbanzos para que tomen el agua poco a poco y antes de usarlas se deben de escurrir.
Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes y programar el Menú Legumbres de Alta Presión 45 minutos.

FABADILLA

Personas: 4

INGREDIENTES

1/2 Kg de judías
1 cucharada de pimentón
1 chorizo
1 trozo de panceta
10 ml de aceite de oliva
1 pastilla de caldo de pollo
1 ajo laminado

ELABORACIÓN

La noche de antes se deben de dejar a remojo las legumbres para que tomen el agua poco a poco y antes de usarlas se deben de escurrir.
Introducimos en la Olla Programable todos los ingredientes y programamos el Menú Cocina de Alta Presión 20 minutos. Si deseamos hacer este plato de una forma más tradicional sofreímos los ajos y la cebolla picada durante 4 minutos en el Menú Plancha, a continuación añadimos los demás ingredientes y programamos el Menú Cocina de Alta Presión 20 minutos.

ENSALADA DE GARBANZOS CON ANCHOAS

Personas: 4

INGREDIENTES

1/4 kg de garbanzos
150 gr de aceitunas negras
1 cebolla picada
5 rabanitos
125 gr de bonito en aceite o en escabeche
60 gr de anchoas
1 lechuga
2 tomates
2 huevos duros

ELABORACIÓN

La noche de antes se deben de dejar a remojo las legumbres para que tomen el agua poco a poco y antes de usarlas se deben de escurrir.
Ponemos los garbanzos con agua en la Olla Programable y programamos el Menú Legumbres de Alta Presión.
Servimos con el resto de los ingredientes y aliñamos al gusto.

Para aliñar:

Aceite, vinagre, mayonesa y sal (al gusto)

CARNE PICADA CON REPOLLO

Personas: 4

INGREDIENTES

1/2 Kg carne picada de pollo y pavo
300 gr de tomate triturado
1 Repollo troceado
3 dientes de ajo laminados
1/2 mda de aceite
1 cucharada de pimentón
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla programable el aceite, la carne, el tomate y los ajos y programamos Menú Plancha 5 minutos, y sofreímos. Cuando esté pochadito, añadimos el repollo, el pimentón y salpimentamos; mezclamos bien y programamos Menú Cocina Baja presión 8 minutos.

CERDO ASADO CON PIÑA

Personas: 4

INGREDIENTES

20 gr de maizena
500 gr de cinta de lomo
80 gr de piña troceada
1 pizca de sal
1 cucharada de mostaza
1 cucharada de manteca de cerdo
1/2 mda de agua
Aceite de oliva para marcar la carne

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 2 minutos. Atamos la cinta de lomo con hilo, lo sazonomos y lo marcamos por ambos en la Olla Programable. Mientras, batimos el resto de ingredientes para obtener la salsa. Incorporamos la salsa al solomillo, programamos el Menú Horno 40 minutos.

POLLO ASADO

Personas: 4

INGREDIENTES

1 pollo pequeño entero y limpio
1 limón en cuatro trozos
4 dientes de ajo
Manteca de cerdo

ELABORACIÓN

Rellenamos el pollo con el limón y los ajos. Lo untamos con manteca de cerdo y lo introducimos en la Olla Programable. Seleccionamos Menú Horno 15 minutos, una vez pasado este tiempo, abrimos la tapa, le damos la vuelta al pollo y programamos 15 minutos más.

FAJITAS DE POLLO

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de pechuga de pollo a tiras
1 pimiento verde a tiras
1 pimiento rojo a tiras
1 cebolla grande a tiras
1/2 mda de aceite de oliva
Sal y Pimienta

ELABORACIÓN

Introducimos el aceite, programamos Menú Plancha 10 minutos, cuando esté caliente, añadimos todos los ingredientes, excepto el pollo, rehogamos. Cuando esté pochado, añadimos el pollo, la sal y la pimienta al gusto. Removemos hasta cocinar el pollo.

Consejo: en un plato hondo, trocear 8 lonchas de queso Havarti, calentar en el microondas 2 minutos. Servir el relleno de fajitas sobre una tortita de trigo y acompañar con el queso fundido.

SOLOMILLO CON CEBOLLA AL CAVA

Personas: 4

INGREDIENTES

4 filetes de solomillo de ternera
8 cebollas
1 cucharada de mostaza
25 gr de mantequilla
1/4 litros de cava
100 ml de coñac
1 pastilla de caldo de carne

ELABORACIÓN

Sazonar los solomillos con sal y pimienta, programar Menú Plancha 2 minutos y marcar los solomillos por ambos lados. Reservar.

Cortar las cebollas en aros muy finos y rehogar en el Menú Plancha con la tapa abierta, mantequilla y aceite 4 minutos. Verter el cava y el coñac, agregar la mostaza y la pastilla de caldo desmenuzado, programar el Menú Cocina de Baja Presión 5 minutos.

Añadimos los solomillos reservados y programamos Menú Cocina Baja presión 3 minutos.

PAVO SALTEADO CON NARANJA Y MENTA

Personas: 4

INGREDIENTES

1 cucharada de mantequilla
80 ml de aceite de oliva
120 ml de salsa teriyaki
2 pechugas de pavo
El zumo de 3 naranjas
El zumo de 1 limón
1 ramillete de menta fresca
1 pizca de sal y pimienta

ELABORACIÓN

Cortar las pechugas en trozos y sazonar con sal y pimienta negra recién molida. Disponer la carne en un bol y rociar con la salsa teriyaki y el aceite de oliva. Embadurnarla bien y regar con los zumos de naranja y limón mezclados. Remover y dejar marinar durante media hora tapado. Programe el Menú Plancha con la tapa abierta 10 minutos.

Ponga la mantequilla, cuando se derrita, dorar los trozos de pechuga de pavo, añadir el líquido de la marinada. Finalmente, añadir la menta fresca picada y sazonar con pimienta negra recién molida.

Si lo desea, introduzca todos los ingredientes en la Olla Programable y programe el Menú Horno por 3 minutos.

SOLOMILLO RELLENO DE ESPINACAS

Personas: 2

INGREDIENTES

1 solomillo de cerdo
50 gr de pasas
50 gr de piñones
400 gr de espinacas
1 lámina de masa de hojaldre fresca
1 huevo
1 diente de ajo
Aceite, sal y pimienta

ELABORACIÓN

Ponga las espinacas con agua en el Menú Cocina de Baja Presión 4 minutos. Escúrralas bien y trínchelas, ponga aceite en el Menú Plancha con la tapa abierta 10 minutos, cuando esté caliente marcar el solomillo por ambos lados y reservar. Ponga el ajo picado, añada las espinacas, pasas y piñones, le ponemos sal y pimienta. Partir el solomillo por la mitad a lo largo, aplánelo, rellénelo con las espinacas y enróllalo.

Desdoble el hojaldre; coloque encima el solomillo relleno y envuélvalo uniéndolo bien los bordes. Pinte la superficie con el huevo batido; pínchelo varias veces con un tenedor. Programe el Menú Horno 15 minutos, pasado este tiempo, déle la vuelta y programe 15 minutos más.

Acuérdese de retirar la pesa de su Olla Programable para lograr un resultado óptimo en el hojaldre, precaución, no olvide reponer la pesa al acabar.

MOLLEJITAS DE CORDERO AL BRANDY

Personas: 4

INGREDIENTES

600 gr de mollejas de cordero
100 gr de cebolla dulce
25 gr de almendras
100 ml de Jerez seco
100 ml de brandy
60 ml de agua
50 ml de aceite de oliva
5 dientes de ajos
1 cayena
1 pizca de perejil, sal y pimienta al grano

ELABORACIÓN

Picar los ajos y las cebollas y añadir a la Olla programable con las mollejas, sofreír con el aceite y sal en el Menú Plancha 3 minutos.
Añadir el jerez, brandy, agua y sal, un poco de pimienta y el resto de los ingredientes. Programar el Menú Carne Baja Presión 6 minutos.

ROPA VIEJA

Personas: 4

INGREDIENTES

1/4 mda de aceite
Las sobras del cocido
(página 26):
Carne desmenuzada (pollo, ternera y tocino)
Patatas
Garbanzos
Verdura

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla Programable el aceite y programamos Menú Plancha 10 minutos. Cuando está caliente añadimos el resto de ingredientes y sofreímos hasta que quede dorado.

MAGRO CON TOMATE

Personas: 4

INGREDIENTES

1/2 Kg de magro troceado
250 gr de tomate triturado
250 gr de tomate frito
1 pastilla de caldo
2 pimientos italianos troceados
4 dientes de ajo picados
1/2 mda de aceite de oliva
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Programamos la Olla Programable Menú Plancha 5 minutos con tapa abierta, vamos introduciendo aceite, pimiento, magro, rehogamos. Añadimos el tomate, la pastilla de caldo y el ajo, salpimentamos y removemos. Programamos Menú Cocina Baja presión 8 minutos.

SALSA BOLOÑESA

Personas: 4

INGREDIENTES

1/2 Kg carne picada
1 Kg tomate triturado
1/2 mda de aceite de oliva
1/2 mda de azúcar
1 pizca de sal
1 cebolla picada

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes, programamos Menú Guisó Baja presión 5 minutos. Si lo deseamos más consistente, añadir más tiempo.

FAJITAS MEXICANAS DE TERNERA

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de ternera en tiras
1 pimiento rojo en tiras
1 pimiento amarillo en tiras
1 cebolla grande en tiras
1/2 mda de aceite
Polvos para fajitas
Sal

ELABORACIÓN

Introducimos el aceite en la cubeta, programamos Menú Plancha 10 minutos, cuando esté caliente, añadimos todos los ingredientes, excepto la ternera, rehogamos. Cuando esté pochado, añadimos la carne y la sal. Removemos hasta cocinar la ternera, añadimos los polvos y mezclamos.

POLLO A LA NATA

Personas: 4

INGREDIENTES

1 cucharada de mantequilla
400 ml de nata
1/2 Kg Pechugas de pollo a trozos
2 puerros troceados
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Programamos la Olla Programable Menú Plancha 3 minutos con tapa abierta, vamos introduciendo la mantequilla, el puerro y el pollo, salpimentar, cuando coja color añadimos la nata y programamos el Menú Carne en Baja Presión 5 minutos.

FILETES DE PECHUGA DE POLLO CON SALSA DE SOJA

Personas: 4

INGREDIENTES

4 filetes de pechuga
2 pimientos italianos en trozos
1/4 mda de aceite
1/2 mda de salsa de soja
Sal
Pimienta

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes, excepto la soja, en la Olla Programable y programamos el Menú Plancha 7 minutos. Dejamos en modo calentar y abrimos la tapa. Añadimos la soja, removemos y servimos.

PAVO EN SALSA DE CEBOLLA

Personas: 4

INGREDIENTES

1 kg de pavo troceado
4 cebollas gordas laminadas
3 dientes de ajos laminados
1 hoja de laurel
1 pastilla de caldo
1/2 mda de vino
Nuez moscada
Sal y pimienta al gusto
1/4 mda de Aceite de oliva

ELABORACIÓN

Sofreímos la cebolla, los ajos y el pavo en Menú Plancha con la tapa abierta 4 minutos, añadimos los demás ingredientes y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 15 minutos.

POLLO A LA CREMA DE LIMÓN

Personas: 4

INGREDIENTES

500 gr de pechugas de pollo fileteadas
1/4 mda de aceite de oliva
El zumo de un limón
200 ml de nata
100 ml de agua
1 pastilla de caldo de carne
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes y programar el Menú Plancha 7 minutos.
Para elaborar esta receta de forma más tradicional sofreímos las pechugas 3 minutos en Menú Plancha, añadimos los demás ingredientes y removemos. Programamos el Menú Cocina Baja presión 4 minutos.

PECHUGAS CON BACON

Personas: 4

INGREDIENTES

600 gr de pechugas
150 gr de lonchas muy finas de bacon
100 gr queso en lonchas
40 gr de mostaza
75 gr de pepinillos en vinagre
1 pizca de sal y pimienta blanca
200 ml de nata

ELABORACIÓN

Rellenar las pechugas, de una en una, con una loncha de queso y otra de bacon, enrollamos y reservamos. Programamos Menú Plancha 4 minutos, marcar las pechugas por ambos lados. Añadimos el resto de ingredientes y mezclamos con cuidado. Programamos Menú Cocina Baja presión 2 minutos.

SOLOMILLO CON SALSA A LA PIMIENTA

Personas: 4

INGREDIENTES

4 solomillos de ternera
200 gr de champiñones
10 gr de sal gorda
40 gr de pimienta verde
20 gr de maicena (opcional)
200 ml de nata líquida
10 ml de vino blanco
10 ml de agua
1/2 mda de aceite

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 3 minutos, añadimos aceite, marcamos los solomillos y añadimos los champiñones, removemos.
Añadimos el resto de ingredientes y programamos el Menú Cocina Baja Presión 7 minutos.

POLLO A LA CERVEZA

Personas: 4

INGREDIENTES

8 muslitos de pollo (pasados por harina)
1 cabeza de ajo
1 lata de cerveza
1/4 mda de agua
Perejil
Laurel
Sal
Pimienta

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 10 minutos, sofreímos el ajo, los muslitos de pollo y cuando están dorados, añadimos la cerveza, removemos y añadimos el resto de ingredientes. Programamos Menú Carne baja presión 8 minutos.

POLLO CON TOMATE

Personas: 4

INGREDIENTES

500 gr de pollo (pequeños trozos)
1 cebolla pequeña
600 gr de tomate triturado
1/2 mda de aceite de oliva
1 pastilla de caldo
1/2 mda de azúcar

ELABORACIÓN

Sofreímos la cebolla 3 minutos en Menú Plancha, añadimos los demás ingredientes y removemos.
Programamos el Menú Cocina de Baja Presión 25 minutos.

POLLO AL AJILLO

Personas: 4

INGREDIENTES

1 pollo partido en trozos pequeños
1 cabeza de ajo
1/2 mda de vino blanco
1/4 mda de agua
Perejil
Laurel
Sal
Pimienta

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 10 minutos, sofreímos el ajo y el pollo; cuando están dorados, añadimos el vino, removemos y añadimos el resto de ingredientes. Programamos Menú Carne baja presión 8 minutos.

SOLOMILLO DE CERDO AL ROQUEFORT

Personas: 4

INGREDIENTES

2 solomillos de cerdo
50 gr de queso roquefort
500 ml de nata
40 ml de vino blanco
40 ml de aceite de oliva

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 5 minutos, añadimos el aceite y marcamos los solomillos por ambos lados.
Añadimos el resto de ingredientes, mezclamos todo y programamos el Menú Cocina Baja presión durante 10 minutos.

SOLOMILLO DE CERDO CON SALSA DE SETAS

Personas: 4

INGREDIENTES

2 solomillo de cerdo
partidos por la mitad
10 ml de vino tinto
Sal y pimienta
Para la salsa
300 gr de setas de temporada
20 gr de maizena
2 cebollas medianas
150 ml de vino tinto de la maceración
50 ml de agua
50 ml aceite de oliva
2 cebollas dulces
1 copita de brandy
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 5 minutos, añadimos el aceite y marcamos los solomillos por ambos lados. Reservamos.
Introducimos el resto de ingredientes, programamos Menú Guiso bajo presión 15 minutos.
Una vez finalizado este proceso, añadimos el solomillos y mezclamos bien.

MERLUZA RELLENA

Personas: 4

INGREDIENTES

Para la base

1/2 kg de merluza en cuatro partes
3 pimientos del piquillo
Papel film
Papel de aluminio

Para el relleno

250 gr de gambas
1 cebolla picada
250 gr de champiñones
100 ml de aceite de oliva
2 dientes de ajo
3 ó 4 gotas de tabasco (opcional)
Sal y pimienta

Para la salsa

150 gr de cebollas
150 gr de tomate natural triturado
100 ml aceite de oliva
50 ml de brandy
150 ml de vino blanco
200 ml de agua
3 ó 4 cabezas de gambas
2 dientes de ajo
Estragón fresco
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Pele las gambas reservando los cuerpos para el relleno y las cabezas para la salsa.

Para el relleno: sofría la cebolla, los ajos y champiñones picados junto con el aceite, en el Menú Plancha con la tapa abierta durante 5 minutos, cuando la cebolla este transparente incorpore los cuerpos de las gambas, salpimente y rehogue. Triture todo y reserve.

Para la base: Corte un rectángulo de film grande y pincelamos con aceite. Aplane el pescado para que quede lo más fino posible y salpiméntelo. Coloque sobre el film una capa de pescado, ponga sobre ella tiras de pimientos, sobre éstas el relleno y vuelva a cubrir con pimiento. Coloque encima la otra mitad de merluza. Haga un paquete para que quede muy apretado. Retire el papel film, envuelva en un papel de aluminio y pínchelo con una brocheta. Introduzca la rejilla en la cubeta y los paquetes con el pescado, programe el Menú Horno 6 minutos. Retire y reserve.

Salsa: programe el Menú Plancha con la tapa abierta 3 minutos, ponga aceite y las cabezas de las gambas, rehogue y páselos por un colador para sacar todo el jugo. A continuación, sofría con un poco de aceite, las cebollas y los ajos picados, rehogue todo en el Menú Plancha con la tapa abierta 5 minutos, hasta que quede pochado. Agregue el jugo obtenido de las cabezas y el tomate, el brandy, el vino blanco, el agua, el estragón picado, la sal y la pimienta. Programe Menú Plancha hasta que reduzca un poco. Reserve.

Para servir desenvuelva la merluza y colóquela en una fuente acompañada de la salsa.

GAMBAS AL AJILLO

Personas: 4

INGREDIENTES

300 gr de gambas peladas congeladas
5 dientes de ajo laminados
1/2 cayena
Sal
Pimienta
Pimentón
Aceite de oliva

ELABORACIÓN

Lavamos las gambas congeladas con agua.

Ponemos en un recipiente para horno, por ejemplo, cazuela de barro, todos los ingredientes y cubrimos con aceite.

Introducimos la rejilla en la cubeta y colocamos el recipiente con los ingredientes encima. Programamos Menú Horno 15 minutos.

LENGUADO CON PATATITAS

Personas: 4

INGREDIENTES

4 filetes de lenguado
4 patatas pequeñas cortadas a rodajas
200 gr. guisantes congelados
1 cebolla cortada en aros
Gambitas congeladas
1/2 mda de aceite de oliva
1 mda de agua
1/2 mda de vino blanco
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducimos la rejilla en la cubeta de la Olla Programable, añadimos todos los ingredientes: la cebolla, las patatas, el lenguado y salpimentamos, los guisantes y las gambitas, incorporamos el aceite, el agua y el vino, programamos el Menú Cocina de Baja Presión 8 minutos.

SALMÓN AL HORNO

Personas: 4

INGREDIENTES

4 rodajas de salmón
200 gr de setas
100 gr de jamón serrano
2 zanahorias en rodajas
30 ml de vino blanco
1/2 mda de aceite de oliva
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Colocamos la rejilla en la fondo de la cubeta e introducimos todos los ingredientes en el orden citado, programamos el Menú Horno sin pesa 6 minutos.

FILETES DE LENGUADO HONORABLES

Personas: 4

INGREDIENTES

3 cebollas dulces en rodajas
4 filetes de lenguado (salpimentados)
100 gr de mantequilla a temperatura ambiente
100 ml de nata líquida
1/2 botella de sidra
Jugo de 1 limón
Perejil (opcional)
Pimienta
Sal

ELABORACIÓN

Añadimos todos los ingredientes en la Olla Programable (en el orden citado) y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 7 minutos.
Si deseamos realizar esta receta de forma más elaborada, sofreímos en Menú Plancha 4 minutos la cebolla con la mantequilla hasta que esté pochada, añadimos el resto de los ingredientes y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 7 minutos.

GALLO CON CHAMPIÑONES

Personas: 4

INGREDIENTES

4 filetes de gallo
300 gr de champiñones
2 cebollas
60 ml de vino blanco seco
30 ml de agua
1/2 mda de aceite de oliva
Pimienta, sal y eneldo

ELABORACIÓN

Limpiar y trocear los champiñones. Pelar y laminar las cebollas. Introducimos todos los ingredientes en la Olla Programable y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 7 minutos.
Si deseamos realizar esta receta de forma más elaborada, rehogamos en Menú Plancha 4 minutos, la cebolla y el champiñón junto con el aceite, añadimos el resto de los ingredientes y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 7 minutos.

MERLUZA REBOZADA

Personas: 4

INGREDIENTES

1/2 Kg de merluza sin espinas y a taquitos
200 gr de harina
Sal y pimienta
Aceite

ELABORACIÓN

Echamos el aceite dentro de la cubeta y programamos Menú Freír 30 minutos. Pasamos la merluza por harina.
Cuando el aceite está caliente, incorporamos la merluza a la cubeta en varias tandas, vamos dándole la vuelta con el cucharón y cocinamos hasta que quedan doradas.
Dejamos escurrir en papel absorbente, salamos y servimos.

PESCADO FRITO CON TOMATE

Personas: 4

INGREDIENTES

1/2 Kg de pescado para freír
300 gr de tomate frito
2 dientes de ajo
Sal y pimienta
3/4 mda de Aceite de oliva

ELABORACIÓN

Trituramos los ajos con el tomate. Reservamos.
Programamos Menú Plancha 5 minutos. Introducimos en la cubeta el aceite, salpimentamos el pescado y lo freímos en varias tandas, vamos dándole la vuelta con el cucharón y cocinamos hasta que quedan dorado.
Añadimos la salsa de tomate reservada y programamos Menú Plancha 2 minutos.

CEBOLLA CONFITADA

Personas: 10

INGREDIENTES

500 gr de cebolla cortada en juliana
90 ml de aceite de oliva
2 cucharadas de azúcar moreno
50 gr de pasas
2 cucharadas de vinagre de módena
Sal

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable la cebolla, programamos Menú Plancha 5 minutos, dejamos la tapa sobrepuesta y removemos continuamente para que no se pegue. Cuando esté transparente, añadimos 2 cucharadas de azúcar moreno y mezclar bien, a continuación, añadimos el vinagre de módena y las pasas y seguimos removiendo hasta que espese.

Es muy importante para elaborar esta receta, dejar la tapa sobrepuesta e ir removiéndola continuamente.

CHAMPIÑONES RELLENOS

Personas: 2

INGREDIENTES

500 gr de champiñones
200 gr de jamón serrano
100 gr de mozzarella picada o queso rallado
Orégano
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Limpiamos bien los champiñones y les cortamos el tronco, dejando el hueco hacia arriba.
Rellenamos los champiñones con jamón picado y el queso, salpimentamos y añadimos orégano en cada uno.
Colocamos la rejilla en la cubeta, introducimos los champiñones rellenos y programamos Menú Horno 5 minutos.

PIMIENTOS CARAMELIZADOS

Personas: 2

INGREDIENTES

2 pimientos rojos
200 gr de azúcar
200 ml de agua
100 ml de vinagre de manzana

ELABORACIÓN

Trocear los pimientos en tiras pequeñas.
Introducimos los pimiento junto con el resto de ingredientes en la Olla Programable, programar el Menú Cocina Baja presión 35 minutos.
Dejar enfriar antes de servir.

PIMIENTOS DEL PIQUILLO RELLENOS

Personas: 2

INGREDIENTES

8 pimientos de piquillo
100 ml de crema de queso
100 ml de nata líquida
150 gr de palitos de cangrejo (surimi)
50 ml de aceite de oliva

ELABORACIÓN

Para el relleno: Introducimos en la cubeta el aceite, los palitos de cangrejo troceados, la crema de queso y la nata, removemos bien y programamos el Menú Cocina Baja Presión 4 minutos. Tiene que quedar un poco espeso si no es así, programe 2 minutos más. Dejamos enfriar.
Para servir: rellenamos los pimientos y servimos.

Opcional: acompañe los pimientos de la salsa que más le guste.

SÁNDWICH DE BERENJENA RELLENO DE QUESO Y PAVO

Personas: 2

INGREDIENTES

2 berenjenas
8 lonchas de queso
8 lonchas de pavo
Sal
Aceite de oliva

ELABORACIÓN

Partimos la berenjena en rebanadas. Ponemos a remojo las rebanadas de berenjena en agua y sal durante 5 minutos. Escurrimos.
Montamos los sándwiches: colocamos una rebanada de berenjena, encima una loncha de pavo, dos lonchas de queso, otra loncha de pavo y, por último, otra rebanada de berenjena. (esto se repite tantas veces como necesitemos)
Pintamos con aceite cada sándwich y programamos Menú Plancha 5 minutos. Vamos introduciendo los sándwiches y les damos la vuelta para que quede dorado por ambos lados.

ESCALIBADA

Personas: 4

INGREDIENTES

1 berenjena en 4 trozos
1 pimiento rojo grande cortado a tiras
1 pimiento verde cortado a tiras
1 cebolla grande cortada en rodajas
120 ml de aceite de oliva
Sal

ELABORACIÓN

Colocamos la rejilla en la cubeta e introducimos la verdura cortada, salpimentamos y añadimos el aceite por encima. Programamos el Menú Horno 35 minutos.
Dejar enfriar en la nevera. Aliñar al gusto.

ALCACHOFAS DE ILUMINADA

Personas: 6

INGREDIENTES

1 kg de alcachofas limpias
120 ml de vino blanco
50 ml de agua
1/2 mda de aceite de oliva
40 gr de pan rallado
2 huevos cocidos partidos en dos
Sal y pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla Programable todos los ingredientes, excepto los huevos: alcachofas, vino, agua, aceite y el pan rallado, movemos con el cucharón y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 7 minutos. Servimos con el huevo partido en 4 trozos.

QUICHE DE SALMÓN

Personas: 4

INGREDIENTES

100 gr de harina
100 gr de queso gruyere
4 huevos
50 ml de leche
4 lonchas de salmón ahumado troceadas
1 pizca de sal y pimienta
Papel de horno

ELABORACIÓN

Batimos en un bol los huevos, la leche, la harina, el queso, la sal y la pimienta, lo mezclamos con el salmón.
Colocamos papel de horno en la cubeta, y añadimos la mezcla, programamos el Menú Cocina Baja Presión 8 minutos.

HUEVOS ROTOS CON GULAS

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de gulas
4 patatas medianas
2 ajos
2 huevos
1 pizca de guindilla o cayena
1 pizca de aceite y sal
120 ml. de aceite de oliva

ELABORACIÓN

Pelar las patatas, cortarlas en rodajas no muy finas, como para tortilla de patata. Poner el aceite a calentar en el Menú Plancha con la tapa abierta y sofreír las patatas con los dientes de ajo 5 minutos. Sacar las patatas y reservar.
A continuación, freír los huevos en la cubeta. Retirar y colocar sobre las patatas.
Echar las gulas en el aceite que teníamos y rehogar. Servir encima de los huevos rotos.

QUICHE SIN PASTA

Personas: 4

INGREDIENTES

100 gr de harina
100 gr de queso gruyere
4 huevos
50 ml de leche
4 lonchas gruesas de jamón york
1 pizca de sal y pimienta
Papel de horno

ELABORACIÓN

Batimos en un bol los huevos, la leche, la harina, el queso, la sal y la pimienta, lo mezclamos con el jamón cortado a dados.
Colocamos papel de horno en la cubeta, y añadimos la mezcla, programamos el Menú Cocina Baja Presión 8 minutos.

REVUELTO DE PATATAS

Personas: 4

INGREDIENTES

100 ml de aceite de oliva
100 ml de agua
600 gr de patatas peladas y partidas a rodajas
100 gr de cebolla picada
4 huevos
4 lonchas de jamón serrano

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla Programable todos los ingredientes, menos los huevos y el jamón, salpimentamos y removemos. Programamos Menú Cocina Baja Presión 6 minutos.
Dejamos el modo Calentar activo, abrimos e incorporamos los huevos batidos (con una pizca de sal) y el jamón, con el propio calor dejamos que se cuajen removiendo. Una vez estén al gusto se sacan y se sirven.

TORTILLA DE CEBOLLA Y QUESO

Personas: 4

INGREDIENTES

4 huevos
4 cebollas tiernas cortadas a láminas
200 gr de queso rallado
1 pizca de sal
Aceite de oliva

ELABORACIÓN

Programe Menú Plancha 3 minutos, incorpore el aceite y la cebolla cortada a láminas. Mientras se pocha, batimos los huevos en un bol y añadimos la cebolla pochada y la sal. Mezclamos bien y vertemos en la cubeta de la Olla programable, añadimos el queso rallado por encima y programamos Menú Horno 4 minutos.

TORTILLA DE PATATA

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de patatas para freír
5 huevos
200 ml de aceite de oliva
Sal

ELABORACIÓN

Cortamos las patatas. Programamos Menú Plancha 5 minutos, con la tapa abierta freímos las patatas junto con el aceite y sal, vamos removiendo hasta que quede a nuestro gusto. Cancelamos el menú.

Sacamos las patatas y las mezclamos con los huevos batidos en un bol. Incorporamos un poquito de aceite a la cubeta y vertemos la mezcla, programamos Menú Horno 5 minutos.

Nota: añade más tiempo de cocción, si desea que quede más cuajada.

TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de patatas para freír
200 gr de cebolla
6 huevos
200 ml de aceite de oliva
Sal

ELABORACIÓN

Cortamos las patatas y picamos la cebolla. Programamos Menú Plancha 5 minutos, con la tapa abierta freímos las patatas junto con la cebolla, el aceite y sal, vamos removiendo hasta que quede a nuestro gusto. Cancelamos el menú.

Sacamos las patatas y la cebolla, las mezclamos con los huevos batidos en un bol.

Incorporamos un poquito de aceite a la cubeta y vertemos la mezcla, programamos Menú Horno 5 minutos.

Nota: añade más tiempo de cocción, si desea que quede más cuajada.

TORTILLA DE ALCACHOFAS Y AJOS TIERNOS

Personas: 4

INGREDIENTES

6 alcachofas limpias y troceadas.
1 manojo de ajos tiernos troceados
5 huevos con sal
150 ml de aceite de oliva
1 pellizco de sal

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 5 minutos, con la tapa abierta sofreímos las alcachofas, junto con los ajos tiernos, el aceite y sal, vamos removiendo hasta que quede a nuestro gusto. Cancelamos el menú.

Sacamos las alcachofas y los ajos, lo mezclamos con los huevos batidos en un bol.

Incorporamos un poquito de aceite a la cubeta y vertemos la mezcla, programamos Menú Horno 5 minutos.

Nota: añade más tiempo de cocción, si desea que quede más cuajada.

TORTILLA DE ESPINACAS

Personas: 4

INGREDIENTES

1 bolsa de espinacas
3 ajos tiernos troceados
3 huevos con sal
100 ml de aceite de oliva
1 pellizco de sal

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 5 minutos, con la tapa abierta sofreímos las espinacas, junto con los ajos tiernos, el aceite y sal, vamos removiendo hasta que quede a nuestro gusto. Cancelamos el menú.

Sacamos las espinacas y los ajos, lo mezclamos con los huevos batidos en un bol.

Incorporamos un poquito de aceite a la cubeta y vertemos la mezcla, programamos Menú Horno 5 minutos.

Nota: añade más tiempo de cocción, si desea que quede más cuajada.

FIDEUÁ

Personas: 4

INGREDIENTES

200 gr de gambas peladas
150 gr de almejas lavadas con agua y sal, para retirar arena.
100 gr de tomate triturado
400 gr de fideos de fideuá
100 gr de anillas de calamar
1 rodaja de atún troceada
3 diente de ajo
200 ml de aceite de oliva
1 pizca de sal y azafrán
1 cucharada de ñora picada
Fumet de pescado (página 15)

ELABORACIÓN

Programamos el Menú Plancha 5 minutos, introducimos aceite en la Olla Programable y sofreímos los ajos, el atún y las anillas de calamar. A continuación, incorporamos el tomate, las gambas, las almejas, los fideos la ñora picada, la sal y el colorante. Removemos.
Añadimos el fumet y programamos Menú Cocina Baja Presión 3 minutos.

NOTA: 1 mda de fideos x 1'5 mda de caldo. Ejemplo: 2 mdas de fideos x 3 mdas de caldo.

MACARRONES CON TOMATE

Personas: 2

INGREDIENTES

250 gr de macarrones
50 ml de aceite de oliva
10 gr de cebolla picada
500 gr de tomate natural
30 gr de azúcar
Chorizo, bacon y jamón a tacos
Agua
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes, ponemos agua hasta que queden todos los ingredientes cubiertos y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 4 minutos.
Si desea elaborarlo de una forma más tradicional, sofreímos en el Menú Plancha 3 minutos con la tapa abierta el aceite, la cebolla, chorizo, bacon y jamón, a continuación añadimos el resto de los ingredientes y agua hasta que cubra todo y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 4 minutos.

CARACOLAS CON VERDURAS Y SOJA

Personas: 3

INGREDIENTES

300 gr de pasta (caracolas)
1 zanahoria laminada
1 cebolla morada laminada
1 rama de apio laminada
1 calabacín laminado
30 ml de aceite de oliva
Pimienta
1/4 mda salsa de soja
Agua

ELABORACIÓN

Introducimos las caracolas en la Olla Programable y seleccionamos Menú cocina Baja presión 5 minutos. Escurrimos la pasta y reservamos.
Programamos el Menú Plancha 5 minutos con la tapa abierta, introducimos el aceite e incorporamos las verduras, rehogamos hasta que queden doradas. Cancelamos el menú. Añadimos la pasta y la soja, mezclamos bien y servimos.

PASTA CON ALMEJAS

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de espirales
250 gr de almejas lavadas con agua y sal, para retirar arena.
5 dientes de ajo laminados
100 ml de aceite
1 lata de tomate triturado
1 ramita de perejil
Orégano
Sazonador de pasta
Agua
Sal

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha con tapa abierta 5 minutos. Introducimos en la cubeta todos los ingredientes, menos las almejas, la pasta y el agua. Removemos continuamente hasta que coja color.
Finalizado este proceso, añadimos las almejas y removemos.
Añadimos la pasta y ponemos agua hasta cubrir, programamos Menú Cocina Baja presión 4 minutos.

MACARRONES CON CHORIZO Y HUEVO

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de macarrones
200 gr de chorizo a taquitos
2 huevos
30 ml. de aceite
Sal
Agua

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha con tapa abierta 5 minutos, introducimos en la Olla Programable el aceite con el chorizo y rehogamos durante 1 minuto. A continuación, incorporamos los macarrones, sal y agua hasta cubrir. Programamos Menú Cocina Baja Presión 4 minutos. Dejamos en modo Calentar, batimos los huevos, los añadimos a la pasta y mezclamos con el cucharón, hasta que se cuaje el huevo al gusto.

LACITOS CARBONARA

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de lacitos
250 gr de bacon a taquitos
600 ml de nata para cocinar
30 ml de aceite de oliva
Nuez moscada
Pimienta
Sal
Agua
Queso parmesano

ELABORACIÓN

Introducimos la pasta en la Olla Programable y cubrimos de agua. Programamos Menú Cocina Baja presión 3 minutos. A continuación, introducimos la nata, el bacon, el aceite, pimienta al gusto, una pizca de nuez moscada y sal. Programamos Menú Cocina Baja presión 2 minutos. Servimos con queso parmesano.

ENSALADA DE PASTA

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de espirales
3 latas de atún escurrido
200 gr de jamón york a taquitos
200 gr de queso emmental a taquitos
1 lata de maíz
Aceite de oliva
Sal

ELABORACIÓN

Introducimos los espirales en la Olla Programable, agua hasta cubrir y programamos Menú Cocina baja presión 4 minutos. Retiramos y metemos en un colador para pasarlo por agua fría. Escurrimos bien. Introducimos en un bol con el resto de ingredientes y aliñamos con sal y aceite al gusto.

PASTA CON SALCHICHAS FRANKFURT

Personas: 4

INGREDIENTES

400 gr de macarrones
2 paquetes de salchichas Frankfurt a rodajitas
1/4 mda de aceite de oliva
400 gr de tomate frito
Queso rallado
Agua

ELABORACIÓN

Introducimos la pasta en la Olla Programable y cubrimos de agua. Programamos Menú Cocina Baja presión 3 minutos. Escurrimos y reservamos. A continuación, programamos Menú Plancha 2 minutos. Incorporamos a la cubeta el aceite, las salchichas y añadimos el tomate, mezclamos con el cucharón. Cancelamos el menú y dejamos activo el modo Calentar. Añadimos la pasta reservada, rehogamos durante 1 minutos. Servimos con queso rallado.

SOPA DE PESCADO CON FIDEOS

Personas: 3

INGREDIENTES

200 gr de fideos cabello de ángel
1'5 l. de caldo de pescado
(Página 15)

ELABORACIÓN

Introducir todos los ingredientes en la Olla Programable y seleccionamos Menú Sopa Baja Presión 1 minuto.

NOTA: si lo deseamos más espeso o más caldoso, regule la cantidad de caldo a su gusto.

SOPA CON FIDEOS

Personas: 2

INGREDIENTES

200 gr de fideos cabello de ángel
1'5 l. de caldo básico (Página 17)

ELABORACIÓN

Introducir todos los ingredientes en la Olla Programable y seleccionamos Menú Sopa Baja Presión 1 minuto.

NOTA: si lo deseamos más espeso o más caldoso, regule la cantidad de caldo a su gusto.

ARROZ NEGRO

Personas: 4

INGREDIENTES

350 gr de arroz bomba
Fumet (ver receta en la página 15)
350 gr de calamares limpios en tiras
1 mda de tomate triturado
120 ml de aceite de oliva
3 dientes de ajo
1 bolsita de tinta de calamar

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha con la tapa abierta 2 minutos y añadimos el aceite, y cuando esté caliente, incorporamos, los ajos y los calamares. Sofreímos durante 2 minutos, sin dejar de mover. A continuación, incorporamos el tomate triturado y sofreímos durante 1 minuto.

Añadimos el arroz, la bolsita de tinta, el fumet y removemos bien. Programamos Menú Cocina Baja Presión 7 minutos.

NOTA: utilice 1'5 mda líquido por cada medida de arroz

ARROZ A BANDA

Personas: 4

INGREDIENTES

350 gr de arroz bomba
1/2 mda de aceite de oliva
4 tiras de pimiento rojo
300 gr de calamar o sepia
3 dientes de ajo
1 mda de tomate triturado
1 sobre de colorante
1 cucharada de ñora picada
Caldo de pescado o fumet. (Página 15)
Sal

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha con la tapa abierta 2 minutos y añadimos el aceite, y cuando esté caliente, incorporamos, el pimiento, los ajos y el pescado. Sofreímos durante 1 minuto, sin dejar de mover. Retiramos los pimientos, el ajo y reservamos.

A continuación, incorporamos el tomate triturado y sofreímos durante 2 minutos, sin dejar de mover.

Añadimos el arroz, la ñora, el colorante, sal al gusto y el fumet, removemos bien.

Programamos Menú Cocina Baja Presión 6 minutos. Sirva con alioli.

NOTA: utilice 1'5 mda líquido por cada medida de arroz

ARROZ MELOSO

Personas: 4

INGREDIENTES

350 gr de arroz
Caldo de pescado (página 15)
200 gr. de gambas peladas
1/4 mda de aceite de oliva
3 ajos
Colorante
Sal

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes en la Olla programable, programamos el Menú Cocina de Baja Presión 6 minutos.

Para realizar esta receta de manera más tradicional, sofreímos los ajos con un poco de aceite en el Menú Plancha 2 minutos, añadimos el arroz con el caldo y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 6 minutos.

ENSALADA DE ARROZ

Personas: 4

INGREDIENTES

300 gr de arroz bomba
100 gr de nueces troceadas
10 champiñones laminados y lavados
1 lata de maíz escurrida
2 cogollos de tudela troceados
1/4 mda de salsa de soja
Zumo de un limón
Aceite de oliva
Agua
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Colocamos en un recipiente con el zumo de limón los champiñones y reservamos.

Introducimos en la Olla Programable el arroz, con el agua (1 mda. de arroz + 1,5 mda de agua), programamos Menú Cocina Baja presión 7 minutos. Pasado este tiempo, pasamos por agua fría y escurrimos.

Mientras se cocina el arroz, escurrimos los champiñones e introducimos todos los ingredientes en un bol. Añadimos el arroz y mezclamos antes de servir.

RISSOTO EXÓTICO

Personas: 4

INGREDIENTES

Para el sofrito

150 gr de cebolla
100 gr de calabaza
250 gr de setas frescas troceadas
70 ml de aceite de oliva
2 dientes de ajo

Resto

50 gr de queso Parmesano
50 gr de mantequilla
350 gr de arroz bomba
2 pastillas de caldo de ave
Agua
Sal y pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Programe Menú Plancha 5 minutos e incorpore el aceite. Trocee la cebolla, calabaza, setas y ajos, e incorpore a la cubeta junto con el aceite. Sofría hasta que quede pochado.

Añada el arroz, las pastillas de caldo deshechas, el agua (2 mda de agua por cada medida arroz), sal y pimienta. Programe Menú Cocina Baja presión 7 minutos. Cancele el menú y deje activo el modo calentar.

Abra la tapa y añada la mantequilla y remueva hasta que se deshaga. Incorpore el queso y mezcle.

ARROZ CON MAGRO Y COSTILLAS

Personas: 4

INGREDIENTES

350 gr de arroz bomba
150 gr magro troceado
150 gr costillas troceadas
4 tiras de pimiento rojo
1 tomate rallado
Caldo básico (Página 17)
4 dientes de ajo
1/2 mda de aceite de oliva
Azafrán
1 cucharada de ñora picada
Sal

ELABORACIÓN

Programamos el Menú Plancha 5 minutos, introducimos el aceite, los ajos y el pimiento en la Olla Programable. Rehogamos durante 1 minuto.
A continuación, incorporamos la carne y sofreímos hasta dorar. Añadimos el tomate, el arroz, la ñora, el azafrán, removemos bien y añadimos el caldo (1 mda de caldo por cada medida de arroz) y sal al gusto. Programamos Menú Cocina Baja presión 7 minutos.

ARROZ MARINERA

Personas: 4

INGREDIENTES

350 de arroz bomba
2 alcachofas limpias y troceadas
4-5 ajos tiernos troceados
3 tiras de pimiento rojo
1 rodaja de atún troceado
3 cigalas
5 gambas rojas
1 tomate rallado
100 gr de anillas de calamar
Fumet de pescado (pág. 15)
Azafrán
1 cucharada de ñora picada
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Programamos el Menú Plancha 5 minutos, introducimos el aceite, los ajos, la alcachofa, el pimiento y todo el pescado en la Olla Programable. Rehogamos durante 2 minutos.
Sacamos las gambas, las cigalas y el pimiento rojo y reservamos.
Añadimos el tomate, el arroz, la ñora, el azafrán, removemos bien y añadimos el fumet (1 mda de caldo por cada medida de arroz) y sal al gusto. Mezclamos todo y colocamos las gambas, cigalas y el pimiento. Programamos Menú Cocina Baja presión 7 minutos.
Si desea un resultado más meloso, añada un poco más de fumet.

ARROZ 3 DELICIAS

Personas: 4

INGREDIENTES

300 gr de arroz bomba
200 gr de mantequilla
2 huevos batidos
4-5 ramas de cebollino picado
250 gr de bacon troceado
1 lata de guisantes
10 ml de aceite de oliva
Agua
Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla Programable el arroz, con el agua (1 mda. de arroz + 1,5 mda de agua), programamos Menú Cocina Baja presión 7 minutos. Pasado este tiempo, pasamos por agua fría, escurrimos y reservamos.
Volvemos a colocar la cubeta en la Olla, programamos Menú Plancha 5 minutos, añadimos el aceite, esperamos 1 minuto, y añadimos los huevos y hacemos una tortilla francesa, volteándola con el cucharón. Sacamos y reservamos.
Continuamos con el Menú Plancha e incorporamos a la cubeta la mantequilla, dejamos que se deshaga un poco, y seguimos añadiendo el bacon, la tortilla troceada a tiras, guisantes, cebollino picado y el arroz, salpimentamos, mezclamos bien con el cucharón y rehogamos unos minutos.

ARROZ CALDOSO CON VERDURAS

Personas: 4

INGREDIENTES

200 gr de judías verdes
frescas troceadas
4 alcachofas frescas limpias
y troceadas
50 gr de guisantes frescos
200 gr habitas baby
5 ajos tiernos troceados
350 gr de arroz bomba
Caldo básico (página 17)
1/4 mda de aceite
Azafrán
Sal

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha con la tapa abierta 5 minutos y sofreímos las verduras.
Añadimos el arroz, el caldo (2,5 mda de caldo por cada medida de arroz), el azafrán y sal al gusto. Programamos Menú Cocina Baja presión 7 minutos.

ARROZ EN COSTRA

Personas: 4

INGREDIENTES

350 gr arroz bomba
200 gr de costilla de cerdo
2 salchichas de embutido
1 morcilla de cebolla
100 gr de pollo troceado
1/2 mda de aceite de oliva
4 huevos batidos con sal
2 dientes de ajo
Caldo básico (página X)
Ñora picada
Azafrán
Sal

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 5 minutos, introducimos aceite, ajo, la carne, el embutido y rehogamos, hasta que esté doradito.
A continuación, añadimos el arroz, la ñora, el azafrán, la sal y mezclamos todo. Añadimos el caldo (1 mda de caldo por cada medida de arroz). Programamos Menú Cocina Baja Presión 2 minutos.
Abrimos la Olla Programable, y añadimos los huevos batidos encima del arroz. Programamos Menú Horno 5 minutos.

ARROZ RÁPIDO CON CALAMARES Y GAMBAS

Personas: 4

INGREDIENTES

350 gr de arroz bomba
250 gr de gambas
250 gr de calamares en rodajas
200 gr de champiñones fileteados
120 gr de tomate natural triturado
2 dientes de ajo
Caldo de pescado (página 15)
1/4 mda de aceite de oliva
Azafrán
Sal

ELABORACIÓN

Introducir en la Olla Programable todos los ingredientes y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 7 minutos.
Para elaborar esta receta de forma más tradicional, sofreímos los champiñones, las gambas, el calamar, el tomate y el ajo en Menú Plancha con la tapa abierta 5 minutos. Añadimos el resto de los ingredientes, removemos y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 7 minutos.

ARROZ A LA CUBANA

Personas: 4

INGREDIENTES

300 gr de arroz bomba
10 ml de aceite de oliva
200 gr de tomate frito
4 dientes de ajo
1/4 mda de aceite
4 huevos (uno por persona)
Sal

ELABORACIÓN

Introducimos en la Olla Programable el arroz, 10 ml. de aceite, el ajo, sal y el agua (*1 mda. de agua por cada mda de arroz*), programamos Menú Cocina Baja presión 4 minutos. Sacamos y reservamos.
A continuación, programamos Menú Plancha 2 minutos, introducimos 1/4 mda de aceite y hacemos los huevos fritos.
Servir el arroz acompañado del huevo frito.

ARROZ AL HORNO

Personas: 3

INGREDIENTES

250 gr de arroz bomba
Sobras de cocido (carne, garbanzos...)
1 cucharada de pimentón
Caldo de cocido
1 morcilla en rodajas
1/4 mda de aceite

ELABORACIÓN

Introducimos en la cubeta todos los ingredientes y programamos Menú Horno 7 minutos.

ARROZ MELOSO CON MAGRO PARA NIÑOS

Personas: 4

INGREDIENTES

350 gr de arroz bomba
300 gr de magro a taquitos
1/4 mda de aceite de oliva
1/4 mda de tomate triturado
Caldo básico (página 17)
Azafrán
Sal

ELABORACIÓN

Programamos Menú Plancha 5 minutos, añadimos el aceite y sofreímos el magro durante 2 minutos sin parar de mover.
Incorporamos el tomate, el arroz, el azafrán, la sal y el caldo (2 mdas de caldo por cada medida de arroz). Programamos Menú Cocina Baja presión 7 minutos.

ALCACHOFAS REBOZADAS

Personas: 4

INGREDIENTES

10 alcachofas
3 huevos batidos
4 cucharadas de harina para tempura
Agua fría
Aceite de oliva
Sal

ELABORACIÓN

Pelamos y troceamos las alcachofas en forma de gajos. Añadimos sal al gusto y reservamos.

Echamos el aceite en la cubeta y programamos el Menú Freír 20 minutos.

Hacemos una tempura con el agua y la harina. Cuando esté terminada, rebozamos las alcachofas y vamos añadiendo a la cubeta con el aceite caliente. Vamos dándole la vuelta con el cucharón.

Cuando estén doradas, al gusto, las dejamos escurrir en papel de cocina y servimos.

AROS DE CEBOLLA

Personas: 4

INGREDIENTES

2 cebollas
1 paquete de pan rallado
4 huevos
Sal

ELABORACIÓN

Echamos aceite en la cubeta y programamos el Menú Freír 20 min., mientras se calienta el aceite, pelamos y cortamos las cebollas en aros, añadimos sal al gusto y reservamos.

Batimos los huevos, pasamos los aros de cebolla por huevo y luego lo rebozamos con el pan rallado.

Colocamos las cebollas rebozadas en la cubeta. Vamos dándole la vuelta con el cucharón. Cuando están dorados, dejamos escurrir las cebollas en papel de cocina.

BERENJENAS REBOZADAS CON MIEL

Personas: 4

INGREDIENTES

3 berenjenas partidas a rodajas
3 huevos batidos
4 cucharadas de harina para tempura
Agua fría
Aceite de oliva
Miel de caña
Sal

ELABORACIÓN

Partimos las berenjenas en rodajas y las ponemos 5 minutos en un bol con agua y sal. Echamos el aceite en la cubeta y programamos el Menú Freír 20 minutos.

Hacemos una tempura con el agua y la harina. Cuando esté terminada, rebozamos las berenjenas y vamos añadiendo a la cubeta con el aceite caliente. Vamos dándole la vuelta con el cucharón.

Cuando estén doradas, al gusto, las dejamos escurrir en papel de cocina y servimos con un chorrito de miel de caña por encima.

CALAMARES A LA ROMANA

Personas: 4

INGREDIENTES

500 g de aros de calamar
4 cucharadas de harina
3 huevos
Aceite
Sal

ELABORACIÓN

Echamos aceite en la cubeta y programamos el Menú Freír 30 minutos. Batimos los huevos y vamos pasando los calamares por huevo y harina. Añadimos sal al gusto. Colocamos los calamares en la cubeta con el aceite caliente. Vamos dándole la vuelta con el cucharón. Cuando están dorados, al gusto, los sacamos y los dejamos escurrir en papel de cocina.

FLAMENQUINES

Personas: 4

INGREDIENTES

4 trozos de lomo de cerdo
4 lonchas de jamón serrano
8 lonchas de queso semi-curado
2 huevos
Pan rallado
Aceite
Sal
Pimienta

ELABORACIÓN

Aplastamos los filetes con un mazo o con las manos. Salpimentamos. Echamos el aceite en la cubeta y programamos el Menú Freír unos 30 minutos. Para montar los flamenquines, colocamos una loncha de lomo, encima una de queso y otra de jamón, enrollamos, rebozamos en huevo y pan rallado y echamos al aceite caliente, vamos dándole la vuelta con el cucharón y cocinamos hasta que quede dorado. Dejamos escurrir en papel absorbente y servimos.

FILETE RUSO

Personas: 4

INGREDIENTES

1 Kg. de carne picada de cerdo
250 g de pan rallado
2 vasitos de zumo de limón
Perejil picado
Sal
2 huevos
Aceite de oliva

ELABORACIÓN

Vertemos la carne picada en un bol y añadimos el perejil, sal, zumo de limón y la mitad de pan rallado. Mezclamos todo bien hasta conseguir una masa homogénea. Dejar reposar 30 minutos. Echamos el aceite dentro de la cubeta y programamos el Menú Freír 30 minutos. Con la masa vamos haciendo una especie finas hamburguesas, las pasamos por huevo batido y pan rallado y lo vamos introduciendo en el aceite caliente, vamos dándole la vuelta con el cucharón hasta que esté dorado.

HAMBURGUESAS DE VERDURA

Personas: 4

INGREDIENTES

6 tomates de ensalada
1 cebolla morada (o cualquier tipo de cebolla)
3 zanahorias
1 huevo
Perejil
Orégano
Pimienta
Sal
2 tazas de harina de trigo
Aceite de oliva

ELABORACIÓN

Picamos las verduras en trozos pequeños y agregamos el resto de ingredientes, excepto el aceite que utilizaremos para freír. Mezclamos bien y removemos. Con la masa formamos una especie de hamburguesas. Echamos el aceite en la cubeta y programamos el Menú Freír 30 minutos. Cuando esté caliente, colocamos las hamburguesas de verdura en la cubeta, vamos dándole la vuelta con el cucharón y cocinamos hasta que quede dorado. Dejamos escurrir en papel absorbente y servimos.

GAMBAS REBOZADAS

Personas: 6

INGREDIENTES

1/2 Kg. de gambas peladas
3 huevos
4 cucharadas colmadas de harina
Pimienta negra molida
Sal
Aceite

ELABORACIÓN

Echamos bastante aceite en la cubeta y programamos el Menú Freír durante 30 minutos.
Mientras el aceite se calienta, batimos los huevos con una pizca de sal y pimienta negra molida.
Pasamos las gambas por el huevo y harina e introducimos las gambas en la cubeta, vamos dándole la vuelta con el cucharón y cocinamos hasta que quedan doradas.
Dejamos escurrir en papel absorbente y servimos.

TEMPURA DE VERDURAS

Personas: 4

INGREDIENTES

2 cebollas
2 zanahorias
1 pimiento rojo
1 pimiento verde
200 g. De harina para tempura
Sal
Aceite

ELABORACIÓN

Cortamos las verduras en juliana y reservamos. Echamos bastante aceite dentro de la cubeta y programamos en el Menú Freír durante 30 minutos.
En un bol mezclamos la harina con el agua hasta hacer una tempura.
Rebozamos las verduras en la tempura y las echamos en varias tandas, vamos dándole la vuelta con el cucharón y cocinamos hasta que quedan doradas.
Dejamos escurrir en papel absorbente y servimos.

PATATAS FRITAS

Personas: 4

INGREDIENTES

3 patatas medianas
Sal
Aceite

ELABORACIÓN

Echamos el aceite dentro de la cubeta y programamos Menú Freír 40 minutos. Pelamos y troceamos las patatas y reservamos.
Cuando el aceite está caliente, añadimos las patatas hasta que estén doradas a nuestro gusto.
Dejamos escurrir en papel absorbente, salamos y servimos.

PECHUGAS EMPANADAS

Personas: 4

INGREDIENTES

8 filetes de pechuga de pollo
1 mda de leche
2 diente de ajo
2 huevos
200 gr de pan rallado
Sal
Perejil
Aceite

ELABORACIÓN

Batimos los huevos con el ajo, el perejil y la sal. Dejamos a remojo las pechugas durante 20 minutos.
Cuando pase este tiempo, ponemos el aceite en la cubeta y programamos 30 minutos en Menú Freír. Vamos rebozando las pechugas en pan rallado mientras se calienta el aceite.
Incorporamos las pechugas a la cubeta en varias tandas, vamos dándole la vuelta con el cucharón y cocinamos hasta que quedan doradas.
Dejamos escurrir en papel absorbente y servimos.

PASTEL DE VERDURAS

Personas: 2

INGREDIENTES

500 gr de menestra cocida
4 huevos
100 gr de queso rallado
Gruyere
60 ml de leche Ideal
Sal y pimienta
Papel de horno

ELABORACIÓN

Batimos en un bol los huevos, añadimos la leche, le incorporamos la menestra, salpimentamos y mezclamos todos bien.
Colocamos papel de horno en la cubeta, introducimos la mezcla y añadimos queso rallado por encima, programamos Menú Cocina Baja Presión 8 minutos.

FOCACCIA

Personas: 4

INGREDIENTES

Masa focaccia

30 gr de levadura prensada
20 gr de sal gorda marina
500 gr de harina
100 ml de leche
100 ml de agua
100 ml de aceite de oliva

Para cubrir

500 gr de cebolla
100 ml de aceite de oliva
Aceitunas negras o verdes y tomates cherry al gusto

ELABORACIÓN

Bata todos los ingredientes para hacer la masa. Ponga el ingrediente elegido (cebolla sofrita, aceitunas negras o verdes, tomatitos cherry cortados a la mitad). También le puede poner cebolla cruda cortada muy finita. En este caso, cuando ponga la cebolla, rocíe con el agua y aceite por toda ella. Déjela reposar 20 minutos aproximadamente para que doble el volumen.
Ponga papel de horno en el fondo de la cubeta, incorpore la masa y programe el Menú Horno 30 minutos.

Papel de horno

QUICHE FRANCÉS

Personas: 4

INGREDIENTES

Masa quebrada fresca
150 gr de bacon ahumado a taquitos
150 gr de jamón serrano a taquitos
3 huevos
250 ml de leche ideal
200 gr de queso emmental rallado
Mantequilla
Papel de horno

ELABORACIÓN

Batimos en un bol leche, huevos sal y pimienta. Reservamos.
Colocamos papel de horno en la cubeta, introducimos la masa quebrada en el fondo e incorporamos el jamón, el bacon y la mezcla batida, ponemos queso por encima y dos trocitos de mantequilla y programamos Menú Horno 15-20 minutos.

* Puede sustituir el papel de horno por cualquier recipiente apto para horno.

HOGAZA CRUJIENTE

Personas: 4

INGREDIENTES

280/300 ml de agua (con 300 la masa será algo más difícil de manejar pero la miga queda más esponjosa)
500 gr de harina
20 gr de sal
20 ml de aceite de oliva
20 gr de azúcar
25 gr de levadura fresca
Papel de horno

ELABORACIÓN

Mezclar el agua, la sal, azúcar y aceite. Añadimos la harina, levadura y amasamos. Dejar reposar 20 minutos.
Poner harina en la mesa y amasar, dar forma de hogaza. Hacer unos cortes en diagonal con un cuchillo.
Colocamos papel de horno en la cubeta e incorporamos la masa, rociar con agua, programar el Menú Horno 10 minutos. Pasado este tiempo, rociar con agua, programar el Menú Horno 10 minutos más. Por último, volvemos a rociar con agua y programar el Menú Horno 40 minutos.

COCA DÓLI I SAL

Personas: 4

INGREDIENTES

290 gr de harina
100 ml de leche
50 ml de cerveza
50 ml de aceite de oliva
1/2 pastilla de levadura de pan
Sal
Papel de horno

ELABORACIÓN

Amasar todos los ingredientes. Darle forma redonda.
Colocar en la cubeta papel de horno.
Introducimos la masa y programar el Menú Horno 25 minutos.

COCA DE QUESO

Personas: 4

INGREDIENTES

290 gr de harina
100 ml de leche
50 ml de cerveza
50 ml de aceite de oliva
1/2 pastilla de levadura de pan
Sal
Queso Gouda o Emmental a trozos

ELABORACIÓN

Amasar todos los ingredientes. Darle forma redonda, hacerle unos agujeritos e introducir trozos de queso al gusto.
Colocar en la cubeta papel de horno.
Introducimos la masa y programar el Menú Horno 25 minutos.

PANECILLOS DE AJO

Personas: 4

INGREDIENTES

280/300 ml de agua (con 300 la masa será algo más difícil de manejar pero la miga queda más esponjosa)
500 gr de harina
20 gr de sal
20 ml de aceite de oliva
20 gr de azúcar
25 gr de levadura fresca
Papel de horno
Para el relleno:
90 ml de aceite de oliva
5 dientes de ajo
Perejil

ELABORACIÓN

Mezclar el agua, la sal, azúcar y aceite. Añadimos la harina, levadura y amasamos. Dejar reposar 20 minutos.
Poner harina en la mesa y amasar, dar forma de panecillos.
Para el relleno, batimos los ingredientes, con la ayuda de un biberón de cocina, rellenamos cada panecillo.
Colocamos papel de horno en la cubeta e incorporamos la masa, rociar con agua, programar el Menú Horno 10 minutos. Pasado este tiempo, rociar con agua, programar el Menú Horno 10 minutos más. Por último, volvemos a rociar con agua y programar el Menú Horno 30 minutos.

COCA DE ATÚN

Personas: 4

INGREDIENTES

290 gr de harina
100 ml de leche
50 ml de cerveza
50 ml de aceite de oliva
1/2 pastilla de levadura de pan
Sal
2 latas de atún escurrido
100 gr de tomate frito

ELABORACIÓN

Amasar todos los ingredientes. Darle forma redonda y cubrir con atún y tomate.
Colocar en la cubeta papel de horno.
Introducimos la masa y programar el Menú Horno 25 minutos.

FLAN

Personas: 6

INGREDIENTES

4 huevos
150 gr de azúcar
500 ml de leche
Caramelo líquido
Agua

** Molde de flan apto para horno*

ELABORACIÓN

Poner caramelo líquido en el molde.
Batir bien los huevos, el azúcar y la leche.
Volcar la mezcla en el molde caramelizado.
Introducir la rejilla en la cubeta, colocar el molde con la mezcla y poner agua en la cubeta hasta que cubra la mitad del molde. Programar Menú Cocina Baja Presión 18 minutos.

FLAN DE CAFÉ

Personas: 4

INGREDIENTES

1/2 l. de nata líquida
Sobre de flan Royal (para 4 personas)
2 cucharadas de café soluble
Caramelo líquido
Agua

** Molde de flan apto para horno*

ELABORACIÓN

Poner caramelo líquido en el molde.
Batir bien la nata, el sobre de flan Royal y el café. Volcar la mezcla en el molde caramelizado.
Introducir la rejilla en la cubeta, colocar el molde con la mezcla y poner agua en la cubeta hasta que cubra la mitad del molde. Programar Menú Cocina Baja Presión 3 minutos.

PAN DE CALATRAVA

Personas: 6

INGREDIENTES

4 huevos
1/2 l. de leche
125 gr de azúcar
1 ramita de canela
Cáscara de limón
2-3 magdalenas
Caramelo líquido

** Molde apto para horno*

ELABORACIÓN

Primer paso: introducimos la leche, la rama de canela y la cáscara de limón en la Olla Programable, programamos Menú Plancha 1 minuto. Retiramos la canela y el limón y reservamos.
Incorporamos el azúcar a la leche y removemos.
Caramelizamos el molde e incorporamos las magdalenas troceadas. Volcamos la mezcla en el molde.
Introducimos la rejilla en la cubeta, colocamos el molde con la mezcla y ponemos agua en la cubeta hasta que cubra la mitad del molde. Programamos Menú Cocina Baja Presión 20 minutos.

PLÁTANO FRITO CON MIEL

Personas: 4

INGREDIENTES

2 plátanos
2 huevos
180 ml de leche
2 cucharadas de azúcar
1 cucharada harina
Aceite de girasol
Miel

ELABORACIÓN

Pelamos los plátanos y los cortamos en rodajitas.
Batimos el huevo, la leche y el azúcar. Ponemos el aceite en la Olla Programable y seleccionamos Menú Freír 20 minutos.
Pasamos las rodajas por la mezcla de huevo y posteriormente por la harina, vamos añadiendo a la cubeta en varias tandas y moviendo con el cucharón hasta que las rodajitas estén doradas (ojo: se cocina muy rápido). Dejamos escurrir sobre un plato con papel de cocina.
Servimos con miel.

BIZCOCHO

Personas: 6

INGREDIENTES

1 yogur o 150 ml de leche
100 ml de aceite de oliva
250 gr de harina
250 gr de azúcar
3 huevos
1 pizca de sal
1 sobre de levadura Royal
Ralladura de un limón
Papel de horno

ELABORACIÓN

Rallar el limón y reservar.
Mezclar la harina con la levadura en seco y reservar.
Batir las yemas de los huevos, incorporar el aceite, azúcar y una pizca de sal. Añadir el yogurt, la mezcla de harina y levadura y la ralladura de limón.
Montar las claras y añadir a la masa con movimientos envolventes.
Colocar el papel de horno en la cubeta y volcar la mezcla, programar Menú Horno 45 minutos.

MAGDALENAS

Personas: 6

INGREDIENTES

2 huevos
4 mds de harina
2 mds de azúcar
2 mds de leche
1 mda de aceite de oliva
1 yogur de limón
2 sobres blancos de gaseosa
2 sobres azules de gaseosa

Para adornar:

1 cucharada de azúcar
1 cucharada de canela

** Moldes de magdalenas apto para horno*

ELABORACIÓN

Batimos muy bien todos los ingredientes.
Introducimos los moldes en la cubeta de la Olla programable, rellenamos los moldes con la mezcla hasta la mitad, programamos Menú Horno 10-15 minutos.
Repetiremos este proceso tantas veces como haga falta hasta que se termine la masa.
Dejamos enfriar sobre la rejilla y espolvoreamos con azúcar y canela mezclada.

ARROZ CON LECHE CREMOSO

Personas: 8

INGREDIENTES

200 gr de arroz normal
200 gr de azúcar
5 mds de agua
600 ml de leche entera caliente
1 pizca de sal
1 piel gorda de limón
1 palito de canela en rama

ELABORACIÓN

Introducimos todos los ingredientes menos el azúcar en la cubeta, movemos con el cucharón y programamos el Menú Cocina de Baja Presión 9 minutos. Cancelamos el menú. Añadimos el azúcar, removemos y dejamos reposar.

CUAJADA

Personas: 8

INGREDIENTES

1/2 litro de leche entera
1 sobres de cuajada

** Molde apto para horno*

ELABORACIÓN

Batir la leche y el sobre de cuajada, rellenar el molde con la mezcla.
Introducir la rejilla en la cubeta, colocar el molde con la mezcla y poner agua en la cubeta hasta que cubra la mitad del molde. Programar Menú Cocina Baja Presión 4 minutos.

NATILLAS

Personas: 4

INGREDIENTES

15 gr de maizena
160 gr de azúcar
Canela en rama
Canela en polvo
500 ml de leche
4 yemas de huevo

* Molde apto para horno

ELABORACIÓN

Batimos bien todos los ingredientes menos la canela en rama y la canela en polvo.
Volcar la mezcla en el molde.
Introducir la rejilla en la cubeta, colocar el molde con la mezcla y añadir la rama de canela, poner agua en la cubeta hasta que cubra la mitad del molde.
Programar Menú Cocina Baja Presión 4 minutos.
Antes de servir espolvoreamos con canela en polvo.

BIZCOCHO DE COCO

Personas: 6

INGREDIENTES

1 yogurt de coco
100 ml de aceite de oliva
250 gr de harina
250 gr de azúcar
3 huevos
1 pizca de sal
1 sobre de levadura Royal
100 gr de coco rallado
Papel de horno

ELABORACIÓN

Mezclar la harina con la levadura en seco y reservar.
Batir las yemas de los huevos, incorporar el aceite, azúcar, el coco rallado y una pizca de sal. Añadir el yogurt, la mezcla de harina y levadura.
Montar las claras y añadir a la masa con movimientos envolventes.
Colocar el papel de horno en la cubeta y volcar la mezcla, programar Menú Horno 45 minutos.

MAGDALENAS CON PEPITAS DE CHOCOLATE

Personas: 4

INGREDIENTES

2 huevos
4 mds de harina
2 mds de azúcar
2 mds de leche
1 mda de aceite de oliva
1 yogurt de limón
2 sobres blancos de gaseosa
2 sobres azules de gaseosa
150 gr de pepitas de chocolate

* Moldes de magdalenas apto para horno

ELABORACIÓN

Batimos muy bien todos los ingredientes, menos las pepitas de chocolate.
Introducimos los moldes en la cubeta de la Olla programable, rellenamos los moldes con la mezcla hasta la mitad, añadimos las pepitas de chocolate en cada magdalena al gusto, programamos Menú Horno 10-15 minutos.
Repetiremos este proceso tantas veces como haga falta hasta que se termine la masa.
Dejamos enfriar sobre la rejilla.

PASTEL DE FRUTAS DEL BOSQUE

Personas: 4

INGREDIENTES

3 huevos
200 gr de azúcar
100 gr de mantequilla
100 gr de crema de queso
200 gr de harina
1 sobre de levadura
150 gr de frutas del bosque
Papel de horno

ELABORACIÓN

Batimos todos los ingredientes, excepto las frutas del bosque.
Colocamos en la cubeta el papel de horno, incorporamos la mezcla y dejamos caer las frutas del bosque repartidas.
Programamos Menú Horno 45 minutos.



TARTA DE ALMENDRAS

Personas: 6

INGREDIENTES

1 yogurt o 150 ml de leche
100 ml de aceite de oliva
250 gr de harina
250 gr de azúcar
100 gr de almendra molida
3 huevos
1 pizca de sal
1 sobre de levadura Royal
Azúcar glas para decorar
Papel de horno

ELABORACIÓN

Mezclar la harina con la levadura en seco y reservar.
Batir las yemas de los huevos, incorporar el aceite, azúcar y una pizca de sal. Añadir el yogurt, la almendra y la mezcla de harina y levadura.
Montar las claras y añadir a la masa con movimientos envolventes.
Colocar el papel de horno en la cubeta y volcar la mezcla, programar Menú Horno 45 minutos.
Dejamos enfriar y decoramos con azúcar glas.

BIZCOCHO DE CHOCOLATE

Personas: 6

INGREDIENTES

1 yogurt o 150 ml de leche
100 ml de aceite de oliva
250 gr de harina
250 gr de azúcar
100 gr de cacao en polvo
3 huevos
1 pizca de sal
1 sobre de levadura Royal
Papel de horno

ELABORACIÓN

Mezclar la harina con la levadura en seco y reservar.
Batir las yemas de los huevos, incorporar el aceite, azúcar y una pizca de sal. Añadir el yogurt, el cacao y la mezcla de harina y levadura.
Montar las claras y añadir a la masa con movimientos envolventes.
Colocar el papel de horno en la cubeta y volcar la mezcla, programar Menú Horno 45 minutos.

newcook[®]
TU ALIADO EN LA COCINA

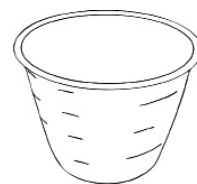
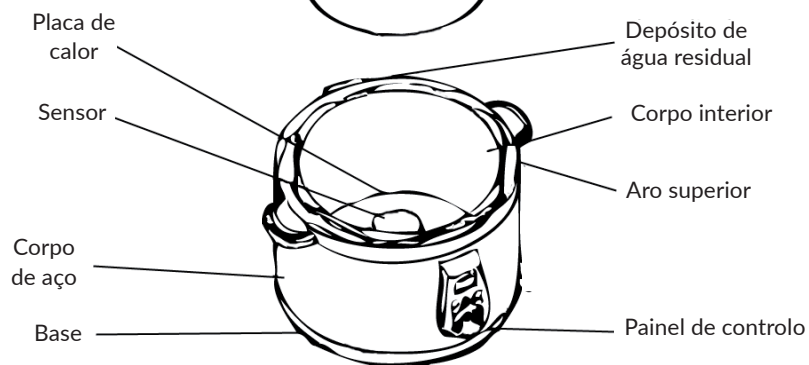
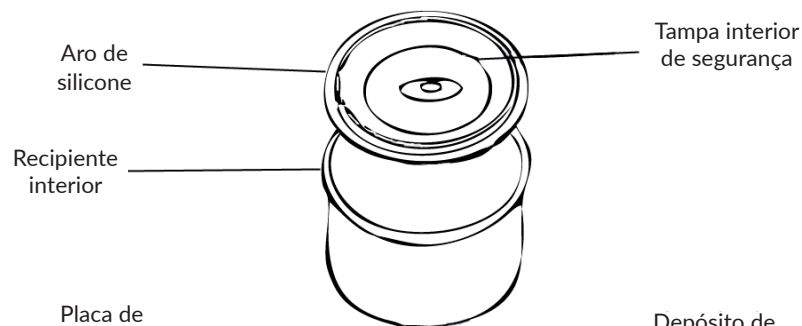
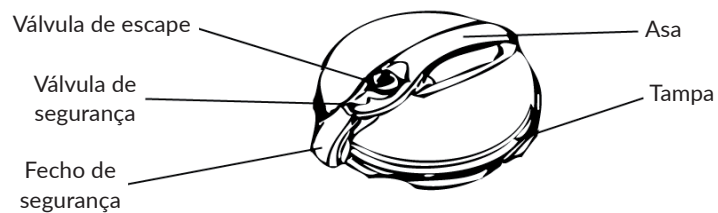
ANTES DE COZINHAR

- Leia atentamente as instruções do presente manual.
- Não submerja em líquidos nenhuma das partes elétricas da panela programável.
- O aparelho não deve ser utilizado por crianças.
- Não ligue o aparelho se o mesmo tiver alguma parte danificada.
- Os acessórios apenas devem ser utilizados com esta panela programável pois de outra forma poderiam sofrer danos irreparáveis.
- Não exponha o aparelho a elementos climatéricos.
- Não utilize a panela programável nem sobre, nem perto de fontes de calor como fornos ou placas de vitrocerâmica uma vez que a mesma poderá ficar danificada.
- Não utilize a panela programável para funções diferentes das que se encontram indicadas no presente manual.
- Não se aproxime da válvula de escape quando a panela estiver a expulsar o vapor, a mesma estará muito quente e poderá sofrer ferimentos.
- Não ultrapasse os limites máximos assinalados no recipiente de cozinhar.
- Conserve este manual para consultas futuras.

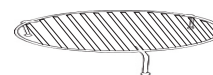
ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

- Ecrã digital de controlo automático com 4 dígitos
- Capacidade: 6 litros
- Potência: 1000W
- Alimentação: 230V-50Hz
- Programável 24 horas
- Preservação do calor durante 24 horas
- Função de reaquecimento
- Sistema de pressão dupla (cozinhar em alta, baixa ou sem pressão).
- Ajuste de temperatura automático
- Memória de interrupção de eletricidade
- Detecção automática de falha ou erro.
- 10 menus de confeção diferentes
- Corpo lacado para evitar queimaduras
- Recipiente antiaderente de fácil limpeza.
- Efeito de pressurização, onde os alimentos são cozinhados com o seu sumo, criando assim sabores mais intensos.
- Incorpora 8 sistemas de segurança.
- Baixo consumo energético.

PEÇAS E ACESSÓRIOS



Copo Medidor



Grelha



Concha



Cabo

PAINEL DE CONTROLO



CHAPA/FRITAR: pressionar uma vez o botão e selecionar o Menu Chapa de utilização sem pressão, ideal para confeções rápidas, como tortilhas, refogados... No Menu Chapa, não é possível selecionar o tipo de pressão mas apenas o tempo de confeção. Para ativar o Menu Fritar, pressionar duas vezes o botão, introduzir os alimentos e o óleo segundo a receita. Estes menus deverão utilizar-se com a tampa aberta.



FORNO: selecionar o Menu Forno de utilização sem pressão para assados e pratos no forno, tempo de confeção selecionável.



COZER: selecionar o Menu Cozer, selecionar quer a pressão como o tempo de confeção. Trata-se do menu genérico que substitui a confeção tradicional na panela.



FRANGO/CARNE: Menu pré-definido para carnes, selecionar o tipo de pressão em função do prato: Alta Pressão para as carnes duras que necessitam de mais tempo de confeção Baixa Pressão para as carnes tenras que necessitam de menos tempo.



ESTUFADOS/SOPAS: Menu pré-definido para estufados (Baixa Pressão) e sopas (Alta Pressão), selecionar o tipo de pressão segundo o prato.



LEGUMINOSAS: Menu pré-definido, selecionar o tipo de pressão em função do prato: Deve geralmente ser utilizado em Alta Pressão.



HORA DE COMER +: pressionar este botão para iniciar a função de programação da comida e para aumentar o tempo de confeção e/ou de programação.



AQUECER, CANCELAR -: utilizar este botão para ativar manualmente a função aquecer, também para cancelar a qualquer momento a confeção e para selecionar menos tempo de confeção e/ou de programação.



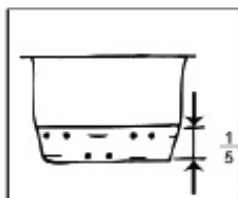
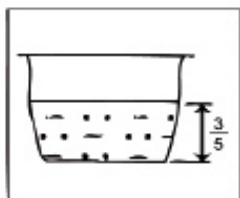
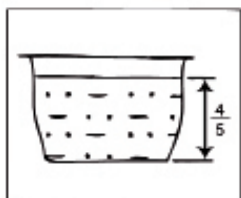
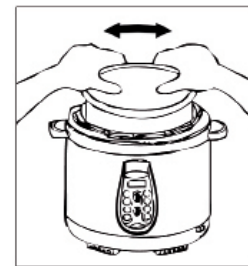
ALTA e BAIXA PRESSÃO: estes dois botões utilizam-se para, uma vez selecionado o menu de confeção, selecionar o modo de pressão, para confeccionar sopas ou pratos de colher cozinha-se normalmente em Alta Pressão, para confeccionar estufados ou pratos secos selecionar Baixa Pressão.



COMO COZINHAR

Cozinhar com a panela programável é muito simples, apenas tem que introduzir os ingredientes e programar a panela segundo a receita. A panela programável irá cozinhar automaticamente e manterá a comida quente até ser servida. Como cozinhar na panela programável:

1. Abrir a tampa rodando-a na direção dos ponteiros do relógio até que faça um clique, retirá-la tal como representado na imagem.
2. Introduzir todos os ingredientes no recipiente interior e, caso seja necessário, algum dos acessórios.
3. Introduzir o recipiente com os alimentos no interior da panela programável (o recipiente deverá estar sempre colocado na panela para cozinhar) tal como indicado na imagem. Posteriormente, colocar a tampa e rodá-la no sentido oposto ao ponteiro dos relógios, até ao ponto contrário assinalado na imagem anterior até que faça um clique.
4. Selecionar o menu da forma indicada no livro de receitas. Uma vez selecionado, marcar o tempo de confeção (indicado no livro de receitas), selecionar o tempo com o botão  que aumenta de 1 em 1 os minutos de confeção desde 1 até 180 minutos e com o botão  que reduz o mesmo. Recomenda-se o cumprimento dos tempos indicados no livro de receitas e que, caso o resultado não seja 100% do seu agrado, alterar o tempo aumentando ou diminuindo o tempo marcado no livro de receitas para confeccionar as receitas ao seu gosto. Se se confundir durante estes processos, aguarde alguns segundos até que fique ativo o processo de confeção, irá aparecer no ecrã um travessão em movimento, pressionar de seguida o botão  para cancelar e começar de novo.
5. Uma vez selecionado o tempo de confeção, selecionar o tipo de pressão  Alta Pressão se pretender realizar confeção rápida, ou  Baixa Pressão se pretender estufar, em qualquer dos casos seguir as instruções do livro de receitas para cada receita.
6. Nos menus forno, chapa e fritar, por defeito, a confeção é realizada sem pressão, pelo que não poderá selecionar o tipo de pressão sendo, além disso, aconselhável que retire o peso da válvula, obtendo desta forma um melhor resultado, em qualquer dos casos, faça-o sempre seguindo as instruções indicadas no livro de receitas para cada receita em concreto.



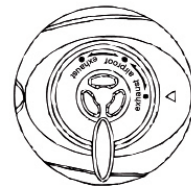
ATENÇÃO! No interior do recipiente encontram-se assinaladas umas marcas que não devem ser ultrapassadas na sua linha máxima por nenhum tipo de líquido. Particularmente no caso de confeção com pressão (especialmente em Alta Pressão).

Uma vez selecionado o menu, o tempo de confecção e a pressão (caso tenha sido necessário), a panela programável está pronta a ser utilizada. A primeira fase da confecção é a detecção automática dos alimentos e o aquecimento, uma vez que o que seleciona é o tempo real de confecção e o aparelho necessita ser previamente aquecido.

A panela programável deteta a quantidade de alimentos que confeciona, pelo que apenas deve programar o tempo indicado na receita sem ter em consideração o número de pessoas a quem se destina a refeição. Durante este processo, irá aparecer no ecrã o tempo selecionado e um travessão em movimento enquanto a temperatura é atingida e estiver a aquecer, o travessão manter-se-á fixo enquanto cozinha e será apresentado no ecrã o tempo que falta para terminar, descontando cada minuto transcorrido do originalmente programado.

Quando a panela programável terminar de cozinhar, irá emitir 3 sinais sonoros e ativa-se automaticamente a função aquecer de maneira indefinida e com a mesma o sinal luminoso, pelo que a panela irá manter a comida quente até que seja servida. *(Este menu apenas deixa de estar selecionado se pressionar o botão Cancelar).* A função aquecer também serve para reaquecer sem cozinhar em demasia.

Para abrir a tampa da panela depois de cozinhar, assegure-se de que não existe pressão no seu interior (de outro modo, e por questões de segurança, a panela programável não permite a abertura da tampa). Antes de abrir, coloque a válvula de escape na posição aberta, através da qual irá expulsar todo o vapor que exista dentro da panela.



COMO PROGRAMAR A PANELO

Programar a panela programável para ter a comida recém cozinhada a uma hora determinada:

1. **Pressionar o botão “HORA DE COMER”** , e selecionar a hora a que quer comer. Para selecionar a hora de comer, deverá indicar na panela programável as horas que faltam para servir a comida, não a hora em que pretende comer, é importante indicar claramente o tempo que falta para comer. A hora de comer é ajustável em intervalos de 10 minutos com o botão  regulável até 24 horas.
2. **Selecionar no menu, o tempo de confecção e o tipo de pressão**, tal como indicado no capítulo anterior.

A panela programável irá calcular automaticamente quando tem de começar a cozinhar para que a comida esteja recém preparada na hora programada, caso o tempo de confecção seja superior ao tempo que falta para a hora fixada, a sua panela programável irá iniciar automaticamente o ciclo de confecção, para que se aproxime o mais possível da hora pré-configurada. *É muito importante programar a panela com, pelo menos, duas horas de antecedência.*

Se, enquanto estiver a cozinhar ou em espera se produzir um corte de corrente, a panela programável irá retomar a sua programação quando a corrente regressar, a sua panela programável irá continuar no mesmo ponto do processo de confecção onde ficou.

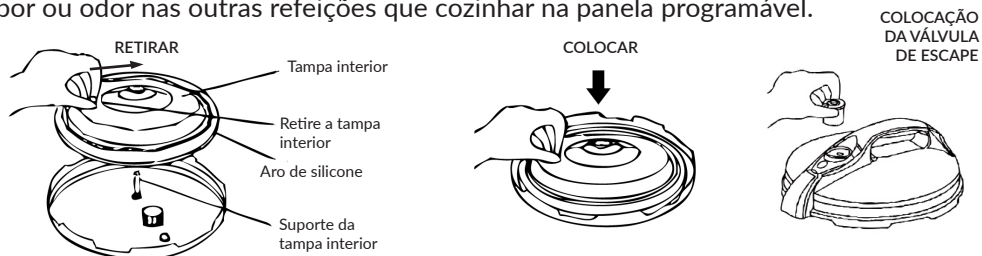
A panela programável inclui o sistema “aquecer” que fica ativado quando terminar de cozinhar automaticamente e mantém quente a comida de maneira indefinida, sem a cozinhar novamente, até que pressione o botão CANCELAR. Lembre-se de cancelar esta função ao terminar de utilizar a sua panela programável.

MANUTENÇÃO E LIMPEZA

O recipiente da panela programável dispõe de uma das superfícies mais antiaderentes do mercado, fabricada em PTFE para assim se obterem incríveis propriedades antiaderentes, o que irá facilitar a limpeza até ao ponto de não ser necessária a utilização de esfregão ou qualquer tipo de abrasivo para a limpeza do recipiente, ainda que esteja preparada para lavagem em máquina de lavar louça.

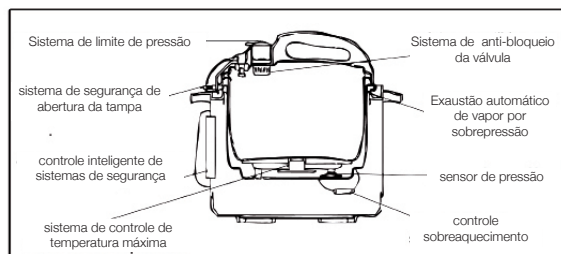
Juntamente com o recipiente, devem também limpar-se os elementos que estejam em contato direto com a comida: a tampa interior, a tampa, o aro de silicone e a válvula de escape. Devem ser limpos com água e sabão e utilizando uma esponja ou, caso seja necessário, um esfregão.

Para retirar a tampa interior e o aro de silicone, puxe o suporte colocado no centro que existe na tampa interior e retire facilmente o aro de silicone presente na mesma, o importante é limpá-lo sempre que for utilizado, caso contrário poderá deixar restos de sabor ou odor nas outras refeições que cozinhar na panela programável.

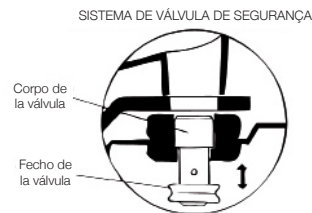


No que respeita ao filtro de segurança e à válvula de escape, é importante mantê-los limpos para que a saída de vapor nunca fique obstruída, possibilitando assim a abertura da sua panela sempre que o desejar.

A panela programável é um produto revolucionário no que respeita aos sistemas de segurança. Dispõe de 8 sistemas interligados que atuam simultaneamente e que impossibilitam a ocorrência de qualquer falha:



É importante destacar estas características, principalmente no sistema da válvula de segurança que impede a abertura da panela programável sempre e quando exista pressão no interior sendo, por isso, fundamental para poder abrir ou fechar a panela programável a eliminação do vapor que exista no interior, sendo para isso necessário posicionar a válvula de descarga na posição "Aberta".



INSTRUÇÕES BÁSICAS

É muito importante que mantenha limpa a panela programável, por isso, sempre que desejar cozinhar, deverá limpar, quer as válvulas como a borracha, para eliminar possíveis restos de odores e sabores. Lembre-se que a panela programável ativa o sistema de aquecimento por tempo indefinido. Como tal, sempre que terminar de cozinhar, cancele esta função após servir a comida, pois este sistema continuará a funcionar desnecessariamente. **Acessórios**

- Copo medidor: incorpora-se como referência de medida para as receitas, por isso, sempre que numa receita seja feita referência a 1 medida, está a fazer-se referência a 1 copo medidor.
- Bandeja de confeção: é a bandeja metálica que se coloca na panela programável, utilizada para cozinhar e, caso seja indicado na receita, deverá ficar no interior do recipiente e deverão ser colocados sobre o mesmo os alimentos que se vão cozinhar.
- Concha: especificamente concebida para a panela programável, tendo como característica principal, o seu fabrico num material não corrosivo, ideal para trabalhar sobre superfícies antiaderentes. É importante utilizar sempre este acessório para cozinhar com a panela ou, na sua falta, num material de madeira ou silicone, nunca utilize utensílios corrosivos ou de metal no recipiente, uma vez que o mesmo perderá as suas propriedades de anti aderência.

Tipos de confeção

- Estufado: é aconselhável introduzir todos os alimentos e selecionar Baixa Pressão, lembre-se de colocar um pouco mais de água se quiser obter um resultado mais líquido, para acertar na medida de água, tenha em consideração que o sistema de confeção não utiliza apenas água, no que respeita ao tempo, é aconselhável programar 35% menos de tempo do que da maneira tradicional.
- Chapa: utilize este menu com a tampa aberta. Para conseguir o efeito de chapa, é importante que não haja água no interior da panela e aquecer o recipiente sem o alimento que queremos assar. Tenha em consideração que os tempos devem ser 35% inferiores aos utilizados na forma tradicional e que não é necessário dar a volta aos alimentos, a não ser que os pretenda marcar de ambos os lados.
- Sob pressão: selecione o Menu Cozinhar sob Alta Pressão, não coloque muita mais água do que a que pretende que fique no final.
- Em banho Maria: utilize a grelha de cozinhar e um molde, encha de água até um pouco mais de metade do molde e programe a receita.
- Assar/cozer: cozinhe sobre a grelha de confeção (opcional), no Menu Forno e com a tampa fechada mas sem o peso colocado, sem líquido, lembre-se de colocar o peso quando terminar. Para dourar o prato, aqueça previamente no Menu Forno 1 minuto, para conseguir um acabamento mais marcado e dourado, uma vez o recipiente quente, sem a bandeja de cozinhar marque durante 3 minutos em cada lado o alimento, posteriormente coloque a bandeja de cozinhar e asse segundo a receita.
- Refogar: adicione óleo ou manteiga no recipiente e aqueça alguns minutos no Menu Chapa com a tampa aberta, enquanto corta e tempera os alimentos. Refogue de seguida entre 2 a 6 minutos dependendo do refogado, da mesma forma é possível refogar alguns alimentos como gambas ou lombo com alho, inclusive um ovo frito.
- Pastelaria, massas e pães. Irá utilizar-se o Menu Forno sem o peso colocado segundo indicado na receita, é aconselhável utilizar papel de forno cobrindo o recipiente ou um molde adequado para forno (não incluído), segundo indicado na receita.

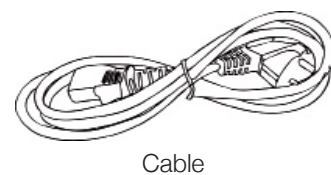
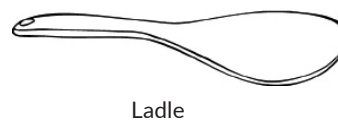
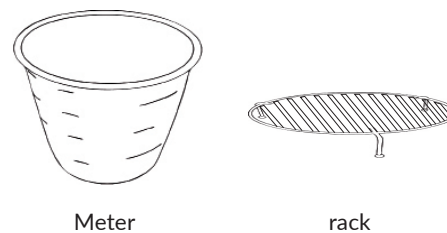
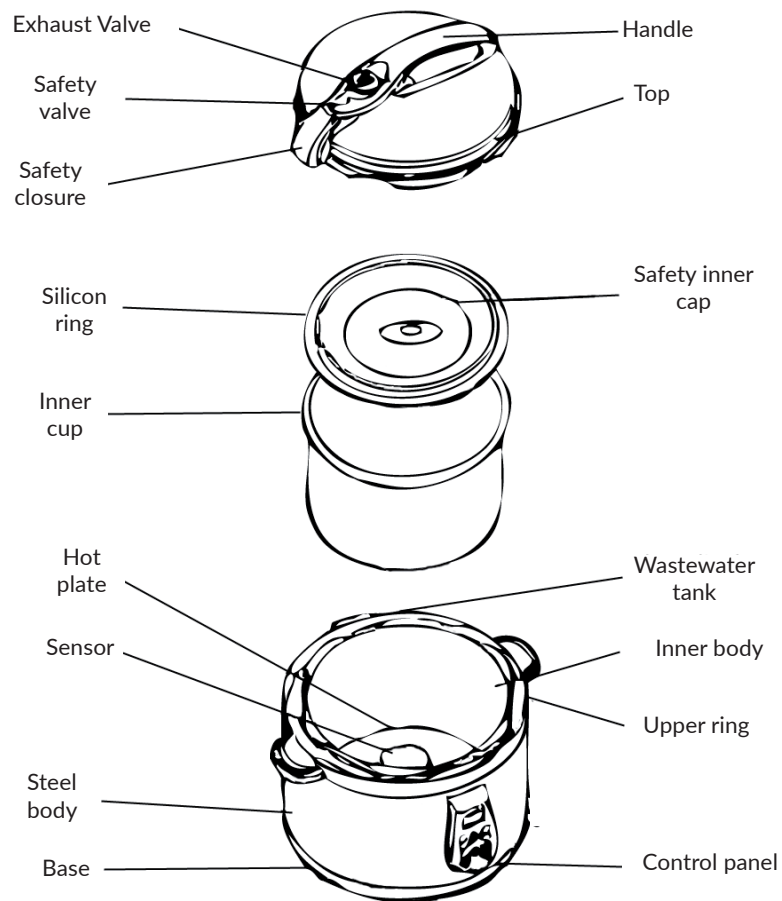
BEFORE COOKING

- Read the instructions in this manual carefully. Keep this manual for future reference.
- Do not immerse in liquid any electrical part of the programmable pot.
- It should not be used by children.
- Don't turn it on if it has any of its parts damaged.
- The accessories should only be used in your programmable pot or they might suffer irreparable damage otherwise.
- Don't expose it to the sun.
- Don't use the programmable pot on or near heat sources such as ovens, stoves or ceramic hobs, it could be damaged.
- Don't use the programmable pot for functions different to cooking.
- Stay away from the heating valve when it ejects the steam, it will be very hot, you can be injured.
- Don't fill more food than that specified by the maximum signal.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

- Capacity: 6 Liters
- Power: 1000W / 230V-50Hz
- Programmable and heat preservation: 24 hours
- Reheat function
- Duopressure system (high, low or no pressure).
- Automatic temperature adjustment
- Power interruption memory
- Self-detection of failure or error.
- 10 different cooking menus
- Easy to clean non-stick bucket.
- Effect pressurization, the food is cooked in its juice generating some more concentrated flavors.
- Incorporates 8 security systems.
- Low power consumption

FEATURES



CONTROL PANEL



FRY/GRIDDLE: Press the button once and select the Griddle Menu without pressure, Ideal for soft cooking, such as tortillas... In the Griddle Menu, you can select the cooking time, but not select the type of pressure. To activate the Fry Menu, press the button twice, enter the food and oil according to the recipe. These menus are used with the top open.



OVEN: select the oven without pressure menu for backed dishes, selectable cooking time.



COOKING: select the cooking menu, select both the pressure and the cooking time.



CHICKEN/MEAT: Preset menu for meat, select the pressure type depending on the dish: High Pressure for hard meats that need more cooking time and Low Pressure for tender meats that need less time.



STEWED/SOUPS: Preset menu for casseroles (low pressure) and soups (high pressure), select the type of pressure depending on the dish.



LEGUMES: preset menu for legumes, select the type of pressure depending on the dish. It should be generally used in High Pressure.



LUNCH TIME +: use this button to start the food programming function of food and to increase the cooking and/or programming time.



HOT/CANCEL -: Use this button to start manual warm mode, to cancel at any time the cooking and to select less cooking or programming time.



HIGH AND LOW PRESSURE: These buttons are used so that once the cooking menu is selected, we can select the cooking mode, if we cook spoon dishes we will normally do it in high pressure, if on the contrary we cook stewed or dried dishes we will use low pressure.

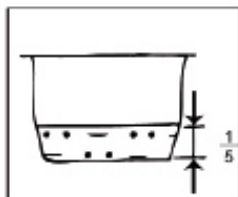
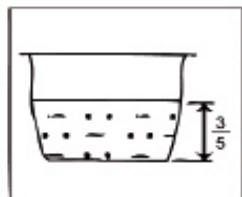
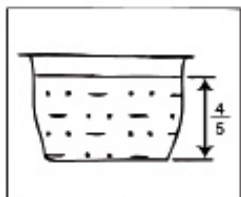
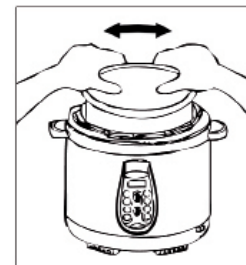


HOW TO COOK

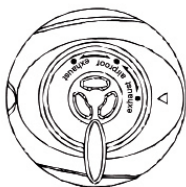
Cooking with your new programmable cooker is very simple, just enter the ingredients, set the cooker according to the recipe book and introduce lunchtime, then the programmable pot will have your meal prepared for you in the scheduled time.

How to cook in your programmable pot:

1. Open the lid rotating it clockwise until it abuts.
2. Introduce all the ingredients within the inner cup and, if necessary, some of the accessories (as prescribed).
3. Then enter the cup with food inside the programmable pot (the programmable cooker will not cook unless the inner cup is in it). Then, replace the lid and rotate it counter-clockwise, just the opposite that in the previous until it stops.
4. We proceed to select the menu as the recipe book suggests. Once selected, we proceed to set the cooking time (reflected in the recipe book), select the time with the  button, which increases 1 by 1 the minutes of cooking from 1 to 180 and the  button that decreases. We recommend you to follow the times marked in the recipe book and, if the result is not 100 % to your liking, change the time by increasing or decreasing the time marked by the recipe book to prepare the food according to your taste. If during these processes you are confused just press the cancel button and start again, A moving script appears on the screen, then press the cancel button  and start again.
5. Once you select the cooking time, select the type of pressure  High Pressure to express cooking, or  Low Pressure or stews, in any case follow the recipe book.
6. In the oven, grilled and fry menus, you cook without pressure, so you cannot select the type of pressure, also, you are advised to extract the weight of the valve or even the lid to cook and get a better result. However, always do so by following the instructions reflected in the recipe book for each specific recipe.



ATTENTION! Inside of the cup there are some marks that in case of pressure cooking (especially in high pressure) should not be exceeded at its highest line for any kind of liquid.



After selecting the menu, the cooking time and pressure (if necessary), the programmable pot will cook for you. The first stage of cooking is the automatic detection of food and heating because what you select is the actual cooking time.

The programmable pot detects the amount of food you are cooking, so you should only set the time marked in the recipe regardless if it is for one or for 10 guests. During this process, the set time and a script in motion will appear on the screen, as this process is completed, the script will remain fixed while your programmable pot is cooking, the time left to finish will be displayed, discounting each minute originally scheduled for you.

You will know that your programmable pot has finished cooking by its 3 beeps. From that point, the warm function will be automatically activated indefinitely and with it the light signal, so that the pot will keep the food warm until serving time.

(ATTENTION, this menu will only be disconnected when you press the cancel button)

To open the lid, the first step is to ensure there is no pressure inside (otherwise the programmable pot will not allow you to open the lid) moving the valve in the open position where all the steam within your programmable pot will be ejected.

PROGRAMMING THE POT

Program the programmable pot to have the freshly cooked food at a specific time:

1. Click the “LUNCH TIME” button , and select when you want to have your lunch. To select lunchtime, you must tell the programmable pot how many hours are left for serving the food, not the time you want to eat, it is important to indicate properly the time remaining to eat. Lunch Time is set in 10 minutes intervals. By pressing the button  increases up to 24 hours.
2. Select the menu, the cooking time and pressure kind, as indicated in the previous section.

The programmable pot automatically calculates when to start cooking so that the food is freshly made at the scheduled time, if the cooking time is longer than the time remaining before the scheduled time, your programmable pot will start the cooking cycle, to get as close as possible to the preset time. It is important that you program the pot at least two hours in advance.

If while cooking or waiting a power failure occurs, the programmable pot remember its programming and when the current is back your programmable pot will continue at the same point where the cooking process stopped.

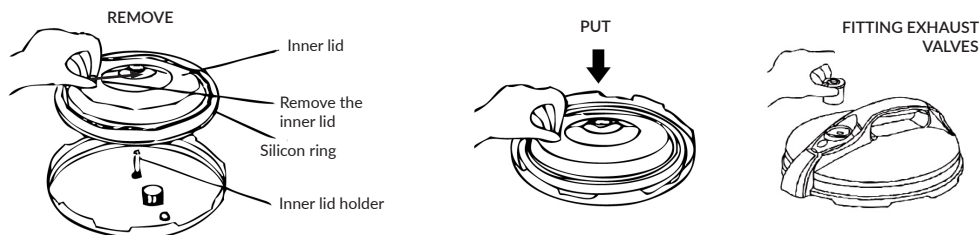
The programmable pot includes the “warm” system which is operated automatically when it stops cooking and keeps the food warm indefinitely without cooking it again, until you press the CANCEL button. Remember to cancel this function to finish using your programmable pot.

CLEANING YOUR PROGRAMMABLE POT

Your programmable pot has one of the most non-stick surfaces, made of PTFE that generates incredible non-stick properties, this makes cleaning easier to the extent that the use of any type of pad or abrasive cleaning is not necessary to clean the cup, even dish washable.

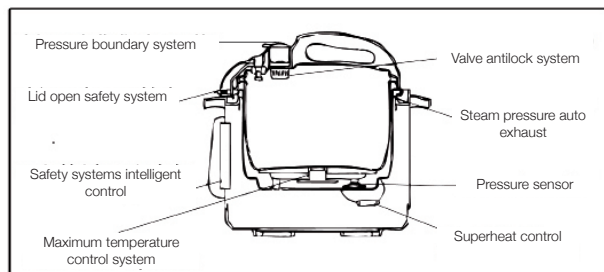
Along with the cup, the items that are in direct contact with the food should also be cleaned. These are the inner lid, the lid, the silicone ring and the exhaust valve. They should be cleaned with soap and water and using a sponge or, if necessary, a scouring pad.

To remove the inner lid and the silicone ring, pull the small holder in the inner lid and remove easily the silicone ring in it, the important thing is to clean each time you use it, otherwise you can alter the taste or odor in the following meals to be cooked with your programmable pot.

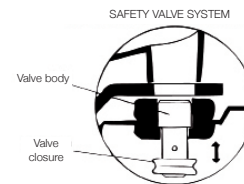


Regarding the safety filter and the exhaust valve, it is important to keep them clean so they never obstruct the steam and so that you can open your pot when you want.

The programmable cooker is a revolutionary product in terms of security systems. It has 8 interlaced systems that act simultaneously and that make it impossible for a fault to occur:



It is important to emphasize especially the safety valve system that prevents the opening of the programmable pot as long as there is pressure inside, therefore, it is fundamental to be able to open or close the programmable cooker that eliminates the steam that is inside, for this it is necessary to position the discharge valve in the "Open" position.



BASIC INSTRUCTIONS

It is very important to keep clean your programmable pot when cooking so you do not forget to clean both the valves and the rubber to eliminate any traces of odors and flavors.

Remember that your programmable cooking incorporates the food heating system indefinitely once it finishes cooking, and you must cancel it so that it does not follow up unnecessarily when the meal has just been served.

Accessories

- Measuring cup: It is incorporated as reference measure for recipe books, so when a recipe book refers to a measure, it is referring to the measuring cup.
- Rack: A metal tray is included with your programmable pot used for baking and it should be used in the case indicated in the recipe book.
- Ladle: It is a tool specifically designed for your programmable pot, as a special feature it includes a non-corrosive material ideal for working on non-stick surfaces. It is important that you always use this accessory for cooking with your pot, or a wooden or silicone tool, never use abrasive or metal utensils on non-stick surfaces or your programmable pot will lose its properties.

Cooking Tips

- Stew: It is advisable to introduce all the food and select Low Pressure, remember to put a little more water if you want a more liquid result, to get the right amount of water, keep in mind that barely any water is lost in the cooking system. time, we advise you about 35% less time than in the traditional way.
- Grill: use this menu with the lid open. To achieve the effect of the iron, it is important that there is no water inside and heating the tray without the food that we want to roast. Keep in mind that the times are 35% less than the traditional way and you do not have to turn the food around, unless you want to mark them on both sides.
- Pressure: to cook under pressure select the High Pressure Cooking Menu, do not put much more water than you want to have at the end.
- Roasting / baking: cook over the kitchen rack (optional), in the Oven Menu and the lid closed but without the weight placed, with hardly any liquid, remember to replace the weight when finished. To brown the dish, heat previously in the Oven Menu 1 minute, to get a more marked and golden finish, once the hot pan is in place, without the baking flag mark the food for 3 minutes on each side, then put the baking tray and use according to the recipe.
- Pastries, doughs and breads. We will use the Oven Menu without weight according to the recipe, it is advisable to use baking paper covering the bucket or a mold suitable for oven (not included), as indicated by the recipe.

AVANT DE CUISINER

- Lisez attentivement les instructions contenues dans ce manuel.
- N'immergez aucune des parties électriques de l'autocuiseur dans du liquide.
- L'appareil ne peut être utilisé par des enfants.
- Veillez à ne pas allumer le dispositif si l'une de ses parties est endommagée.
- Les accessoires doivent être utilisés exclusivement avec l'autocuiseur électrique, toute autre utilisation pourrait leur occasionner des dommages irréparables.
- Veillez à ne pas exposer l'appareil au soleil ou à d'autres éléments climatiques.
- N'utilisez pas l'autocuiseur électrique sur ou près de sources de chaleur, telles que des fours, des plaques de cuisson ou des plaques en vitrocéramiques, au risque de l'endommager.
- N'utilisez pas l'autocuiseur électrique à des fins différentes de celles indiquées dans ce manuel.
- Ne vous approchez pas de la soupape d'échappement lorsque la vapeur s'en échappe, elle sera très chaude et vous risqueriez de vous blesser.
- Ne dépassez pas les limites maximales indiquées à l'intérieur de la cuve de cuisson.
- Conservez ce manuel pour toute consultation ultérieure.

SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

- Écran de contrôle numérique automatique à 4 chiffres
- Capacité : 6 litres
- Puissance électrique : 1000W
- Alimentation électrique : 230V-50Hz
- Programmable 24 heures
- Conserve la chaleur pendant 24 heures
- Fonction réchauffer
- Système à double pression (cuisson à haute, à basse pression, ou sans pression).
- Réglage automatique de la température
- Mémoire de programmation lors des coupures de courant
- Auto-détection de dysfonctionnement ou d'erreur
- 10 modes de cuisson différents
- Laquage anti-brûlure
- Cuve anti-adhérente facile à nettoyer.
- Effet pressurisation : les aliments cuisent dans leur jus, ce qui leur donne plus de saveurs.
- L'appareil comporte 8 systèmes de sécurité.
- Faible consommation d'énergie

PARTIES ET ACCESSOIRES

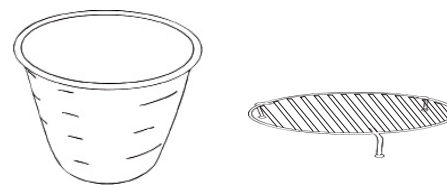
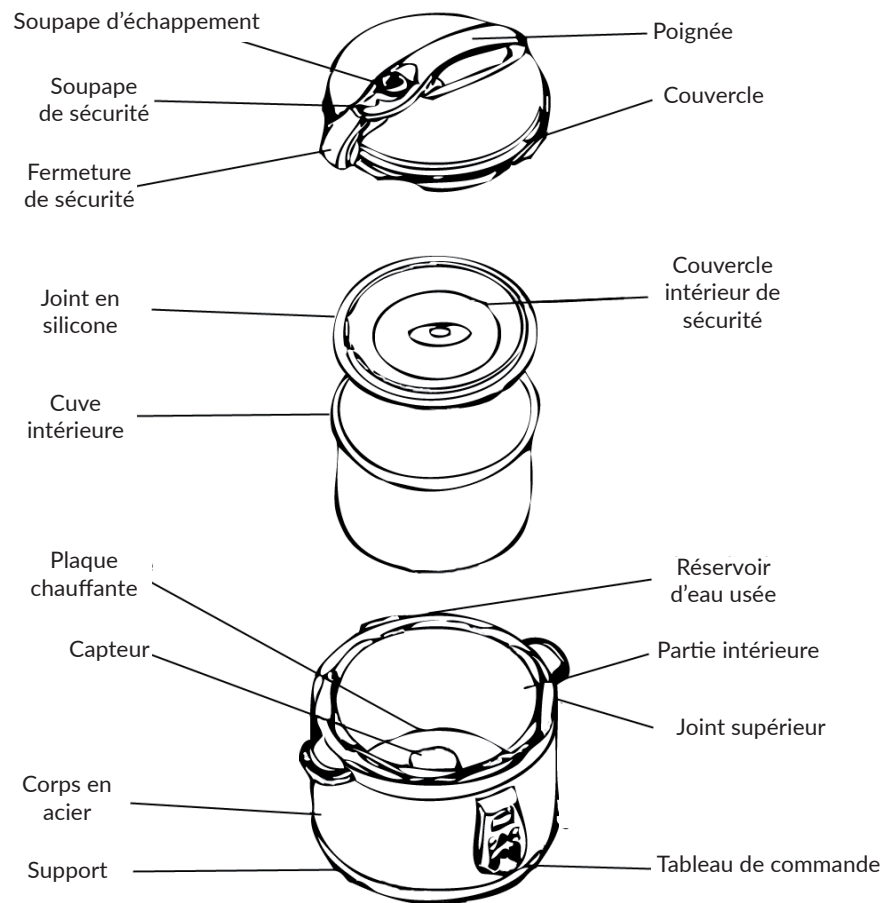


TABLEAU DE COMMANDES



PLAQUE/FRITURE: Appuyez une fois sur le bouton puis sélectionnez le Mode Gril, cuisson sans pression. Idéal pour les plats de cuisson à feu doux, telles que les «tortillas», les poêlées, etc. Le Mode Gril ne permet pas de sélectionner le type de pression, en revanche vous pouvez choisir le temps de cuisson. Pour activer le Mode Friture, appuyez deux fois sur le bouton, incorporez les aliments et l'huile en suivant la recette. Ces modes de cuissons s'utilisent avec le couvercle de l'autocuiseur ouvert.



FOUR: Sélectionnez le Mode Four, cuisson sans pression, pour les grillades et les plats au four. Il est possible de sélectionner le temps de cuisson.



CUISSON: Sélectionnez le Mode Cuisson, choisissez la pression et le temps de cuisson. Il s'agit d'un mode générique qui remplace la cuisine traditionnelle à la casserole.



POULET/VIANDE: Mode préconfiguré pour la préparation de viandes. Sélectionnez le type de pression en fonction du plat : haute pression pour les viandes qui requièrent un temps de cuisson plus long et *pression basse* pour les viandes nécessitant un temps de cuisson plus court.



RAGOÛTS/SOUPES: Mode préconfiguré pour la préparation de ragoûts (pression basse) et de soupes (haute pression). Sélectionnez le type de pression en fonction du plat.



LÉGUMINEUSES: Mode préconfiguré, sélectionnez le type de pression en fonction du plat. Ce mode s'utilise généralement avec une pression élevée.



HEURE DU REPAS +: Appuyez sur ce bouton pour activer la fonction de programmation du repas, ou pour augmenter le temps de cuisson et/ou de programmation.



CHAUD, ANNULER -: Ce bouton vous permet d'activer manuellement la fonction 'chaud', d'arrêter la cuisson à tout moment et de sélectionner un temps de cuisson et/ou de programmation moins long.



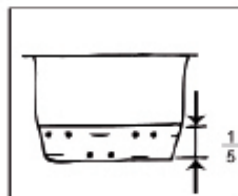
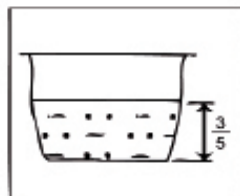
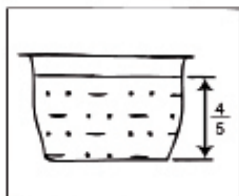
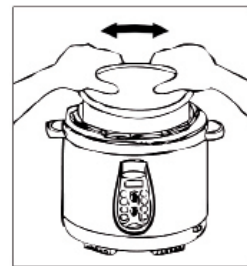
HAUTE ET BASSE PRESION: Ces boutons servent à choisir le type de pression une fois le mode de cuisson sélectionné. Les soupes et les plats en sauce se préparent généralement avec la pression haute. En revanche, la pression basse est plus adaptée à la préparation des ragoûts ou des plats sans sauce.



COMMENT CUISINER

Cuisiner avec l'autocuiseur est très simple. Vous n'avez qu'à y introduire les ingrédients, programmer l'appareil en suivant la recette. L'autocuiseur cuira automatiquement vos plats et les conservera au chaud jusqu'à ce que vous les serviez. **Comment cuisiner avec l'autocuiseur:**

1. Ouvrez le couvercle en le faisant tourner jusqu'au bout dans le sens des aiguilles d'une montre, puis soulevez-le tel qu'indiqué sur l'image ci-contre.
2. Introduisez tous les ingrédients dans la cuve intérieure, ainsi que les accessoires nécessaires le cas échéant.
3. Placez la cuve contenant les aliments à l'intérieur de l'autocuiseur (la cuve doit être dans l'autocuiseur pour toute cuisson) tel qu'indiqué sur l'image ci-contre. Ensuite, placez le couvercle et faites-le tourner jusqu'au bout dans le sens contraire à celui des aiguilles d'une montre, à l'inverse du dessin ci-haut.
4. Sélectionnez le mode de cuisson en suivant la recette. Une fois le mode sélectionné, choisissez le temps de cuisson (indiqué dans la recette) et le temps. Pour sélectionner le temps, servez-vous du bouton  qui permet d'augmenter les minutes de cuisson une par une, d'une à 180 minutes, et du bouton , qui permet de diminuer le temps de cuisson. Il est recommandé de suivre le temps de cuisson indiqué dans les recettes. Cela dit si vous n'êtes pas satisfait à 100% du résultat obtenu, vous pouvez modifier le temps de cuisson en augmentant ou en diminuant le temps indiqué dans la recette afin de préparer les plats selon votre goût. Si vous vous perdez dans ces différentes étapes, attendez quelques secondes que le processus de cuisson s'active. Un tiret s'affichera alors sur l'écran en clignotant, appuyez sur  pour annuler et recommencer.
5. Une fois le temps de cuisson sélectionné, choisissez le type de pression. Sélectionnez la pression haute à l'aide du bouton  pour une cuisson expresse, ou la pression basse avec le bouton  pour la préparation de ragoûts. Dans tous les cas, suivez les instructions indiquées dans les recettes.
6. Les modes four, gril et friture, fonctionnent par défaut sans pression. Vous ne pourrez donc pas sélectionner de pression. Pour un résultat optimal, il est conseillé de retirer le bouchon de la soupape. Dans tous les cas, veillez à suivre les instructions indiquées dans chacune des recettes.



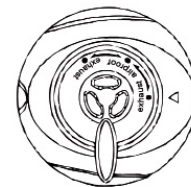
Attention ! Pour tout type de liquide, veillez à ne pas dépasser les limites maximales indiquées à l'intérieur de la cuve, particulièrement en cas de cuisson avec pression (notamment à haute pression).

Une fois le mode, le temps de cuisson et la pression (si nécessaire) sélectionnés, l'autocuiseur commence la cuisson. Dans un premier temps, les aliments sont détectés automatiquement et chauffés. Il s'agit de la première étape du processus de cuisson. Les aliments doivent en effet être préchauffés avant le temps de cuisson réel que vous aurez programmé.

L'autocuiseur détecte la quantité d'aliments à cuire, c'est pourquoi il vous suffit de programmer le temps indiqué dans la recette sans tenir compte du nombre de portions. Pendant cette étape, le temps sélectionné s'affichera sur l'écran, ainsi qu'un tiret qui clignotera jusqu'à ce que la température visée soit atteinte et que les aliments chauffent. Pendant la cuisson, le tiret cessera de clignoter et le temps restant s'affichera en faisant un décompte des minutes s'écoulant du temps programmé.

L'autocuiseur émet 3 bips lorsqu'il termine la cuisson. Le signal lumineux et la fonction 'chaud' s'activent alors sans limite de temps afin de conserver les aliments au chaud jusqu'à ce qu'ils soient servis. (Ce mode ne se désactivera que si vous appuyez sur le bouton Annuler). La fonction 'chaud' permet aussi de réchauffer les aliments sans les cuire davantage.

Pour ouvrir le couvercle de l'autocuiseur une fois la cuisson terminée, vérifiez qu'il n'y ait pas de pression à l'intérieur de celle-ci (sinon l'autocuiseur bloquera l'ouverture du couvercle de sécurité). Avant de l'ouvrir, placez la soupape d'échappement en position ouverte afin d'expulser toute la vapeur contenue dans l'autocuiseur. Suivez les indications figurant sur l'image ci-contre.



COMMENT PROGRAMMER L'AUTOCUISEUR

Programmez l'autocuiseur pour que vos plats soient prêts à une heure donnée:

1. Appuyez sur le bouton « HEURE DU REPAS »  et indiquez dans combien d'heures vous souhaitez manger. Afin de sélectionner l'heure du repas, vous devrez signaler à l'autocuiseur le nombre d'heures restantes avant de servir les aliments. Attention, il s'agit du temps restant avant le repas, et non de l'heure à laquelle vous comptez manger. L'heure du repas se programme avec le bouton  par intervalles de 10 minutes et jusqu'à 24 heures.
2. Sélectionnez le mode, le temps de cuisson et le type de pression, tel qu'indiqué dans le paragraphe précédent.

L'autocuiseur calcule automatiquement à quel moment la cuisson doit commencer pour que le repas soit prêt à l'heure programmée. Si le temps de cuisson est supérieur au temps restant avant l'heure programmée, l'autocuiseur commencera automatiquement le cycle de cuisson, pour se rapprocher au maximum de l'heure du repas sélectionnée.

Il est important de programmer l'autocuiseur au moins deux heures à l'avance.

En cas de coupure de courant pendant la cuisson ou le mode veille de l'autocuiseur, celui-ci mémorisera le programme configuré, ce qui lui permettra de reprendre le processus à l'étape où il l'avait laissé une fois l'électricité revenue.

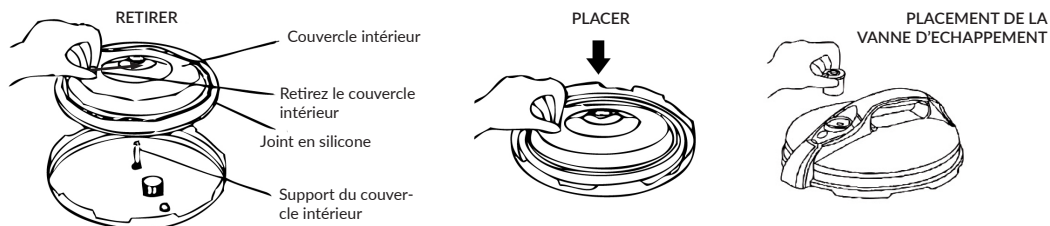
L'autocuiseur comporte une fonction 'chaud', qui s'active automatiquement une fois la cuisson terminée, et qui permet de conserver les aliments au chaud sans limite de temps, et sans les cuire davantage, jusqu'à ce que vous appuyiez sur le bouton ANNULER. Souvenez-vous de désactiver cette fonction lorsque vous avez terminé d'utiliser l'autocuiseur.

ENTRETIEN ET NETTOYAGE

La cuve de l'autocuiseur comporte une surface particulièrement anti-adhérente faite de PTFE. Ce matériau lui apporte des propriétés anti-adhérentes considérables qui facilitent le nettoyage au point que l'usage de tampon à récurer ou de tout autre type d'abrasifs n'est pas nécessaire pour nettoyer la cuve. Cela dit, celle-ci est adaptée aux machines à laver.

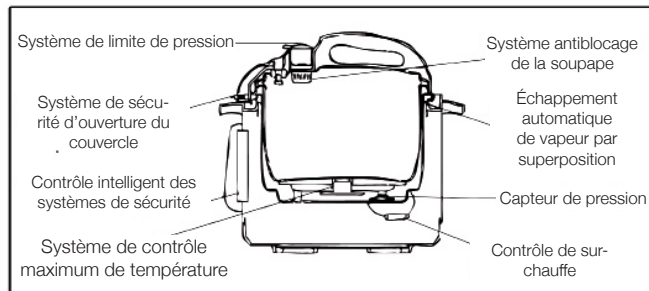
En dehors de la cuve, les éléments en contact direct avec la nourriture doivent aussi être nettoyés : le couvercle intérieur, le couvercle, le joint en silicone, et la soupape d'échappement. Ils doivent être nettoyés avec de l'eau et du savon à l'aide d'une éponge ou d'un tampon à récurer si nécessaire.

Pour retirer le couvercle intérieur et le joint en silicone, tirez sur le support se trouvant au centre du couvercle intérieur, vous pourrez alors retirer facilement le joint. Il est important de le nettoyer après chaque utilisation, afin de ne pas imprégner les plats préparés avec l'autocuiseur du goût ou de l'odeur des aliments cuisinés antérieurement.

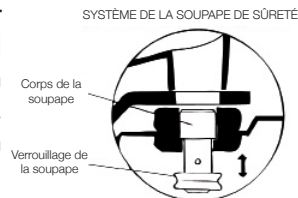


Il est important de maintenir le filtre de sécurité et la soupape d'échappement propres afin de ne jamais bloquer la sortie de la vapeur, et de pouvoir ainsi ouvrir l'autocuiseur quand vous le souhaitez.

Ses systèmes de sécurité font de l'autocuiseur un produit révolutionnaire. Il comporte 8 systèmes interconnectés qui fonctionnent de façon simultanée et empêchent toute défaillance du dispositif:



Il convient d'attirer l'attention plus particulièrement sur le système de soupape de sécurité, qui empêche l'ouverture de l'autocuiseur tant qu'il y a de la pression à l'intérieur. Par conséquent, pour pouvoir ouvrir et fermer l'autocuiseur, il est important de retirer toute la vapeur contenue dans l'appareil. Pour cela, veuillez placer la soupape d'échappement en position 'Ouvverte'.



INSTRUCTIONS BASIQUES

Il est primordial de maintenir l'autocuiseur propre. Ainsi, lorsque vous cuisinez n'oubliez pas de nettoyer les soupapes et le joint afin d'éliminer tout reste d'odeurs ou de goûts. Souvenez-vous que l'autocuiseur active la fonction 'chaud' sans limite de temps une fois que vous avez fini de cuisiner. Désactivez-la une fois que la nourriture est servie, sinon elle continuera de fonctionner inutilement. **Accessoires:**

- Verre doseur: Il sert de référence pour la mesure des ingrédients dans les recettes. Par exemple, lorsqu'une recette indique 1 mesure, il s'agit d'1 verre doseur.
- Plaque de four: Il s'agit de la plaque métallique fournie avec l'autocuiseur pour cuire avec le Mode Four si tel est indiqué dans la recette. Elle doit être disposée à l'intérieur de la cuve. Pour l'utiliser, placez-y les aliments à cuire.
- Louche: Conçue tout particulièrement pour être utilisée avec l'autocuiseur, elle est fabriquée avec des matériaux non corrosifs. Idéale pour une utilisation sur des surfaces anti-adhérentes. Lorsque vous cuisinez avec l'autocuiseur, il est important de toujours utiliser cet accessoire, ou à défaut un ustensile en bois ou en silicone. Veillez à ne jamais utiliser d'outils corrosifs ou en métal avec la cuve, au risque qu'elle perde ses propriétés anti-adhérentes.

Modes de cuisson

- Ragoût : Il est recommandé d'introduire tous les ingrédients et de sélectionner la pression basse. N'oubliez pas de verser un peu plus d'eau pour un résultat plus liquide. Afin de bien doser l'eau, tenez compte du fait que le système de cuisson ne perd presque pas d'eau. Quant au temps, il est recommandé de programmer une durée de 35% inférieure au temps de cuisson traditionnel.
- Gril : Ce mode s'utilise en laissant le couvercle ouvert. Pour obtenir l'effet gril, il ne doit pas y avoir d'eau dans l'autocuiseur et il est nécessaire de chauffer la cuve sans l'aliment à cuire dans un premier temps. Souvenez-vous que les temps de cuisson sont 35% inférieurs aux temps de cuisson traditionnels et qu'il n'est pas nécessaire de retourner les aliments, à moins que vous souhaitiez qu'ils soient grillés des deux côtés.
- Avec pression : Pour une cuisson avec pression, sélectionnez le Mode cuisson à haute pression et versez à peine plus d'eau que la quantité de liquide souhaitée dans le résultat final.
- Au bain Marie : Utilisez la grille de cuisson et un moule. Versez de l'eau jusqu'à la moitié du moule et programmez l'autocuiseur.
- Grillade/cuisson au four : Cuisinez sur la grille de cuisson (facultatif), avec le Mode Four et le couvercle fermé, sans le bouchon de la soupape et avec peu de liquide. N'oubliez pas de replacer le bouchon de la soupape une fois l'utilisation terminée. Pour faire dorer la préparation, préchauffez à l'aide du Mode Four pendant 1 minute. Pour un résultat plus marqué et plus doré, une fois que la cuve est chaude, faites chauffer les aliments 3 minutes de chaque côté sans la plaque de four. Ensuite, replacez la plaque de four et faites griller en suivant la recette.
- Faire revenir : Versez de l'huile ou du beurre dans la cuve et chauffez pendant environ deux minutes avec le Mode Gril et le couvercle ouvert, pendant que vous coupez et assaisonnez les aliments. Ensuite, faites revenir pendant 2 à 6 minutes en fonction de la recette. Vous pouvez également suivre ces indications pour faire frire des aliments tels que des gambas, de la viande à l'ail ou un œuf au plat.
- Pâtisserie, pâtes et pains. Utilisez le Mode Four sans le bouchon de la soupape en suivant ce qui est indiqué dans la recette. Il est recommandé d'utiliser du papier de cuisson pour couvrir la cuve, ou un moule adapté au four (non inclus), selon les instructions de la recette.

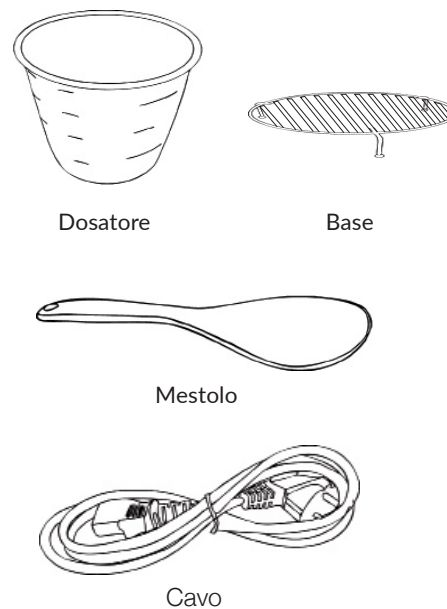
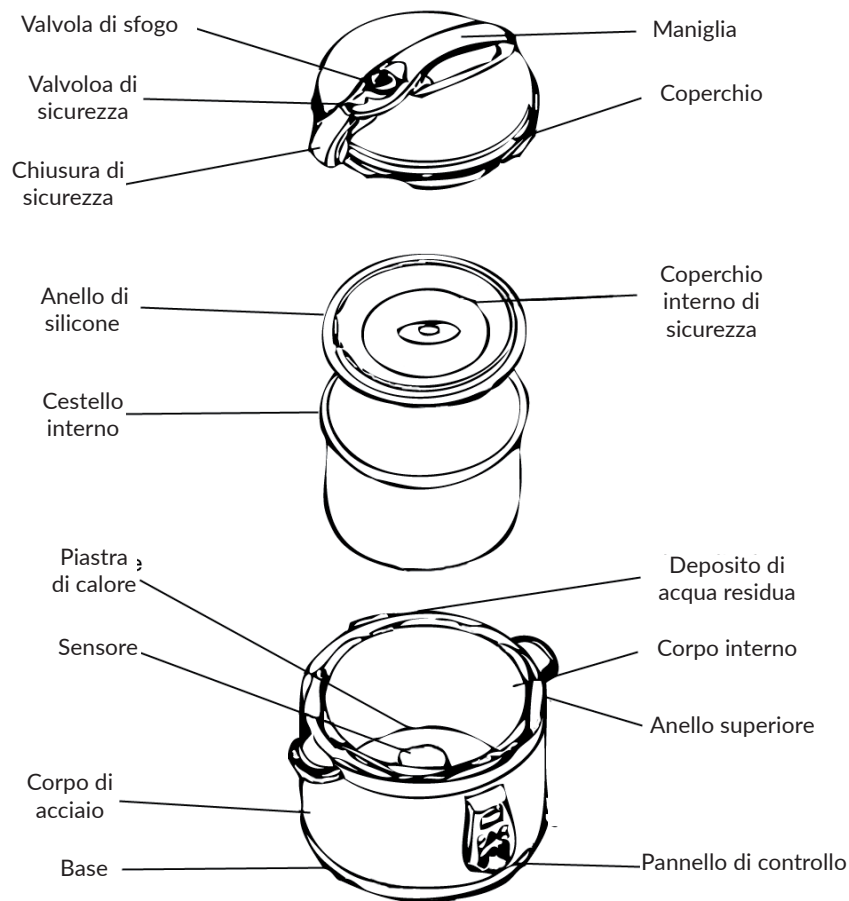
PRIMA DI CUCINARE

- Leggere attentamente le istruzioni di questo manuale. Conservare questo manuale.
- Non immergere in liquidi nessuna parte elettrica. Non deve essere usata da bambini.
- Non accenderla se ha alcuni componenti danneggiati.
- Gli accessori possono essere utilizzati solo in questa pentola, se usati diversamente potrebbero danneggiarsi irrimediabilmente.
- Non esporre al sole.
- Non utilizzare la pentola programmabile a contatto o vicino a fonti di calore come forni, fornelli o piani di cottura in vetroceramica, potrebbe essere danneggiata.
- Non utilizzare la pentola programmabile per funzioni diverse da quelle indicate nel manuale.
- Non avvicinarsi alla valvola di scarico quando la pentola espelle vapore, è estremamente calda e potrebbe risultare danneggiata.
- Non sorpassare i limiti massimi marcati sul cestello per cucinare.

CARATTERISTICHE TECNICHE

- Capacità: 6 litri
- Potenza: 1000W / Alimentazione: 230 V-50Hz
- Programmabile e conservazione calore: 24 ore
- Modalità riscaldare
- Sistema con doppia pressione (pressione alta, bassa o senza)
- Regolazione automatica della temperatura
- Memoria di interruzione elettricità
- Rilevazione automatica di errori
- Rivestimento laccato anti-bruciature
- Cestello anti-aderente facilmente pulibile
- Effetto pressurizzazione: gli alimenti vengono cucinati nel proprio sugo, ottenendo così un sapore più concentrato.
- Contiene 8 sistemi di sicurezza.
- Basso consumo energetico.

PARTI



PANNELLO DI CONTROLLO



ALLA GRIGLIA/FRIGGERE: premere il pulsante una volta e selezionare la modalità del menu alla griglia senza pressione, ideale per una cottura delicata, come frittate, soffritti... Nel menu Griglia, non è possibile selezionare la tipo di pressione, però il tempo di cottura è selezionabile. Per attivare il menu Friggere, premere due volte il tasto, inserire il cibo e l'olio come indicato nella ricetta. Questi menu vengono cucinati con il coperchio aperto.



FORNO: selezionare la modalità Forno senza pressione per piatti al forno e arrosto. Tempo di cottura selezionabile.



CUCINA: selezionare il menu, selezionare sia la pressione che il tempo di cottura. Si tratta di Un menù generico che sostituisce la cottura tradizionale nella casseruola.



POLLO/CARNE: menù predefinito per carne, selezionare il tipo di pressione in base al piatto: ad alta pressione per carni dure che richiedono un maggior tempo di cottura e bassa pressione per le carni tenere che richiedono meno tempo.



STUFATI/ZUPPE: menù preimpostato per stufati (bassa pressione) e zuppe (alta pressione).



LEGUMI: Menù predefinito, selezionare il tipo di pressione in base alla pietanza. Generalmente viene impostato su alta pressione..



ORA DEL PASTO +: Premere questo bottone per iniziare la funzione di programmazione del pasto e per incrementare il tempo di cottura e/o programmazione.



CALDO, CANCELLARE -: usa questo bottone per attivare manualmente la versione Caldo, ma anche per cancellare in qualsiasi momento la cottura e per selezionare meno tempo..

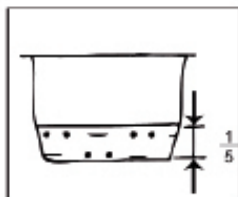
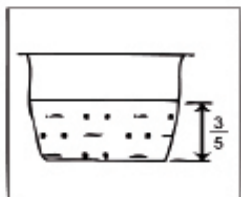
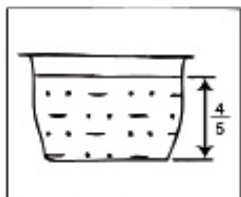
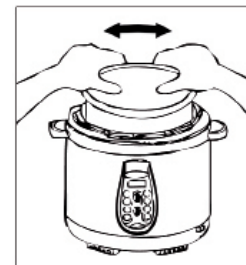


PRESSIONE ALTA E BASSA: Una volta selezionata la modalità di cottura, questi bottoni si usano per scegliere la modalità di pressione, per preparare zuppe o minestre normalmente si seleziona Alta, invece per preparare stufati o piatti secchi si seleziona bassa.

COME CUCINARE

Cucinare con la pentola programmabile è molto facile, bisogna solo introdurre gli ingredienti e programmare la pentola seguendo il ricettario. La pentola programmabile cucinerà automaticamente, mantenendo le pietanze calde fino a quando verranno messe in tavola. Come cucinare con la pentola programmabile:

1. Aprire il coperchio girandolo in senso orario fino a che si incastri, poi alzarlo.
2. Introdurre tutti gli ingredienti nel cestello interno e in caso sia necessario aggiungere gli accessori.
3. Introdurre il cestello contenente il cibo nella pentola programmabile (nella pentola deve sempre essere contenuto il cestello per cucinare) proprio come mostra la figura. Successivamente coprire con il coperchio e girarlo in senso anti-orario, al contrario di anteriore, fino a che si incastri.
4. Selezionare il menù come indicato dal ricettario. Una volta selezionato, indicare il tempo di cottura (facendo riferimento al ricettario), selezionare il tempo di cottura con il bottone  che incrementa i minuti di cottura ad uno ad uno, da 1 a 180 minuti e con il bottone  per diminuirlo. È consigliabile seguire i tempi di cottura indicati nel ricettario e che, in caso il risultato non sia al 100% soddisfacente, modificare il tempo incrementando e diminuendo i minuti di cottura riportati nel ricettario fino a raggiungere un sapore che rispecchi il proprio gusto personale. Se nel corso di questi processi ci si confonde, bisogna aspettare qualche secondo fino a che si attivi il processo di cottura e apparirà sul display un trattino in movimento, quindi premere il bottone  per cancellare e ricominciare di nuovo.
5. Una volta selezionato il tempo di cottura, selezionare il tipo di pressione:  ALTA PRESSIONE se si tratta di una ricetta rapida,  BASSA PRESSIONE se si tratta di stufati; in ogni caso attenersi alle indicazioni del ricettario per ogni ricetta.
6. Nelle modalità Forno, Griglia e Friggere si cucina senza pressione, per tanto non si potranno scegliere le opzioni di pressione. In ogni caso è consigliabile estrarre il peso della valvola, in modo tale da ottenere un risultato migliore; in ogni caso bisogna sempre seguire il ricettario per ogni tipo di ricetta in concreto.

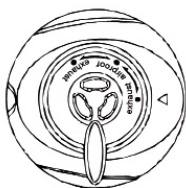


ATTENZIONE! Dentro il cestello ci sono dei simboli che indicano che qualsiasi tipo di liquido contenuto nella pentola non può sorpassare il livello massimo.

Una volta selezionato la modalità di cottura e la pressione (nel caso in cui fosse necessaria), la pentola programmabile inizierà a cucinare. La prima fase della cottura è il rilevamento automatico degli alimenti e il riscaldamento, dal momento che l'opzione selezionata è il tempo reale di cottura e ha bisogno di un preriscaldamento. La pentola programmabile rileva la quantità di alimenti che sta cucinando, per questo è necessario impostare solo il tempo indicato nella ricetta, senza badare al numero di commensali. Durante questo processo, nel display apparirà il tempo selezionato e un trattino in movimento mentre raggiunge la temperatura e si sta riscaldando; il trattino starà fermo mentre cucina e nel display apparirà il tempo restante per terminare la cottura, diminuendo di minuto in minuto dal tempo inizialmente programmato.

Quando la pentola programmabile finisce di cucinare emette 3 bip e si attiva automaticamente la funzione per mantenere il cibo in caldo in maniera indefinita e si accende un segnale luminoso. In questo modo le pietanze rimarranno calde fino al momento di essere servite. (Questa modalità si può annullare premendo il bottone Cancellare). La funzione CALDO serve anche per riscaldare senza che gli alimenti si scuociano.

Per aprire il coperchio della pentola programmabile dopo aver cucinato, assicurarsi che non ci sia pressione al suo interno (altrimenti la pentola programmabile non permetterà di aprire il coperchio di sicurezza). Prima di aprire, aprire la valvola di fuga per farle espellere tutto il vapore contenuto all'interno della pentola.



COME PROGRAMMARE LA PENTOLA

Programmare il piatto programmabile per avere il cibo appena cotto in un momento specifico:

1. Premere il bottone , e selezionare entro quante ore si desidera mangiare. Per selezionare la ora del pasto, bisognerà indicare alla pentola programmabile quante ore mancano al momento in cui il pasto sarà servito, non l'ora in cui si vuole mangiare. È importante indicare bene il tempo mancante prima del pasto. L'ora del pasto si regola con intervalli di 10 minuti con il bottone  e può aumentare fino alle 24 ore.
1. Selezionare la modalità, il tempo di cottura e il tipo di pressione, proprio come indicato nella sezione precedente..

La pentola calcola automaticamente quando deve iniziare a cucinare affinché la pietanza risulti pronta e fresca all'ora preimpostata. Nel caso in cui il tempo di cottura sia superiore al tempo che manca alla ora preconfigurata, la pentola programmabile inizierà automaticamente il processo di cottura, cercando di avvicinarsi il più possibile all'ora preimpostata.

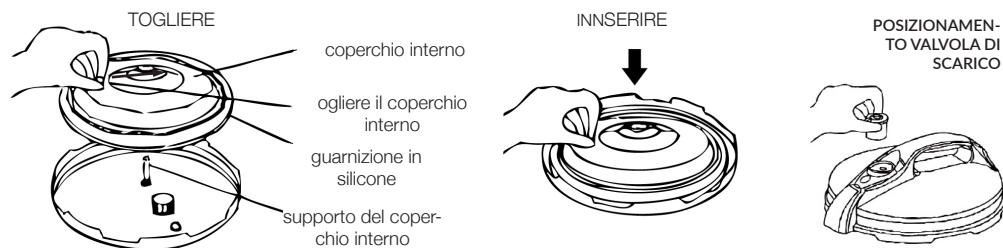
È importante programmare la pentola con almeno due ore di anticipo. Se mentre si sta cucinando si verifica un'interruzione di corrente, la pentola programmabile si ricorderà delle impostazioni scelte e nel momento in cui la corrente ritornerà, la pentola programmabile continuerà partendo dal medesimo punto del processo di cottura previamente interrotto. La pentola programmabile comprende una modalità "caldo" che si attiva nell'istante in cui finisce di cucinare automaticamente e conserva la pietanza in caldo in maniera indefinita, senza cuocerla di nuovo fino a che si preme il bottone CANCELLARE. Si ricorda di cancellare questa opzione al termine dell'utilizzo della pentola programmabile.

MANUTENZIONE E PULIZIA

Il cestello della pentola programmabile dispone di una delle superfici tra le più anti-aderenti, dalle incredibili proprietà. Questo facilita la pulizia a tal punto da rendere inutile l'utilizzo di strofinacci o qualsiasi tipo di sgrassatore abrasivo per pulire il cestello, nonostante sia adatta per la lavastoviglie.

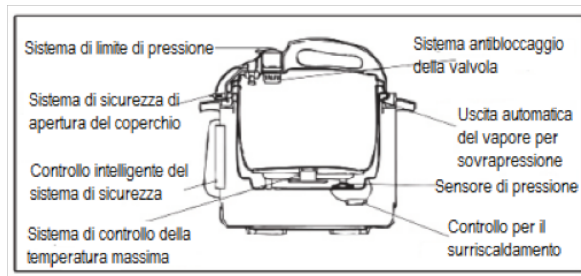
Insieme al cestello, si devono anche pulire gli elementi che si trovano a contatto diretto con il cibo: il coperchio interno, il coperchio esterno, l'anello di silicone e la valvola di fuga. Bisogna pulire con acqua e sapone utilizzando una spugna o, nel caso in cui sia necessario, una paglietta.

Per togliere il coperchio interno e l'anello di silicone, tirare dal supporto collocato al centro del coperchio interno ed estrarre facilmente l'anello di silicone che si abbina al coperchio; la cosa importante è pulirlo ogni volta che viene utilizzato, in caso contrario può lasciare tracce di sapore o odore nei pasti futuri preparati con la pentola programmabile.



Per quanto riguarda il filtro di sicurezza e la valvola di fuga, è fondamentale che venga mantenuto pulito fino a che non ostruisca mai l'uscita del vapore per poter aprire la pentola quando si vuole.

Pentola Programmabile è un prodotto rivoluzionario per i sistemi di sicurezza. Dispone di 8 sistemi interlacciati che agiscono simultaneamente e che rendono impossibile il verificarsi di un guasto:



È importante prestare attenzione al sistema della valvola di sicurezza che impedisce l'apertura della pentola sempre quando c'è pressione nel suo interno, pertanto. Per eliminare il vapore contenuto al suo interno bisogna posizionare la valvola di fuga in posizione "aperta".



ISTRUZIONI DI BASE

È molto importante mantenere pulita la pentola programmabile e per questo non bisogna dimenticare di lavare sia le valvole che la guarnizione dopo l'uso per eliminare ogni eventuale residuo.

Ricordare che la pentola dispone di un sistema automatico di riscaldamento del cibo a tempo indeterminato, che si attiva al termine della cottura e si arresta solo premendo il tasto "cancellare".

Accessori

- Bicchiere dosatore: si utilizza come riferimento di misura nelle ricette, per cui ogni dose indicata in una ricetta si riferisce al bicchiere dosatore.
- Teglia: è una teglia metallica inclusa nella pentola programmabile. Si utilizza per cuocere al forno e ogni volta che viene indicato da una ricetta. La teglia si inserisce all'interno e gli alimenti da cuocere al forno si posizionano sulla teglia.
- Mestolo: si tratta di un utensile disegnato appositamente per questa pentola programmabile e la sua particolarità è il materiale non corrosivo con cui è realizzata, che consente il suo utilizzo su superfici antiaderenti senza rovinarle. È indispensabile utilizzare sempre questo mestolo nella pentola o, in sua assenza, un utensile in legno o silicone. Non utilizzare mai utensili corrosivi o in metallo sulle superfici antiaderenti della pentola programmabile, potrebbero rovinarsi e perdere l'antiaderenza.

Consigli di cucina

- Stufato: È consigliabile introdurre tutto il cibo e selezionare Bassa pressione, ricordarsi di aggiungere un po' più d'acqua se si desidera un risultato più liquido, per ottenere la giusta quantità d'acqua, tenere presente che nel sistema di cottura si perde quasi acqua. tempo, ti consigliamo circa il 35% in meno di tempo rispetto al modo tradizionale.
- Grill: usa questo menu con il coperchio aperto. Per ottenere l'effetto del ferro, è importante che non ci sia acqua all'interno e che scaldi il vassoio senza il cibo che vogliamo arrostitire. Tieni presente che i tempi sono inferiori del 35% rispetto al modo tradizionale e non devi girare il cibo in giro, a meno che non desideri contrassegnarli su entrambi i lati.
- Pressione: per cucinare sotto pressione seleziona il menu di cottura ad alta pressione, non mettere molta più acqua di quella che vuoi avere alla fine.
- Torrefazione / cottura: cuocere sopra il cestello della cucina (opzionale), nel menu del forno e il coperchio chiuso ma senza peso, con pochissimo liquido, ricordarsi di sostituire il peso al termine. Per dorare il piatto, riscaldare precedentemente nel Menu forno 1 minuto, per ottenere una finitura più marcata e dorata, una volta posizionata la padella calda, senza la bandiera di cottura marcare il cibo per 3 minuti su ciascun lato, quindi mettere la teglia e ase secondo la ricetta.
- Dolci, impasti e pane. Useremo il menu forno senza peso in base alla ricetta, è consigliabile utilizzare carta da forno che copre il secchio o uno stampo adatto al forno (non incluso), come indicato dalla ricetta.

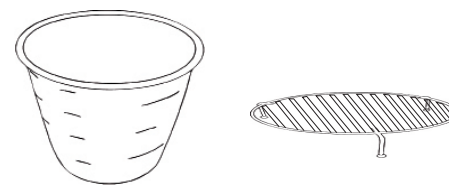
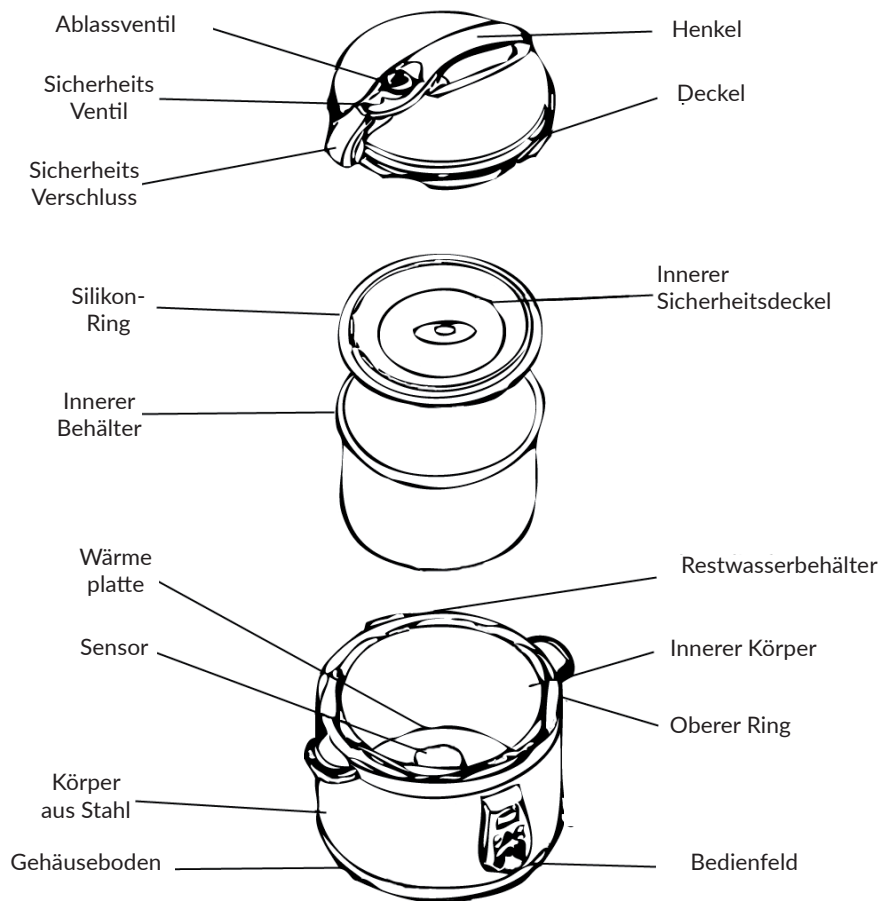
VOR DEM KOCHEN

- Lesen Sie die Anweisungen in diesem Handbuch sorgfältig durch.
- Tauchen Sie kein elektrisches Teil des programmierbaren Kochtopfes in Flüssigkeiten.
- Das Gerät darf nicht von Kindern benutzt werden.
- Schalten Sie es nicht ein, wenn Schäden vorhanden sind.
- Die Zubehörteile dürfen nur mit diesem programmierbaren Kochtopf verwendet werden; sonst können Sie irreparable Schäden erleiden.
- Nicht der Sonne oder Umwelteinflüssen aussetzen.
- Verwenden Sie den programmierbaren Kochtopf nicht auf oder in der Nähe von Wärmequellen wie Öfen, Kochplatten oder Glaskeramikplatten; er könnte dadurch beschädigt werden.
- Verwenden Sie den programmierbaren Kochtopf nicht für andere Funktionen als die, die in diesem Handbuch beschrieben werden.
- Kommen Sie nicht in die Nähe des Ablassventils, wenn der Kochtopf Dampf ablässt; dieser ist sehr heiß und kann Sie verletzen.
- Überschreiten Sie nicht die Maximum-Marken im Kochbehälter.
- Bewahren Sie dieses Handbuch für späteres Nachlesen auf.

TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

- Automatisch kontrolliertes Digital-Display mit 4 Ziffern
- Fassungsvermögen: 6 Liter
- Leistungsaufnahme: 1000W
- Betriebsspannung: 230V-50Hz
- Programmierbar: 24 Stunden
- Hält die Wärme während: 24 Stunden
- Funktion Aufwärmen
- Doppeldrucksystem (kochen mit hohem, niedrigem oder keinem Druck).
- Automatische Temperaturregelung
- Speicherfunktion bei Stromausfall
- Automatische Fehlerüberprüfung
- 10 verschiedene Kochmenüs
- Der lackierte Körper vermeidet Verbrennungen
- Anti-Haft-Behälter für einfache Reinigung
- Druck-Effekt: Die Nahrungsmittel werden im eigenen Saft gegart und man erhält einen intensiveren Geschmack.
- Verfügt über 8 Sicherheitssysteme.
- Niedriger Energieverbrauch.

BESTANDTEILE UND ZUBEHÖR



Messbehälter

Gitter



Schöpflöffel



Kabel

BEDIENFELD



GRILLEN/BRATEN: Drücken Sie die Taste einmal und wählen Sie das Menü Grillen ohne Druck, ideal für sanftes Garen wie Omeletts, Sofritos... Im Menü Grillen können Sie den Druck nicht auswählen, aber die Garzeit ja. Um das Menü Braten zu aktivieren, drücken Sie die Taste zweimal und geben Sie die Zutaten und das Öl nach Rezept hinein. Diese Menüs werden mit offenem Deckel zubereitet.



OFEN: Wählen Sie das Menü Ofen ohne Druck für Braten und Ofengerichte; die Garzeit kann ausgewählt werden.



KOCHEN: Wählen Sie das Menü Kochen und wählen Sie den Druck und die Garzeit. Dies ist das Normal-Menü, das ein traditionelles Kochen in einer Kasserolle ersetzt.



HUHN/FLEISCH: Vorprogrammiertes Menü für Fleisch; wählen Sie den Druck je nach Gericht: hoher Druck für festes Fleisch, das eine längere Garzeit braucht und niedriger Druck für zartes Fleisch, dass weniger Zeit benötigt.



SCHMORGERICHTE/SUPPEN: Voreingestelltes Menü für Schmorgerichte (niedriger Druck) und Suppen (hoher Druck); wählen Sie den Druck je nach Gericht.



HÜLSENFRÜCHTE: Voreingestelltes Menü; wählen Sie den Druck je nach Gericht. Normalerweise wird hoher Druck verwendet.



ZEIT BIS ZUM ESSEN +: Drücken Sie diese Taste um die Programmierfunktion für die Zeit bis zum Essen zu starten und um die Garzeit und/oder die programmierte Zeit zu erhöhen.



WARMHALTEN, ABBRECHEN -: Verwenden Sie diese Taste um die Funktion Warmhalten manuell zu aktivieren oder um zu jeder Zeit den Garvorgang zu unterbrechen; und um eine kürzere Garzeit und/oder programmierte Zeit zu wählen.

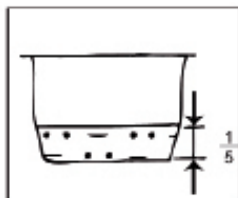
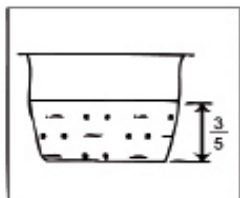
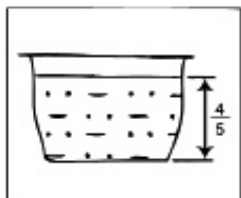
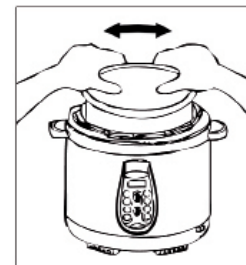


HOHER UND NIEDRIGER DRUCK: Diese Tasten dienen, nachdem man das Kochmenü ausgewählt hat, um den Druck-Modus zu wählen, um Suppen oder Löffelgerichte zu kochen; normalerweise wird mit hohem Druck gekocht - um Schmorgerichte oder trockene Gerichte zu kochen muss niedriger Druck gewählt werden.

SO WIRD GEKOCHT

Das Kochen mit dem programmierbaren Kochtopf ist sehr einfach. Man muss nur die Zutaten hineintun und den Kochtopf nach den Angaben im Rezeptbuch programmieren. Der programmierbare Kochtopf kocht automatisch und hält das Essen warm, bis es serviert wird. **So wird mit dem programmierbaren Kochtopf gekocht:**

1. Öffnen Sie den Deckel indem Sie ihn im Uhrzeigersinn bis zum Anschlag drehen, und nehmen Sie ihn ab, wie in der Abbildung gezeigt wird.
2. Geben Sie alle Zutaten in den Innenbehälter und, falls nötig, eines der Zubehörteile.
3. Stellen Sie den Behälter mit den Zutaten in das Innere des programmierbaren Kochtopfes (zum kochen muss sich der Behälter immer im Inneren befinden), wie es in der Abbildung dargestellt wird. Setzen Sie anschließend den Deckel auf und drehen Sie ihn entgegen dem Uhrzeigersinn, genau umgekehrt als es in der vorigen Abbildung gezeigt wird, bis zum Anschlag.
4. Wählen Sie das Menü, das im Rezept angegeben ist. Stellen Sie anschließend die Garzeit ein (die im Rezept angegeben ist), und wählen Sie die Zeit mit der Taste  die die Minuten für die Garzeit um jeweils 1 von 1 bis 180 Minuten erhöht und die mit der Taste  verkleinert wird. Wir empfehlen, die Zeiten zu verwenden die im Rezeptbuch angegeben sind; aber falls Ihnen das Ergebnis nicht 100% gefällt, dann ändern Sie die Zeit, indem Sie den im Rezeptbuch angegebenen Wert erhöhen oder verringern damit das Gericht ganz nach ihrem Geschmack wird. Wenn Sie sich bei einem dieser Prozesse irren, warten Sie ein paar Sekunden bis der Kochvorgang beginnt; auf dem Display erscheint ein sich bewegnender Bindestrich, dann drücken Sie die Taste  zum Abbrechen und beginnen wieder von Vorne.
5. Nachdem Sie die Garzeit eingestellt haben, wählen Sie  Hoher Druck, wenn Sie den Schnellkochmodus wollen, oder  niedriger Druck, wenn Sie Schmorgerichte wollen; befolgen Sie in jedem Fall die Anweisungen im Rezeptbuch.
6. Bei den Menüs Ofen, Grillen und Braten ist Kochen ohne Druck voreingestellt, deshalb können Sie den Druck nicht auswählen; es ist außerdem empfehlenswert, den Ventilaufsatz vom Ventil zu nehmen um ein besseres Ergebnis zu erzielen, aber tun Sie das immer gemäß den Anweisungen, die für jedes konkrete Rezept im Rezeptbuch enthalten sind.



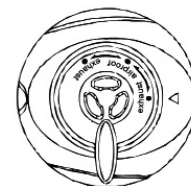
VORSICHT! Im Inneren des Behälters befinden sich Markierungen, deren Maximum-Linie auf keinen Fall von irgendeiner Flüssigkeit überschritten werden darf. Vor allem, wenn Sie mit Druck kochen (und ganz besonders mit hohem Druck).

Wenn Sie das Menü, die Garzeit und den Druck (falls nötig) ausgewählt haben, beginnt der programmierbare Kochtopf mit dem Kochprozess. Der erste Schritt besteht in der automatischen Auswertung der Zutaten und deren Erwärmung, denn was Sie eingestellt haben ist die reale Kochzeit, und der Inhalt muss vorher erst erhitzt werden.

Der programmierbare Kochtopf wertet die Menge der zu kochenden Nahrungsmittel aus, deshalb müssen Sie nur die Zeit einstellen, die im Rezept angegeben ist, egal ob Sie für 1 oder für 10 Personen kochen. Während dieser Phase erscheint auf dem Display die gewählte Zeit und - während der Erhitzungsphase - ein sich bewegendes Bindestrich; der Bindestrich bleibt stehen während gegart wird, und auf dem Display erscheint die bis zum Ende verbleibende Zeit: für jede vergangene Minute wird jeweils eine Minute von der ursprünglich eingestellten Zeit heruntergezählt.

Wenn der programmierbare Kochtopf mit dem Kochen fertig ist, piept er 3 Mal und aktiviert automatisch die endlose Funktion Warmhalten und das Zeichen dafür leuchtet auf, der Kochtopf hält das Essen warm, bis es serviert wird. (Dieses Menü wird erst beendet, wenn Sie die Taste Abbrechen drücken). Die Funktion Warmhalten dient auch zum Aufwärmen, ohne das Gericht weiter zu kochen.

Um den Deckel nach dem Kochen abzunehmen vergewissern Sie sich erst, dass kein Druck im Inneren besteht (sonst verhindert der programmierbare Kochtopf aus Sicherheitsgründen ein Öffnen des Deckels). Schieben Sie das Ausgleichsventil vor dem Öffnen in die 'Offen'-Position damit der gesamte Druck aus dem Inneren des Kochtopfes entweichen kann. Siehe Abbildung, donde expulsará todo el vapor que haya dentro de la olla. Fíjese en el dibujo.



SO WIRD DER KOCHTOPF PROGRAMMIERT

Den programmierbaren Kochtopf programmieren, damit das Essen zu einer bestimmten Zeit gerade fertig wird:

1. Die Taste **“ZEIT BIS ZUM ESSEN”**  drücken, und auswählen, nach wie vielen Stunden Sie essen wollen. Um die Essenszeit einzustellen, müssen Sie dem programmierbaren Kochtopf angeben, wie viele Stunden bis zum Servieren des Essens fehlen - nicht die Uhrzeit, zu der Sie essen wollen; es ist wichtig, die bis zum Essen verbleibende Zeit richtig einzustellen. Die Zeit bis zum Essen wird in 10-Minuten-Schritten mit der  - Taste eingestellt, bis zu einem Höchstwert von 24 Stunden.
2. Stellen Sie dann das Menü, die Garzeit und den Druck ein, wie es im vorigen Absatz beschrieben wurde.

Der programmierbare Kochtopf berechnet automatisch, wann er mit dem Kochprozess beginnen muss, damit das Essen zur vorprogrammierten Zeit frisch fertig gekocht ist; falls die Garzeit grösser sein sollte als die noch bis zum Essen verbleibende Zeit, beginnt der programmierbare Kochtopf sofort automatisch mit dem Kochzyklus, um sich so weit wie möglich an die eingestellte Zeit anzupassen. Es ist wichtig, dass Sie den Kochtopf mindestens zwei Stunden im Voraus programmieren.

Wenn beim Garen oder während der Wartezeit der Strom ausfällt, speichert der programmierbare Kochtopf die Einstellungen und fährt - wenn der Strom wiedergekehrt ist - genau an dem Punkt des Kochprozesses fort, an dem er stehen geblieben war.

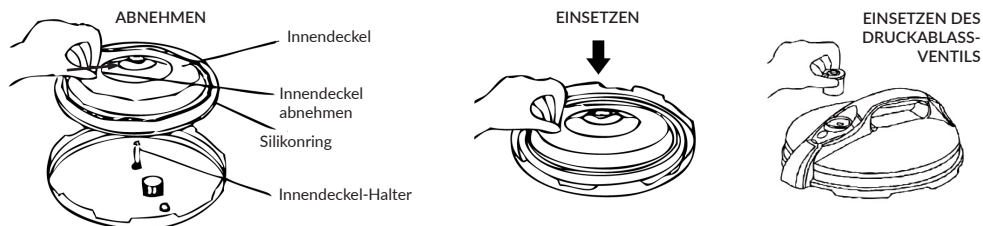
Der programmierbare Kochtopf besitzt das System zum **“Warmhalten”** das aktiviert wird, sobald der automatische Kochprozess beendet wurde, und hält das Essen auf unbestimmte Zeit warm - ohne es weiter zu kochen - bis Sie die Taste **ABBRECHEN** drücken. Denken Sie daran, diese Funktion zu stoppen, wenn Sie den programmierbaren Kochtopf zu Ende benutzt haben

INSTANDHALTUNG UND REINIGUNG

Der Innenbehälter des programmierbaren Kochtopfes besitzt eine extrem hochwertige Anti-Haft-Beschichtung aus PTFE, die unglaubliche Anti-Haft-Eigenschaften besitzt: Das erleichtert die Reinigung bis zu dem Punkt, dass für die Reinigung des Behälters kein Scheuerschwämmchen oder Scheuermittel gebraucht wird, obwohl er für den Geschirrspüler geeignet ist.

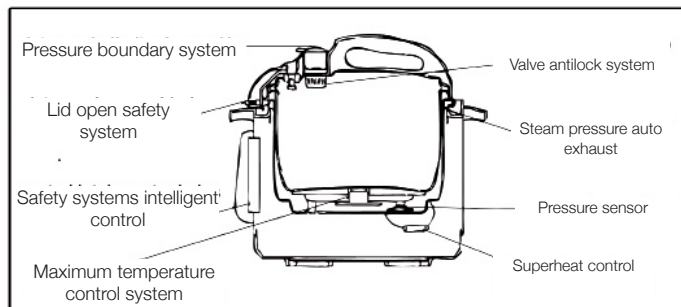
Außer dem Innenbehälter müssen auch alle Elemente gereinigt werden, die in direktem Kontakt mit dem Essen stehen: Der Innendeckel, der Deckel, der Silikonring und das Druckablassventil. Sie werden mit Seifenwasser und einem Schwamm oder, falls nötig, mit einem Scheuerschwämmchen abgewaschen.

Um den Innendeckel und den Silikonring abzunehmen, ziehen Sie an der Befestigung in der Mitte des Innendeckels, so trennen Sie leicht den Silikonring vom Deckel; es ist wichtig, ihn nach jedem Gebrauch zu reinigen, andernfalls können Geschmacksreste oder Gerüche bei den folgenden Gerichten mit dem programmierbaren Kochtopf auftreten.

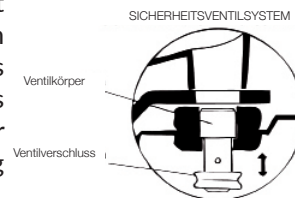


Was den Sicherheitsfilter und das Druckablassventil betrifft, ist es wichtig, dass sie sauber gehalten werden damit der Dampfaustritt niemals unterbrochen wird und damit Sie den Kochtopf jederzeit öffnen können.

Der programmierbare Kochtopf ist ein revolutionäres Produkt in Bezug auf Sicherheitsvorrichtungen. Er verfügt über 8 miteinander gekoppelte Systeme, die gleichzeitig aktiv sind und einen Störfall unmöglich machen:



Es ist wichtig, besonderes Augenmerk auf das Sicherheitsventilsystem zu richten, das verhindert, dass der programmierbare Kochtopf geöffnet wird solange das Innere noch unter Druck steht, deshalb ist es für das Öffnen oder Schließen des programmierbaren Kochtopfes wesentlich, dass erst der Dampf aus dem Inneren abgelassen wird; dafür muss das Ablassventil in die Stellung "Offen" gebracht werden.



WICHTIGE ANWEISUNGEN

Es ist sehr wichtig, den programmierbaren Kochtopf immer sauber zu halten. Vergessen Sie beim kochen deshalb nicht, sowohl die Ventile als auch den Gummiring zu säubern, damit eventuelle Geruchs- oder Geschmacksrückstände entfernt werden. Denken Sie daran, dass der programmierbare Kochtopf die Warmhaltefunktion nach dem Kochen dauerhaft aktiviert; brechen Sie diese Funktion ab nachdem Sie das Essen serviert haben, sonst bleibt sie unnützerweise aktiviert. **Zubehör**

- Messbecher: Dient als Referenzmaß bei den Rezepten; wenn also in einem Rezept 1 Maß angegeben wird, dann ist 1 Messbecher voll gemeint.
- Kochplatte: Die metallische Platte wird mit dem Kochtopf mitgeliefert und wird zum Backen verwendet oder wenn es im Rezept angegeben wird. Sie wird in den Innenbehälter gestellt und die zu garenden Zutaten werden daraufgelegt.
- Schöpflöffel: Speziell für den programmierbaren Kochtopf konzipiert; seine besondere Eigenschaft ist, dass er aus nicht korrosivem Material besteht und somit ideal für das Arbeiten mit Anti-Haft-Beschichteten Oberflächen ist. Es ist wichtig, dass Sie dieses Zubehör immer verwenden, wenn Sie mit dem Topf kochen, oder sonst andere Utensilien aus Holz oder Silikon; verwenden Sie niemals korrosive oder metallische Utensilien für den Innenbehälter, da diese sonst die Anti-Haft-Eigenschaften zerstören.

Kocharten

- Schmoren: Es wird empfohlen, alle Zutaten hineinzutun und niedrigen Druck zu wählen. Denken Sie daran, etwas mehr Wasser zu nehmen, wenn Sie ein flüssigeres Ergebnis wollen; um die richtige Wassermenge zu erzielen, denken Sie daran, dass das Kochsystem fast gar kein Wasser verliert; und was die Zeit betrifft, empfehlen wir ca. 35% weniger Zeit als für das traditionelle Garen benötigt wird.
- Grillen: Verwenden Sie dieses Menü mit offenem Deckel. Um den Grill-Effekt zu erzielen, ist es wichtig, dass sich kein Wasser im Inneren befindet, und dass der Innenbehälter erst ohne die zu bratende Nahrung erhitzt wird. Bedenken Sie, dass die Zeiten ca. 35% kürzer sind als bei der herkömmlichen Zubereitung, und dass es nicht nötig ist, den Inhalt zu wenden - außer Sie wollen ihn auf beiden Seiten braten.
- Mit Druck: Um mit Druck zu kochen, verwenden Sie das Menü Kochen mit hohem Druck, und verwenden Sie nicht viel mehr Flüssigkeit als die, die Sie am Ende noch übrighaben wollen.
- Wasserbad: Verwenden Sie das Kochgitter und eine Form. Füllen Sie den Behälter bis etwas über die Hälfte der Form mit Wasser und programmieren Sie nach den Angaben im Rezept.
- Braten/Backen: Kochen Sie auf dem Kochgitter (optional) mit dem Menü Ofen und geschlossenem Deckel, aber ohne den Ventilaufsatz aufzusetzen, und fast ohne Flüssigkeit; denken Sie daran, den Ventilaufsatz wieder aufzusetzen, wenn Sie fertig sind. Um das Gericht zu bräunen, erhitzen Sie erst eine Minute lang mit dem Menü Ofen. Um eine stärkere Bräunung beim Anbraten zu erzielen: Wenn der Behälter heiß ist, 3 Minuten lang auf jeder Seite ohne die Ofenplatte anbraten, danach die Ofenplatte einsetzen und nach Rezept weitergaren.
- Anbraten: Das Öl oder die Butter in den Behälter geben und ein paar Minuten lang bei offenem Deckel mit dem Menü Grillen erhitzen, währenddessen die Zutaten schneiden und würzen. Danach 2 bis 6 Minuten lang, je nach Zutaten, anbraten; so kann man auch andere Nahrungsmittel wie Garnelen, Lende mit Knoblauch und sogar ein Spiegelei braten.
- Backwaren, Teig und Brot. Dazu verwenden wir das Menü Ofen, ohne Ventilaufsatz, nach Rezept; es ist empfehlenswert, den Behälter mit Backpapier auszulegen oder eine ofenfeste Form (nicht inbegriffen) zu verwenden, je nach Angaben im Rezept.

newcook[®]
TU ALIADO EN LA COCINA