



SAMSPARTY SL  
CL CABAÑA 78, 45210 YUNCOS ,TOLEDO,ESPAÑA  
B45824786  
[HTTP://WWW.AIGOSTAR.COM](http://www.aigostar.com)  
MADE IN P.R.C



# INSTRUCTIONS

## MULTI COOKER



MODEL: 8433325504007

The plastic material in contact with the food is PP(polypropylene), BPA free.

# CONTENT

<b>GB</b>	.....	1-40
<b>ES</b>	.....	41-80
<b>PL</b>	.....	81-118
<b>IT</b>	.....	119-156
<b>DE</b>	.....	157-194
<b>NL</b>	.....	195-230
<b>FR</b>	.....	231-270
<b>PT</b>	.....	271-310


Read the instructions, keep them safe, pass them on if you pass the appliance on. Remove all packaging before use.

## AN IMPORTANT SAFEGUARD



### Follow basic safety precautions, including:

1. This appliance can be used by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been supervised / instructed and understand the hazards involved.
  - Children must not use or play with the appliance.
  - Keep the appliance and cable out of reach of children.
2. Use the appliance only with the connector and cable supplied, and vice versa.
3. If the connector or cable is damaged, they must be replaced by a special assembly available from the manufacturer or its service agent.
4. Don't connect the appliance via a timer or remote control system.
5. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
6. This appliance is for household use only. Do not use outdoors.
  - ⊘ Don't immerse the appliance in liquid.
  - ⚠ The surfaces of the appliance will get hot. Residual heat will keep the surfaces hot after use.
7. Don't put frozen meat or poultry in the appliance-defrost fully before use.
8. Cook meat, poultry, and derivatives (mince, burgers, etc.) till the juices run clear. Cook fish till the flesh is opaque throughout.

9. Don't try to cook anything in the body of the cooker-cook only in the removable bowl.
10. Don't fill the bowl above max.
11. Don't reach over the appliance, and keep hands, arms, face, etc. Clear of the escaping steam.
12. Don't cover the appliance or put anything on top of it.
13. Don't cook foods that foam when heated (like laver, Chinese cabbage, kelp, corn grits, pasta), they may block the filter, and overwhelm the appliance.
14. Attach the connector to the appliance before plugging the cable into the power socket.
15. Unplug the appliance when not in use.
16. Don't use accessories or attachments other than those we supply.
17. Don't use the appliance for any purpose other than described in these instructions.
18. Don't use the appliance if it's damaged or malfunctions.

 BEFORE USING FOR THE FIRST TIME  
Hand wash the removable parts.

## HOW IT WORKS

1. Measure the ingredients into the bowl.
2. Give the bowl quarter of a turn each way, to ensure the bottom of the bowl makes good contact with the element.
3. Close the lid.
4. Use the menu button  to select the program you want.
5. The three big buttons at the bottom,  rice cooking,



Slow Cook

slow cooking, and




Stew

stewing, over-rule the menu

and the start button.

6. Set the timer  if appropriate.

7. Press the start button 

8. To stop the appliance, press stop  once if the display is not counting down, or twice if the display is counting down.

9. After using the appliance, let it rest for 15 minutes before using it again.



## PREPARATION

1. Sit the appliance on a stable, level, heat-resistant surface.

2. Don't use the appliance near or below curtains, shelves, cupboards or anything else likely to be damaged by the escaping steam.

3. Have oven gloves (or a cloth) to hand, and a heat-resistant mat or dinner plate to put the bowl on after cooking.

4. Put the bowl inside the cooker.

5. Give the bowl quarter of a turn each way.



## POWER UP

1. Put the lid on the bowl.

2. Put the connector into the plug into the power socket.

3. The display will light up briefly.

4. The  Meat light will blink.



Rice

## RICE COOKING

1. Use the cup to put rice into the bowl.

2. Don't use more than 10 cups of rice.

3. The scale on the left inside the bowl is marked from 2 to 10.

4. Fill the bowl with water up to the number corresponding to the number of cups of rice.

5. Close the lid.

6. Press 

7. The  light will glow.

8. The outer segment of the display will blink while the food heats up.

9. The display will then show the remaining cooking time (13 minutes), and count down.

10. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.

11. The  light will glow.

12. Press stop  .

13. Open the lid.

14. Lift out the bowl and set it down on a heat-resistant mat or dinner plate.





15. Use the spatula to turn and mix the rice, to let all the steam escape.

16. Sometimes the layer of rice in contact with the bowl will form a crust.

17. If you don't want it you can remove it with the spatula, after you've served the rice.







## SLOW COOKING

1. Brown meat and vegetables (see "BROWN/ SAUTE/ SOFTEN/ BOIL" on page 9).
2. Boil the cooking liquid (see "BROWN/ SAUTE/ SOFTEN/ BOIL" on page 9).
3. Put the solid ingredients into the bowl, then add the cooking liquid.
4. Close the lid.
5. Press  .
6. The  light will glow.
7. The display will show 8 hours, and count down.
8. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.
9. The  light will glow.
10. Press stop  , open the lid, then remove the food.



## STEWING








1. Brown meat and vegetables (see "BROWN/ SAUTE/ SOFTEN/ BOIL" on page 9).
2. Boil the cooking liquid (see "BROWN/ SAUTE/ SOFTEN/ BOIL" on page 9).
3. Put the solid ingredients into the bowl, then add the cooking liquid.
4. Close the lid.
5. Press  .
6. The  light will glow.

7. The display will show 1 hour, and count down.
8. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.
9. The  light will glow.
10. Press stop  , open the lid, then remove the food.



Menu




## USING THE MENU

MENU		RANGE	DEFAULT
 Meat	Meat	10 min-1h	20min
 Soup	Soup	1-5h	1h
 Yoghurt	yoghurt	6-10h	8h
 Bread	bread	1-3h	3h
 Fish	fish	10min-1h	20min
 Steam	steam	30min-2h	30min
 Porridge/Risotto	Porridge/risotto	1-4h	1h
 Cake	cake	30min-2h	40min



 MEAT

1. Rub the meat all over with cooking oil.
2. Rub any seasonings over the surface of the meat.
3. Put a tablespoon of cooking oil in the bowl.
4. Lay the meat in the centre of the bowl.
5. Close the lid.










## COOKING TIME

6. Cooking time will depend on the type and weight of food.
7. Don't cook more than about 500g at a time.
8. We suggest cooking times of 10 minutes + 10 minutes per 100g of weight for beef.
9. Don't cook pork or poultry for less than 30 minutes.
10. Cook meat, poultry, and derivatives (mince, burgers, etc.) till the juices run clear.
11. Cook fish till the flesh is opaque throughout.
12. Use the menu button  to select .
13. The default time is 20 minutes.
14. You can use the "h" and "min" buttons while the display time is blinking.
15. Use the "min" button to move the display  through the options, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.
16. If you want to cook for 1 hour, press the "h" button.
17. To undo the 1 hour setting, press the "h" button again, while the display time is blinking.
- ★ If you do nothing for 2 minutes, the appliance will revert to standby mode.
18. When you have chosen the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.
19. The display will count down.
20. At the end of the cooking time, the appliance will go

into "keep warm" mode.




21. The  light will glow.
22. Press stop , open the lid, then remove the food.



 TIMER

1. You may use the delay timer with the soup  Soup, yoghurt  Yoghurt, bread  Bread, steam  Steam, and porridge  Porridge/Risotto programs.
2. Do this immediately after setting the cooking time, and before pressing start .
  - a) Press .
  - b) The  light will glow, to remind you that you are using the delay timer.
  - c) Decide when you want your food to be ready.
  - d) For example, if it is 2:00 now, and you want it to be ready at 9:00, you must set the ready time to 7 hours.
  - e) Use the "h" and "min" buttons to set the ready time.
  - f) Press start .



## SOUP

1. Brown meat and vegetables (see "BROWN/ SAUTE/ SOFTEN/ BOIL" on page 9).
2. Put the solid ingredients into the bowl, then add the cooking liquid.
3. Close the lid.
4. Use the menu button  to select  Soup
5. Choose the cooking time..
6. The default time is 1 hour.
7. You can use the "h" and "min" buttons while the display time is blinking.
8. Use the "min" button to move the display through the options, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.
9. Use the "h" button to move the display through the options, 1,2,3,4 and 5.
10. To undo the 5 hour setting, press the "h" button again, while the display time is blinking.
- ✳ If you do nothing for 2 minutes, the appliance will revert to standby mode.
11. You have the option of using the timer with this program (see TIMER).
12. Press start  .
13. The display will count down.
14. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.

15. The  light will glow.
16. Press stop  , open the lid, then remove the food.



## YOGHURT

## Yoghurt culture

1. You may use 30ml (2 tablespoons) of:
  - a) Unflavoured live yoghurt-it must be fresh (look for a long expiry date).
    - Different brands will give different results.
  - b) Yoghurt you made previously.
    - The bacteria weaken over time, so you can only do this 10 times before using another new culture.
  - c) Freeze-dried yoghurt culture from a pharmacy of health food shop.
    - If the instructions on the culture package differ from this guide, follow those on the package.

## Milk

2. You will need 1 litre of milk.
3. Whole milk gives thicker yoghurt than low fat milk.
4. To make it even thicker, you may add up to 8 tablespoons of powdered milk.
5. You may also use reconstituted powdered milk, or tinned evaporated milk.

## Making yoghurt

6. You need to kill the bacteria in the milk, to prevent

them competing with the bacteria in the yoghurt culture.

7. While you are heating the milk, let the yoghurt culture get to room temperature.

8. Open the lid.

9. Use the STEAM (BROWN/SAUTE/SOFTEN/BOIL) program to heat the milk to just below boiling.

10. Switch off when small bubbles form round the edges of the bowl.

11. Leave the milk cool to between 37°C and 45°C.

12. Stir the yoghurt culture into the milk.

13. They must be thoroughly mixed, or the yoghurt will be lumpy.

14. Close the lid.

15. Use the menu button  to select  Yoghurt

16. Choose the cooking time..

17. The default time is 1 hour.

18. You can use the "h" and "min" buttons while the display time is blinking.


19. Use the "min" button to move the display through the options, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.

20. Use the "h" button to move the display through the options, 6,7,8,9,and 10.

21. To undo the 10 hour setting, press the "h" button again, while the display time is blinking.

✳ If you do nothing for 2 minutes, the appliance will revert to standby mode.


22. You have the option of using the timer with this program (see TIMER).

23. Press start  .

24. The display will count down.

25. At the end of the cooking time, the appliance will go into standby mode.

26. It will not keep the yoghurt warm.

27. Press stop  , open the lid, then remove the food.

## BREAD

1. Defrost frozen dough thoroughly before use.

2. Don't use more than 500g, or the dough might overwhelm the appliance.

3. Wipe the bowl with cooking oil.

4. Put the dough into the bowl.

5. Close the lid.

6. Use the menu button  to select  Bread




7. Choose the cooking time.

8. The default time is 3 hours.

9. You can use the "h" and "min" buttons while the display time is blinking.






10. Use the "min" button to move the display through the options, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.



11. Use the "h" button to move the display through the options, 1,2,3,4, 5 and 6.
12. To undo the 6 hour setting, press the "h" button again, while the display time is blinking.
- ✦ If you do nothing for 2 minutes, the appliance will revert to standby mode.
13. You have the option of using the timer with this program (see TIMER).
14. Press start  .
15. The display will count down.
16. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.
17. The  light will glow.
18. Press stop  , open the lid, then remove the food.

## FISH



1. Rub the fish all over with cooking oil.
  2. Rub any seasonings over the surface of the fish.
  3. Put a tablespoon of cooking oil in the bowl.
  4. Lay the fish in the centre of the bowl.
  5. Close the lid.
- ### COOKING TIME
6. Cooking time will depend on the type and weight of food.
  7. Don't cook more than about 500g at a time.

8. We suggest cooking times of 10 minutes per 100g of weight.
9. Cook fish till the flesh is opaque throughout.
10. Use the menu button  to select  Fish .
11. The default time is 20 minutes.
12. You can use the "h" and "min" buttons while the display time is blinking.
13. Use the "min" button to move the display through the options, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.
14. If you want to cook for 1 hour, press the "h" button.
15. To undo the 1 hour setting, press the "h" button again, while the display time is blinking.
- ✦ If you do nothing for 2 minutes, the appliance will revert to standby mode.
16. When you have chosen the cooking time, press start  .
17. The display will count down.
18. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.
19. The  light will glow.
20. It's best to remove the food as soon as it has cooked, to prevent it drying out.
21. Press stop  , open the lid, then remove the food.



## STEAMING

1. Fill the bowl with cold water up to the 6 mark.
2. Sit the basket inside the top of the bowl.
3. Put the food into the basket.
4. For uniform cooking, cut all pieces of food to roughly the same size.
5. For peas, or anything that'll break up or drop into the water, make a parcel with aluminium foil.
6. Take care when removing the parcel-wear oven gloves and use plastic tongs/ spoons.
7. Close the lid.

8. Use the menu button to  select  Steam .




9. Choose the cooking time-these should cook within the 30 minute default time:

Food (fresh)	quantity
Green beans	200g
Broccoli	200g
Brussels sprouts	200g
Cabbage	quarter
Carrots (sliced)	200g
Corn cobs	2
Potatoes (quartered)	400g

## Cooking times &amp; food safety

10. Cook meat, poultry, and derivatives (mince, burgers, etc.) till the juices run clear. Cook fish till the flesh is opaque throughout.
11. You should cook leaf vegetables as little as possible, to keep them green and crisp. Plunging them into iced water


will stop the cooking process.

12. The default time is 30 minutes.
13. You can use the "h" and "min" buttons while the display time is blinking.
14. Use the "min" button to move the display through the options, 30,35,40,45,50 and 55.
15. Use the "h" button to move the display through the options, 1,and 2.
16. To undo the 2 hour setting, press the "h" button again, while the display time is blinking.
- ✳ If you do nothing for 2 minutes, the appliance will revert to standby mode.
17. You have the option of using the timer with this program (see TIMER).
18. Press start  .
19. The display will count down.
20. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.
21. The  light will glow.
22. It's best to remove the food as soon as it has cooked, to prevent it going soggy.
23. Press stop  , open the lid, then remove the food.



Steam

## BROWN/SAUTE/SOFTEN/BOIL

1. You may use the STEAMING  program at its default setting, with the lid open, as a high temperature pan for 30 minutes, prior to cooking with another program.
2. Use it with a little oil to brown meat and vegetables, to sauté, to soften onions, celery, leeks, etc.
3. Use it with water or stock to pre-heat cooking liquids.
4. When you switch to the main program, the appliance is warmed up, and some or all of your ingredients will already be in the bowl.
5. You don't then have to wash the pan you would have used during preparation.



## PORRIDGE/ RISOTTO

1. Use the cup to put the grain (rice, oatmeal, etc.) into the bowl.  
Porridge  
a) Use the scale on the right, inside the bowl, which is marked from ½ to 1½  
b) Don't use more than 1½ cups.  
Congee  
a) Use the scale on the centre, inside the bowl, which is marked from 1 to 3.  
b) Don't use more than 3 cups.
2. Fill the bowl with water up to the number

corresponding to the number of cups of grain.

3. Close the lid.

4. Use the menu button  to select  Porridge/Risotto .

5. Choose the cooking time.

6. The default time is 1 hour.

7. You can use the "h" and "min" buttons while the display time is blinking.


8. Use the "min" button to move the display through the options, 5,10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.

9. Use the "h" button to move the display through the options, 1,2,3, and 4.

10. To undo the 4 hour setting, press the "h" button again, while the display time is blinking.

✳ If you do nothing for 2 minutes, the appliance will revert to standby mode.

11. You have the option of using the timer with this program (TIMER).

12. Press start  .

13. The display will count down.

14. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.





15. The  light will glow.


16. Press stop  , open the lid, then remove the food.

Risotto-follow the recipe on page 17






## CAKE

1. Defrost frozen dough thoroughly before use.
2. Don't fill the bowl above the 6 mark on the left scale, or the dough might overwhelm the appliance.
3. Wipe the bowl with cooking oil.
4. Put the dough into the bowl.
5. Close the lid.
6. Use the menu button  to select  Cake.
7. Choose the cooking time..
8. The default time is 40 minutes..
9. You can use the "h" and "min" buttons while the display time is blinking.
10. Use the "min" button to move the display through the options, 30,35,40,45,50 and 55.
11. Use the "h" button to move the display through the options, 1,and 2.
12. To undo the 2 hour setting, press the "h" button again, while the display time is blinking.
  - ★ If you do nothing for 2 minutes, the appliance will revert to standby mode.
13. When you have chosen the cooking time, press start .
14. The display will count down.
15. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.
16. The  light will glow.
17. It's best to remove the food as soon as it has cooked, to prevent it going soggy.

18. Press stop , open the lid, then remove the food.





## KEEP WARM

- If you want to use the keep warm feature after a program that doesn't support it, then, when the only thing showing on the display is the blinking  Meat light, press .
- Press stop  to exit the feature.



## CARE AND MAINTENANCE

1. Unplug the appliance and let it cool.
  - ★ Remove the plug from the power socket, then remove the connector from the power inlet on the appliance.
2. With the lid closed, grip the top of the filter and lever it out of the lid.
3. Turn it over, to expose the markings on the front edge.
4. Hold the filter lid fast, and turn the rest of the filter towards the open padlock .
5. Press on the tabs at the bottom of the inner lid , and pull it off the appliance.
6. Hand wash all removable parts.
7. Wipes all surfaces with a clean damp cloth.
8. Don't put any part of the appliance in s dishwasher.
9. Reassemble the filter, and replace it in the lid.
10. Replace the inner lid in the lid.

## Recipes

“cup” means the 180ml rice measuring cup supplied with the appliance

### Veggie and couscous chilli

1 tbsp oil  
 1 large onion  
 2 cloves garlic  
 1 each of red, yellow and orange peppers  
 1 jar green jalapenos  
 1 tin cannellini beans  
 1 tin butter beans  
 1 tin chopped plum tomatoes  
 2 tbsp chilli powder  
 2 tbsp oregano  
 1 tsp ground coriander  
 2 tsp cumin  
 1 tsp tomato puree  
 1 tsp sugar  
 2 tbsp hot tomato sauce (Heinz fiery tomato sauce or similar)  
 850ml vegetable stock  
 120-240ml conscous  
 To serve  
 Grated cheese  
 1 small tub sour cream  
 Small bunch coriander finely chopped  
 Firstly turn on your Multi Cooker, select the steam program, and add the oil. Add the chopped onion and

garlic and let them soften, this should take a couple of minutes. Then add the rest of the ingredients except the couscous. Note: with the beans-rinse and drain before adding to the cooker. Select the slow cook button. This program is an 8 hour cycle-perfect if you are going out to work. With around 30 minutes to go add the couscous. If the cycle has already reached the end just select the Steam setting again and leave for about 20 minutes. Serve in a bowl with a handful of cheese a drizzle of sour cream and s sprinkle of fresh coriander.

Top Tip: if you just want a classic veggie chilli, don't put the couscous in.

### Home-made yoghurt in the multi cooker

1200ml whole milk  
 100ml plain yoghurt (full fat)  
 Flavor option  
 50g frozen mix summer berries  
 1 tbsp clear honey  
 Pour the milk into your Multi Cooker and select the steam program. Allow the milk to heat up until it begins to bubble at the edges. Turn the multi Cooker off and allow the milk to cool to about 37 degrees.  
 Once the milk has cooled add the yoghurt and mix well, removing all lumps. Select the yoghurt program. When the program is complete take out and place in the fridge to completely cool. Meanwhile, place the mixed berries in a pan and heat gently, add the honey and cook until the fruit begins to fall. Take off the heat and cool. Mix the fruit

and the yoghurt together.

If you want to store your yoghurt you must sterilize the jars you are going to use. Place them in the oven at around 100 degrees for 10 minutes or so. You do not want them in for too long as they could crack. The yoghurt will last for up to a couple of weeks.

### **Fiery NY beef chilli**

450g braising beef

1 tbsp olive oil

2 onions

3 garlic cloves

2 tbsp chilli powder

1 tbsp cayenne

1 tbsp smoked paprika or chipotle powder

2 tbsp tomato sauce

2 tins tomatoes

1 green pepper

1 bay leaf

1 tbsp salt

1 tsp pepper

1 tin kidney beans-add at the end

Large handful fresh basil

Peel and chop the onions and garlic. Chop the beef, tomatoes and pepper into bite sized chunks. Place the oil in your Multi Cooker and select the steam program. After 1 minute add the meat chunks and brown, turning occasionally-leave the lid open so you can check the meat. When browned slightly, take the meat out of the Multi

Cooker and leave in a bowl. Add the onions, garlic and all the herbs to the oil in the Multi Cooker and stir well. When the onions have softened, place the meat back into the bowl. Then place everything but the kidney beans into the bowl, stir well. Close the lid and select the stew option. After an hour check the meat-if it is still a little tough, add a little water so it does not go dry, and run the meat program for an additional 30 minutes.

### **Moroccan fish tagine**

1 onion, coarsely chopped

2 garlic cloves, finely chopped

1 red pepper, chopped or sliced in strips

2 sticks celery-sliced

2 tomatoes, chopped

1 tsp whole or ground cumin seeds

1 stp ground ginger

1 stp turmeric

1 cinnamon stick

1 tbsp harissa paste

120ml white wine

120ml fish stock

1 pinch of saffron (or a tsp tomato puree)

675g fish-such as cod, salmon, finnan haddock

Salt and pepper to taste

1 lemon

Handful of green olives

Small bunch of coriander

\*Most supermarkets do fish pie mixes- one of these would

work o treat!

Add all of the ingredients except the coriander to your Multi Cooker and select the fish program setting. Depending on the size of your fish pieces cook for between 40-60 minutes, until fish becomes flaky. Stir in the chopped coriander, check the seasoning and serve immediately. This would be great with couscous.

### **Split pea and ham hock soup**

1150ml chicken stock  
 225g split peas  
 1 onion, diced small  
 2 carrots, diced small  
 1 celery stick, diced small  
 2 garlic cloves, minced  
 1 tbsp fresh thyme, finely chopped  
 1 bay leaf  
 1 ham hock  
 Pepper

Select the slow cook program on your Multi Cooker and place the Ham Hock in the pot. Add the split peas, onion, carrots, celery, garlic, thyme, bay leaf, and pour in the hot chicken stock; season with pepper.

When the program has finished, remove ham hock from pot. Discard skin and bones; dice meat.

Discard the bay leaf. Lightly mash peas with the back of a wooden spoon. Return ham to soup and season to taste with salt and pepper. Heaven in a bowl!

Top Tip: If it is a big hock you can keep some of the ham back for sandwiches.

### **Salmon with a spicy rub**

2 salmon fillets-skin on  
 1 tsp olive oil  
 1 tsp paprika  
 1 tsp chili powder  
 1 tsp cumin  
 Pinch salt and pepper  
 1 tsp soft brown sugar  
 1 lemon

Mix the paprika, chilli powder, cumin sugar and the salt and pepper in a bowl. Take your Salmon fillets and sprinkle on the rub. Turn on your Multi Cooker and select the fish program. Add the oil to the bowl and after a couple of minutes when the oil has heated add the fillets skin down and close the lid. This is a great combination of steaming and pieces of fish but you get a crispy skin. Serve with a wedge of lemon- a great light meal.

### **Chocolate brownie cake**

170g butter unsalted, melted  
 340g sugar  
 170g cocoa powder  
 75g plain flour  
 3 large eggs, lightly beaten  
 1 tsp vanilla essence  
 A good pinch salt  
 110g milk chocolate drops  
 Optional vanilla ice cream, for serving

Line the bowl of your Multi Cooker with a large piece of foil, and then generously butter the foil. Whisk together the melted butter, sugar, cocoa powder, flour, eggs, vanilla and the salt in a medium bowl. Fold in the chocolate chunks. Scrape the batter out into the prepared insert in an even layer. Close the lid and cook on the cake program. You need to change the default time to 1 hour 30 minutes; the cake should be set around the edges and slightly gooey in the centre.

Serve the cake warm, scooped into a bowl and topped with ice cream.

### **Irish stew with goats cheese dumplings**

#### **For the stew:**

1.8kg lamb shoulder

Olive oil

5 rashers streaky bacon, chopped into bite sized pieces

3 garlic cloves

Salt and pepper to taste

950ml lamb stock

1 large onion, diced

2 carrot, diced

2 celery sticks, diced

2 sprigs fresh rosemary

2 tbsp tomato puree

For the dumplings:

100g self raising flour

50g suet

1 tsp baking powder

1 tsp salt

5 tbsp water

40g soft goat's cheese

1 tsp parsley, marjoram and thyme

1 tsp pepper

Take all the meat off the bone and chop into bite sized chunks. Slice the bacon and chop the onion, carrots and celery. Turn on your Multi Cooker and select the steam program. Place the onions with the oil into the bowl and cook for a few minutes until they soften. Add the meat, garlic, rosemary and the other vegetables, and cook for about 5 minutes. Add the stock and the tomato puree and select the stew option.

The dumplings: place the flour, herbs and suet into a bowl add the water and then mix in the goat's cheese. Portion into 6 dumplings and leave to rest for 20 minutes.

In a cup add the cornflower and a little cold water and mix until smooth.

When the stew has had 30 minutes left on the timer add the cornflower mix and mix and stir well. Then place the dumplings into the stew. Close the lid and leave until the end of the program. A fabulous bowl of comfort food!

Note: if you do not have any cooked lamb-take a shoulder and take the meat off the bone –chop into bite sized chunks. Do as you would the cooked lamb but select the slow cook option instead of the stew program. When done, go back to the above recipe from the dumplings moment.



## Steamed artichoke

2 globe artichoke

1 lemon

Fresh herb sprigs such as tarragon, mint, parsley and / or thyme

1 clove garlic, peeled and sliced

Cut the top quarter off the artichokes, snap off and discard any battered outer leaves. Rub the cut surfaces with a slice of lemon. Cut the stem flush with the artichoke body. Slice the remaining lemon and place that in the steaming basket and of your Multi Cooker. Add the sprigs of fresh herbs and the garlic to the basket and place the Artichoke on top. Fill with water to the 2 level on the rice scale on the inside of the bowl. Place the steaming basket into the bowl and close the lid.

Select the steaming program. The artichoke is cooked when the outer leaves can be easily removed. Serve the artichoke warm or cold with a vinaigrette. Amazing!

## Pearl barley and borlotti bean one-pot

1 tbsp olive oil

1 tin borlotti beans, drained and rinsed

1 onion, finely chopped

175g pearl barley

1 tin tomatoes chopped

1 tbsp tomato puree

Salt and pepper to taste

1ltr vegetable stock

125ml dry red wine

Handful of parsley, chopped

Hot chilli oil, to serve (optional)

Place the oil in your Multi Cooker and add the onion and a pinch of salt; select the steam program and cook the onions till soft. Add the wine and cook for a few minutes. Add the pearl barley, and stir well until it begins to take on the color of the wine. Stir in the beans, tomatoes, and hot stock. Select the stew program. Check after 30 minutes that there is enough liquid in the pot. Serve with a splash of chilli oil and serve hot, either on its own or with some fresh crusty bread.

## Syrup sponge pudding

115g butter

100g caste sugar

2 eggs, beaten

tsp vanilla essence

175g self raising flour

2 tbsp milk

4 tbsp golden syrup

Grease a two pint oven-proof bowl or pudding basin.

In large bowl, cream together the butter and sugar. Add, a little at a time, the beaten eggs, vanilla and flour, until well mixed. Fold in milk to achieve a smooth consistency.

Pour the syrup into the bottom of prepared basin and layer the mixture over the top. Cover the basin with baking parchment and then with foil and tie with string to ensure it. Place in your Multi cooker (make sure there is room all around the bowl. Add boiling water to the Multi Cooker,

about an inch lower than the lip of the bowl. Select the Steam program for 1 to 2 hours, or until pudding springs back when touched, invert onto serving plate and serve warm. This is a great pudding any time of the year!!

### White loaf

1 tbsp golden syrup  
 1 tbsp melted butter  
 320ml warm milk  
 1 sachet yeast  
 500g strong white flour  
 1 tsp salt

In a bowl, place the flour and salt and mix well. Add the yeast sachet and add the melted butter and golden syrup. Finally add the warm milk and knead into a ball. Add a little extra flour if the mix is very sticky. Cover and leave in a warm place for 10 minutes. Take out and knead again well. Place back in the bowl, cover and leave again for 10 minutes. Then place the bread in your Russell Hobbs Multi Cooker and select the bread program. Check when the display shows 2.30. Turn the bread over and cook for the last 30 minutes-this will help to give the top of the loaf a little colour and a crunch. Serve with lashing of butter.

### Soda bread

1 packet soda bread mix  
 350ml water  
 Butter to grease the bowl  
 Firstly grease the base and lower sides of the machines

bowl with a little butter. This stops the bread from sticking to the sides when baking. Turn on your Multi Cooker and select the bread option. The default time of 3 hours will show. Select the timer and reduce the time to 2 hours 15 minutes. In a large baking bowl place the packet mix and the water and combine by hand. This will take a minute or so. Then place the mix in the now warm bowl, it should almost cover the entire base of the bowl. With a plastic spatula divide the bread dough into quarters. Close the lid. After 1 hour 45 minutes check on the bread- the base should be golden brown and have a hollow sound to it when tapped. Turn the loaf over and leave for the last half an hour- this is so the top of the loaf becomes slightly crispy. Take out and place in a cooling tray for as long as you can resist the smell of warm bread. Eat with salted butter on its own or with a meal.

Top Tip: don't leave the bread in after it had finished cooking as it will end up being a bit soggy.

### Porridge

1 cups oats  
 Water  
 1 large tsp salt  
 2 tsp sugar  
 To serve  
 Dark muscovado sugar  
 Cream or milk  
 A small tot of whisky-optional

Using the cup provided place two measures into the Multi Cooker bowl. Add the salt and the sugar- this means you get a good start to your end flavor from the start of the cooking process. Fill with water to the 1 line on the bowl marked porridge. Close the lid and select the porridge/risotto option. It will take 1 hour. If you are doing less reduce by 15 minutes per less oats. If you feel the urge you can stir it during the process but only if you want to. Top Tip: this batch will serve 6 easily so you can pop it in the fridge once cooled and use it over a couple of days... mmmm.

You could add chopped dried apricots or halved prunes (stoned) into the mix when there are about 15 minutes left to cook if you fancy an alternative to your porridge!

### **Nutty Porridge**

1 cup rolled oats  
Water  
120ml milk  
3 tbsp desiccated coconut  
1 tsp cinnamon

To serve

Golden syrup  
Nibbed almonds

Place the oats, cinnamon, milk, and coconut in your Multi Cooker. Add enough water to reach the line on the porridge scale. Select the porridge/risotto program. When

finished, drizzle over a little golden syrup and sprinkle nibbed almonds on the top. Serve immediately.

Multi-Cooker beetroot risotto

2 tbsp olive oil  
400g beetroot, fresh  
1 onions  
2 cloves garlic  
250g Arborio rice for risotto  
250ml white wine  
1 tsp thyme fresh  
900ml vegetable or chicken stock

To finish

100g plain low fat yoghurt  
1 tbsp parsley finely chopped  
1 tbsp butter

Firstly turn your Multi Cooker and select the porridge/risotto program. Finely chop the garlic cloves, onions and peel and chop the beetroot into small cubes. Place them into the Multi Cooker and sauté for around 10 minutes until the onions have softened. Add the rice and stir well. Close the lid and allow to cook for another 3-4 minutes. Add the wine, stir and again allow to cook for 3-4 minutes. Add the chopped thyme and hot stock. When the program has finished, test the rice to make sure it is cooked- it should have a slight bite to it but not hard. If not quite done add a little water and extend the cooking time for a couple of minutes. Stir in the butter-this gives the risotto its shine. Serve with a dollop of the yoghurt and sprinkle with parsley. This is a really good as a starter or as a light lunch option.

**Savoury rice**

2 cups of rice

Water

1 vegetable stock pot-dissolved

2 sticks celery, chopped

1 pepper, chopped

2 carrots, chopped

1 pinch saffron ( turmeric will do)

Optional

A handful of peas

Place the rice into the bowl and fill with water to the 2 mark on the Rice measurement in the bowl. Add the other ingredients, stir thoroughly, then close the lid and select the rice option. When the water had been absorbed the machine will beep. If the rice is not quite done, leave of a few minute with the lid closed to continue to steam.

**Tomato big soup**

1 onion chopped

1 tbsp olive oil

1 tin chopped tomatoes

2 tomatoes, chopped

1 sweet pointed pepper

1 pt hot chicken stock

2 medium potatoes, peeled and cubed

1 tsp mixed herbs

1 tbsp tomato puree

1 tsp cracked black pepper

Select the soup program on your Multi Cooker. Add the oil and the chopped onion and pepper. Cook until the onions are soft then add the other ingredients, stir well and close the lid. Before serving check the flavours then serve with crusty bread.

**Chorizo, cabbage and apple soup  
of a chorizo sausage, chopped small**

1 onion, finely chopped

2 sticks celery, finely chopped

2 carrots, finely chopped

2 tomatoes, roughly chopped

spring cabbage, finely chopped

2 garlic cloves. Finely chopped

1 tbsp tomato puree

1 tsp cayenne pepper

A good pinch salt and pepper

850ml vegetable stock

Place the chorizo, onion and garlic into your Russel Hobbs Multi Cooker and select the steam program. Once the onions have softened after a couple of minutes add all the other ingredients and stir well. Close the lid and select the soup program. This is a great soup and if you leave it overnight in the fridge, the flavor will develop further.

**Chicken with tomatoes and mushrooms**

2 chicken breasts

1 tsp olive oil

450g brown mushrooms, chopped

- 2 garlic cloves, minced
- 1 tin plum tomatoes
- A good slug Worcestershire sauce
- 1 tbsp tomato sauce
- 1 tsp dried oregano
- Salt and pepper to taste

Select the meat program on your Multi Cooker and add the oil to the bowl.

Season the chicken well with salt and pepper and place in the hot bowl. Seal both sides for a minute or so, then add the crushed garlic and the chopped mushrooms-cook for a further 3-4 minutes, turn the chicken once. Add the chopped tinned tomatoes and the Worcester sauce, tomato sauce and oregano. Cook on, turning once more. When finished check the flavour and that the chicken is cooked then serve with pasta, potatoes or rice. A quick and tasty store cupboard supper.

### **Stout-braised ribs with maple and soy**

- 1 kg belly pork ribs
- 1 tsp oil
- 1 onion, diced
- 3 garlic cloves, chopped
- 350ml Guinness (or other stout)
- 240ml beef or pork stock
- 60ml maple syrup (honey would work just as well)
- 2 tbsp dark soy sauce

Place the oil in your Multi Cooker and select the meat program. Change the time to 1 hour 45 minutes. Add the ribs and brown for 5 or so minutes-turning occasionally.

When done take the ribs out of the pot and add the onions and the garlic and let them cook for a couple of minutes to soften.

Place the ribs back into the pot and stir in the Guinness, stock, syrup, and soy. Once finished, check the sauce for flavor and then serve immediately. A great starter or as part of a pick and mix lunch.

### **One pot brisket supper**

- 1 kg brisket joint
- 50g chorizo sausage, sliced
- 2 garlic cloves, peeled and finely chopped
- 2 red onions, peeled and chopped
- 6-8 small potatoes cut into chunks-skins on
- 2 carrots, chopped chunky
- 600ml hot beef stock
- 1 tin chopped tomatoes
- 2 tbsp tomato puree
- 2 bay leaves
- 2 tbsp mixed herbs
- 2 good slugs Worcestershire sauce
- 1 tbsp fresh rosemary
- Salt and pepper to taste

Select the steam program on your Multi Cooker and after 1 minute add the chorizo slices. When they begin to give off a little oil add the well-seasoned brisket joint. After a couple of minutes turn the joint and seal on the other side. When done add the onions and veg-note if you have any other root vegetable that need using up pop them in.

When the onions begin to soften then add the remaining ingredients and then select the slow cook program. It will come up with 8 hours but this will probably be ready to eat after 5 hours. It will do no harm leaving it for the 8 hours.

**Enjoy!**



## ENVIROMENTAL PROTECTION

To avoid environmental and health problems due to hazardous substances in electrical and electronic goods, appliances marked with this symbol mustn't be disposed of with unsorted municipal waste, but recovered, reused, or recycled.

---

**Warranty: 2 Years**

Lea las instrucciones, consérvelas, y transfíralas en caso de cambio de dueño. Retire el embalaje antes de usar.

## IMPORTANTES MEDIDAS DE SEGURIDAD

### Siga las instrucciones básicas de seguridad:

1. El aparato lo pueden utilizar personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o sin experiencia o conocimiento previo si están bajo supervisión y conocen los posibles riesgos.
  - Los niños no deben usar ni jugar con el aparato.
  - Mantenga el aparato y el cable eléctrico fuera del alcance de los niños.
2. Use el aparato con el conector y el cable suministrado y viceversa.
3. Si el conector o el cable están dañados, deben reemplazarse por un cable especial o todo el conjunto a través del fabricante o sus distribuidores.
4. No accione el aparato con un temporizador o Sistema de control remoto.
5. El mantenimiento y lavado no deben llevarse a cabo por niños sin supervisión.
6. Aparato para uso doméstico. No lo use al aire libre.
  - ⊘ No sumerja el aparato en líquidos.
  - ⚠ Las superficies de este aparato estarán calientes. Las superficies permanecerán calientes después de su uso.
7. No introduzca carnes congeladas en la olla. Descongélelas completamente antes de usar el aparato.
8. Cocine carnes y derivados (carne picada, hamburguesas...) hasta que los jugos sean transparentes. Cocine el pescado hasta que esté opaco por todos los lados.

9. No cocine nada directamente en el cuerpo de la olla, hágalo siempre en el recipiente extraíble
10. No llene el recipiente por encima de la línea de Max.
11. Mantenga las manos, brazos y cara alejados de la válvula de escape.
12. No cubra la olla ni ponga nada encima.
13. No cocine alimentos que hagan espuma al calentarse (algas, repollo, gachas de maíz, pasta) podrían bloquear el filtro y rebasar la olla.
14. Conecte el conector al aparato antes de enchufar el cable a la corriente eléctrica.
15. Desenchufe el aparato cuando no se esté usando
16. No use otras piezas o accesorios
17. No use la olla para un uso diferente del que ha sido pensada.
18. No use la olla si está dañada o no funciona correctamente.







### ANTES DEL PRIMER USO

Lave a mano las partes desmontables




### CÓMO USAR

1. Mida los ingredientes en el recipiente
2. Gire el recipiente un cuarto de vuelta de cada lado para asegurarse de que la base contacta con el calentador.
3. Cierre la tapa.
4. Use el botón de menú  para seleccionar el programa que desee.
5. Los tres botones grandes  de la parte inferior,

cocción de arroz,  cocción a fuego lento, y  guiso, prevalecen sobre el botón de start y de menú.

6. Ajuste el temporizador  si lo necesita.

7. Pulse el botón de start .


8. Si desea parar el aparato, pulse stop  una vez si en la pantalla no aparece la cuenta atrás y dos veces si en la pantalla aparece la cuenta atrás.

9. Tras usar el aparato, déjelo reposar durante 15 minutos antes de volverlo a usar.

## PREPARACIÓN





1. Sitúe el aparato en una superficie estable, nivelada y resistente al calor.
2. No use la olla cerca ni debajo de cortinas, estanterías ni otros objetos que puedan dañarse con el vapor que expulsa.
3. Use manoplas de cocina (o un trapo) para manipular la olla y coloque el recipiente sobre una superficie resistente al calor al finalizar la cocción.
4. Inserte el recipiente en la olla.
5. Gire el recipiente un cuarto de vuelta de cada lado.

## ENCENDER EL APARATO

1. Ponga la tapa en el recipiente
2. Conecte el aparato a la corriente eléctrica.
3. La pantalla se encenderá brevemente.
4. La luz de Carne  parpadeará







## COCCIÓN DE ARROZ

1. Use la taza para echar el arroz en el recipiente.
2. No use más de 10 tazas de arroz.
3. La escala del lado izquierdo interior del recipiente marca de 2 a 10.
4. Llene el recipiente con agua hasta el número que corresponda con el número de tazas de arroz.
5. Cierre la tapa.
6. Pulse .
7. La luz de  se encenderá.
8. La parte exterior de la pantalla parpadeará mientras se calienta la comida.
9. En la pantalla se mostrará el tiempo de cocción restante (13 minutos), y la cuenta atrás.
10. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "conservar calor"
11. La luz de  se encenderá.
12. Pulse stop .
13. Abra la tapa.
14. Saque el recipiente y colóquelo sobre un tapete o superficie resistente al calor.
15. Use una espátula para remover o mezclar el arroz para dejar que salga todo el vapor.
16. Si una capa de arroz entra en contacto con el recipiente, puede formar una corteza.
17. Si desea retirarla, utilice de una espátula tras haber servido el arroz.









## A FUEGO LENTO

1. Dorar la carne o las verduras (vea "DORAR/ SALTEAR/ ABLANDAR/ COCER" en la página 9).
2. Lleve el líquido a ebullición (vea "DORAR/ SALTEAR/ ABLANDAR/ COCER" en la página 9).
3. Introduzca los alimentos sólidos en el recipiente y después añada el líquido en ebullición.
4. Cierre la tapa.
5. Pulse  .
6. La luz de  se encenderá.
7. En la pantalla se mostrará 8 horas y la cuenta atrás.
8. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "conservar calor"
9. La luz de  se encenderá.
10. Pulse stop  , abra la tapa y saque la comida.



## GUISO

1. Dorar la carne o las verduras (vea "DORAR/ SALTEAR/ ABLANDAR/ COCER" en la página 9).
2. Lleve el líquido a ebullición (vea "DORAR/ SALTEAR/ ABLANDAR/ COCER" en la página 9).
3. Introduzca los alimentos sólidos en el recipiente y después añada el líquido en ebullición.
4. Cierre la tapa.
5. Pulse  .
6. La luz de  se encenderá.

7. En la pantalla se mostrará 1 hora y la cuenta atrás.
8. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "conservar calor"
9. La luz de  se encenderá.
10. Pulse stop  , abra la tapa y saque la comida.



Menu



## CÓMO USAR EL MENÚ

MENÚ		RANGO	POR DEFECTO
 Meat	Carne	10 min-1h	20min
 Soup	Sopa	1-5h	1h
 Yoghurt	Yogur	6-10h	8h
 Bread	Pan	1-3h	3h
 Fish	Pescado	10min-1h	20min
 Steam	Al vapor	30min-2h	30min
 Porridge/Risotto	Gachas/risotto	1-4h	1h
 Cake	Tarta	30min-2h	40min



 CARNE

1. Unte la carne con aceite de cocina.
2. Sazone la carne.
3. Eche una cucharada de aceite en el recipiente.
4. Coloque la carne en el centro del recipiente.
5. Cierre la tapa.










## TIEMPO DE COCCIÓN

6. El tiempo de cocción dependerá del tipo y peso de la comida.
7. No cocine más de 500g al mismo tiempo.
8. Se recomienda un tiempo de cocción de 10 minutos + 10 minutos por cada 100g de carne.
9. No cocine aves o cerdo durante menos de 30 minutos
10. Cocine carnes y derivados (carne picada, hamburguesas...) hasta que los jugos sean transparentes.
11. Cocine el pescado hasta que esté opaco por todos los lados.
12. Use el botón de menú  para seleccionar  Meat.
13. El tiempo por defecto es de 20 minutos.
14. Puede usar los botones de "h" y "min" mientras el tiempo de cocción parpadea.
15. Use el botón de "min" para seleccionar las opciones de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 y 55.
16. Si quiere una cocción de 1 hora, pulse el botón de "h".
17. Para deshacer el ajuste de 1 hora, pulse de nuevo el botón de "h" mientras el tiempo parpadea en la pantalla.  
Si no selecciona ninguna opción durante 2 minutos, la

aplicación entrará en modo reposo.





18. Cuando haya seleccionado el tiempo de cocción, el aparato entrará en modo "mantener calor".
19. En la pantalla empezará la cuenta atrás.
20. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "mantener calor".
21. La luz de  se encenderá.
22. Pulse stop , abra la tapa y saque la comida.


 TEMPORIZADOR

1. Puede usar el temporizador para los programas de sopa  Soup, yogur  Yoghurt, pan  Bread, cocina al vapor  Steam, y gachas/risotto  Porridge/Risotto.
2. Haga esto inmediatamente después de ajustar el tiempo de cocción y antes de pulsar el botón de start 
  - a) Pulse .
  - b) La luz de  se encenderá para recordarle que está utilizando el temporizador.
  - c) Decida cuándo quiere tener la comida preparada.
  - d) Por ejemplo, si ahora son las 2:00, y quiere que la comida esté preparada a las 9:00, debe ajustar la hora de finalización a 7 horas.
  - e) Use los botones de "h" y "min" para ajustar la hora de finalización.
  - f) Pulse start .



## SOPA

1. Dorar la carne o las verduras (vea "DORAR/ SALTEAR/ ABLANDAR/ COCER" en la página 9).
2. Introduzca los alimentos sólidos en el recipiente y después añada el líquido en ebullición.
3. Cierre la tapa.
4. Use el botón de menú  para seleccionar  Soup
5. Elija el tiempo de cocción.
6. El tiempo por defecto es 1 hora.
7. Puede usar los botones de "h" y "min" mientras el tiempo de cocción parpadea.
8. Use el botón de "min" para seleccionar las opciones de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 y 55.
9. Use el botón de "h" para seleccionar las opciones de 1,2,3,4 y 5.
10. Para deshacer el ajuste de 5h, pulse de nuevo el botón de "h" mientras parpadea el tiempo en la pantalla.
- ✳ Si no selecciona ninguna opción durante 2 minutos, la aplicación entrará en modo reposo.
11. Puede usar la opción de temporizador con este programa (vea TIMER).
12. Pulse start .
13. Empezará la cuenta atrás en la pantalla.
14. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "mantener calor".
15. La luz de  se encenderá.

16. Pulse stop , abra la tapa y saque la comida.



## YOGUR

## Fermentación de yogur



1. Puede usar 30ml (2 cucharadas) de:
  - a) Yogur natural -debe estar fresco (busque uno con mucho plazo de caducidad).
    - Cada marca dará un resultado diferente
  - b) Un yogur que usted haya hecho.
    - Las bacterias se debilitan con el tiempo así que solo podrá hacerlo 10 veces antes de tener que utilizar un nuevo cultivo.
  - c) Fermentos lácticos en polvo de farmacia o tienda especializada.
    - Si las instrucciones del paquete de fermento son diferentes a las de estas instrucciones, siga las del paquete.

## Leche

2. Necesitará 1l de leche.
3. La leche entera da un mayor espesor que la leche desnatada.
4. Para dar un espesor aún mayor, puede añadir hasta 8 cucharadas de leche en polvo.
5. También puede usar leche en polvo reconstituida, o



una lata de leche evaporada.

Hacer el yogur



6. Es necesario eliminar la bacteria de la leche para evitar que entre en contacto con las bacterias del fermento de yogur.
7. Mientras calienta la leche, deje que el fermento de yogur se repose a temperatura ambiente.
8. Abra la tapa.
9. Use el programa AL VAPOR (DORAR/SALTEAR/ABLANDAR/COCCER) para calentar la leche hasta el punto previo a la ebullición.
10. Apáguelo cuando se formen pequeñas burbujas alrededor de los bordes del recipiente.
11. Deje que la leche se repose entre 37 °C y 45 °C.
12. Mezcle el fermento de yogur con la leche.
13. Debe mezclarse bien o el yogur tendrá grumos.
14. Cierre la tapa.
15. Use el botón de menú  para seleccionar  Yoghurt
16. Elija el tiempo de cocción.
17. El tiempo por defecto es 1 hora.
18. Puede usar los botones de "h" y "min" mientras el tiempo de cocción parpadea.
19. Use el botón de "min" para seleccionar las opciones de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 y 55.
20. Use el botón de "h" para seleccionar las opciones de 6, 7, 8, 9 y 10.
21. Para deshacer el ajuste de 10h, pulse de nuevo el botón de "h" mientras parpadea el tiempo en la pantalla.




✳ Si no selecciona ninguna opción durante 2

minutos, la aplicación entrará en modo reposo.

22. Puede usar la opción de temporizador con este programa (vea TIMER).
23. Pulse start .
24. Empezará la cuenta atrás en la pantalla.
25. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo reposo.
26. El aparato no entrará en modo mantener calor.
27. Pulse stop , abra la tapa y saque la comida.






## PAN

1. Descongele bien la masa congelada antes de usar.
2. No use más de 500g de masa o podría rebosar la olla.
3. Unte el recipiente de aceite.
4. Ponga la masa en el recipiente.
5. Cierre la tapa.
6. Use el botón de menú  para seleccionar  Bread
7. Seleccione el tiempo de cocción
8. El tiempo por defecto es de 3 horas.
9. Puede usar los botones de "h" y "min" mientras el tiempo de cocción parpadea.
10. Use el botón de "min" para seleccionar las opciones de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 y 55.

11. Use el botón de "h" para seleccionar las opciones de 1,2,3,4 y 5.
12. Para deshacer el ajuste de 6h, pulse de nuevo el botón de "h" mientras parpadea el tiempo en la pantalla.
- ✳ Si no selecciona ninguna opción durante 2 minutos, la aplicación entrará en modo reposo.
13. Puede usar la opción de temporizador con este programa (vea TIMER).
14. Pulse start  .
15. Empezará la cuenta atrás en la pantalla.
16. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "mantener calor".
17. La luz de  se encenderá.
18. Pulse stop  , abra la tapa y saque la comida.



## PESCADO




1. Unte el pescado con aceite.
  2. Sazone la superficie del pescado con las especias deseadas.
  3. Eche una cucharada de aceite en el recipiente.
  4. Coloque el pescado en el centro del recipiente.
  5. Cierre la tapa.
- TIEMPO DE COCCIÓN**
6. El tiempo de cocción dependerá en el tipo y peso del pescado.

7. No cocine más de 500g al mismo tiempo.
  8. Se recomienda un tiempo de cocción de 10 minutos + 10 minutos por cada 100g de pescado.
  9. Cocine el pescado hasta que esté opaco por ambos lados.
  10. Use el botón de menú  para seleccionar  Fish .
  11. El tiempo por defecto es de 20 minutos.
  12. Puede usar los botones de "h" y "min" mientras el tiempo de cocción parpadea.
  13. Use el botón de "min" para seleccionar las opciones de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 y 55.
  14. Si desea una cocción de 1h, pulse el botón de "h".
  15. Para deshacer el ajuste de 1h, pulse de nuevo el botón de "h" mientras parpadea el tiempo en la pantalla.
  - ✳ Si no selecciona ninguna opción durante 2 minutos, la aplicación entrará en modo reposo.
  16. Cuando haya seleccionado el tiempo de cocción, pulse start  .
  17. Empezará la cuenta atrás en la pantalla.
  18. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "mantener calor".
19. La luz de  se encenderá.
  20. Es preferible retirar la comida en cuanto haya terminado la cocción para evitar que se seque.
  21. Pulse stop  , abra la tapa y saque la comida.



## AL VAPOR


1. Llene el recipiente con agua caliente hasta la marca de 6.
  2. Introduzca la cesta en el recipiente.
  3. Introduzca la comida en la cesta.
  4. Para una cocción uniforme, corte la comida en trozos de tamaño similar.
  5. Para los guisantes o comidas que se deshagan o se puedan caer al agua, haga un recipiente con papel de aluminio.
  6. Tenga cuidado al retirar el recipiente de papel de aluminio – utilice manoplas o pinzas/cuchara de plástico.
  7. Cierre la tapa.
  8. Use el botón de menú  para seleccionar  Steam .
  9. Seleccione el tiempo de cocción- Los siguientes alimentos se deben cocinar en los 30 minutos que se ajustan por defecto:
- | Comida (fresca)                 | cantidad  |
|---------------------------------|-----------|
| Judías verdes                   | 200g      |
| Brócoli                         | 200g      |
| Coles de bruselas               | 200g      |
| Repollo                         | un cuarto |
| Zanahorias (cortada en juliana) | 200g      |
| Mazorcas de maíz                | 2         |
| Patatas (picadas en cuartos)    | 400g      |
- Tiempo de cocción y precauciones
10. Cocine carnes y derivados (carne picada, hamburguesas...) hasta que los jugos sean transparentes. Cocine el pescado hasta que esté opaco por todos los lados.

11. Las hortalizas deben cocerse lo menos posible para que se mantengan verdes y crujientes. Si las introduce en agua con hielos se detendrá el proceso de cocción.
12. El tiempo por defecto es de 30 minutos.
13. Puede usar los botones de "h" y "min" mientras el tiempo de cocción parpadea.
14. Use el botón de "min" para seleccionar las opciones de 30,35,40,45,50 y 55.
15. Use el botón de "h" para seleccionar las opciones 1 y 2.
16. Para deshacer el ajuste de 2h, pulse de nuevo el botón de "h" mientras parpadea el tiempo en la pantalla.
- ✳ Si no selecciona ninguna opción durante 2 minutos, la aplicación entrará en modo reposo.
17. Puede usar la opción de temporizador con este programa (vea TIMER).
18. Pulse start  .
19. Empezará la cuenta atrás en la pantalla.
20. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "mantener calor".
21. La luz de  se encenderá.
22. Es preferible retirar la comida en cuanto haya terminado la cocción para evitar que se vuelva pastosa.
23. Pulse stop  , abra la tapa y saque la comida.



Steam

## DORAR/SALTEAR/ABLANDAR/COCER

1. Puede usar el programa de AL VAPOR  con su ajuste por defecto, con la tapa abierta, como recipiente a alta temperatura durante 30 minutos, antes de cocinar con otro programa.
2. Use un poco de aceite para dorar la carne y verduras, para saltear, ablandar cebollas, apio, puerro, etc.
3. Añada agua o caldo para cocinar el líquido.
4. Cuando cambie al programa principal, el aparato ya estará caliente y todos o parte de los ingredientes ya estarán en el recipiente.
5. No necesita lavar el recipiente que ha utilizado durante la preparación.



## GACHAS/ RISOTTO






1. Use la taza para añadir los granos (arroz, avena, etc.) en el recipiente.

## Gachas

- a) Use las medidas del lado interior derecho del recipiente donde están marcadas las medidas desde ½ hasta 1½
- b) No use más de 1½ tazas.

## Sopa de arroz





- a) Use las medidas del interior centro del recipiente, donde están marcadas las medidas desde 1 a 3.


- b) No use más de 3 tazas.
2. Llene el recipiente con la cantidad de agua correspondiente al número de tazas de granos.
3. Cierre la tapa.
4. Use el botón de menú  para seleccionar  Porridge/Risotto
5. Seleccione el tiempo de cocción.
6. El tiempo por defecto es de 1 hora.
7. Puede usar los botones de "h" y "min" mientras el tiempo de cocción parpadea.
8. Use el botón de "min" para seleccionar las opciones de 5,10,15,20,25, 30,35,40,45,50 y 55.
9. Use el botón de "h" para seleccionar las opciones 1, 2, 3 y 4.
10. Para deshacer el ajuste de 4h, pulse de nuevo el botón de "h" mientras parpadea el tiempo en la pantalla.
- ✳ Si no selecciona ninguna opción durante 2 minutos, la aplicación entrará en modo reposo.
11. Puede usar la opción de temporizador con este programa (vea TIMER).
12. Pulse start .
13. Empezará la cuenta atrás en la pantalla.
14. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "mantener calor".
15. La luz de  se encenderá.
16. Pulse stop , abra la tapa y saque la comida.

Para cocinar Risotto, siga la receta de la página 17






## TARTA

1. Descongele bien la masa de tarta antes de empezar.
2. No llene el recipiente por encima de la marca 6 de la izquierda o la masa podría desbordarse.
3. Engrase el recipiente con aceite de cocina.
4. Añada la masa al recipiente.
5. Cierre la tapa.
6. Use el botón de menú  para seleccionar  Cake .
7. Seleccione el tiempo de cocción.
8. El tiempo por defecto es de 40 minutos.
9. Puede usar los botones de "h" y "min" mientras el tiempo de cocción parpadea.
10. Use el botón de "min" para seleccionar las opciones de 30,35,40,45,50 y 55.
11. Use el botón de "h" para seleccionar las opciones 1 y 2.
12. Para deshacer el ajuste de 2h, pulse de nuevo el botón de "h" mientras parpadea el tiempo en la pantalla.
- ★ Si no selecciona ninguna opción durante 2 minutos, la aplicación entrará en modo reposo.
13. Cuando haya seleccionado el tiempo de cocción, pulse start  .
14. Empezará la cuenta atrás en la pantalla.
15. Al finalizar el tiempo de cocción, el aparato se pondrá en modo "mantener calor".
16. La luz de  se encenderá.

17. Es preferible retirar la comida en cuanto haya terminado la cocción para evitar que se vuelva pastosa.
18. Pulse stop  , abra la tapa y saque la comida.





## MANTENER CALOR

- Si quiere utilizar el modo mantener calor al finalizar un programa que no incluye dicha opción, cuando la única luz que parpadee en la pantalla sea  Meat, pulse .
- Pulse stop  para salir de este modo.



## CUIDADOS Y MANTENIMIENTO

1. Desenchufe el aparato y déjelo enfriar.
- ★ Retire el cable de la corriente eléctrica y después retire el cable del conector del aparato.
2. Con la tapa cerrada, agarre la parte superior del filtro y sáquelo de la tapa.
3. Gírelo para que las marcas queden visibles en el borde frontal.
4. Sujete el filtro de la tapa y gire el resto del filtro hacia el candado abierto  .
5. Presione las pestañas del fondo del interior de la tapa  y sáquelas del aparato.
6. Lave a mano todas las partes desmontables.
7. Pase un trapo húmedo sobre toda la superficie.
8. No lave ninguna pieza en el lavavajillas.
9. Vuelva a montar el filtro y colóquelo en la tapa.
10. Vuelva a colocar el interior de la tapa en la tapa.



## Recetas

“taza” equivale a una taza de 180ml para medir el arroz que el aparato incluye

Chile de verduras y couscous

1 cda. de aceite

1 cebolla grande

2 dientes de ajo

1 pimiento rojo, otro amarillo y otro naranja

1 bote de jalapeños

1 bote de garbanzos

1 bote de judías blancas

1 bote de tomate picado

2 cda. de chile en polvo

2 cda. de orégano

1 cdta de cilantro molido

2 cdta. de comino

1 cdta. de salsa de tomate

1 cdta. de azúcar

2 cda. de salsa de tomate picante (salsa picante Heinz o similar)

850ml de caldo de verduras

120-240ml de couscous

Para servirlo

Queso en polvo

1 bote pequeño de crema fresca

Un puñadito de cilantro muy picado

Primero encienda la multiolla, seleccione el programa al vapor y añada el aceite. Añada la cebolla y el ajo en trozos y deje que se ablanden, esto llevará varios minutos.

Seguidamente, añada el resto de los ingredientes excepto el couscous. A tener en cuenta: lave las judías y séquelas antes de añadirlas a la olla. Seleccione el botón de cocción a fuego lento. Este es un programa con un ciclo de 8 horas, ideal para dejarlo en marcha mientras va al trabajo. Cuando queden aproximadamente 30 minutos, añada el couscous. Si el ciclo ya ha terminado, simplemente seleccione el ajuste de al vapor de nuevo y déjelo unos 20 minutos. Sírvalo en un bol con un puñado de queso y un poco de crema fresca y espolvoree un poco de cilantro fresco

Consejo práctico: si desea un chile de verduras a estilo clásico, no añada couscous.

## Yogur casero hecho en la multiolla

1200ml de leche entera

100ml yogur natural (graso)

Especias al gusto

50g de frutas del bosque congeladas

1 cda. de miel

Añada la leche en la multiolla y seleccione el programa al vapor. Deje que la leche se caliente hasta que se empiecen a formar burbujas en los bordes. Apague la multiolla y deje que la leche se enfríe hasta alcanzar los 37 grados. Una vez que la leche se haya enfriado, añada el yogur y mézclelo bien para eliminar todos los grumos. Seleccione el programa de yogur. Cuando se haya completado el programa, sáquelo y méntalo al frigorífico para que se enfríe. Mientras tanto, coloque las frutas del bosque en una cazuela y caliéntelas, añada la miel y deje que se

cuezan hasta que las frutas se empiecen a deshacer. Sáquelos y deje que se enfríen. Mezcle el yogur y las frutas.

Si desea conservar el yogur, debe esterilizar los botes que vaya a usar. Para ello, métalos en el horno a 100 grados durante 10 minutos aproximadamente. No los deje más tiempo o podrían romperse. El yogur se conservará como máximo un par de semanas.

### **Chile con carne picante estilo New York**

450g de estofado de ternera

1 cda. de aceite de oliva

2 cebollas

3 dientes de ajo

2 cda. de chile en polvo

1 cda. de pimentón

1 cda. de pimentón ahumado o chipotle en polvo

2 cdas. de salsa de tomate

2 botes de tomate

1 pimiento verde

1 hoja de laurel

1 cda. de sal

1 cdta. de pimienta

1 lata de alubias- añadir al final

Un manojo grande de albahaca fresca

Pele y corte las cebollas y los ajos. Trocee la carne, los tomates y el pimiento en trozos de tamaño bocado. Eche el aceite en la multiolla y seleccione el programa al vapor. Tras 1 minuto, añada la carne troceada y deje que se dore volteándola con frecuencia- deje la tapa abierta para

poder controlar la carne. Cuando la carne se haya dorado ligeramente, sáquela de la multiolla y colóquela en un recipiente. Eche la cebolla, el ajo y las hierbas en el aceite de la multiolla y mézclelos bien. Cuando la cebolla se haya ablandado, vuelva a colocar la carne en el recipiente. Seguidamente, coloque todo excepto las alubias en el recipiente y mezcle bien. Cierre la tapa y seleccione la opción guiso. Tras una hora, compruebe la carne- si aún está un poco dura, añada un poco de agua para evitar que se seque y vuelva a poner en marcha el programe de carne durante otros 30 minutos.

### **Tajín de pescado marroquí**

1 cebolla picada en trozos grandes

2 dientes de ajo picados en trozos pequeños

1 pimiento rojo picado o cortado en juliana

2 apios

2 tomates troceados

1 cda. de comino molido o en semillas

1 cdta. de jengibre molido

1 cdta. De cúrcuma

1 palito de canela

1 cda. de pasta de harissa

120ml de vino blanco

120ml de caldo de pescado

1 pizca de azafrán (o una cucharadita de salsa de tomate)

675g de pescado- por ejemplo: merluza, salmón, bacalao

Sal y pimiento al gusto

1 limón

Un puñado de aceitunas verdes

Un puñadito de cilantro muy picado

\*La mayoría de los supermercados venden surtidos de pescado- ¡una bandeja de esas iría de lujo!

Eche todos los ingredientes excepto la cúrcuma a la multiolla y seleccione el programa de pescado.

Dependiendo del tamaño de sus filetes de pescado, necesitará un tiempo de cocción de entre 40 y 60 minutos, hasta que el pescado se vuelva escamoso. Espolvoree la cúrcuma, ponga el pescado a punto de sal y sirva inmediatamente. Está delicioso acompañado de couscous.

### **Sopa de guisantes y codillo de cerdo**

1150ml de caldo de pollo

225g de guisantes

1 cebolla picada en trozos pequeños

2 zanahorias cortadas en juliana

1 rama de apio picada en trozos pequeños

2 dientes de ajo picados

1 cucharada de tomillo fresco muy picado

1 hoja de laurel

1 codillo de cerdo

Pimienta

Seleccione el programa de cocción a fuego lento en su multiolla y seguidamente introduzca un codillo de cerdo. Añada los guisantes, la cebolla, las zanahorias, el apio, el ajo, el tomillo y la hoja de laurel y vierta el caldo de pollo caliente. Sazone los ingredientes con pimienta.

Cuando el programa haya finalizado, saque el codillo de cerdo de la olla. Retire la piel y los huesos y trocee la carne. Retire la hoja de laurel. Aplaste ligeramente los

guisantes con la parte trasera de una cuchara de madera. Vuelva a introducir la carne en el caldo y salpimente al gusto.

¡Un plato delicioso!

Consejo práctico: si usa una pieza de carne grande, parte de ella puede servirle para bocadillos.

### **Salmón con toque picante**

2 filetes de salmón con piel

1 cdtas. de aceite de oliva

1 cda. de pimentón

1 cda. de chile en polvo

1 cda. de comino

Una pizca de sal y pimienta

1 cda. de azúcar moreno

1 limón

Mezcle el pimentón, el chile en polvo, el comino, el azúcar, la sal y el pimienta en un recipiente. Espolvoree la mezcla sobre los filetes de salmón. Encienda la multiolla y seleccione el programa pescado. Añada el aceite al recipiente y cuando esté caliente tras unos minutos, coloque el salmón con la piel hacia abajo y cierre la tapa. Es cocción al vapor que dará como resultado una piel crujiente. Sirva el plato con una rodaja de limón – Un estupendo plato saludable.

## Tarta de brownie de chocolate

170g de mantequilla dulce fundida

340g de azúcar

170g de cacao en polvo

75g de harina

3 huevos grandes, ligeramente batidos

1 cdta. de esencia de vainilla

Un buen pellizco de sal

110g de pepitas de chocolate con leche

Helado de vainilla opcional

Cubra de papel de aluminio el recipiente de la multiolla y úntelo de mantequilla. Bata la mantequilla, el azúcar, el cacao en polvo, la harina, los huevos, la esencia de vainilla y la sale en un recipiente mediano. Añada las pepitas de chocolate. Extienda la masa que ha preparado en una capa uniforme. Cierre la tapa y encienda el programa de tarta. Necesitará cambiar el tiempo por defecto a 1 hora y 30 minutos; la tarta debe estar bien sólida en los bordes y ligeramente viscoso en el centro.

Sirva la tarta caliente, con helado por encima.

## Guiso irlandés con tartaletas de queso de cabra

### Para el guiso:

1.8kg de paletilla de cordero

Aceite de oliva

5 lonchas de panceta, en trozos del tamaño de un bocado

3 dientes de ajo

Sal y pimienta al gusto

950ml de caldo de cordero

1 cebolla grande picada

2 zanahorias picadas

2 apios picados

2 tallos de romero fresco

2 cdas. de salsa de tomate

Para las tartaletas:

100g de harina con levadura

50g de manteca

1 cdta. de levadura

1 cdta. de sal

5 cdas. de agua

40g de queso de cabra suave

1 cdta. de perejil, orégano y tomillo

1 cdta. de pimienta

Deshuese la carne y córtela en trozos de tamaño bocado.

Trocee la panceta, la cebolla, zanahorias y el apio.

Encienda la multiolla y seleccione el programa al vapor.

Añada la cebolla y el aceite al recipiente y deje que cueza durante unos minutos hasta que se ablande. Eche la carne, ajo, el romero y el resto de las verduras y déjelo cocer unos 5 minutos. Añada el caldo y la salsa de tomate y seleccione el programa de guiso.

Tartaletas: Ponga la harina, las hierbas y la manteca en un recipiente, añada el agua y mézclelo con el queso de cabra. Divídalo en 6 tartaletas y déjelo reposar 20 minutos. Añada la harina de maíz y un poco de agua fría y remueva hasta obtener una masa homogénea. Cuando al guiso le queden 30 minutos en el temporizador, añada la masa de harina y remueva bien. Después coloque las tartaletas en el guiso. Cierre la tapa y déjelo hasta la finalización del programa. ¡Obtendrá un plato fabuloso!

Consejo práctico: si no tiene cordero cocinado, coja una paletilla y deshuésela- trocéela en trozos de tamaño bocado. Proceda de la misma manera que con el cordero cocinado pero seleccione la opción de cocción a fuego lento en lugar del programa de guiso. Cuando haya terminado, retome la receta a partir del momento de las tartaletas.

### **Alcachofas al vapor**

2 alcachofas

1 limón

Hierbas frescas como estragón, menta, perejil y/o tomillo

1 diente de ajo, pelado y cortado

Corte las alcachofas en cuatro, quite las hojas exteriores que estén golpeadas. Unte las partes cortadas con limón.

Corte el tallo al ras del cuerpo de la alcachofa. Parta el resto del limón e introdúzcalo en un recipiente con agua hirviendo y este en la multiolla. Añada las hierbas frescas y el ajo al recipiente y al final añada las alcachofas. Llene con agua el recipiente hasta el número 2 de la escala de arroz que aparece dentro del recipiente. Vierta el agua hirviendo dentro del recipiente y cierre la tapa. Seleccione el programa de cocción al vapor. Las alcachofas estarán cocinadas cuando las hojas exteriores se puedan quitar fácilmente. Sirvalas calientes o frías con una vinagreta. ¡Buenísimas!

### **Cebada perlada y judías borlotti a la cazuela**

1 cda. de aceite de oliva

1 lata de judías borlotti, lavadas y escurridas.

1 cebolla cortada en juliana

175g de cebada perlada

1 lata de tomates cortados

1 cda. de salsa de tomate

Sal y pimienta al gusto

1 litro de caldo de verduras

1 manojo de perejil, cortado

Aceite de chile picante (opcional)

Eche el aceite en la multiolla y añada la cebolla con una pizca de sal; seleccione el programa de cocción al vapor y cocine las cebollas hasta que se ablanden. Añada el vino y déjelas cocinar durante unos minutos. Añada la cebada perlada, y remueva bien hasta que empiece a coger el color del vino. Añada las judías, los tomates y el caldo caliente. Seleccione el programa de guiso. Pasados 30 minutos compruebe que queda líquido suficiente en la cazuela. Sirvalo caliente con un toque de aceite de chile, o bien solo o con un poco de pan crujiente.

### **Bizcocho de sirope**

115g de mantequilla

100g de azúcar glass

2 huevos batidos

¼ cda. de esencia de vainilla

175g de harina

2 cdas. de leche

4 cdas. de sirope de caramelo

Engrase un bol compatible con hornos o un recipiente para pudin.

En un recipiente grande, mezcle la nata con la mantequilla y el azúcar. Añada poco a poco los huevos batidos, la vainilla y la harina, hasta que quede bien mezclado.

Incorpore leche para conseguir una consistencia suave.

Vierta el sirope en el fondo del recipiente engrasado y extienda la mezcla. Cubra el recipiente con papel de horno y papel de aluminio y átelo para asegurarlo. Colóquelo en su multiolla (asegúrese de que haya espacio libre alrededor del recipiente. Añada agua hirviendo a la multiolla, aproximadamente 2,5 cm por debajo del borde del recipiente. Seleccione el programa de cocción al vapor durante 30 min, o hasta que el pudding retome su forma al tocarlo. Desmóldelo en un plato y sívalo caliente. ¡Este bizcocho es fantástico para cualquier época del año!

### **Pan blanco**

1 cda. de sirope de caramelo

1 cda. de mantequilla fundida

320 ml de leche templada

1 bolsita de levadura

1 cdta. de sal

En un recipiente, ponga la harina y la sal bien mezcladas. Añada la bolsita de levadura, la mantequilla fundida y el sirope de caramelo. Finalmente añada la leche templada y amáselo en forma de bola. Añada un poco más de harina si la masa está muy pegajosa. Cúbrela y déjela reposar en un sitio cálido durante 10 minutos. Luego vuelva a

amasarla bien. Colóquela en el recipiente, cúbrela y déjela reposar de nuevo otros 10 minutos. A continuación, coloque el pan en su multiolla y seleccione el programa para el pan. Revíselo cuando la pantalla muestre 2.30. De la vuelta al pan y cocínelo otros 30 min - esto ayudará a que la parte superior quede dorada y crujiente. Sívalo con un poco de mantequilla.

### **Pan de soda**

1 paquete de mezcla para pan de soda

250ml de agua

Mantequilla para engrasar el recipiente.

Primero engrase la base y las paredes del recipiente con un poco de mantequilla. Esto hará que el pan no se pegue cuando se cocine. Encienda la multiolla y seleccione el programa para el pan. El tiempo programado por defecto es de 3 horas. Seleccione la opción del tiempo y redúzcalo a 2 horas y 15 minutos. En un recipiente grande coloque la mezcla del paquete y el agua y mézclelos a mano. Esto le llevará un minuto aproximadamente. A continuación, divida el pan en cuatro cuartos con ayuda de una espátula de plástico. Cierre la tapa. Después de 1h y 45 minutos revise el pan- la base debería estar ya dorada y sonar hueco al tocarlo. Dele la vuelta a la hogaza y déjela cocinarse media hora más - esto ayudará a que la parte superior quede crujiente. Saque el pan y colóquelo en una bandeja para enfriarlo tanto tiempo como pueda resistirse al olor del pan caliente. Sívalo con mantequilla o por si solo durante una comida.

Consejo práctico: No deje el pan dentro una vez terminado el tiempo de cocción, pues podría quedar un poco pastoso.

### Gachas

½ taza de avena

Agua

1 cda. grande de sal

2 cdtas. de azúcar

Para servir

Azúcar moreno muscovado

Nata o leche

Una copita pequeña de whisky (opcional)

Usando la taza incluida, introduzca dos medidas en el recipiente de su multiolla. Añada la sal y el azúcar - así conseguirá un gran sabor desde el principio del proceso de cocción. Llene el recipiente con agua hasta la línea de ½ en la escala de gachas. Cierre la tapa y seleccione la opción gachas/risotto. Tardará 1 hora. Si está haciendo menos cantidad puede reducir 15 min por cada ¼ menos de avena. Si lo cree necesario, puede remover la mezcla durante el proceso de cocción

Consejo: Esta remesa es para 6 raciones, así que puede conservar el resto en el frigorífico una vez frío y consumirlo durante los próximos días... mmmm. ¡Puede añadir trozos de albaricoques deshidratados o pasas a la mezcla cuando falten 15 minutos de cocción si busca nuevos sabores para sus gachas!

### Gachas con nueces

½ taza de avena laminada

Agua

120ml de leche

3 cdas. de coco rallado

1 cda. de canela

Para servir

Sirope de caramelo

Almendras

Introduzca la avena, la canela, la leche y el coco en su multiolla. Añada agua hasta llegar a la línea de ½ en la escala de gachas. Seleccione el programa gachas/risotto. Cuando termine, échele un poco de sirope de caramelo y almendras por encima. Servir enseguida.

### Risotto de remolacha multiolla

2 cdas. de aceite de oliva

400g de remolacha fresca

1 cebolla

2 dientes de ajo

250g de arroz arborio para risotto

250ml de vino blanco

1cda. de tomillo fresco

900ml de caldo de verduras o de pollo

Para terminar

100g de yogur natural desnatado

1 cda. de perejil cortado en juliana

1 cda. de mantequilla

Primero encienda su multiolla y seleccione el programa de gachas/risotto. Corte los dientes de ajo, la cebolla en

juliana y pele y corte la remolacha en cubos pequeños. Coloque todo en su multiolla y saltéelo durante 10 min aproximadamente hasta que las cebollas se ablanden. Añada el arroz y remueva bien. Cierre la tapa y déjelo cocinar durante otros 3-4 minutos. Añada el vino, remueva y de nuevo déjelo cocinar durante 3-4 minutos. Añada el tomillo cortado y el caldo caliente. Cuando el programa haya terminado, pruebe el arroz para asegurarse de que está cocinado- debería estar al dente, pero no demasiado duro. Si no está hecho, añada un poco de agua y déjelo cocinar durante un par de minutos más. Añádale un poco de mantequilla para darle brillo al risotto. Sírvalo con una pizca de yogur y perejil. Es un plato excelente como entrante o comida ligera.

### **Arroz sabroso**

2 tazas de arroz

Agua

1 sobre de caldo soluble de verduras

2 tallos de apio troceados

1 pimiento troceado

2 zanahorias troceadas

1 pizca de azafrán (o cúrcuma)

Opcional

Un puñado de guisantes

Introduzca el arroz en el recipiente y llénelo con agua hasta la marca 2 en la medida de arroz que indica el recipiente. Añada los demás ingredientes, remueva enérgicamente, a continuación, cierre la tapa y seleccione la opción de arroz. Cuando el arroz haya absorbido el agua, la máquina pitará. Si el arroz no está muy hecho,

déjelo un par de minutos más con la tapa cerrada para que siga hirviendo.

### **Sopa de tomate**

1 cebolla picada

1 cda. de aceite de oliva

1 lata de tomates cortados

2 tomates troceados

1 pimiento dulce

½ l. de caldo de pollo

2 patatas medianas peladas y troceadas en cubos

1 cdta. de especias

1 cda. de salsa de tomate

1 cdta. de pimienta negra molida

Seleccione el programa de sopa en su multiolla. Añada el aceite, el pimiento y la cebolla cortados. Cocínelos hasta que la cebolla esté blanda y añada los demás ingredientes, remueva bien y cierre la tapa. Antes de servir pruebe el gusto, luego sírvalo con pan crujiente.

### **Sopa de manzana, repollo y chorizo**

¼ de un chorizo troceado pequeño

1 cebolla cortada en juliana

2 tallos de apio cortados en juliana

2 zanahorias cortadas en juliana

2 tomates cortados en trozos grandes

¼ de repollo cortado en juliana

2 dientes de ajo cortados en juliana

1 cda. de salsa de tomate

1 cdta. de pimentón



Una buena pizca de sal y pimienta  
850ml de caldo de verduras

Introduzca el chorizo, la cebolla y el ajo en su multiolla y seleccione el programa de cocción al vapor. Una vez que las cebollas estén blandas añada el resto de ingredientes y remueva bien. Cierre la tapa y seleccione el programa para sopas. Esta sopa es excelente y si la deja reposar en el frigorífico durante la noche, se realzará su sabor.

### **Pollo con tomates y champiñones**

2 pechugas de pollo  
1 cda. de aceite de oliva  
450g de champiñones troceados  
2 dientes de ajo picados  
1 lata de tomates ciruela  
Una buena salsa Worcestershire  
1 cda. de salsa de tomate  
1 cdta de orégano seco  
Sal y pimienta al gusto

Seleccione el programa para carne en su multiolla y añada el aceite al recipiente. Sazone bien el pollo con sal y pimienta e introdúzcalo en el recipiente caliente. Selle ambos lados durante un minuto aproximadamente, a continuación, añada el ajo picado y los champiñones – cocínelo durante 3-4 minutos dándole la vuelta al pollo. Añada los tomates de lata troceados, la salsa Worcestershire, la salsa de tomate y el orégano. Siga cocinándolo y vuelva a darle la vuelta al pollo. Cuando termine, compruebe los sabores y que el pollo esté hecho,

puede servirlo con pasta, patatas o arroz. Un plato ligero, rápido y sabroso.

### **Costillas a la brasa con sirope de arce y salsa de soja**

1 kg de costillas de cerdo  
1 cda. de aceite  
1 cebolla picada  
3 dientes de ajo troceados  
350ml de Guinness (u otra cerveza negra)  
240ml de caldo de cerdo o de ternera  
60ml de sirope de arce (también puede hacerse con miel)  
2 cdas. de salsa de soja

Ponga aceite en la multiolla y seleccione el programa de carne. Cambie el tiempo de cocción a 1h 45 minutos. Añada las costillas y dórelas durante aproximadamente 5 minutos, dándoles la vuelta de vez en cuando. Cuando estén hechas sáquelas del recipiente y añada la cebolla y el ajo y déjelo cocinar durante unos minutos para que se ablanden.

Vuelva a meter las costillas en el recipiente y mézclelo con la Guinness, el caldo, el sirope y la soja. Una vez que haya terminado, compruebe el sabor de la salsa y sívalo enseguida. Este plato va muy bien como entrante o como aperitivo.

### **Bocado de falda de ternera**

1kg de falda de ternera  
50g de chorizo cortado  
2 dientes de ajo pelados y cortados en juliana  
2 cebollas rojas peladas y troceadas

6-8 patatas con piel pequeñas y troceadas

2 zanahorias troceadas

600ml de caldo caliente de ternera

1 lata de tomates troceados

2 cdas. de salsa de tomate

2 hojas de laurel

2 cdas. de especias mezcladas

2 buenos tragos de salsa Worcestershire

1 cda. de romero

Sal y pimienta al gusto

Seleccione el programa de cocción al vapor en su multiolla y pasado 1 minuto añada los trozos de chorizo.

Cuando empiecen a soltar un poco de aceite, añada la falda de ternera bien sazonada. Después de un par de minutos dele la vuelta y séllelo por el otro lado. Cuando esté hecho añada las cebollas y las verduras, si tiene alguna verdura en el frigorífico que necesite consumir con rapidez, puede añadirla. Cuando la cebolla empiece a ablandarse añada el resto de ingredientes y seleccione el programa para cocinar a fuego lento. El programa terminará después de 8 horas, pero probablemente ya esté listo para comer pasadas 5 horas. No se estropeará si lo deja durante 8 horas.

**¡A disfrutar!**



## PROTECCIÓN MEDIOAMBIENTAL

Para proteger el medio ambiente y la salud humana de sustancias peligrosas en aparatos eléctricos, los aparatos marcados con este símbolo no deben desecharse junto con los residuos domésticos, deben ser recuperados, reciclados y reusados.

---

**Garantía: 2 años**

Zapoznaj się ze wszystkimi instrukcjami i zachowaj je w bezpiecznym miejscu, przekaz je innej osobie, jeśli przekazujesz lub sprzedajesz urządzenie. Usuń wszystkie opakowania przed użyciem.


## WAŻNE WSKAZÓWKI BEZPIECZEŃSTWA

Przestrzegaj wskazówek związanych z bezpieczeństwem, włączając:

1. To urządzenie może być używane przez osoby o ograniczonej sprawności fizycznej, sensorycznej czy umysłowej lub z brakiem doświadczenia i wiedzy, jeżeli zostały one nadzorowane, przeszkolone i rozumieją niebezpieczeństwa z tym związane.
  - Dzieci nie powinni używać urządzenia ani bawić się nim.
  - Trzymaj urządzenie i jego kabel w miejscu niedostępnym dla dzieci.
2. Używaj urządzenie tylko ze złączem i przewodem załączonym do niego.
3. Jeśli złącze lub przewód jest uszkodzony, musi być wymieniony na specjalny zestaw dostępny u producenta lub jego przedstawiciela serwisowego.
4. Nie należy podłączać urządzenia za pomocą zegara lub systemu zdalnego sterowania.
5. Czyszczenie i konserwacja nie może być wykonywane przez dzieci bez nadzoru.
6. Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego. Nie stosować na zewnątrz pomieszczeń.
- ⚠ Nie zanurzaj urządzenia w wodzie ani żadnym innym płynie.  
Powierzchnia urządzenia będzie gorąca. Nie dotykaj go po użyciu, nim nie wystygnie.
7. Nie wkładaj zamrożonego mięsa ani drobiu do urządzenia- rozmroź przed użyciem.
8. Gotuj mięso, drób i pochodne ( mielone, burgery) aż



wypuszczą soki. Gotuj ryby aż ich mięso będzie ciemniejsze.

9. Nie próbuj niczego gotować niczego w powłoce urządzenia- jedynie w wyjmowanej misce.
10. Nie wypełniaj miski powyżej poziomu max.
11. Nie sięgaj po żadne rzeczy nad urządzeniem, żeby się nie poparzyć, tymaj ręce, ramiona, twarz itp. Z dala od wydobywającej się z niego pary.
12. Nie przykrywaj niczym urządzenia ani nie kładź nic na nim.
13. Nie gotuj pożywienia, które się pieni po podgrzaniu( jak wodosoty, chińska kapusta, kasza kukurydziana, makaron) , ponieważ mogą one zablokować filtr i wypłynąć z urządzenia.
14. Podłącz złącze do urządzenia przed podłączeniem kabla do gniazdka.
15. Odłącz urządzenie, jeśli nie jest w użyciu.
16. Nie używaj akcesoriów ani innych elementów innych niż te oryginalne
17. Nie używaj urządzenia do żadnych innych celów niż te opisane w instrukcji.
18. Nie używaj urządzenia, jeśli jest uszkodzona lub działa wadliwie.

PRZED PIERWSZYM UŻYCIEM 

Umyj ręcznie ruchome części


## JAK TO DZIAŁA

1. Odmierz składniki w misce.
2. Przekręć miskę w każdym kierunku, aby upewnić się że dno miski styka się z innymi elementami.
3. Zamknij pokrywkę. 
4. Użyj przycisku menu  żeby wybrać program.

5. Trzy duże przyciski na dole:  gotowanie ryżu,  wolne gotowanie i  duszenie, wybierz przycisk i naciśnij start.

6. Ustaw timer , jeśli potrzebujesz.

7. Naciśnij przycisk start .


8. Żeby zatrzymać urządzenie, naciśnij przycisk stop raz, jeśli wyświetlacz nie liczy czasu, dwa razy jeśli źle liczy czas. .

9. Po użyciu urządzenia, pozwól mu odpocząć min. 15 minut przed kolejnym użyciem.

## PRZYGOTOWANIE





1. Ułóż urządzenie na stabilnej, płaskiej, odpornej na ciepło powierzchni.
2. Nie używaj urządzenia blisko zasłon, półek, szafek ani niczego podobnego, co mogłoby się zniszczyć poprzez wydobywającą się gorącą parę.
3. Noś specjalne rękawiczki (lub szmatkę), żeby dotknąć gorącego urządzenia i połóż odporną na ciepło i żaroodporną podkładkę czy talerz, żeby położyć na niego miskę po ugotowaniu posiłku.
4. Włóż miskę do urządzenia.
5. Przekręć miskę o ćwierć w każdą stronę.

## PODŁĄCZENIE

1. Połóż pokrywkę na misce.
2. Włóż złącze do wtyczki z gniazdem elektrycznym.
3. Wskaźnik zapali się po krótkim czasie.
4. Światelko zamiga. 






## GOTOWANIE RYŻU

Użyj kubeczka, żeby włożyć ryż do miski.

2. Nie wkładaj więcej niż 10 kubków ryżu.
3. Skala na lewej stronie miski jest zaznaczona od 2 do 10.
4. Wypełnij miskę z wodą do poziomu, jaki odpowiada ilości ryżu.
5. Zamknij pokrywkę. 
6. Naciśnij .
7. Światelko zażarzy się.
8. Zewnętrzny segment na wyświetlaczu będzie migać podczas gdy jedzenie będzie się nagrzewać.
9. Wyświetlacz pokaże wtedy pozostały czas gotowania (np. 13 minut) i będzie odliczał.
10. Na koniec gotowania, urządzenie przejdzie w stan "trzymania ciepła".
11. Światelko  znów się zajarzy.
12. Naciśnij przycisk stop .
13. Otwórz pokrywkę.
14. Wyjmij miskę i połóż na ciepłoodpornej powierzchni, podkładce, czy talerzu.
15. Użyj szpatułki, żeby pomieszać ryż i poczekaj, aż cała para ucieknie.
16. Czasami ryż stykając się z miską może tworzyć skorupę.
17. Jeśli jej nie chcesz, możesz usunąć ją za pomocą szpatułki, po tym możesz podać ryż.







## WOLNE GOTOWANIE

1. Brązowe mięso i warzywa (patrz: PRZYSMAŻANIE /SAUTE/MIĘKKIE/GOTOWANIE na stronie 9)
2. Podgrzanie płynu (patrz: "PRZYSMAŻANIE / SAUTE/ MIĘKKIE/ GOTOWANIE" on page 9).
3. Włóż stałe składniki do miski, następnie dodaj trochę płynu
4. Przykryj pokrywkę. 
5. Naciśnij  .
6. Światelko  się zajarzy.
7. Wyświetlacz pokaże 8 godzin i będzie odliczał.
8. At the end of the cooking time, the appliance will go into "keep warm" mode.
9. Światelko  się zaświeci.
10. Naciśnij stop  ,otwórz pokrywkę, wyjmij jedzenie.



## DUSZENIE









1. Brązowe mięso i warzywa (patrz: PRZYSMAŻANIE /SAUTE/MIĘKKIE/GOTOWANIE na stronie 9)
2. Podgrzewanie płynu (patrz: PRZYSMAŻANIE /SAUTE/MIĘKKIE/GOTOWANIE na stronie 9)
3. Włóż stałe składniki do miski, potem dodaj płyn lub wodę.
4. Zamknij pokrywkę.
5. Naciśnij  .

6. Światelko  się zajarzy.
7. Wskaźnik pokaże 1 godzinę i będzie odliczał.
8. Po skończeniu gotowania, urządzenie przejdzie w stan "utrzymania ciepła"
9. Światelko  się zaświeci.
10. Naciśnij stop  ,otwórz pokrywkę, wyjmij jedzenie.



Menu



za pomocą menu

MENU	USING THE MENU	Zakres czasu	Czas domyślny
 Meat	mięso	10 min-1godz	20min
 Soup	zupy	1-5godz	1godz
 Yoghurt	jogurty	6-10godz	8godz
 Bread	chleb	1-3godz	3godz
 Fish	ryby	10min-1godz	20min
 Steam	gotowanie na parze	30min-2godz	30min
 Porridge/Risotto	owsianka/rizotto	1-4godz	1godz
 Cake	ciasto	30min-2h	40min



1. Potrzymaj mięso oliwą.
2. Posyp i potrzymaj mięso przyprawami.
3. Włóż łyżkę stołową oliwy do miski.
4. Połóż mięso na środku miski.
5. Zamknij pokrywkę.

#### CZAS GOTOWANIA


6. Czas gotowania będzie zależał od rodzaju mięsa i jego wagi.
7. Nie gotuj więcej niż 500g w jednym czasie.
8. Sugerowany czas gotowania to 10 minut+ 10minut na każde 100g mięsa np. wołowego.
9. Nie gotuj wieprzowiny ani drobiu dłużej niż 30minut.
10. Gotuj mięso, drób i inne podobne (mięso mielone, burgery itp.) aż wypłyną z nich soki.
11. Gotuj ryby aż ich mięso lekko pociemnieje.
12. Użyj przycisku z menu  żeby wybrać  Meat
13. Czas domyślny gotowania to 20minut.
14. Możesz użyć przycisków "h" lub "min" jeśli wyświetlacz miga.
15. Użyj przycisku "min" żeby wybrać na wyświetlaczu różne opcje (10,15,20,25,30,35,40,45,50 i 55.)
16. Jeśli przez gotować ponad 1 godzinę, naciśnij przycisk "h".
17. Żeby cofnąć ustawienia na 1 godzinę, naciśnij przycisk "h" znowu, kiedy na wyświetlaczu czas miga. Jeśli nic nie zrobisz przez 2 minuty, urządzenie przywróci stan czuwania.
18. Jeśli wybrałeś już czas gotowania, urządzenie przejdzie w

stan "utrzymywania ciepła" .

19. Wskaźnik będzie odliczał czas.






20. Po ugotowaniu, urządzenie przejdzie w stan "trzymania ciepła" .

21. Światelko  się zajarzy.

22. Naciśnij stop , otwórz pokrywkę, wyjmij jedzenie.






#### TIMER

1. Możesz użyć regulatora czasu do gotowania zupy  Soup, jogurtu  Yoghurt, chleba  Steam, gotowania na parze  Bread i owsianki  Porridge/Risotto

2. Zrób to natychmiast po zobaczeniu czasu gotowania i przed naciśnięciem przycisku start .

a) Naciśnij .

b) Światelko  się zaświeci, żeby przypomnieć ci, że używasz timer' a. 

c) Zdecyduj, kiedy chcesz, żeby twoje jedzenie było gotowe. 




d) Na przykład, jeśli teraz jest 2:00 i chcesz, żeby jedzenie było gotowe na 9:00, musisz nacisnąć czas gotowości na 7 godzin.

e) Użyj przycisków "h" i "min" , żeby ustawić czas.

f) Naciśnij start .



## ZUPY

1. Brązowe mięso i warzywa (patrz: PRZYSMAŻANIE /SAUTE/MIĘKKIE/GOTOWANIE na stronie 9)
2. Włóż stałe składniki do miski, potem dodaj jakiegoś płynu/ wody.
3. Zamknij pokrywkę.
4. Użyj przycisku menu , żeby wybrać  Soup
5. Wybierz czas gotowania.
6. Czas domyślny to 1 godzina.
7. Możesz użyć przycisków "h" i "min" kiedy czas na wyświetlaczu miga.
8. Użyj przycisku "min" ,żeby przejść przez różne opcje na wyświetlaczu (10,15,20,25,30,35,40,45,50 i 55).
9. Użyj przycisku "h" ,żeby przejść na wyświetlaczu przez opcje: 1,2,3,4 lub 5.
10. Żeby cofnąć ustawienie 5 godzin, naciśnij przycisk "h" znowu, kiedy czas na wyświetlaczu miga. ✨ Jeśli nic nie zrobisz przez 2 minuty, urządzenie przejdzie w stan czuwania.
11. Możesz użyć opcji użycia timera z tym programem (patrz TIMER)
12. Naciśnij start 
13. Wyświetlacz będzie odliczał czas.
14. Na koniec czasu gotowania, urządzenie przejdzie w

stan "utrzymywania ciepła" .

15. Światelko  się zajarzy. .

16. Naciśnij stop , otwórz pokrywkę, wyjmij jedzenie.



## JOGURT

Kultury bakterii jogurtu

1. Możesz użyć 30ml (2 łyżek stołowych) :

a) Niesmakowy, "żywy" jogurt musi być świeży ( patrz na datę przydatności)

- Różne marki jogurtów dadzą różne efekty.

b) Jogurt, który już wcześniej robiłeś.

- Bakterie słabną z czasem, dlatego możesz robić to jedynie 10 razy, potem użyć już inną kulturę bakterii.

c) Zamarznięte na sucho kultury bakterii jogurtu z apteki lub sklepu ze zdrową żywnością.

- Jeśli instrukcje na opakowaniu kultury bakterii są inne niż te powyżej ,przestrzegaj tych na ich opakowaniu.

Mleko

1. Będziesz potrzebować 1 litra mleka



2. Mleko pełnotłuszczowe daje jogurt o większej objętości niż mleko o niskiej zawartości tłuszczu.




3. Żeby sprawić, by miał jeszcze większą objętość, możesz dodać 8 łyżek stołowych mleka w proszku.

4. Możesz również skorzystać z odtworzonego mleka w



proszku, mleka zagęszczonego lub mleka w puszkach. .

Robienie jogurtu

5. Musisz zabić bakterie w mleku, żeby uniknąć konkurencji ich z bakteriami w jogurcie.
6. Kiedy podgrzewasz mleko, pozwól kulturom bakterii z jogurtu ogrzać się do temperatury pokojowej.
7. Otwórz pokrywkę.
8. Użyj programu PARY/ PRZYSMAŻANIA/ SAUTE/MIĘKKOŚCI/ GOTOWANIA, żeby podgrzać mleko do stopnia tuż przed zagotowaniem.
9. Wyłącz, kiedy małe bąbelki pojawiają się w rogach miski.
10. Pozostaw mleko, aby się ochłodziło do temperatury pomiędzy 37°C i 45°C.
11. Wymieszaj kultury bakterii jogurtu z mlekiem.
12. Muszą być dokładnie wymieszane, bo inaczej jogurt będzie grudkowaty.
13. Zamknij pokrywkę.
14. Użyj przycisku , żeby wybrać  Yoghurt
15. Ustaw czas gotowania.
16. Czas domyślny to 1 godzina.
17. Możesz użyć przycisku "h" lub "min" jeśli czas na wyświetlaczu miga.
18. Użyj przycisku "min" na wyświetlaczu, żeby wybrać opcje: 10,15,20,25,30,35,40,45,50 lub 55.
19. Użyj przycisku "h" na wyświetlaczu, żeby wybrać opcje 6,7,8,9 lub 10.

20. Żeby cofnąć ustawienia na 10 godzin, naciśnij przycisk "h" , kiedy czas na wyświetlaczu miga. Jeśli nie zrobisz nic po 2 minutach, urządzenie powróci do stanu czuwania.
21. Masz opcję użycia programu timer' a. (patrz TIMER)
22. Naciśnij start 
23. Wyświetlacz będzie odliczał czas.
24. Na koniec gotowania, urządzenie przejdzie w stan czuwania.  Steam
25. Nie będzie trzymało jogurtu w stanie ciepłym.
26. Naciśnij stop , otwórz pokrywkę, wyjmij jedzenie.

## BREAD

1. Rozmroź zamrożone ciasto dokładnie, przed użyciem.
2. Nie używaj więcej niż 500g, inaczej ciasto może wypłynąć z urządzenia.
3. Przetrzyj miskę oliwą.
4. Włóż ciasto na chleb do miski.
5. Zamknij pokrywkę.
6. Użyj przycisku w menu , żeby wybrać  Bread
7. Wybierz czas gotowania.
8. Czas domyślny to 3 godziny.
9. Możesz użyć przycisku "h" i "min" kiedy czas na




wyświetlaczu miga.


10. Użyj przycisku "min" na wyświetlaczu, żeby wybrać opcje 10,15,20,25,30,35,40,45,50 i 55.

11. Użyj przycisku "h" , żeby wybrać opcje 1,2,3,4, 5 lub 6.

12. Żeby cofnąć ustawienie 6 godzin, naciśnij znów przycisk "h" , kiedy czas na wyświetlaczu miga.

Jeśli przez dwie minuty nic nie zrobisz, urządzenie przejdzie w stan czuwania. 

13. Możesz użyć opcji timer' a (patrz TIMER)

14. Naciśnij start 

15. Wyświetlacz będzie odliczał czas.

16. Na koniec urządzenie przejdzie w stan "trzymania ciepła" .

17. Świeciło  się zajarzy.

18. Naciśnij stop  , otwórz pokrywkę, wyjmij

## RYBY

1. Natrzyj rybę oliwą.

2. Potrzyj rybę różnymi przyprawami.

3. Włóż łyżkę stołową oliwy do miski.

4. Połóż rybę na środku miski.

5. Zamknij pokrywkę.

### CZAS GOTOWANIA

6. Czas gotowania będzie zależał od rodzaju i wagi ryby.

7. Nie gotuj więcej niż 500g za jednym razem.

8. Sugerowany czas to 10 minut na 10 gram ryby.


9. Gotuj rybę, aż jej mięso trochę ściemnieje, nie będzie przezroczyste.

10. Użyj przycisku w menu  , żeby wybrać  Fish


11. Czas domyślny to 20minut.

12. Możesz użyć przycisku "h" i "min" kiedy czas na wyświetlaczu miga.

13. Użyj przycisku "min" na wyświetlaczu, żeby wybrać opcje 10,15,20,25,30,35,40,45,50 i 55.

14. Jeśli chcesz gotować przez 1godzinę, naciśnij przycisk "h" . 

15. Żeby cofnąć ustawienie jednej godziny, naciśnij znów przycisk "h" ,kiedy czas na wyświetlaczu mija.

Jeśli przez 2 minuty nic nie zrobisz, urządzenie przejdzie w stan czuwania. 


16. Jeśli wybrałeś już czas gotowania, naciśnij przycisk .

17. Wyświetlacz będzie odliczał czas.

18. Po ugotowaniu urządzenie przejdzie w "stan czuwania" .

19. Świeciło  zacznie się jarzyć.

20. Najlepiej wyjąć jedzenie tak szybko, jak to tylko możliwe, żeby się nie wysuszyło.

21. Naciśnij stop  , otwórz pokrywkę, wyjmij jedzenie.



## GOTOWANIE NA PARZE

1. Napełnij miskę wodą do poziomu 6.
2. Włóż kosz na górę miski.
3. Włóż jedzenie do koszyka.
4. Żeby gotowanie było równomierne, pokrój wszystkie części jedzenia mniej więcej na takie same kawałki.
5. Do gotowania groszku, czy innego pożywienia, które może się rozwalić lub wpaść do wody, przygotuj aluminiową folię.
6. Uważaj przy wyjmowaniu folii- nałóż rękawiczki lub użyj plastikowych szczypców/łyżki.

7. Zamknij pokrywkę.

8. Użyj przycisku w menu  ,żeby wybrać .  Steam

9. Wybierz czas gotowania -poniższe powinny być ugotowane w ciągu 30minut:

Jedzenie (świeże)	Ilość
Zielony groszek	200g
Brokuły	200g
Brukselka-kiełki	200g
Kapusta	quarter
Marchewki( pokrojone)	200g
Kolby kukurydzy	2
Pomidory (ćwiartki)	400g

Czas gotowania & bezpieczeństwo jedzenia

10. Gotuj mięso, drób i podobne (mielone, burgery) aż

wypłynie z nich sok. Gotuj ryby aż ich mięso nie będzie przezroczyste.


11. Powinieneś gotować liście warzyw tak krótko jak to możliwe, żeby zachowały swoją chrupkość i kolor zielony. Zamoczenie ich w lodowatej wodzie zatrzyma proces gotowania.

12. Czas domyślny to 30 minut.

13. Możesz użyć przycisku "h" lub "min" kiedy czas na wyświetlaczu miga

14. Użyj przycisku "min" ,żeby wybrać jedną z opcji 30,35,40,45,50 lub 55.

15. Użyj przycisku "h" żeby wybrać na wyświetlaczu opcję 1 lub 2.

16. Żeby cofnąć ustawienie 2 godzin, naciśnij przycisk "h" , kiedy czas na wyświetlaczu miga. Jeśli nic nie zrobisz przez dwie minuty, urządzenie przejdzie w stan czuwania. 

17. Możesz użyć opcji timer' a (patrz TIMER).


18. Naciśnij start 

19. Wyświetlacz będzie odliczał czas.

20. Po ugotowaniu, urządzenie przejdzie w stan "trzymania ciepła" .

21. Światelko  się zajarzy.


22. Najlepiej wyjąć jedzenie tak szybko, jak to tylko możliwe, żeby uniknąć rozmoczenia.

23. Naciśnij stop  ,otwórz pokrywkę, wyjmij jedzenie.



Steam

**PRZYSMAŻANIE/SAUTE/MIĘKKIE/GOTOWANIE**

1. Możesz użyć programu GOTOWANIA NA PARZE  jako domyślne ustawienie, z otwartą pokrywką i wysoką temperaturą w misce przez 30 minut, po wcześniejszym gotowaniu na innym programie
2. Użyj trochę oliwy lub oleju, żeby przysmażyć mięso i warzywa, żeby zmiękczyć cebule, selery, pory itp.
3. Użyj wody lub bulionu, żeby wcześniej podgrzać gotowane płyny.
4. Kiedy przechodzisz do programu głównego, urządzenie jest rozgrzane i niektóre lub wszystkie składniki będą już w misce.
5. Nie musisz wtedy myć miski, którą będziesz używał podczas przygotowywania.

**OWSIANKA/ RISOTTO**

1. Użyj kubka lub pojemnika, żeby włożyć ziarna( ryż, płatki owsiane, itp.) do miski.

**OWSIANKA**

- a) Użyj miarki po prawej stronie miski, gdzie jest zaznaczenie od 1.

- b) Nie używaj więcej niż 1 kubka

**RIZOTTO**

- a) Użyj miarki na środku miski, która jest zaznaczona od 1 do 3.

- b) Nie używaj więcej niż 3 kubki.

2. Wypełnij miskę wodą do poziomu odpowiedniego do liczby kubków ryżu.

3. Zamknij pokrywkę.

4. Użyj przycisku w menu , żeby wybrać  Porridge/Risotto


5. Wybierz czas gotowania.

6. Czas domyślny to 1 godzina.


7. Możesz użyć przycisku "h" i "min" , kiedy czas na wyświetlaczu miga.

8. Użyj przycisku " min" , żeby wybrać odpowiednią opcję na wyświetlaczu: 5,10,15,20,25,30,35,40,45,50 i 55.

9. Użyj przycisku "h" , żeby wybrać opcję : 1,2,3, lub 4.

10. Żeby cofnąć ustawienia 4 godzin, naciśnij przycisk "h" znowu, kiedy czas na wyświetlaczu miga.  Jeśli przez 2 minuty nic nie zrobisz, urządzenie przejdzie w " stan czuwania" .

11. Możesz użyć opcji timer' a (patrz :TIMER).

12. Naciśnij start .

13. Wyświetlacz zacznie odliczać czas.

14. Po ugotowaniu urządzenie przejdzie w stan " utrzymywania ciepła" .





15. Światelko  się zaświeci.

16. Naciśnij stop , otwórz pokrywkę, wyjmij jedzenie.

Rizotto- patrz przepis na stronie 17






## CIASTO

1. Rozmroź zamrożone ciasto przed użyciem.
  2. Nie napełniaj miski ciastem powyżej 6 miarki na skali po lewej stronie, ponieważ ciasto może wypaść z urządzenia.
  3. Potrzymaj miskę oliwą lub olejem.
  4. Włóż ciasto do miski.
  5. Zamknij pokrywkę.
  6. Użyj przycisku w menu  Menu , żeby wybrać  Cake
  7. Ustaw czas gotowania.
  8. Czas domyślny to 40 minut.
  9. Możesz użyć przycisku "h" i "min" , kiedy czas na wyświetlaczu miga.
  10. Użyj przycisku " min" , żeby wybrać odpowiednią opcję na wyświetlaczu: 30,35,40,45,50 i 55.
  11. Użyj przycisku "h" , żeby wybrać opcję : 1 lub 2
  12. Żeby cofnąć ustawienia 2 godzin, naciśnij przycisk "h" znowu, kiedy czas na wyświetlaczu miga.
- Jeśli przez 2 minuty nic nie zrobisz, urządzenie  przejdzie w " stan czuwania" .
13. Kiedy już ustawiłeś czas, naciśnij start .
  14. Wyświetlacz zacznie odliczać czas.
  - 15 . Po ugotowaniu urządzenie przejdzie w stan " utrzymywania ciepła" .
  16. Światelko  się zaświeci.

17. Najlepiej wyjąć jedzenie tak szybko jak się da, żeby nie było rozmoczone.




18. Naciśnij stop  , otwórz pokrywkę, wyjmij jedzenie.



- Jeśli chcesz użyć opcji trzymania ciepła po skończeniu programu, który nie ma tej opcji, wtedy, kiedy jedyną ikonką, jaką pokazuje wyświetlacz jest migające światelko , naciśnij  Meat  Steam
- Naciśnij stop  , żeby wyjść z tego ustawienia.



## CZYSZCZENIE I UTRZYMANIE

1. Odłącz urządzenie i pozwól mu się ochłodzić. Odłącz wtyczkę z gniazdka, potem odłącz złącze z gniazdka i od urządzenia.
2. Przy zamkniętej pokrywie, chwyć górę filtra i wyciągnij go z pokrywy.
3. Przekręć go, żeby zobaczyć zaznaczenia na przedniej krawędzi.
4. Przytrzymaj pokrywkę filtra szybko i przekręć pozostałą  część filtra w kierunku kłódki  .
5. Przytrzymaj etykiety na dole wewnętrznej pokrywy i wyjmij ją z urządzenia.
6. Umyj ręcznie wszystkie ruchome części. .
7. Przetrzyj wszystkie powierzchnie czystą, wilgotną ściereczką.
8. Nie wkładaj żadnych części urządzenia do zmywarki.
9. Zmontuj filtr i włóż go do pokrywy.
10. Włóż wewnętrzną część pokrywy do niej.

**PRZEPISY:**

“kubek” oznacza 180ml pojemnika odmierzającego na ryż załączonego z urządzeniem

**Wegetariańskie chilli z kuskusem**

1 łyżka stołowa oliwy  
 1 duża cebula  
 2 ząbki czosnku  
 1 żółta, czerwona i pomarańczowa papryka  
 1 słoik zielonych papryczek japalenos  
 1 puszka fasolki cannelini  
 1 puszka fasolki półksiężycowatej  
 1 puszka pokrojonych pomidorów śliwkowych  
 2 łyżeczki chilli  
 2 łyżeczki oregano  
 1 łyżeczka mielonej kolendry  
 2 łyżeczka kminku  
 1 łyżeczka przecieru z pomidorów  
 1 łyżeczka cukru  
 2 łyżki ostrego sosu z pomidorów (ostry sos pomidorowy Heinz lub podobny)  
 850ml bulionu warzywnego  
 120-240ml kaszy kuskus  
 Do podania:  
 Starty ser  
 1 mała łyżka śmietany  
 Mały pęczek drobno posiekanej kolendry  
 Najpierw włącz multicooker, wybierz program gotowania na parze i dodaj trochę oliwy. Dodaj posiekaną cebulę i czosnek i pozwól im zmięknąć, to powinno zająć kilka minut. Następnie dodaj resztę składników oprócz kuskusu. Uwaga: fasole wcześniej namocz i wydrenuj zanim wrzucisz ją do

urządzenia. Wybierz guzik wolnego gotowania. Ten program ma cykl 8-godzinny- idealny, gdy gdzieś wychodzisz. Plus ok. 30minut, żeby dodać kuskus. Jeśli program już się skończył, musisz tylko wybrać ustawienia gotowania na parze jeszcze raz i zostawić na ok. 20 minut. Serwuj w misce z garścią startego sera, odrobiną śmietany i posypką ze świeżej kolendry.

Ważna wskazówka: Jeśli chcesz tylko klasyczne wegańskie chilli, nie dodawaj kuskusu.

**Domowy jogurt**

1200ml pełnotłuszczowego mleka  
 100ml jogurtu naturalnego (pełnotłuszczowego)

Opcje smakowe:

50g zamrożonych jagód

1 łyżka miodu

Wlej mleko do multicooker' a i wybierz program gotowania na parze. Poczekaj aż mleko się podgrzeje, zanim zaczną pojawiać się bąbelki na rogach. Wyłącz multicooker i pozwól mleku się schłodzić do ok. 37 stopni.

Kiedy mleko już się schłodzi, dodaj jogurt i dobrze wymieszaj, usuwając wszystkie grudki. Wybierz program jogurtu. Kiedy program już się skończy, wyjmij jogurt i ułóż w lodówce, żeby całkowicie się ochłodził. W tym samym czasie, ułóż zmieszane jagody na patelni i delikatnie podgrzej, dodaj miód i gotuj, aż zaczną się rozpadać. Zdejmij z ognia i ochłódź. Pomieszaj owoce razem z jogurtem. Jeśli chcesz przechowywać jogurt, musisz zdezynfekować słoiki, których chcesz użyć. Ułóż je w piekarniku (ok.100 stopni) na 10 minut. Nie trzymaj ich za długo, ponieważ mogą się rozbić. Jogurt wtedy może być przetrzymywany do kilku tygodni.

## Ogniste wołowe chilli NY

- 450g duszonej wołowiny
- 1 łyżeczka oliwy
- 2 cebule
- 3 ząbki czosnku
- 2 łyżeczki chilli w proszku
- 1 łyżeczka pieprzu cayenne
- 1 łyżeczka wędzonej papryki lub proszku chipotle
- 2 łyżki sosu pomidorowego
- 2 puszki pomidorów
- 1 zielona papryka
- 1 liść laurowy
- 1 łyżeczka soli
- 1 łyżeczka pieprzu
- 1 puszka zwyczajnej fasoli- dodaj na końcu

Duża garść świeżej bazylii

Obierz i posiekaj cebule i czosnek. Posiekaj wołowinę, pomidory i paprykę w kawałki wielkości gryzów. Wlej oliwę do urządzenia i wybierz program gotowania na parze. Po minucie dodaj kawałki mięsa i podduś je lekko, przekręcając co jakiś czas- zostaw otwartą pokrywkę, żebyś mógł sprawdzać mięso. Kiedy już się poddusi, wyjmij mięso z urządzenia i zostaw w misce. Dodaj cebule, czosnek i wszystkie zioła do oliwy w urządzeniu i dobrze wymieszaj. Kiedy cebule już zmiękną, włóż znowu mięso do urządzenia. Następnie włóż wszystko razem z fasolą do miski, dobrze wymieszaj. Zamknij pokrywkę i wybierz opcję duszenia. Po godzinie sprawdź mięso- jeśli dalej jest twarde, dodaj trochę wody, żeby się nie wysuszyło i włącz program do robienia mięsa na dodatkowe 30 minut.

## Marokański tadżin z rybą

- 1 cebula, grubo posiekana
  - 2 ząbki czosnku, delikatnie posiekane
  - 1 czerwona papryka, pokrojona w paski lub plastry
  - 2 selery naciowe - pokrojone
  - 2 pomidory, pokrojone
  - 1 łyżeczki całych lub zmielonych ziarenek kminku
  - 1 łyżeczka mielonego imbiru
  - 1 łyżeczka kurkumy
  - 1 laska cynamonu
  - 1 łyżeczka pasty harissa
  - 120ml białego wina
  - 120ml bulionu rybnego
  - I szczypta szafranu (lub łyżeczka przecieru pomidorowego)
  - 675g ryby, takiej jak dorsz, łosoś, płamiak
  - Sól i pieprz dla smaku
  - 1 cytryna
  - Garść zielonych oliwek
  - Mała garstka kolendry
- \*Większość supermarketów sprzedaje mixy ryb w cieście- będą się nadawać do potrawy!
- Dodaj wszystkie składniki oprócz kolendry do urządzenia i wybierz program przygotowywania ryby. Zależnie od rozmiaru ryby, gotuj od 40 do 60 minut, aż ryba zacznie się kurczyć. Wymieszaj z posiekaną kolendrą, dodaj przyprawy i natychmiast podawaj. Idealnie będzie pasować do tego kuskus.

## Zupa grochowa z golonką

1150ml bulionu z kurczaka  
 225g grochu łuskanego  
 1 cebula, siekana drobno  
 2 marchewki, drobno siekane  
 1 seler naciowy, drobno pokrojony  
 1 ząbki czosnku, zmielone  
 1 łyżka świeżego tymianku, drobno pokrojonego  
 1 liść laurowy  
 1 golonka  
 Pieprz

Wybierz program wolnego gotowania na urządzeniu i włóż golonkę do garnka. Dodaj groch łuskany, cebulę, marchewki, seler, czosnek, tymianek, liść laurowy i wlej do gorącego bulionu z kurczaka, dopraw pieprzem.

Kiedy program już się skończy, wyjmij golonkę z garnka. Oddziel skórę i kości, pokrój mięso.

Wyrzuć liść laurowy. Delikatnie rozmiądz groszek tyłem drewnianej łyżki. Wrzuć znowu mięso do zupy i przypraw dla smaku solą i pieprzem. Niebo w gębie !

Ważna wskazówka: Jeśli golonka jest duża, możesz wykorzystać ją do robienia kanapek.

## Łosoś w pikantnych przyprawach

2 filety z łososia- ze skórą  
 1 łyżeczka oliwy  
 1 łyżeczka papryki w proszku  
 1 łyżeczka chilli w proszku  
 1 łyżeczka kminku  
 Szczypta soli i pieprzu

1 cytryna

Pomieszaj przyprawę z papryki, chilli, kminku i soli z pieprzem w misce. Połóż filety i posyp, potrzyj je przyprawami. Włącz urządzenie i wybierz program przygotowywania ryby. Dodaj trochę oliwy do miski i po kilku minutach, gdy już się podgrzeje, dodaj filety ze skórą do dołu i zamknij pokrywę. To wspaniałe połączenie gotowania na parze kawałków ryby sprawi, że skórka będzie chrupiąca.

Podawaj z wyciśniętym sokiem z cytryny- wspaniały lekki posiłek.

## Czekoladowe ciasto brownie

170g niesolonego masła, stopionego  
 340g cukru  
 170g kakao w proszku  
 75g mąki pszennej  
 3 duże jajka, lekko ubite  
 1 łyżeczka aromatu waniliowego  
 Spora szczypta soli  
 110g cukierków z czekolady mlecznej  
 Opcjonalnie- waniliowe lody do podania  
 Wyłóż miskę urządzenia sporym kawałkiem folii, następnie delikatnie potrzyj ją masłem. Zmiksuj razem stopione masło, cukier, kakao, mąkę, jajka, ekstrakt waniliowy i sól w średniej misce. Wsyp kawałki czekolady (cukierki). Ułóż ciasto równomiernie w odpowiednim na niego miejscu. Zamknij pokrywkę i włącz program przygotowywania ciasta. Będziesz musiał zmienić czas domyślny na 1 godzinę i 30 minut; ciasto powinno być wyłożone też na rogach, aby równomiernie i delikatnie zrobiło się w środku.  
 Podawaj ciasto ciepłe, może być w misce- na wierzchu z lodami.

## Irlandzki gulasz z pierogami z kozim serem

Na gulasz:

1,8 kg łopatki jagnięcej

Oliwa z oliwek

5 plastry boczku, pokrojone na kawałki wielkości kęsa

3 ząbki czosnku

Sól i pieprz dla smaku

950 ml bulionu jagnięcego

1 duża cebula, pokrojona w kostkę

2 marchewki, pokrojone w kostkę

2 selery naciowe, pokrojone w kostkę

2 gałązki świeżego rozmarynu

1 łyżki przecieru pomidorowego

Na pierogi:

100g mąki samorosnącej

50g smalcu

1 łyżeczka proszku do pieczenia

1 łyżeczka soli

5 łyżek wody

40g miękkiego sera koziego

1 łyżeczka pietruszki, majeranku i tymianku

1 łyżeczka pieprzu

Oddziel kości od mięsa i posiekaj w kawałeczki wielkości kęsa. Pokrój bekon i posiekaj cebulę, marchewki i seler.

Włącz urządzenie i wybierz program gotowania na parze.

Ułóż cebule w oliwie w misce i gotuj przez kilka minut, aż zmiękną. Dodaj bulion i przecier z pomidorów i wybierz opcję duszenia.

Pierogi: wsyp mąkę, zioła i smalec w misce, dodaj wodę i następnie zmiksuj razem z serem kozim. Podziel na 6 pierogów i zostaw na 20 minut.

W kubku dodaj mąkę kukurydzianą i trochę zimnej wody i

pomieszaj, aż będzie gładkie.

Jeśli zostało 30 minut do końca na liczniku czasu, dodaj mąkę kukurydzianą z wodą i pomieszaj dokładnie. Następnie włóż pierogi do gulaszu. Zamknij pokrywke i zostaw do końca czasu programu. Wspaniała i wygodna potrawa!

Uwaga: Jeśli nie masz żadnej ugotowanej łopatki jagnięcej - weź inną łopatkę i zdejmij mięso z kości i posiekaj na małe kawałki. Rób tak, jakbyś przygotowywał łopatkę ganiącą i wybierz program wolnego gotowania zamiast programu duszenia. Gdy jest już gotowe, wróć do tego przepisu od momentu gotowania pierogów.

## Karczochy gotowane na parze

2 kule karczochu

1 cytryna

Świeże gałązki ziół takich jak mięta, estragon, pietruszka i / lub tymianek

1 ząbek czosnku, obrany i pokrojony

Odetnij górną ćwiartkę z karczochów, odrzuć wszelkie zewnętrzne liście. Potrzyj przecięte części kawałkiem cytryny.

Odetnij trzony z karczochów. Pokrój pozostałą cytrynę i ułóż w koszu do gotowania na parze. Dodaj gałązki ziół i czosnek do kosza i ułóż na karczochach. Dodaj wody do 2 poziomu na miarce do ryżu w środku miski. Ułóż kosz do gotowania na parze w misce i zamknij pokrywke.

Wybierz program gotowania na parze. Karczochy są ugotowane, jeśli zewnętrzne liście można łatwo usunąć.

Podawaj je ciepłe lub na zimno z sosem vinegret. Wspaniale!



## Kasza perłowa i fasola borlotti w jednym naczyniu

1 łyżka oliwy z oliwek  
 1 puszka fasoli borlotti, opłukanych i wysuszonych  
 1 cebula, dokładnie pokrojona  
 175g kaszy perłowej  
 1 puszka pokrojonych pomidorów  
 1 łyżka przecieru pomidorowego  
 Sól i pieprz dla smaku  
 1 litr bulionu z warzyw  
 125ml czerwonego wytrawnego wina  
 Garść pietruszki, pokrojonej  
 Pikantna oliwa chili do podania (opcjonalnie)  
 Wlej oliwę do urządzenia i dodaj cebulę i szczyptę soli: wybierz program gotowania na parze i gotuj cebulę, aż będzie miękka. Dodaj wino i gotuj jeszcze przez kilka minut. Dodaj kaszę perłową i wymieszaj aż zacznie nabierać koloru wina. Dodaj fasolę, pomidory i gorący bulion. Wybierz program duszenia. Sprawdź po 30 minutach, czy jest wystarczająca ilość płynu w garnku. Podawaj ciepłe, z niewielką ilością oliwy z chilli, samo lub z kawałkiem kruszonego chleba.

## Miękki pudding z syropem

115g masła  
 100g cukru pudru  
 2 jajka, ubite  
 1 łyżeczka ekstraktu waniliowego  
 175g mąki samorosnącej  
 2 łyżki mleka  
 4 łyżki syropu złotego  
 Żaroodporna miska na budyń ( do wysmarowania)  
 W dużej misce, zmieszaj razem masło i cukier. Dodaj, pomału

ubite jajka, aromat waniliowy i mąkę, aż będą dobrze zmieszane. Dodaj mleko, żeby osiągnąć gładką konsystencję.

Wlej syrop na dół przygotowanej miski i wylej miksturę na górę. Pokryj miskę pergaminem do pieczenia, następnie folią i zwiąż sznurkiem, aby była bardziej stabilna. Włóż do urządzenia ( upewnij się, że jest miejsce w misce. Dodaj gorącą wodę do urządzenia, około cal niżej niż brzeg miski. Wybierz program gotowania na parze na 1 godzinę lub aż pudding będzie sprężysty przy dotknięciu, odwróć na talerz do serwowania, podawaj ciepłe. To wspaniały pudding w każdym miejscu i o każdym czasie!

## Biały chleb

1 łyżka złotego syropu  
 1 łyżka stopionego masła  
 320 ml ciepłego mleka  
 1 saszetka drożdży  
 500 g białej mąki  
 1 łyżeczka soli  
 Wsyp do miski mąkę i sól i dobrze wymieszaj. Dodaj saszetkę drożdży i stopione masło oraz złoty syrop. Na końcu dodaj ciepłe mleko i ugnieć w kształt kuli. Dodaj trochę dodatkowej mąki, jeśli masa jest bardzo kleista. Zakryj i zostaw w ciepłym miejscu na jakieś 10 minut. Wyjmij i znów zagnieć. Ułóż w misce, zakryj np. ściereczką i zostaw na kolejne 10 minut. Następnie ułóż chleb w urządzeniu i wybierz program do robienia chleba. Sprawdź, gdy wyświetlacz wskazuje 2:30. Przekręć chleb i piecz przez następne 30 minut- to pomoże nadać bochenkowi chleba trochę koloru i chrupkości. Podawaj z masłem.

## Chleb sodowy

1 paczka mixu na chleb sodowy  
350ml wody

Masło do wysmarowania miski

Najpiew wysmaruj podłoże i boki na dole miski urządzenia odrobiną masła. To zapobiegnie przywieraniu chleba z różnych stron podczas pieczenia. Włącz urządzenie i wybierz opcję pieczenia chleba. Czas domyślny 3 godzin pokaże się na wyświetlaczu. Wybierz timer i zmiejsz czas do 2 godzin i 15 minut. W dużej misce do pieczenia włóż paczkę mixu na chleb i wlej wodę, połącz rękami. To może zabrać około minutę. Następnie ułóż wszystko w ciepłej misce, masa powinna ją prawie całkowicie wypełniać. Plastikową szpatułką podziel ciasto chleba na ćwiartki. Zamknij pokrywę. Po 1 godzinie i 45 minutach sprawdź chleberczki. Powinien być złoty-brązowy i mieć pusty dźwięk, gdy się go czymś postukuje. Przekręć bochenek i zostaw na ostatnie pół godziny- dzięki czemu cały bochenek stanie się bardziej chrupki. Wyjmij chleb i ułóż na tacy, aby się ochłodził na tak długo, aż będzie czuć zapach ciepłego chleba. Jedz z solonym masłem sam lub dodając do innych potraw.

Wskazówka: Nie zostawiaj chleba w urządzeniu po tym jak już skończył się piec, ponieważ może za bardzo zmięknąć.

## Owsianka

1 kubek płatków owsianych

Woda

1 duża łyżeczka soli

2 łyżeczki cukru

Do podania:

Ciemny cukier muscovado

Śmietanka lub mleko

Niewielka ilość whisky- opcjonalnie

Używając kubka do odmierzania, odmierz dwie miarki na misce urządzenia. Dodaj trochę soli i cukru- sprawia, że smak potrawy na końcu będzie bardzo dobry. Napełnij wodą do 1 linii na miarce do owsianki na misce. Zamknij pokrywę i wybierz program owsianka/ risotto. Zajmie to około godzinę. Jeśli masz mniej płatków owsianych, zmniejsz czas -15min. Jeśli czujesz potrzebę, możesz pomieszać podczas gotowania, ale tylko jeśli chcesz.

Wskazówka: Ta partia wystarczy na 6 porcji, więc możesz ją włożyć do lodówki, żeby się schłodziło i serwować później przez kilka dni....-mmmm.

Można dodać pokrojone suszone morele lub suszone śliwki, gdy zostanie około 15 minut do ugotowania, jeśli masz ochotę. Wspaniała alternatywa do owsianki!

## Orzechowa owsianka

Szklanka płatków owsianych

Woda

120ml mleka

3 łyżeczki wiórek kokosowych

1 łyżeczka cynamonu

Do podania:

Złoty syrop

Migdały

Wsympłatki, cynamon, mleko i wiórki kokosowe do urządzenia. Dodaj trochę wody, do miarki na skali do owsianki. Wybierz program robienia owsianki/risotto. Kiedy już skończysz, skrop złotym syropem i posyp kawałkami migdałów. Podawaj od razu.

## Rizotto z buraków

2 łyżki oliwy  
 400g świeżych buraków  
 1 cebula  
 2 ząbki czosnku  
 250g ryżu Arborio do risotto  
 250ml białego wina  
 1 łyżeczka świeżego tymianku  
 900ml bulionu warzywnego lub z kurczaka  
 Do podania na koniec:  
 100g jogurtu naturalnego, niskotłuszczowego  
 1 łyżka pietruszki, delikatnie pokrojonej  
 1 łyżka masła

Najpierw włącz multicooker i wybierz program owsianki/rizotto. Delikatnie pokrój ząbki czosnku, cebule i obierz i pokrój buraki w małe kosteczki. Włóż je do urządzenia i poczekaj aż zmiękną przez jakieś 10 minut. Dodaj ryż i dobrze wymieszaj. Zamknij pokrywkę i poczekaj, aż się pogotuje przez kolejne 3-4 minuty. Dodaj pokrojony tymianek i gorący bulion. Kiedy program już się zakończy, sprawdź, czy ryż jest już na pewno dobrze ugotowany- powinien być nie za twardy, ale też nie za miękki. Jeśli jeszcze nie jest dobrze zrobiony, dodaj trochę wody i wydłuż czas gotowania o jakieś kilka minut. Wmieszaj masło- risotto będzie miało wtedy lepszy smak. Serwuj z jogurtem i garścią pietruszki. To jest naprawdę dobra przystawka lub opcja na lekki lunch.

## Smaczny ryż

2 szklanki ryżu  
 Woda  
 1 bulion warzywny- rozpuszczony w garnku  
 2 laski selera naciowego- pokrojone  
 1 papryka, pokrojona  
 2 marchewki, pokrojone  
 1 szczypta szafranu ( kurkuma też może być)  
 Opcjonalnie  
 Garść groszku

Włóż ryż do miski i wypełnij wodą do 2 poziomu na miarce do ryżu na misce. Dodaj inne składniki, wymieszaj dokładnie, następnie zakryj pokrywkę i wybierz opcję gotowania ryżu. Jeśli woda zostanie pochłonięta, urządzenie zacznie pipczeć. Jeśli ryż nie został jeszcze dobrze zrobiony, zostaw na kilka minut z zamkniętą pokrywką- żeby dalej się parował.

## Zupa z pomidorów

1 pokrojona cebula  
 1 łyżka oliwy  
 1 puszka krojonych pomidorów  
 2 pomidory, pokrojone  
 1 słodka papryka spiczasta  
 1/4 bulionu z kurczaka  
 2 średnie pomidory, obrane i pokrojone w kostki  
 1 łyżeczka zmieszanych ziół  
 1 łyżka przecieru pomidorowego  
 1 łyżeczka mielonego czarnego pieprzu

Wybierz program gotowania zupy na urządzeniu. Dodaj oliwę i pokrojoną cebulę i paprykę. Gotuj aż nie zmiękną, następnie dodaj inne składniki, wymieszaj dokładnie i zamknij pokrywkę. Przed serwowaniem sprawdź smak, potem podaj z chrupiącym chlebem.

## Zupa z chorizo, kapusty i jabłek

Kielbasa chorizo, pokrojona na małe kawałki

1 cebula, dokładnie pokrojona

2 łaski selera, dokładnie pokrojone

2 marchewki, dokładnie pokrojone

2 pomidory, pokrojone

Wiosenna kapusta, dokładnie pokrojona

2 ząbki czosnku, drobno posiekane

1 łyżka przecieru pomidorowego

1 łyżeczka pieprzu cayenne

Szczypta soli i pieprzu

850ml bulionu warzywnego

Ułóż chorizo, cebulę i czosnek w urządzeniu i wybierz program gotowania na parze. Kiedy cebule zmiękną po kilku minutach, dodaj wszystkie inne składniki i wymieszaj dokładnie. Zamknij pokrywkę i wybierz program gotowania zupy. To wspaniała zupa i jeśli pozostawisz ją na noc w lodówce, smak będzie nawet lepszy.

## Kurczak z pomidorami i grzybami

2 piersi z kurczaka

1 łyżeczka oliwy

450g brązowych grzybów, pokrojonych

2 ząbki czosnku, zmielone przez prasę

2 puszki pomidorów śliwkowych

Kilka kropel sosu Worcestershire

1 łyżka sosu pomidorowego

1 łyżeczka suszonego oregano

Sól i pieprz do smaku

Wybierz program robienia mięsa na urządzeniu, dodaj oliwę do miski.

Przypraw kurczaka solą i pieprzem i ułóż w gorącej misce. Uszczelnij obie części przez minutę lub chwilę dłużej, następnie dodaj czosnek i pokrojone grzyby - gotuj przez około 3-4 minuty, przekręć kurczaka. Dodaj pokrojone pomidory w puszcze i sos Worcester, sos pomidorowy i oregano. Gotuj dalej, zmieniając jeszcze raz stronę. Kiedy już skończysz, sprawdź smak i czy kurczak jest zrobiony, następnie podaj z makaronem, ziemniakami lub ryżem. Szybka, łatwa i pyszna kolacja.

## Mocno- duszone żeberka z soem klonowym i sojowym

1kg żeberka wieprzowych

1 łyżeczka oliwy

1 cebula, pokrojona

3 ząbki czosnku, pokrojone

350ml Guinnessa (lub innego portera)

240ml bulionu wieprzowego lub wołowego

60ml syropu klonowego (lub miodowego)

2 łyżki ciemnego sojowego sosu

Wlej oliwę do urządzenia i wybierz program robienia mięsa.

Zmień czas na 1 godzinę i 45 minut. Dodaj żeberka aż się zarumienią na 5 lub więcej minut- przekręcając co jakiś czas.

Kiedy już będą gotowe, wyjmij je z garnka i dodaj cebule i czosnek i pozwól im gotować się przez kilka minut aż zmiękną.

Włóż znowu żeberka do garnka i wlej Guinnessa, bulion, syrop i sos sojowy. Kiedy już się skończy gotować, sprawdź smak sosu i od razu podaj. Wspaniała przystawka lub jako część mixu piknikowego lub imprezowego.

## Kolacja z mostka z jednego garnka

1kg mostka (wołowy, wieprzowy)  
 50g kiełbasy chorizo, pokrojonej  
 2 ząbki czosnku, obrane i drobno pokrojone  
 2 czerwone cebule, obrane i pokrojone  
 6-8 małych ziemniaków pokrojonych na kawałki, ze skórką  
 2 marchewki, pokrojone grubo  
 600ml gorącego bulionu wołowego  
 1 puszka krojonych pomidorów  
 2 łyżki przecieru pomidorowego  
 2 liście laurowe  
 2 łyżki zmieszanych ziół  
 2 spore chlausty sosu Worcestershire  
 1 łyżka świeżego rozmarynu  
 Sól i pieprz dla smaku

Wybierz program gotowania na parze na urządzeniu i po minucie dodaj kawałki chorizo. Kiedy zaczną wydzielać tłuszcz dodaj dobrze przyprawiony mostek zwierzęcy. Po kilku minutach przewróć na drugą stronę. Kiedy już to zrobisz, dodaj cebule i inne warzywa z twardszymi korzeniami, jeśli potrzebujesz. Kiedy cebule zaczną mięknąć, dodaj pozostałe składniki i wybierz program wolnego gotowania. Wyświetli się ok. 8 godzin, ale prawdopodobnie będzie gotowe do jedzenia po 5 godzinach. Nic się nie stanie, jeśli zostawisz na 8 godzin.

Smacznego !



## OCHRONA ŚRODOWISKA

Żeby uniknąć problemu zaśmiecania środowiska i problemów zdrowotnych związanych z niebezpiecznymi substancjami w urządzeniach elektrycznych i elektronicznych, urządzenia oznakowane powyższym symbolem nie powinny być wyrzucane jako normalne, nieposortowane odpady gospodarstwa domowego, lecz odzyskane, ponownie wykorzystane i zrecyklingowane.

**GWARANCJA: 2 LATA**

Leggere attentamente le istruzioni, tenerli al sicuro, li trasmettere se si passa l'apparecchio. Rimuovere tutti gli imballaggi prima dell'uso.

Un'importante salvaguardia

### Seguire le precauzioni di sicurezza di base, tra cui:

1. Questo apparecchio può essere utilizzato da persone con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte o la mancanza di esperienza e conoscenza se sono stati supervisionati / istruiti e capire i pericoli connessi.
  - I bambini non devono utilizzare o giocare con l'apparecchio.
  - Tenere l'apparecchio e il cavo fuori dalla portata dei bambini.
2. Utilizzare l'apparecchio solo con il connettore e cavo fornito, e viceversa.
3. Se il connettore o il cavo sono danneggiati, devono essere sostituiti con un set speciale disponibile presso il produttore o dal suo agente di servizio.
4. Non collegare l'apparecchio tramite un timer o sistema di controllo remoto.
5. Pulizia e manutenzione utente non devono essere effettuate da parte dei bambini senza sorveglianza.
6. Questo apparecchio è solo per uso domestico. Non usare all'aperto.
  - ⊘ Non immergere l'apparecchio in un liquido.
  - ⚠ Le superfici del prodotto otterrà caldo. calore residuo manterrà le superfici calde dopo l'uso.
7. Non mettere carne o pollame congelato all'interno dell'apparecchio sbrinatorio completamente prima dell'uso.
8. Cuocere la carne, il pollame, e derivati (carne macinata, hamburger, ecc) fino i succhi via libera. Cucinare il pesce fino alla carne è opaco tutto.
9. Non cercare di cucinare qualcosa nel corpo della

pentola cuocere solo nel cestello estraibile.

10. Non riempire la ciotola sopra max.
11. Non raggiungere oltre l'apparecchio, e tenere le mani, le braccia, viso, ecc trasparente del vapore che fuoriesce.
12. Non coprire l'apparecchio o mettere qualsiasi cosa su di esso.
13. Non cuocere i cibi che producono schiuma quando riscaldato (come Laver, cavolo cinese, fucò, semola di mais, pasta), possono bloccare il filtro, e sopraffare l'apparecchio.
14. Collegare il connettore per l'apparecchio prima di inserire il cavo nella presa di corrente.
15. Scollegare gli apparecchi quando non in uso.
16. Non utilizzare accessori o ricambi diversi da quelli forniamo.
17. Non utilizzare l'apparecchio per scopi diversi da quelli descritti in queste istruzioni.
18. Non utilizzare l'apparecchio se è danneggiato o malfunzionamenti.







### PRIMA DI USARE PER LA PRIMA VOLTA

Lavaggio a mano le parti smontabili.




### COME FUNZIONA

1. Misurare gli ingredienti nella ciotola.
2. Dare trimestre ciotola di giro ogni modo, per assicurare il fondo del recipiente fa buon contatto con l'elemento.
3. Chiudere il coperchio.
4. Utilizzare il pulsante menu  per selezionare il programma che si desidera.   
 Menu

5. Le tre grandi pulsanti in basso,  cottura del riso,  cottura lenta, e  stufatura, annullare il menu e il pulsante di avvio.

6. Impostare il timer , se appropriato.

7. Premere il pulsante di avvio .


8. Per fermare la macchina, fermata stampa  una volta, se il display non è il conto alla rovescia, o due volte se il display è il conto alla rovescia.

9. Dopo aver utilizzato l'apparecchio, lasciare riposare per 15 minuti prima di riutilizzarlo.





## PREPARAZIONE

1. Sedetevi l'apparecchio su una superficie piana e stabile, resistente al calore.
2. Non utilizzare l'apparecchio in prossimità o al di sotto tende, mensole, armadi o qualsiasi altra cosa rischia di essere danneggiato dal vapore che fuoriesce.
3. Avere guanti da forno (o un panno) a portata di mano, e un tappetino o una cena piatto resistente al calore per mettere la ciotola su dopo la cottura.
4. Mettete la ciotola all'interno della pentola.
5. Dare il quartiere ciotola di giro a tratta.





## ACCENDERE

1. Mettere il coperchio sulla vasca.
2. Mettere il connettore nella spina nella presa di corrente. 
3. Il display si accende brevemente.

## cottura del riso


1. Utilizzare la coppa di mettere il riso nella ciotola.
2. Non utilizzare più di 10 tazze di riso.
3. La scala all'interno della tazza sinistra è contrassegnato modulo 2 a 10.
4. Riempire la ciotola con acqua fino al numero corrispondente al numero di tazze di riso.
5. Chiudere il coperchio.
6. Stampa .
7. La luce  si illumina.
8. Il segmento esterno del display lampeggia mentre il cibo si riscalda.
9. Il display mostrerà il tempo di cottura rimanente (13 minuti), e il conto alla rovescia.
10. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "mantenere caldo" modalità.
11. La luce  si illumina.
12. Premere Arresto .
13. Aprire il coperchio.
14. Estrarre la ciotola e metterlo giù su una stuoia o una cena piatto resistente al calore.
15. Utilizzare la spatola per girare e mescolare il riso, di lasciare tutto la fuoriuscita del vapore.
16. Talvolta lo strato di riso in contatto con la ciotola formerà una crosta.
17. Se non si desidera è possibile rimuoverlo con la spatola, dopo aver servito il riso.






1. Carne e verdure Brown (vedi "MARRONE / SAUTE / SOFTEN / bollire" a pagina 9).
2. Far bollire il liquido di cottura (vedi "MARRONE / SAUTE / SOFTEN / bollire" a pagina 9).
3. Mettere gli ingredienti solidi nella ciotola, quindi aggiungere il liquido di cottura.
4. Chiudere il coperchio.
5. Premere  .
6. La luce  si illumina.
7. Il display visualizza 8 ore, e il conto alla rovescia.
8. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "mantenere caldo" modalità.
9. Il  la luce si illumina.
10. Quindi premere Stop  ,aprire il coperchio, togliere il cibo.



## Stufatura









1. carne e verdure Brown (vedi "MARRONE / SAUTE / SOFTEN / bollire" a pagina 9).
2. Far bollire il liquido di cottura (vedi "MARRONE / SAUTE / SOFTEN / bollire" a pagina 9).
3. Mettere gli ingredienti solidi nella ciotola, quindi aggiungere il liquido di cottura.
4. Chiudere il coperchio.
5. Premere  .

6. La luce  si illumina.
7. Il display visualizza 1 ora e conto alla rovescia.
8. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "mantenere caldo" modalità.
9. La luce  si illumina.
10. Quindi premere Stop  ,aprire il coperchio, togliere il cibo.



Menu

## Utilizzando la media

MENU		GAMMA	PREDEFINITO
 Meat	Carne	10 min-1h	20min
 Soup	Zuppa	1-5h	1h
 Yoghurt	yoghurt	6-10h	8h
 Bread	Pane	1-3h	3h
 Fish	Pesce	10min-1h	20min
 Steam	Vapore	30min-2h	30min
 Porridge/Risotto	Porridge/risotto	1-4h	1h
 Cake	Torta	30min-2h	40min








## LA CARNE

1. Strofinare la carne tutto con olio da cucina.
2. Strofinare eventuali condimenti sulla superficie della carne.
3. Mettere un cucchiaino di olio da cucina nella ciotola.
4. Disporre la carne nel centro della ciotola.
5. Chiudere il coperchio.

### TEMPO DI COTTURA


6. Il tempo di cottura dipende dal tipo e peso del cibo.
7. Non cuocere più di circa 500 g alla volta.
8. Noi suggeriamo tempi di cottura di 10 minuti + 10 minuti per ogni 100 g di peso per le carni bovine.
9. Non cucinare carne di maiale o pollame per meno di 30 minuti.
10. Cuocere la carne, il pollame, e derivati (carne macinata, hamburger, ecc) fino i succhi via libera.
11. Cucinare il pesce fino alla carne è opaco tutto.
12. Utilizzare il tasto menu  per selezionare  Meat
13. Il tempo predefinito è di 20 minuti.
14. È possibile utilizzare i pulsanti "minimo" "h" e mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.
15. Utilizzare il pulsante "min" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.
16. Se volete cucinare per 1 ora, premere il tasto "h".
17. Per annullare l'impostazione 1 ora, premere nuovamente il tasto "h", mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.  Se non fai niente per 2 minuti, l'apparecchio torna alla modalità standby.

18. Una volta scelto il tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "tenere in caldo" modalità.

19. Il display conto alla rovescia.






20. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "mantenere caldo" modalità.


21. La luce  si illumina.

22. Aprire il coperchio, togliere il cibo, quindi premere Stop .





## TIMER

1. È possibile utilizzare il timer con la zuppa , yoghurt, pane , vapore , e porridge  programmi. .


2. Fare questo subito dopo aver impostato il tempo di cottura, e prima di avviare premendo .

a) Premere .





b) La  per ricordare che si sta utilizzando il timer di ritardo luce si illumina, .

c) Decidere quando si desidera che il cibo per essere pronti. .

d) Ad esempio, se si tratta di 2:00 ora, e si vuole che sia pronto alle 9:00, è necessario impostare il tempo pronto a 7 ore.

e) Usare i tasti "H" e "minimo" per impostare l'ora pronto. .

 SOUP

1. carne e verdure Brown (vedi "MARRONE / SAUTE / SOFTEN / bollire" a pagina 9).
2. Mettere gli ingredienti solidi nella ciotola, quindi aggiungere il liquido di cottura.
3. Chiudere il coperchio.
4. Utilizzare il tasto menu  per selezionare  Soup
5. Scegli il tempo di cottura.
6. L'intervallo di tempo predefinito è di 1 ora.
7. È possibile utilizzare i pulsanti "minimo" "h" e mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.
8. Utilizzare il pulsante "min" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.
9. Utilizzare il tasto "h" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 1,2,3,4 e 5.
10. Per annullare l'impostazione di 5 ore, premere nuovamente il tasto "h", mentre il tempo di  visualizzazione lampeggia. Se non fai niente per 2 minuti, l'apparecchio torna alla modalità standby.
11. Hai la possibilità di utilizzare il timer con questo programma (vedi TIMER).
12. Premi start .
13. Il display conto alla rovescia.
14. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà

in "mantenere caldo" modalità.



15. La luce  si illumina.




16. Quindi premere Stop , aprire il coperchio, togliere il cibo.

 YOGHURT



Yoghurt cultura

1. È possibile utilizzare 30 ml (2 cucchiaini) di:
    - a) Non aromatizzato yogurt dal vivo deve essere fresco (cercare un lungo data di scadenza).
      - Diverse marche darà risultati diversi.
    - b) Lo yogurt hai fatto in precedenza.
      - I batteri diminuisce col passare del tempo, in modo da poter fare solo 10 volte prima di utilizzare un'altra nuova cultura.
    - c) Liofilizzato cultura yogurt da una farmacia di negozio di alimentari di salute.
      - Se le istruzioni riportate sulla confezione cultura differiscono da questa guida, seguire quelli sulla confezione.
- latte
1. Avrete bisogno di 1 litro di latte.
  2. Latte intero dà yogurt più spesso di latte magro.
  - 3 Per rendere ancora più spesso, è possibile aggiungere fino a 8 cucchiaini di latte in polvere.
  4. Si può anche utilizzare ricostituito latte in polvere, o in scatola latte evaporato.
- Fare yogurt

5. È necessario per uccidere i batteri nel latte, per evitare che competere con i batteri in coltura di yogurt.
6. Mentre si sta riscaldando il latte, lasciare che la coltura di yogurt arrivare a temperatura ambiente.
7. Aprire il coperchio.
8. Utilizzare il VAPORE (MARRONE / SAUTE / SOFTEN / BOIL) programma per scaldare il latte a poco meno di ebollizione.
9. Spegnerne quando piccole bolle si formano intorno ai bordi della vasca.
10. Lasciare il latte fresco a tra il 37 °C e 45 °C.
11. Mescolare la coltura di yogurt nel latte.
12. Essi devono essere accuratamente miscelati, o lo yogurt sarà grumoso.
13. Chiudere il coperchio.
14. Utilizzare il tasto menu  per selezionare  Yoghurt
15. Scegli il tempo di cottura.
16. L'intervallo di tempo predefinito è di 1 ora.
17. È possibile utilizzare i pulsanti "minimo" "h" e mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.
18. Utilizzare il pulsante "min" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.
19. Utilizzare il tasto "h" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 6,7,8,9, e 10.
20. Per annullare l'impostazione 10 ore, premere nuovamente il tasto "h", mentre il tempo di

- visualizzazione lampeggia.  Se non fai niente per 2 minuti, l'apparecchio torna alla modalità standby.
21. Hai la possibilità di utilizzare il timer con questo programma (vedi TIMER).  Steam
  22. Premi start .
  23. Il display conto alla rovescia.
  24. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio entrerà in modalità stand-by.
  25. Non mancherà di tenere al caldo yogurt.
  26. Quindi premere Stop , aprire il coperchio, togliere il cibo.

## PANE


1. Scongela la pasta surgelata bene prima dell'uso.
2. Non utilizzare più di 500g, o la pasta potrebbe sopraffare l'apparecchio.
3. Pulire la ciotola con olio da cucina.
4. Mettere l'impasto nella ciotola.
5. Chiudere il coperchio.
6. Utilizzare il tasto menu  per selezionare  Bread
7. Scegli il tempo di cottura.
8. L'intervallo di tempo predefinito è di 3 ore.
9. È possibile utilizzare i pulsanti "minimo" "h" e mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.
10. Utilizzare il pulsante "min" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni,

10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.

11. Utilizzare il tasto "h" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 1,2,3,4, 5 e 6.

12. Per annullare l'impostazione 6 ore, premere nuovamente il tasto "h", mentre il tempo di visualizzazione lampeggia. ✨ Se non fai niente per 2 minuti, l'apparecchio torna alla modalità standby.

13. Hai la possibilità di utilizzare il timer con questo programma (vedi TIMER).

14. Premi start .

15. Il display conto alla rovescia.

16. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "mantenere caldo" modalità.

17. La luce  si illumina.

18. Quindi premere Stop , aprire il coperchio, togliere il cibo.

## PESCE

1. Strofinare il pesce in tutto con olio da cucina.
2. Rub eventuali condimenti sulla superficie del pesce.
3. Mettere un cucchiaino di olio da cucina nella ciotola.
4. Disporre il pesce nel centro della ciotola.
5. Chiudere il coperchio.

### TEMPO DI COTTURA

6. Il tempo di cottura dipende dal tipo e peso del cibo.

7. Non cuocere più di circa 500 g alla volta.

8. Sugeriamo tempi di cottura di 10 minuti per ogni 100 g di peso.

9. Cucinare il pesce fino alla carne è opaco tutto.

10. Utilizzare il tasto menu  per selezionare .

11. Il tempo predefinito è di 20 minuti.  Fish

12. È possibile utilizzare i pulsanti "minimo" "h" e mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.

13. Utilizzare il pulsante "min" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni,

10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.

14. Se volete cucinare per 1 ora, premere il tasto "h".

15. Per annullare l'impostazione 1 ora, premere nuovamente il tasto "h", mentre il tempo di visualizzazione lampeggia. ✨ Se non fai niente per 2 minuti, l'apparecchio torna alla modalità standby.

16. Una volta scelto il tempo di cottura, premere start .

17. Il display conto alla rovescia.

18. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "mantenere caldo" modalità.

19. La luce  si illumina.

20. E 'meglio togliere il cibo non appena ha cucinato, per evitare che si secchi.

21. Quindi premere Stop  ,aprire il coperchio, togliere il cibo. 



## VAPORE

1. Riempire la ciotola con acqua fredda fino al segno 6.
2. Sedetevi il cestello all'interno della parte superiore del contenitore.
3. Mettere il cibo nel cestino.
4. Per una cottura uniforme, tagliare tutti i pezzi di cibo a circa la stessa dimensione.
5. Per i piselli, o qualsiasi cosa che ti rompere o far cadere in acqua, fare un pacco con un foglio di alluminio.

6. Fare attenzione quando si rimuove il pacco-indossare guanti da forno e utilizzare plastica molle / cucchiari.

7. Chiudere il coperchio.

8. Utilizzare il tasto menu  per selezionare .  Steam

9. Scegliere il tempo di cottura, questi dovrebbero cucinare entro il tempo predefinito 30 minuti:

Alimentare (fresco)    Quantitativo

Fagiolini                200g

broccoli                200g

Cavoletti di Bruxelles 200g

quarto di cavolo

Carote (fette)        200g

Pannocchie di mais    2

Patate (squartato)    400g

I tempi di cottura e la sicurezza alimentare

10. Cuocere la carne, il pollame, e derivati (carne macinata, hamburger, ecc) fino i succhi via libera.

Cucinare il pesce fino alla carne è opaco tutto.


11. Si dovrebbe cuocere le verdure a foglia il meno possibile, per tenerli verde e croccante. collegandoli in acqua ghiacciata si fermerà il processo di cottura.

12. L'intervallo di tempo predefinito è di 30 minuti.

13. È possibile utilizzare i pulsanti "minimo" "h" e mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.

14. Utilizzare il pulsante "min" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 30,35,40,45,50 e 55.

15. Utilizzare il tasto "h" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 1 e 2.

16. Per annullare l'impostazione di 2 ore, premere nuovamente il tasto "h", mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.  Se non fai niente per 2 minuti, l'apparecchio torna alla modalità standby.

17. Hai la possibilità di utilizzare il timer con questo programma (vedi TIMER).

18. premere il pulsante di avvio .

19. Il display conto alla rovescia.  Start

20. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "mantenere caldo" modalità.


21. La luce  si illumina.

22. E 'meglio per rimuovere il cibo non appena ha cucinato, per evitare che andare molliccia.

23. Quindi premere Stop  ,aprire il coperchio, togliere il cibo.









## BROWN / SAUTE / SOFTEN / BOIL

1. È possibile utilizzare il VAPORE  programma alla sua impostazione di default, con il coperchio aperto, come una padella alta temperatura per 30 minuti, prima della cottura con un altro programma.
2. Utilizzare con un po' di olio di carne e verdure marrone, a rosolare, per ammorbidire le cipolle, il sedano, i porri, ecc.
3. Usatelo con acqua o brodo di preriscaldare liquidi di cottura.
4. Quando si passa al programma principale, l'apparecchio è riscaldato, e alcuni o tutti gli ingredienti sarà già nella ciotola.
5. Non è quindi necessario lavare la padella si sarebbe usato durante la preparazione.






## PORRIDGE / RISOTTO

1. Utilizzare la coppa per mettere il grano (riso, farina d'avena, ecc) nella ciotola. Porridge
  - a) Utilizzare la scala a destra, all'interno della ciotola, che è contrassegnata da 1/2 a 1 1/2
  - b) Non utilizzare più di 1 1/2 tazze.
 Congee
  - a) Utilizzare la scala al centro, all'interno della ciotola, che è contrassegnata da 1 a 3.
  - b) Non utilizzare più di 3 tazze.
2. Riempire la ciotola con acqua fino al numero corrispondente al numero di tazze di grano.

3. Chiudere il coperchio.
4. Utilizzare il tasto menu  per selezionare  .
5. Scegli il tempo di cottura.
6. L'intervallo di tempo predefinito è di 1 ora.
7. È possibile utilizzare i pulsanti "minimo" "h" e mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.
8. Utilizzare il pulsante "min" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 5,10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.
9. Utilizzare il tasto "h" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 1,2,3, e 4.
10. Per annullare l'impostazione di 4 ore, premere nuovamente il tasto "h", mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.
- ✳️ Se non fai niente per 2 minuti, l'apparecchio torna alla modalità standby.
11. Hai la possibilità di utilizzare il timer con questo programma (TIMER).
12. premere il pulsante di avvio .
13. Il display conto alla rovescia. 
14. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "mantenere caldo" modalità.
15. La luce  si illumina.
16. Aprire il coperchio, togliere il cibo, quindi premere Stop .


 TORTA

1. Scongela la pasta surgelata bene prima dell'uso.
2. Non riempire la ciotola sopra il simbolo 6 sulla scala di sinistra, o la pasta potrebbe sopraffare l'apparecchio.
3. Pulire la ciotola con olio da cucina.
4. Mettere l'impasto nella ciotola.
5. Chiudere il coperchio.
6. Utilizzare il tasto menu  per selezionare  Cake
7. Scegli il tempo di cottura.
8. L'intervallo di tempo predefinito è di 40 minuti.
9. È possibile utilizzare i pulsanti "minimo" e "h" mentre il tempo di visualizzazione lampeggia.
10. Utilizzare il pulsante "min" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 30,35,40,45,50 e 55.
11. Utilizzare il tasto "h" per spostare la visualizzazione attraverso le opzioni, 1 e 2.
12. Per annullare l'impostazione di 2 ore, premere nuovamente il tasto "h", mentre il tempo di visualizzazione lampeggia. ✨ Se non fai niente per 2 minuti, l'apparecchio torna alla modalità standby.
13. Una volta scelto il tempo di cottura, premere start .
14. Il display conto alla rovescia.
15. Alla fine del tempo di cottura, l'apparecchio andrà in "mantenere caldo" modalità.
16. La luce  si illumina.

17. È meglio per rimuovere il cibo non appena ha cucinato, per evitare che andasse molliccia.

18. Quindi premere Stop , aprire il coperchio, togliere il cibo.

 TENERE CALDO

· Se si desidera utilizzare la funzione caldo mastio dopo un programma che non supporta, poi, quando l'unica cosa che mostra sul display è la luce lampeggiante ,

premere .

· Premere Stop  per uscire dalla funzione.

 CURA E MANUTENZIONE

1. Staccare la spina e lasciate raffreddare. ✨ Togliere la spina dalla presa di corrente, quindi rimuovere il connettore dalla presa di alimentazione sull'apparecchio.
2. Con il coperchio chiuso, afferrare la parte superiore del filtro e leva fuori del coperchio.
3. Capovolgerlo, per esporre le marcature sul bordo anteriore.
4. Tenere il coperchio del filtro veloce, e girare il resto del filtro verso il lucchetto aperto .
5. Premere le linguette sul fondo del coperchio interno , e tirare fuori l'apparecchio. (👉)
6. Lavaggio a mano tutte le parti rimovibili.
7. Salviette tutte le superfici con un panno umido.
8. Non ottenere qualsiasi parte dell'apparecchio in lavastoviglie.
9. Montare il filtro, e sostituirlo nel coperchio.
10. Sostituire il coperchio interno del coperchio.

## ricette

"Coppa" si intende il misurino riso 180 ml fornito con l'apparecchio

Veggie e peperoncino couscous

1 cucchiaino di olio

1 cipolla grande

2 spicchi d'aglio

1 ciascuno di peperoni rossi, giallo e arancione

1 vasetto jalapenos verdi

1 fagioli cannellini di latta

1 fagioli di latta

1 scatola pelati tritati

2 cucchiaini di polvere di peperoncino

2 cucchiaini di origano

1 cucchiaino di coriandolo macinato

2 cucchiaini di cumino

1 cucchiaino di concentrato di pomodoro

di zucchero 1 cucchiaino

2 cucchiaini di salsa di pomodoro calda (Heinz salsa di pomodoro fuoco o simili)

850 ml di brodo vegetale

120-240 ml cuscus

Per servire

Formaggio grattugiato

1 piccola vasca di panna acida

Piccolo coriandolo mazzetto tritato finemente

In primo luogo accendere il Multi Cooker, selezionare il programma di vapore, e aggiungere l'olio. Aggiungere la cipolla tritata e l'aglio e lasciarli ammorbidire, questo dovrebbe prendere un paio di minuti. Quindi aggiungere il resto degli ingredienti tranne il couscous.

Nota: con la fagioli risciacquo e di scarico prima di

aggiungere al fornello. Selezionare il pulsante lento cuoco. Questo programma è un ciclo perfetto se si sta andando a lavorare 8 ore. Con circa 30 minuti per andare aggiungere il couscous. Se il ciclo ha già raggiunto la fine basta selezionare il vapore di nuovo l'impostazione e lasciare agire per circa 20 minuti. Servire in una ciotola con una manciata di formaggio un filo di panna acida e s cospargere di coriandolo fresco.

Suggerimento: se si desidera solo un classico peperoncino vegetariano, non mettere il couscous.

### **yogurt fatto in casa in multi fornello**

latte intero 1200ml

100ml yogurt naturale (pieno di grasso)

opzione Flavor

50g estate bacche miscela congelata

1 cucchiaino di miele chiaro

Versare il latte nel vostro Multi Cooker e selezionare il programma di vapore. Lasciare il latte per riscaldare fino a quando comincia a bollire ai bordi. Ruotare il Multi Cooker fuori e lasciare il latte raffreddare a circa 37 gradi.

Una volta che il latte è raffreddato aggiungere lo yogurt e mescolare bene, eliminando tutti i grumi. Selezionare il programma yogurt. Quando il programma è completo estrarre e posto in frigo a raffreddare completamente. Nel frattempo, mettere i frutti di bosco in una padella e riscaldare lentamente, aggiungere il miele e cuocere fino a quando il frutto comincia a cadere. Togliete dal fuoco e lasciar raffreddare. Mescolare la frutta e lo yogurt insieme. Se si desidera memorizzare il vostro yogurt è necessario sterilizzare i vasetti che si intende utilizzare. Metterli in forno a circa 100 gradi per 10 minuti o giù di lì. Se non si desidera loro per troppo tempo in quanto potrebbero incrinarsi. Lo yogurt durerà fino a un paio di settimane.



## Fiery carne bovina peperoncino NY

450g di manzo brasato  
 1 cucchiaio di olio d'oliva  
 2 cipolle  
 3 spicchi d'aglio  
 2 cucchiaini di polvere di peperoncino  
 1 cucchiaio di Caienna  
 1 cucchiaio di paprika affumicata o polvere Chipotle  
 2 cucchiaini di salsa di pomodoro  
 2 barattoli di pomodori  
 1 peperone verde  
 1 foglia di alloro  
 1 cucchiaio di sale  
 1 cucchiaino di pepe  
 1 lattina Fagioli-aggiungono alla fine  
 Grande manciata di basilico fresco  
 Sbucciate e tritate la cipolla e l'aglio. Tritate la carne di manzo, pomodori e pepe in blocchi di dimensioni morso. Mettere l'olio in Multi Cooker e selezionare il programma di vapore. Dopo 1 minuto aggiungere i pezzi di carne e marrone, girando di tanto in tanto, lasciare aperto il coperchio in modo da poter controllare la carne. Quando rosolato un po', prendere la carne del Multi Cooker e lasciare in una ciotola. Aggiungere le cipolle, aglio e tutte le erbe per l'olio nel Multi Cooker e mescolare bene. Quando le cipolle si saranno ammorbidite, posizionare la carne nuovamente dentro la ciotola. Poi posto tutto, ma i fagioli nella ciotola, mescolare bene. Chiudere il coperchio e selezionare l'opzione stufato. Dopo un controllo un'ora la carne se è ancora un po' dura, aggiungere un po' d'acqua in modo da non andare a secco, ed eseguire il

## Moroccan tagine di pesce

1 cipolla tritata grossolanamente  
 2 spicchi d'aglio, tritati finemente  
 1 peperone rosso, tagliato a fette o in strisce  
 2 gambi di sedano-affettato  
 2 pomodori tritati,  
 1 cucchiaino di interi o macinati semi di cumino  
 1 stp zenzero  
 1 stp curcuma  
 1 stecca di cannella  
 1 cucchiaio di pasta di Harissa  
 120ml vino bianco  
 pesce  
 1 pizzico di zafferano (o un cucchiaino di passata di pomodoro)  
 675g di pesce come il merluzzo, salmone, eglefino  
 Finnan  
 Sale e pepe a piacere  
 1 limone  
 Manciata di olive verdi  
 Mazzetto di coriandolo  
 \* La maggior parte dei supermercati fanno torta di pesce mixe- uno di questi avrebbe funzionato o piacere!  
 Aggiungere tutti gli ingredienti tranne il coriandolo al Multi Cooker e selezionare l'impostazione del programma di pesce. A seconda della dimensione dei pezzi di pesce cuocere per tra 40-60 minuti, fino a quando il pesce diventa traballante. Incorporate il

## **piselli e prosciutto zuppa Hock**

1150 ml di brodo di pollo  
 225g piselli spezzati  
 1 cipolla, tagliata a dadini piccoli  
 2 carote, tagliate a dadini piccoli  
 1 costa di sedano a dadini piccoli  
 2 spicchi d'aglio, tritati  
 1 cucchiaino di timo fresco, tritato finemente  
 1 foglia di alloro  
 1 Hock di prosciutto

Pepe

Selezionare il programma lento cuoco sul Multi Cooker e posizionare il prosciutto Hock nel piatto. Aggiungere i piselli spezzati, cipolla, carote, sedano, aglio, timo, alloro, e versare il brodo di pollo caldo; condire con pepe.

Quando il programma è terminato, rimuovere Hock di prosciutto dal piatto. Eliminare la pelle e le ossa; carne dadi. Eliminare la foglia di alloro. Leggermente schiacciare i piselli con il dorso di un cucchiaino di legno. Rientro prosciutto di minestra e condire a piacere con sale e pepe. Il cielo in una ciotola!

Suggerimento: Se si tratta di un grande vino del Reno è possibile mantenere alcuni del prosciutto di nuovo per i panini.

## **Salmone con un massaggio piccante**

2 filetti di salmone-pelle  
 1 cucchiaino d'olio d'oliva  
 1 cucchiaino di paprika  
 1 cucchiaino di peperoncino in polvere

1/2 cucchiaino di cumino

Pizzico di sale e pepe

1 cucchiaino di zucchero di canna morbido

1 limone

Mescolare la paprika, peperoncino in polvere, zucchero cumino e il sale e il pepe in una ciotola. Prendete il vostro filetti di salmone e cospargere sul strofinare.

Accendere il Multi Cooker e selezionare il programma di pesce. Aggiungere l'olio per la ciotola e dopo un paio di minuti, quando l'olio è riscaldato aggiungere la pelle filetti verso il basso e chiudere il coperchio.

Questa è una grande combinazione di cottura a vapore e pezzi di pesce, ma si ottiene una pelle croccante.

Servire con un cuneo di lemon- un ottimo pasto

## **Chocolate brownie**

170g burro non salato , fuso

340g zucchero

170g di cacao in polvere

75g di farina

3 grandi uova, leggermente sbattute

1 cucchiaino essenza di vaniglia

Un buon pizzico di sale

110g gocce di cioccolato al latte

alla vaniglia opzionale gelato, per servire

Linea ciotola del vostro Multi Cooker con un grosso pezzo di stagnola, e poi generosamente il burro la pellicola. Sbattere il burro insieme al fuso, lo zucchero, cacao in polvere, farina, uova, vaniglia e il sale in una ciotola media. Piegare nei pezzi di cioccolato. Raschiare la pastella fuori nell'inserto preparato in uno strato uniforme. Chiudere il coperchio e cuocere sul programma torta. È necessario modificare l'intervallo di tempo predefinito di 1 ora e 30 minuti; la torta deve essere impostato intorno ai bordi e leggermente appiccicoso al centro.

Servire caldo torta, scavato in una ciotola e condita con gelato.

## stufato irlandese con gnocchetti al formaggio di capra

Per lo spezzatino:

1.8kg spalla di agnello

Olio d'oliva

5 fette pancetta, tagliato in pezzi di dimensioni morso

3 spicchi d'aglio

Sale e pepe a piacere

950ml di agnello

1 cipolla grande, tagliata a dadini

2 carote a dadini

2 gambi di sedano a dadini

2 rametti di rosmarino fresco

2 cucchiari di passata di pomodoro

Per gli gnocchi:

100g farina autolievitante

50g sugna

1 cucchiaino di lievito in polvere

1 cucchiaino di sale

5 cucchiari d'acqua

40g formaggio di capra morbido

1 cucchiaino di prezzemolo, maggiorana e timo

1 cucchiaino di pepe

Prendere tutta la carne fuori l'osso e tagliare in pezzi morso dimensioni. Tagliate la pancetta e tritate la cipolla, le carote e il sedano. Accendere il Multi Cooker e selezionare il programma di vapore. Mettere le cipolle con l'olio nella ciotola e fate cuocere per qualche minuto fino a quando si ammorbidiscono. Aggiungere la carne, aglio, rosmarino e le altre verdure, e far cuocere per circa 5 minuti. Aggiungere il brodo e la passata di pomodoro e selezionare l'opzione stufato.

Gli gnocchi: Disporre la farina, erbe e sugna in una

ciotola aggiungere l'acqua e poi mescolare il formaggio di capra. Porzione in 6 gnocchi e lasciare riposare per 20 minuti.

In una tazza aggiungere il fiordaliso e un po' di acqua fredda e mescolare fino a che liscio.

Quando lo stufato ha avuto 30 minuti a sinistra il timer aggiungere il mix di fiordaliso e mescolare e mescolare bene. Poi posto gli gnocchi nello stufato. Chiudere il coperchio e lasciare fino alla fine del programma. Una ciotola di cibo favoloso comfort!

Nota: se non si dispone di alcun agnello cucinato-prendere una spalla e prendere la carne fuori l'osso -chop in pezzi morso dimensioni. Fate come si farebbe con l'agnello cotto, ma selezionare l'opzione cuoco lento al posto del programma di stufato. Al termine, tornare alla ricetta di cui sopra, dal momento gnocchi.

carciofi al vapore

2 carciofo

1 limone

rametti di erbe fresche come dragoncello, menta, prezzemolo e / o timo

1 spicchio d'aglio, sbucciato e affettato

Tagliare il quarto superiore al largo i carciofi, snap off e scartare le foglie esterne maltrattate. Strofinare le superfici di taglio con una fetta di limone. Tagliare il filo stelo con il corpo carciofo. Affettare il rimanente limone e mettere che nel panier fumante e del Multi Cooker. Aggiungere i rametti di erbe aromatiche e l'aglio a canestro e posizionare il Carciofo sulla parte superiore. Riempire con acqua fino al livello 2 della scala di riso all'interno della vasca. Posizionare il cestello fumante nella ciotola e chiudere il coperchio. Selezionare il programma di cottura a vapore. Il carciofo è cotto quando le foglie esterne possono essere facilmente rimossi. Servire il carciofo caldo o freddo con una vinaigrette. Stupefacente!

## orzo perlato e borlotti fagioli one-pot

1 cucchiaio di olio d'oliva  
 1 fagioli borlotti di latta, scolati e sciacquati  
 1 cipolla tritata finemente  
 175g di orzo perlato  
 1 pomodoro tritato stagno  
 1 cucchiaio di passata di pomodoro  
 Sale e pepe a piacere  
 1l brodo vegetale  
 125ml vino rosso secco  
 Mancinata di prezzemolo, tritato  
 olio di peperoncino, per servire (opzionale)  
 Mettere l'olio in Multi Cooker e aggiungere la cipolla e un pizzico di sale; selezionare il programma di vapore e cuocere le cipolle fino a morbido. Aggiungere il vino e fate cuocere per qualche minuto. Aggiungere l'orzo perlato, e mescolare bene fino a quando non inizia ad assumere il colore del vino. Mescolare in fagioli, pomodori e brodo caldo. Selezionare il programma stufato. Controllare dopo 30 minuti che c'è abbastanza liquido nella pentola. Servite con una spruzzata di olio al peperoncino e servire caldo, sia da solo o con un po

## Sciroppo spugna budino

Sciroppo spugna budino  
 115g burro  
 100g di zucchero di casta  
 2 uova, sbattute  
 1/4 essenza di vaniglia cucchiaino  
 175g farina autolievitante  
 2 cucchiaini di latte  
 4 cucchiaini sciroppo d'oro

Ungere un forno a prova di bacino ciotola o budino due pinta.

In grande ciotola, crema insieme il burro e lo zucchero. Aggiungere, un poco alla volta, le uova sbattute, vaniglia e la farina, fino a ben miscelati. Piegare nel latte per ottenere una consistenza liscia.

Versare lo sciroppo nella parte inferiore del bacino del preparato e sovrapporre il composto sopra la parte superiore. Coprire il bacino con carta da forno e poi con un foglio e legare con uno spago per assicurarsi che. Posto nella vostra pentola a Multi (assicurarsi che non vi sia spazio tutto intorno alla ciotola. Aggiungere acqua bollente per il Multi Cooker, circa un pollice inferiore al bordo della ciotola. Selezionare il programma Steam per 1 a ore, o fino a quando le molle budino indietro quando toccato, capovolgere sul piatto di portata e servite caldo. Questo è un grande budino qualsiasi momento dell'anno !!

## pane bianco

1 cucchiaio di sciroppo d'oro  
 1 cucchiaio di burro fuso  
 latte caldo 320ml  
 1 bustina di lievito  
 500 g di farina bianca  
 1 cucchiaino di sale  
 In una ciotola, la farina e il sale e mescolare bene. Aggiungere la bustina di lievito e aggiungere il burro fuso e lo sciroppo d'oro. Infine aggiungere il latte caldo e impastare in una palla. Aggiungere un po 'di farina in più se il mix ix molto appiccicoso. Coprire e lasciare in un luogo caldo per 10 minuti. Estrarre e impastare di nuovo bene. Mettere di nuovo nella ciotola, coprire e lasciare ancora per 10 minuti. Quindi mettere il pane in Russell Hobbs Multi Cooker e selezionare il programma pane. Controllare se il display visualizza 2.30. Girare il pane sopra e cuocere per gli ultimi 30 minuti, questo contribuirà a dare la parte superiore della pagnotta un po 'di colore e uno scricchiolio. Servire con sferzante di burro.

## Soda Bread

1 bustina mix di soda pane

350ml acqua

Burro per ungere la ciotola

In primo luogo ingrassare la base e sui lati inferiori delle macchine ciotola con un po 'di burro. In questo modo il pane di attaccarsi alle pareti durante la cottura. Accendere il Multi Cooker e selezionare l'opzione di pane. Il tempo predefinito di 3 ore mostrerà.

Selezionare il timer e ridurre il tempo di 2 ore e 15 minuti. In una grande ciotola cottura posizionare il mix pacchetto e l'acqua e combinare a mano. Questo richiederà un minuto o giù di lì. Poi posto il mix nella ciotola ora caldo, dovrebbe quasi coprire l'intera base della ciotola. Con una spatola di plastica dividere la pasta di pane in quarti. Chiudere il coperchio. Dopo 1 ora e 45 minuti controllare sulla panificazione base dovrebbe essere marrone dorato e hanno un suono sordo ad esso quando sfruttato. Girare la pagnotta sopra e lasciare per la seconda metà di un ora- questo è così la parte superiore della pagnotta diventa leggermente croccante. Estrarre e mettere in un vassoio di raffreddamento per tutto il tempo come si può resistere al profumo del pane caldo. Mangiare con burro salato da solo o con un pasto.

Suggerimento: non lasciare il pane in dopo che aveva finito di cucinare come si finirà per essere un po 'molliccia.

## Porridge

1 1/2 tazze di avena

acqua

1 grande sale cucchiaino

2 cucchiaini di zucchero Per servire

zucchero scuro muscovado

Latte

Un piccolo tot di whisky-optional

Utilizzando la coppa fornito posto due misure nella ciotola Multi Cooker. Aggiungere il sale e la da zucchero questo significa che si ottiene un buon inizio per il vostro gusto fine sin dall'inizio del processo di cottura. Riempire con acqua alla linea 1/2sul contenitore contrassegnato porridge. Chiudere il coperchio di selezionare l'opzione polenta / risotto. Ci vorrà 1 ora. Se si sta facendo meno ridurre di 15 minuti per meno avena. Se si sente la voglia si può mescolare durante il processo, ma solo se si vuole.

Suggerimento: questo lotto servirà 6 facilmente in modo da poter pop in frigo una volta raffreddata e usarlo in un paio di giorni ... mmmm.

Si potrebbe aggiungere le albicocche tritate secche o prugne secche snocciolate dimezzato () nel mix in cui ci sono circa 15 minuti a sinistra per cucinare, se avete voglia di una alternativa alla polenta!

## Nutty Porridge

1/2tazza laminati avena

acqua

120ml latte

3 cucchiaini di cocco essiccato

1 cucchiaino di cannella

Per servire

sciropo d'oro

mandorle nibbed

Posizionare l'avena, la cannella, il latte, e di cocco nella vostra Multi Cooker. Aggiungere acqua sufficiente per raggiungere la 1/2 linea sulla scala porridge. Selezionare il programma polenta / risotto. Al termine, irrorate con un po' di sciropo d'oro e cospargere nibbed mandorle sulla parte superiore. Servite subito.

risotto barbabietole Multi-Cooker

2 cucchiaini di olio d'oliva

400g di barbabietola, fresco

1 cipolla

2 spicchi d'aglio

250g riso per il risotto

250ml vino bianco

1 cucchiaino di timo fresco

900ml vegetale o brodo di pollo

Finire

100g pianura yogurt magro

1 cucchiaio di prezzemolo tritato finemente

1 cucchiaio di burro

In primo luogo trasformare il vostro Multi Cooker e selezionare il programma di porridge / risotto. Tritare finemente gli spicchi d'aglio, cipolle e sbucciare e tagliare le barbabietole a cubetti. Metterli nella Multi Cooker e fate

rosolare per circa 10 minuti fino a quando le cipolle si saranno ammorbidite. Aggiungere il riso e mescolare bene. Chiudere il coperchio e lasciare cuocere per altri 3-4 minuti. Aggiungere il vino, mescolate e ancora una volta lasciate cuocere per 3-4 minuti. Aggiungere il timo tritato e brodo caldo. Quando il programma è terminato, provare il riso per assicurarsi che sia cooked- dovrebbe avere un leggero morso ad esso, ma non è difficile. Se non proprio fatto aggiungere un po' d'acqua e prolungare il tempo di cottura per un paio di minuti. Incorporare il burro questo dà il risotto suo splendore. Servire con una cucchiata di yogurt e cospargere con il prezzemolo. Questo è davvero un buon come antipasto o come opzione pranzo leggero.

## riso salata

2 tazze di riso

acqua

1 brodo vegetale pot-disciolto

2 gambi di sedano, tritati

1 peperone tritato

2 carote tritate,

1 pizzico di zafferano (curcuma farà)

Facoltativo

Una manciata di piselli

Posizionare il riso nella ciotola e riempire con acqua fino al segno 2 sulla misurazione riso nella ciotola. Aggiungere gli altri ingredienti, mescolare accuratamente, quindi chiudere il coperchio e selezionare l'opzione di riso. Quando l'acqua era stata assorbita la macchina emette un segnale acustico. Se il riso non è ancora finito, lasciare di pochi minuti con il coperchio chiuso per continuare a vapore.

Tomato grande zuppa

1 cipolla tritata

1 cucchiaio di olio d'oliva

1 scatola di pomodori tritati

2 pomodori tritati,

1 peperone dolce a punta

1 pt pollo caldo magazzino

2 patate medie, sbucciate e tagliate a cubetti

1 cucchiaino di erbe miste

1 cucchiaio di passata di pomodoro

1 cucchiaino di pepe nero incrinato

Selezionare il programma zuppa sul Multi Cooker.

Aggiungere l'olio e la cipolla tritata e pepe. Cuocere fino a quando le cipolle sono morbide quindi aggiungere gli altri ingredienti, mescolare bene e chiudere il coperchio. Prima di servire controllare i sapori e servire con pane croccante.

## Chorizo, il cavolo e la zuppa di mela

1/4 di una salsiccia chorizo, tritato piccolo

1 cipolla tritata finemente

2 gambi di sedano, tritato finemente

2 carote, tritate finemente

2 pomodori, tritate grossolanamente

1/4 primavera cavolo, tritato finemente

2 spicchi d'aglio. Tritato

1 cucchiaio di passata di pomodoro

1 cucchiaino di pepe di cayenna

Un buon pizzico di sale e pepe

850ml di brodo vegetale

Posizionare il chorizo, la cipolla e l'aglio nella vostra Russel

Hobbs Multi Cooker e selezionare il programma di vapore.

Una volta che le cipolle si saranno ammorbidite dopo un paio di minuti aggiungere tutti gli altri ingredienti e mescolare bene. Chiudere il coperchio e selezionare il programma zuppa. Questa è una grande zuppa e se si lascia tutta la notte in frigorifero, il sapore si svilupperà ulteriormente.

## Pollo con pomodori e funghi

2 petti di pollo

1 cucchiaino olio d'oliva

450g marrone funghi , tritate

2 spicchi d'aglio, tritati

1 pelati stagno

Una salsa Worcestershire buona lumaca

1 cucchiaio salsa di pomodoro

1 cucchiaino di origano essiccato

Sale e pepe a piacere

Selezionare il programma di carne sul Multi Cooker e

aggiungere l'olio alla ciotola.

Condire il pollo con sale e pepe e posto nella ciotola calda.

Sigillare entrambi i lati per un minuto o giù di lì, quindi aggiungere l'aglio schiacciato e il trito di funghi-cuocere per altri 3-4 minuti, girare il pollo una volta. Aggiungere i pomodori pelati tritati e la salsa Worcester, salsa di pomodoro e origano. Cucinare, girando una volta di più. Al termine, controllare il sapore e che il pollo è cotto poi servire con la pasta, patate o riso. Una cena ripostiglio veloce e gustoso.

costole con acero e soia Stout-brasato

1 kg di pancia costine di maiale

1 cucchiaino di olio  
 1 cipolla, tagliata a dadini  
 3 spicchi d'aglio, tritati  
 350ml Guinness (o altro stout)  
 240ml carne di manzo o di maiale  
 60ml sciroppo d'acero (miele avrebbe funzionato altrettanto bene)  
 2 cucchiari di salsa di soia scura  
 Mettere l'olio in Multi Cooker e selezionare il programma di carne. Modificare il tempo di 1 ora e 45 minuti. Aggiungere le costole e marrone per 5 minuti o giù di lì che gira di tanto in tanto. Una volta fatto scattare le costole fuori dalla pentola e aggiungere le cipolle e l'aglio e lasciate cuocere per un paio di minuti per ammorbidire.  
 Mettere le costole di nuovo nella pentola e mescolate nel Guinness, fotografia, sciroppo, e soia. Una volta terminato, controllare la salsa per sapore e quindi servite subito. Un grande antipasto o come parte di un pick and mix pranzo.

### Una pentola petto cena

1 kg congiunta petto  
 50g chorizo, affettato  
 2 spicchi d'aglio, sbucciato e tritato  
 2 cipolle rosse, pelati e tritati  
 6-8 piccole patate tagliate a tocchetti-pelli su  
 2 carote tritate, grosso  
 600ml di brodo di carne caldo  
 1 scatola di pomodori tritati  
 2 cucchiari di passata di pomodoro  
 2 foglie di alloro

2 cucchiari erbe miste  
 2 buoni lumache salsa Worcestershire  
 1 cucchiario di rosmarino fresco  
 Sale e pepe a piacere  
 Selezionare il programma del vapore sul Multi Cooker e dopo 1 minuto aggiungere le fette di chorizo. Quando cominciano a dare via un po 'di olio aggiungere la joint petto ben stagionato. Dopo un paio di minuti girare il giunto e tenuta sul lato opposto. Una volta fatto aggiungere le cipolle e veg-note se si dispone di qualsiasi altro ortaggio radice che hanno bisogno utilizzando fino farli scoppiare. Quando la cipolla comincia ad ammorbidirsi poi aggiungere gli altri ingredienti e quindi selezionare il programma cuoco lento. Sarà venire con 8 ore, ma questo sarà probabilmente pronto a mangiare dopo 5 ore. Lo farà alcun male lasciando per le 8 ore.



#### PROTEZIONE AMBIENTALE

Per evitare problemi ambientali e di salute a causa di sostanze pericolose nelle apparecchiature elettriche ed elettroniche, apparecchiature contrassegnate con questo simbolo non devono essere smaltiti insieme ai rifiuti urbani non differenziati, ma recuperati, riutilizzati o riciclati.

**Godere!**

**GARANZIA: 2 ANNI**



Lesen Sie die Anweisungen, halten sie sicher, geben sie nicht auf, wenn Sie das Gerät weitergeben .

## Entfernen Sie alle Verpackungen vor dem Gebrauch.

Befolgen Sie die grundlegenden Sicherheitsvorkehrungen , einschließlich:

1. Dieses Gerät kann von Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen verwendet werden, wenn sie überwacht wurden / angewiesen und verstehen die damit verbundenen Gefahren.
  - Kinder dürfen nicht mit dem Gerät verwenden oder paly.
  - Halten Sie das Gerät und Kabel außer Reichweite von Kindern auf.
2. Verwenden Sie das Gerät nur mit dem Stecker und Kabel geliefert, und umgekehrt .
3. Wenn der Stecker oder Kabel beschädigt ist, muss sie vom Hersteller oder seinem Kundendienst erhältlich durch eine spezielle Anordnung ersetzt werden.
4. Stellen Sie das Gerät über eine Zeitschaltuhr oder Fernbedienung System keine Verbindung herstellen.
5. Reinigung und Wartung durch den Benutzer wird nicht von Kindern ohne Aufsicht durchgeführt werden.
6. Dieses Gerät ist für den Gebrauch im Haushalt nur. Nicht im Freien verwenden.
  - ⊘ Das Gerät nicht in Flüssigkeit getaucht werden.
  - ⚠ Die Oberflächen des Gerätes wird heiß. Restwärme wird die heiße Oberflächen nach dem Gebrauch zu halten.
7. Legen Sie gefrorenes Fleisch oder Geflügel in der Appliance-Abtauung nicht vollständig vor dem Gebrauch.
8. Koch Fleisch, Geflügel und Derivate (Hackfleisch,

Burger, etc.), bis die Säfte laufen klar. Koch Fisch bis Fleisch ist undurchsichtig im gesamten Gebäude.  
9. Versuchen Sie nicht, irgendetwas im Körper des Herdes-Koch nur in der herausnehmbaren Schale zu kochen.


10. Stellen Sie die Schüssel über max nicht füllen.
11. Greifen Sie nicht über das Gerät, und halten Sie Hände, Arme, Gesicht usw. Klar des austretenden Dampf.
12. Stellen Sie das Gerät nicht abdecken oder etwas oben drauf setzen.
13. kochen Sie nicht Lebensmittel, die Schaum, wenn sie erhitzt (wie Laver, Chinakohl, Seetang, Maisgrieß, Nudeln), sie den Filter blockieren kann, und das Gerät überwältigen.
14. Schließen Sie den Stecker an das Gerät, bevor Sie das Kabel in die Steckdose stecken.
15. Ziehen Sie das Gerät, wenn es nicht in Gebrauch ist.
16. Verwenden Sie Zubehör oder Anhänge nicht auf andere als die, die wir liefern.
17. Verwenden Sie das Gerät für einen bestimmten Zweck nicht anders als in dieser Anleitung beschrieben.
18. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es beschädigt oder Störungen ist.









**VOR DEM ERSTEN VERWENDUNG**  
Hand waschen Sie die abnehmbaren Teile.



## WIE ES FUNKTIONIERT


1. Messen Sie die Zutaten in die Schüssel.
2. Geben Sie dem Schüssel viertel Umdrehung pro Weg, den Boden der Schüssel, um sicherzustellen, macht einen guten Kontakt mit dem Element.
3. Schließen Sie den Deckel.
4. Verwenden Sie die Menü-Taste  Menu , um das Programm zu wählen Sie wollen.

5. Die drei großen Tasten an der Unterseite  , Reis  kochen, langsames Kochen und  Schmoren, über Regel das Menü und die Starttaste .
6. Stellen Sie den Timer  , falls zutreffend.
7. Drücken Sie die Starttaste  .
8. Um das Gerät, drücken Sie Stopp  einmal stop pen, wenn das Display nicht herunterzählt , oder zweimal, wenn das Display nach unten zählt.
9. Nach der Benutzung des Gerätes, lassen Sie es für 15 Minuten ruhen, bevor es wieder in Betrieb nehmen.





## VORBEREITUNG

1. Setzen Sie das Gerät auf eine stabile, ebene, hitzebeständige Oberfläche.
2. Verwenden Sie das Gerät nicht in der Nähe oder unterhalb Vorhänge, Regale, Schränke oder irgendetwas anderes wahrscheinlich durch den austretenden Dampf beschädigt werden.
3. Haben Sie Ofenhandschuhe (oder ein Tuch) zur Hand, und eine hitzebeständige Unterlage oder Teller auf die Schüssel zu setzen nach dem Kochen.
4. Legen Sie innerhalb der Herd die Schüssel.
5. Geben Sie der Schüssel viertel Umdrehung pro

## EINSCHALTEN





1. Setzen Sie den Deckel auf die Schüssel.
2. Setzen Sie den Stecker in den Stecker in die Steckdose.  Meat
3. Das Display leuchtet kurz auf.
4. Das Licht blinkt.

## REIS KOCHEN

1. Verwenden Sie die Tasse Reis in die Schüssel zu setzen.
2. Verwenden Sie nicht mehr als 10 Tassen Reis verwenden.
3. Die Skala auf der linken Seite in der Schale ist markiert Form 2 bis 10.
4. Füllen Sie die Schale mit Wasser bis zu der Anzahl der Anzahl der Tassen Reis entspricht.
5. Schließen Sie den Deckel.
6. Drücken Sie  .
7. Das Licht  leuchtet.
8. Das äußere Segment der Anzeige blinkt, während das Essen erwärmt sich.
9. Das Display wird dann die verbleibende Kochzeit (13 Minuten) und heruntergezählt .
10. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".
11. Das Licht  leuchtet.
12. Stopp drücken.  .
13. Öffnen Sie den Deckel.
14. Heben Sie die Schüssel und legen Sie es auf eine hitzebeständige Unterlage oder Abendessen Teller.
15. Verwenden Sie den Spatel zu drehen und den Reis mischen, die alle um den Dampf entweichen zu lassen.
16. Manchmal ist die Schicht aus Reis in Kontakt mit der Schale wird eine Kruste bilden.
17. Wenn Sie Sie es nicht wollen, können sie mit dem Spachtel entfernen, nachdem Sie den Reis serviert haben.







## SLOW COOKING

1. Brown Fleisch und Gemüse (siehe "BROWN / SAUTE / SOFTEN / BOIL" auf Seite 9).
2. Kochen Sie die Kochflüssigkeit (siehe "BROWN / SAUTE / SOFTEN / BOIL" auf Seite 9).
3. Setzen Sie die festen Bestandteile in die Schüssel geben, dann die Kochflüssigkeit .
4. Schließen Sie den Deckel.
5. Drücken Sie  .
6. Das Licht  leuchtet.
7. Auf dem Display wird 8 Stunden zeigen, und heruntergezählt .
8. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".
9. Das Licht  leuchtet.
10. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen.



## Schmoren

1. Brown Fleisch und Gemüse (siehe "BROWN / SAUTE / SOFTEN / BOIL" auf Seite 9).
2. Kochen Sie die Kochflüssigkeit (siehe "BROWN / SAUTE / SOFTEN / BOIL" auf Seite 9).
3. Setzen Sie die festen Bestandteile in die Schüssel geben, dann die Kochflüssigkeit .
4. Schließen Sie den Deckel.
5. Drücken 

6. Das Licht  leuchtet.
7. Auf dem Display wird 1 Stunde und heruntergezählt .
8. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".
9. Das Licht  leuchtet.
10. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen..



Menu

## USING THE MENU



MENU		ANGEBOT	STANDARD
 Meat	Fleisch	10 min-1h	20min
 Soup	Suppe	1-5h	1h
 Yoghurt	Joghurt	6-10h	8h
 Bread	Brot	1-3h	3h
 Fish	Fisch	10min-1h	20min
 Steam	gedämpft	30min-2h	30min
 Porridge/Risotto	Porridge / Risotto	1-4h	1h
 Cake	Kuchen	30min-2h	40min





## FLEISCH

1. Frote la carne por todas partes con aceite de cocina.
2. Frote cualquier condimentos sobre la superficie de la carne.
3. Ponga una cucharada de aceite de cocina en el recipiente.
4. Colocar la carne en el centro de la taza.
5. Cierre la tapa.

### HORA DE COCINAR










6. El tiempo de cocción dependerá del tipo y peso de los alimentos.
7. No cocine más de aproximadamente 500 g cada vez.
8. Sugerimos tiempos de cocción de 10 minutos + 10 minutos por cada 100 g de peso de la carne.
9. No cocine cerdo o aves durante menos de 30 minutos.
10. Cocine la carne, aves de corral y derivados (carne picada, hamburguesas, etc.) hasta que los jugos salgan claros.
11. Cocine el pescado hasta que la carne esté completamente opaco.
12. Verwenden Sie die Menü-Taste  zur Auswahl .  Meat
13. Die Standardzeit beträgt 20 Minuten.
14. Sie können das "h" und "min" Tasten, während die Anzeigezeit blinkt.
15. Verwenden Sie die Taste "min" die Anzeige durch die Optionen zu bewegen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 und 55.
16. Wenn Sie 1 Stunde kochen wollen, drücken Sie die Taste "H".
17. der 1-Stunden-Einstellung rückgängig zu machen, drücken Sie die "h" Taste erneut, während die Anzeigezeit blinkt.

Wenn Sie nichts für 2 Minuten tun, wird das Gerät in den Standby-Modus zurück.

18. Wenn Sie die Kochzeit gewählt haben, gehen Sie das Gerät in "warm halten" -Modus.
19. Auf dem Display wird heruntergezählt .
20. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".
21. Das Licht  leuchtet.
22. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen.







## Zeit

1. Sie können verwenden, um die Verzögerungstimer mit der Suppe  Yoghurt , Joghurt  Bread , Brot  Soup , Dampf  und  Porridge/Risotto Brei-Programme.
2. Tun Sie dies sofort nach der Kochzeit einstellen, und vor dem Start drücken. .
  - a) Drücken Sie . 
  - b) Das Licht  leuchtet, Sie daran zu erinnern, dass Sie die Verzögerungstimer verwenden.
  - c) Entscheiden Sie, wenn Sie Ihr Essen wollen bereit sein. 
  - d) Zum Beispiel, wenn es 02.00 Uhr ist jetzt, und Sie wollen es um 9:00 Uhr bereit zu sein, müssen Sie die Vorbereitungszeit bis 7 Stunden.
  - e) Verwenden Sie das "h" und "min" Tasten, um die Vorbereitungszeit zu setzen.
  - f) Drücke Start . 




## Suppe

1. Brown Fleisch und Gemüse (siehe "BROWN / SAUTE / SOFTEN / BOIL" auf Seite 9).
2. Legen Sie die festen Bestandteile in die Schüssel geben, dann die Kochflüssigkeit .
3. Schließen Sie den Deckel.
4. Verwenden Sie  die Menü-Taste zur Auswahl
5. Wählen Sie die Kochzeit ..  Soup
6. Die Standardzeit beträgt 1 Stunde.
7. Sie können das "h" und "min" Tasten, während die Anzeigezeit blinkt.
8. Verwenden Sie die Taste "min" die Anzeige durch die Optionen zu bewegen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 und 55.
9. Benutzen Sie das "h", um das Display durch die Optionen zu bewegen, 1,2,3,4 und 5.
10. Um die 5 Stunden Einstellung rückgängig zu machen, drücken Sie die "h" Taste erneut, während die Anzeigezeit blinkt.  Wenn Sie nichts für 2 Minuten tun, wird das Gerät in den Standby-Modus zurück.
- Sie haben die Möglichkeit, mit dem Timer mit diesem Programm (siehe Timer).
12. Drücke Start . 
13. Auf dem Display wird heruntergezählt .

14. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".

15. Das Licht  leuchtet.

16. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen.



## JOGHURT

### Joghurt Kultur

1. Sie können verwenden 30ml (2 EL) von:

a) Nicht aromatisierte Live-Joghurt-es muss frisch sein (suchen Sie nach einem langen Ablaufdatum ).

- Verschiedene Marken unterschiedliche Ergebnisse liefern.

b) Joghurt hergestellt zuvor.

- DEN Bakterien im Laufe der Zeit zu schwächen, so können Sie dies 10-mal nur tun, bevor wieder eine neue Kultur mit.

c) Gefriergetrocknete Joghurtkultur bei einer Apotheke Bioladen.

- Wenn die Anweisungen auf dem Kultur-Paket von diesem Handbuch abweichen, folgen die auf der Verpackung.

### Milch

1. Sie müssen 1 Liter Milch.

2. Vollmilch gibt dicker Joghurt als fettarmer Milch.

3. Um es noch dicker, Sie zu 8 Esslöffel Milchpulver summieren kann.

4. Sie können auch Milchpulver rekonstituierte verwenden oder verzinnten Kondensmilch.

## Herstellung Joghurt

5. Sie müssen die Bakterien in der Milch zu töten, sie im Wettbewerb mit den Bakterien in der Joghurtkultur zu verhindern.

6. Während Sie die Milch erhitzen, lassen Sie die Joghurtkultur auf Raumtemperatur erhalten.

7. Öffnen Sie den Deckel.

8. Verwenden Sie die STEAM (BROWN / SAUTE / SOFTEN / BOIL) Programm, um die Milch zu erhitzen knapp unter Sieden.

9. Schalten Sie, wenn kleine Blasen an den Rändern der Schale bilden.

10. Lassen Sie die Milch kühl zu zwischen 37 °C und 45 °C.

11. Rühren Sie die Joghurtkultur in die Milch.

12. Sie müssen gründlich gemischt werden, oder der Joghurt wird klumpig.

13. Schließen Sie den Deckel.

14. Verwenden Sie die  Menü-Taste zur Auswahl .

15. Wählen Sie die Kochzeit ..  Yoghurt

16. Die Standardzeit beträgt 1 Stunde.

17. Sie können das "h" und "min" Tasten, während die Anzeigezeit blinkt.

18. Verwenden Sie die Taste "min" die Anzeige durch die Optionen zu bewegen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 und 55.

19. Verwenden Sie die "h", um das Display durch die Optionen zu bewegen, 6,7,8,9 und 10.

20. die 10-Stundeneinstellung rückgängig zu machen, drücken Sie die "h" Taste erneut, während die

Anzeigezeit blinkt.  Wenn Sie nichts für 2 Minuten tun, wird das Gerät in den Standby-Modus zurück. 


21. Sie haben die Möglichkeit, mit dem Timer mit diesem Programm (siehe Timer).

22. Drücken Sie Start .

23. Auf dem Display wird heruntergezählt .

24. Am Ende der Garzeit wird das Gerät in den Standby-Modus.

25. Es wird nicht den Joghurt warm halten.

26. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen.



## BROT

1. Abtauen gefrorener Teig gründlich vor dem Gebrauch.

2. Verwenden Sie nicht mehr als 500 g verwenden, oder der Teig könnte das Gerät überwältigen.

3. Wischen Sie die Schüssel mit kochendem Öl.

4. Den Teig in die Schüssel.

5. Schließen Sie den Deckel.

6. Verwenden Sie die  Menü-Taste zur Auswahl .

7. Wählen Sie die Kochzeit ..  Bread

8. Die Standardzeit beträgt 3 Stunden.

9. Sie können das "h" und "min" Tasten, während die Anzeigezeit blinkt.

10. Verwenden Sie die Taste "min" die Anzeige durch

die Optionen zu bewegen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 und 55.

11. Verwenden Sie die "h", um das Display durch die Optionen zu bewegen, 1,2,3,4, 5 und 6.

12. die 6 Stunden Einstellung rückgängig zu machen, drücken Sie die "h" Taste erneut, während die Anzeigezeit blinkt. ✨ Wenn Sie nichts für 2 Minuten tun, wird das Gerät in den Standby-Modus zurück.


13. Sie haben die Möglichkeit, mit dem Timer mit diesem Programm (siehe Timer).

14. Drücke Start  .

15. Auf dem Display wird heruntergezählt .

16. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".

17. Das Licht  leuchtet.

18. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen.

## FISCH

1. Reiben Sie den Fisch über und über mit Speiseöl .

2. Reiben keine Würzmittel über die Oberfläche des Fisches.

3. Setzen Sie einen Esslöffel Öl in die Schüssel mit dem Kochen.

die Fische in der Mitte der Schale 4. legen.

5. Schließen Sie den Deckel.



## KOCHZEIT

6. Kochzeit hängt von der Art und dem Gewicht der Nahrungsmittel abhängt.

7. Können Sie kochen nicht mehr als etwa 500 g zu einer Zeit.

8. Wir schlagen vor, Kochzeiten von 10 Minuten pro 100 g Gewicht.

9. Koch Fisch bis Fleisch ist undurchsichtig im gesamten Gebäude.

10. Verwenden Sie die Menü-Taste  und wählen Sie aus.  Fish

11. Die Standardzeit beträgt 20 Minuten.

12. Sie können das "h" und "min" Tasten, während die Anzeigezeit blinkt.

13. Verwenden Sie die Taste "min" die Anzeige durch die Optionen zu bewegen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 und 55.

14. Wenn Sie 1 Stunde kochen wollen, drücken Sie die Taste "H".

15. der 1-Stunden-Einstellung rückgängig zu machen, drücken Sie die "h" Taste erneut, während die Anzeigezeit blinkt. ✨ Wenn Sie nichts für 2 Minuten tun, wird das Gerät in den Standby-Modus zurück.


16. Wenn Sie die Kochzeit gewählt haben, drücken Sie auf Start  .

17. Auf dem Display wird heruntergezählt .

18. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".



19. Das Licht  leuchtet.

20. Es ist am besten, um die Nahrung zu entfernen, sobald es gekocht hat, um es zu verhindern Austrocknen.




21. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen.



## Dampfgarer

1. Füllen Sie die Schüssel mit kaltem Wasser bis zum 6-Marke.
2. Setzen Sie den Korb im oberen Bereich der Schüssel.
3. Geben Sie die Lebensmittel in den Korb.
4. Für eine gleichmäßige Kochen, schneiden Sie alle Stücke von Lebensmitteln in etwa gleich groß sind.
5. Für Erbsen, oder etwas, das in das Wasser werde zerbrechen oder fallen lassen, ein Paket mit Aluminiumfolie zu machen.
6. Achten Sie beim Entfernen von Paket-tragen Ofenhandschuhe und verwenden Plastikzangen / Löffel.
7. Schließen Sie den Deckel.
8. Verwenden Sie die Menütaste  um **select**  .
9. Wählen Sie die Kochzeit -diese innerhalb der 30-minütigen Standardzeit kochen sollte:  
 Lebensmittel (frisch) Menge  
 Grüne Bohnen 200g  
 Brokkoli 200g  
 Rosenkohl 200g  
 Kohl Quartal  
 Karotten (in Scheiben) 200g  
 Maiskolben 2  
 Kartoffeln (geviertelt) 400g  
 Cooking times & food safety
10. Koch Fleisch, Geflügel und Derivate (Hackfleisch, Burger, etc.), bis die Säfte laufen klar. Koch Fisch bis

Fleisch ist undurchsichtig im gesamten Gebäude.


11. Sie sollten Blattgemüse so wenig wie möglich zu kochen, sie grün und frisch zu halten. sie in Eiswasser Zustell wird der Kochvorgang zu stoppen.
12. Die Standardzeit beträgt 30 Minuten.
13. Sie können das "h" und "min" Tasten, während die Anzeigezeit blinkt.
14. Verwenden Sie die Taste "min" die Anzeige durch die Optionen zu bewegen, 30,35,40,45,50 und 55.
15. Verwenden Sie die "h", um das Display durch die Optionen zu bewegen, 1 und 2.
16. die 2-stündige Einstellung rückgängig zu machen, drücken Sie die "h" Taste erneut, während die Anzeigezeit blinkt. ✨ Wenn Sie nichts für 2 Minuten tun, wird das Gerät in den Standby-Modus zurück..
17. Sie haben die Möglichkeit, mit dem Timer mit diesem Programm (siehe Timer).
18. Drücke Start .
19. Auf dem Display wird heruntergezählt .
20. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".
21. Das Licht  leuchtet.
22. Am besten ist es, das Essen zu entfernen, sobald es gekocht hat, zu verhindern, dass es matschig gehen.
23. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen.





Steam

## BRAUN / ANBRATEN / ERWEICHEN / KOCHEN






1. Sie können das Programm DÄMPFENDER  die Standardeinstellung, bei geöffnetem Deckel, als Hochtemperatur -Pfanne für 30 Minuten nutzen, bevor sie mit einem anderen Programm zu kochen.
2. Verwenden Sie es mit ein wenig Öl auf braunem Fleisch und Gemüse, zu sautee zu erweichen, Zwiebeln, Sellerie, Lauch, usw.
3. Verwenden Sie es mit Wasser oder Brühe zum Vorheizen von Kochflüssigkeiten .
4. Wenn Sie zum Hauptprogramm wechseln, wird das Gerät aufgewärmt , und einige oder alle Ihre Zutaten werden bereits in der Schüssel sein.
5. Sie haben nicht, dann müssen Sie die Pfanne waschen Sie bei der Zubereitung verwendet hätte.



## HAFERBREI / RISOTTO

1. Verwenden Sie die Schale um das Korn zu setzen (Reis, Haferflocken, etc.) in die Schüssel.  
Haferbrei.
  - a) Verwenden Sie die Skala auf der rechten Seite, in der Schale, die von 1/2 bis 1 1/2 markiert ist.
  - b) Sie nicht mehr als 1 1/2 Tassen verwenden.
 Congee
  - a) Verwenden Sie die Skala auf der Mitte, in der Schale, die von 1 bis 3 gekennzeichnet ist.
  - b) Sie nicht mehr als 3 Tassen verwenden.
2. Füllen Sie die Schale mit Wasser bis zur Anzahl der Anzahl,

wenn Tassen Getreide entspricht.


3. Schließen Sie den Deckel.
4. Verwenden Sie die Menü-Taste  auszuwählen .  Porridge/Risotto
5. Wählen Sie die Kochzeit .
6. Die Standardzeit beträgt 1 Stunde.
7. Sie können das "h" und "min" Tasten, während die Anzeigezeit blinkt.
8. Verwenden Sie die Taste "min" die Anzeige durch die Optionen zu bewegen, 5,10,15,20,25,30,35,40,45,50 und 55.
9. Benutzen Sie das "h", um das Display durch die Optionen zu bewegen, 1,2,3 und 4.
10. Die 4-Stunden-Einstellung rückgängig zu machen, drücken Sie die "h" Taste erneut, während die Anzeigezeit blinkt  
Wenn Sie nichts für 2 Minuten tun, wird das Gerät in den Standby-Modus zurück. ✨
11. Sie haben die Möglichkeit, den Timer mit diesem Programm (Timer).
12. Drücke Start .
13. Auf dem Display wird heruntergezählt .
14. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".
15. Das Licht  leuchtet.
16. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen.

Risotto-folgen das Rezept auf Seite 17






## KUCHEN




1. Abtauen gefrorener Teig gründlich vor dem Gebrauch.
2. Verwenden Sie die Schüssel über dem 6 Markierung auf der linken Skala nicht füllen, oder der Teig könnte das Gerät überwältigen.
3. Wischen Sie die Schüssel mit kochendem Öl.
4. Den Teig in die Schüssel.
5. Schließen Sie den Deckel.
6. Verwenden Sie die Menü-Taste  und wählen Sie aus.  Cake
7. Wählen Sie die Kochzeit ..
8. Die Standardzeit ist 40 Minuten ..
9. Sie können das "h" und "min" Tasten, während die Anzeigzeit blinkt.
10. Verwenden Sie die Taste "min" die Anzeige durch die Optionen zu bewegen, 30,35,40,45,50 und 55.
11. Verwenden Sie die "h", um das Display durch die Optionen zu bewegen, 1 und 2.
12. die 2-stündige Einstellung rückgängig zu machen, drücken Sie die "h" Taste erneut, während die Anzeigzeit blinkt. 
- Wenn Sie nichts für 2 Minuten tun, wird das Gerät in den Standby-Modus zurück.
13. Wenn Sie die Kochzeit gewählt haben, drücken Sie auf Start .
14. Auf dem Display wird heruntergezählt .
15. Am Ende der Garzeit wird das Gerät gehen in den Modus "warm halten".
16. Das Licht  leuchtet.

17. Am besten ist es, das Essen zu entfernen, sobald es gekocht hat, zu verhindern, dass es matschig gehen.
18. Und drücken Sie dann stoppen  , Öffnen Sie den Deckel, entfernen Sie das Essen.

## WARM HALTEN

- Wenn Sie die Warmhalte Funktion nach einem Programm verwenden möchten, die nicht unterstützt wird, dann, wenn das einzige, was auf dem Display dargestellt werden, wird das blinkende Licht  Meat , drücken  Steam
- Drücken Sie stoppen  die Funktion zu beenden.

## PFLEGE UND WARTUNG

1. Ziehen Sie das Gerät aus und lassen Sie ihn abkühlen.  Ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose, dann ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose am Gerät.
2. Mit dem Deckel verschlossen, die Oberseite des Filtergriff und hebeln des Deckels aus.
3. Drehen Sie es um, die Markierungen an der Vorderkante zu belichten. 
4. Halten Sie den Filterdeckel schnell, und drehen Sie den Rest des Filters in Richtung des offenen Vorhängeschloss . .
5. Drücken Sie auf die Registerkarten am unteren Rand des inneren Deckels  und ziehen Sie das Gerät aus.
6. Handwäsche alle abnehmbaren Teile.
7. Wipes alle Oberflächen mit einem sauberen, feuchten Tuch ab.
8. Legen Sie einen Teil des Gerätes in s dishwasher nicht.
9. Bauen Sie den Filter, und ersetzen Sie es im Deckel.
10. Setzen Sie den inneren Deckel im Deckel.

## Rezepte

"Tasse" ist die 180 ml Reis-Messbecher mit dem Gerät geliefert

Veggie und Couscous Chili

1 tbsp Öl

1 große Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 jeweils rot, gelb und orange Paprika

1 Glas grün Jalapenos

1 Dose weiße Bohnen

1 Dose Butterbohnen

1 Dose gehackte Tomaten Pflaume

2 tbsp Chilipulver

2 tbsp Oregano

1 tsp gemahlener Koriander

2 tsp Kreuzkümmel

1 tsp Tomatenpüree

1 tsp Zucker

2 tbsp hot Tomatensauce (Heinz feuriger Tomatensauce oder ähnlich)

850ml Gemüsebrühe

120-240ml bewusst

Dienen

Geriebener Käse

1 kleine Wanne saure Sahne

Kleine Bund Koriander fein gehackt

Erstens schalten Sie Ihren Multi-Kocher, das Dampfprogramm aus, und das Öl hinzufügen. Fügen Sie die gehackte Zwiebel und Knoblauch und lassen Sie sie erweichen, sollte dies ein paar Minuten dauern. Dann fügen Sie die restlichen Zutaten mit Ausnahme des Couscous.

Hinweis: Bei den Bohnen-Spülung und abtropfen, bevor an den Herd legen. Wählen Sie den langsamen Koch-Taste.

Dieses Programm ist ein 8-Stunden-Zyklus-perfekt, wenn Sie

zur Arbeit gehen aus. Mit etwa 30 Minuten zu gehen, um den Couscous hinzuzufügen. Wenn der Zyklus bereits erreicht hat, wählen Sie das Ende gerade die Dampfeinstellung wieder und für etwa 20 Minuten verlassen. Servieren in eine Schüssel mit einer Handvoll Käse ein Sprühregen von saurer Sahne und s Prise frischer Koriander. Top Tipp: Wenn Sie nur eine klassische vegetarische Chili wollen, nicht den Couscous setzen in.

Hausgemachte Joghurt in der Multi-Herd

1200ml Vollmilch

100 ml Naturjoghurt (Vollfett )

Flavor Option

50 g gefrorene Gemisch Sommerbeeren

1 EL flüssiger Honig

Gießen Sie die Milch in Ihrem Multi-Kocher und wählen Sie das Dampfprogramm . Lassen Sie die Milch zu erhitzen, bis sie an den Rändern Blase beginnt. Drehen Sie den Multi-Kocher aus und lassen Sie die Milch auf etwa 37 Grad abkühlen.

Sobald die Milch gekühlt hat den Joghurt hinzufügen und gut verrühren, die Beseitigung aller Klumpen. Wählen Sie das Joghurt-Programm. Wenn das Programm abgeschlossen ist herausnehmen und in den Kühlschrank stellen vollständig abkühlen. Inzwischen stellen die gemischten Beeren in einer Pfanne und Hitze sanft, fügen Sie den Honig und kochen, bis die Frucht zu fallen beginnt. Nehmen Sie die Hitze und kühlen ab. Mischen Sie die Früchte und Joghurt zusammen. Wenn Sie speichern Ihre Joghurt wollen, müssen Sie die Gläser sterilisieren Sie verwenden wollen. Sie in den Ofen bei etwa 100 ° für 10 Minuten oder so. Sie wollen sie nicht zu lange in wie sie knacken könnte. Der Joghurt wird für bis zu ein paar Wochen dauern.

## Fiery NY Rindfleisch Chili

450g Schmoren Rindfleisch  
 1 tbs Olivenöl  
 2 Zwiebeln  
 3 Knoblauchzehen  
 2 tbs Chilipulver  
 1 tbs Cayennepfeffer  
 1 tbs geräuchertem Paprika vs Chipotle Pulver  
 2 tbs Tomatensauce  
 2 tins Tomaten  
 1 grünes Pfeffer  
 1 Lorbeerblatt  
 1 tbs Salz  
 1 tsp Pfeffer  
 1 Dose Kidneybohnen -fügen Sie am Ende  
 Große Handvoll frisches Basilikum  
 Schälen und hacken die Zwiebeln und Knoblauch. Hacken Sie die Rindfleisch, Tomaten und Paprika in mundgerechte Stücke schneiden. Legen Sie das Öl in Ihrem Multi-Kocher und wählen Sie das Dampfprogramm . Nach 1 Minute fügen Sie die Fleischstücke und braun, drehen Sie den Deckel gelegentlich-offen lassen, so dass Sie das Fleisch zu überprüfen. Wenn leicht gebräunt, nehmen Sie das Fleisch aus dem Multi-Herd und lassen Sie eine Schüssel in. Fügen Sie die Zwiebeln, Knoblauch und alle Kräuter zu dem Öl in der Multi-Kocher und gut umrühren. Wenn die Zwiebeln weich gemacht haben, legen Sie das Fleisch zurück in die Schüssel. Dann ist alles legen, aber die Bohnen in die Schüssel, gut umrühren. Schließen Sie den Deckel und wählen Sie die Option Eintopf. Nach einer Stunde Check das Fleisch-wenn es noch ein wenig schwer ist, ein wenig Wasser, so dass es nicht trocken geht, und das Fleisch Programm für

## Marokkanische Fische Tagine

1 Zwiebel, grob gehackt  
 2 Knoblauchzehen , fein gehackt  
 1 rote Paprika, gehackt oder in Streifen geschnitten  
 2 Stangen Sellerie-Scheiben geschnitten  
 2 Tomaten, gehackt  
 1 tsp ganz oder gemahlen Kümmel  
 1 stp gemahlener Ingwer  
 1 stp Kurkuma  
 1 Zimtstange  
 1 tbs Harissa Paste  
 120ml Weißwein  
 120ml Fischbestand  
 1 Prise Safran (oder einem Teelöffel Tomatenmark )  
 675g Fisch-wie Kabeljau, Lachs, finnan Schellfisch  
 Salz und Pfeffer nach Geschmack  
 1 Zitrone  
 Eine Hand voll von grünen Oliven  
 Kleine Bund Koriander  
 \*Die meisten Supermärkte tun Fischpastete mixes- eine davon würde o behandeln arbeiten!  
 Fügen Sie alle Zutaten außer dem Koriander zu Ihrem Multi Herd und wählen Sie den Fisch  
 Programmeinstellung . Je nach Größe der Fischstücke garen zwischen 40-60 Minuten, bis der Fisch schuppig wird. Rühren Sie den gehackten Koriander, überprüfen Sie die Würze und sofort servieren. Das wäre toll mit Couscous.

## Spalterbse und Schinken Sprunggelenk Suppe

1150 ml Hühnerbrühe  
 225g Spalterbsen  
 1 Zwiebel, klein gewürfelt  
 2 Möhren, klein gewürfelt  
 1 Selleriestange , klein gewürfelt  
 2 Knoblauchzehen, gehackt  
 1 tbsp frischer Thymian, fein gehackt  
 1 Lorbeerblatt  
 1 Eisbein  
 Pfeffer

Wählen Sie das langsame Koch-Programm auf Ihrem Multi-Kocher und legen Sie den Ham Hock in den Topf. Fügen Sie die Erbsen, Zwiebeln, Karotten, Sellerie, Knoblauch, Thymian, Lorbeer, und in der heißen Hühnerbrühe gießen; pfeffern.

Wenn das Programm beendet ist, Eisbein aus Topf entfernen. Entsorgen Sie Haut und Knochen; Würfel Fleisch.

Entsorgen Sie das Lorbeerblatt . Leicht Maische Erbsen mit dem Rücken eines hölzernen Löffel. Rück Schinken Suppe und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Der Himmel in eine Schüssel geben!

Top Tipp: Wenn es ein großer hock ist, können Sie einen Teil der Schinken zurück für Sandwiches halten.

**Lachs mit einer würzigen reiben**

2 Lachsfilets –Haut  
 1 tsp Olivenöl  
 1 tsp Paprika  
 1 tsp Chilipulver  
 1/2tsp Kreuzkümmel  
 Prise Salz und Pfeffer  
 1 tsp weicher brauner Zucker

1 Zitrone

Mischen Sie die Paprika, Chilipulver , Kümmel Zucker und das Salz und Pfeffer in einer Schüssel. Nehmen Sie sich Lachsfilets und streuen auf dem reiben. Schalten Sie den Multi-Kocher und wählen Sie das Fisch-Programm. Fügen Sie das Öl in die Schüssel geben und nach ein paar Minuten, wenn das Öl nach unten die Filets Haut hinzufügen erwärmt hat und den Deckel schließen. Dies ist eine großartige Kombination von Dämpfen und Fischstücke , aber man bekommt eine knusprige Haut.

## Schokolade Brownie Kuchen

170g Butter ungesalzen, geschmolzen  
 340g Zucker  
 170g Kakaopulver  
 75g Mehl  
 3 große Eier, leicht geschlagen

1 TL Vanille-Essenz  
 Eine gute Prise Salz

110g Milkschokolade Tropfen  
 Optional Vanille-Eis, zum Servieren

Zeichnen Sie die Schüssel Ihres Multi-Kocher mit einem großen Stück Folie, und dann Butter großzügig die Folie. Whisk zusammen die geschmolzene Butter, Zucker, Kakaopulver , Mehl, Eier, Vanille und das Salz in einer Schüssel. Falten in der Schokolade Brocken. Reiben Sie den Teig in die vorbereitete Einsatz in einer gleichmäßigen Schicht. Schließen Sie den Deckel und kochen auf dem Kuchen-Programm. Sie müssen die Standardzeit auf 1 Stunde und 30 Minuten zu ändern; der Kuchen sollte an den Rändern und leicht klebrig in der Mitte eingestellt werden. Servieren Sie den Kuchen warm, schöpfte in eine Schüssel geben und gekrönt mit Eis.

## Irish Stew mit Ziegenkäse Knödel

Für den Eintopf:

1.8kg Lammschulter

Olivenöl

5 rashers wachsener Speck, in mundgerechte Stücke gehackt

3 Knoblauchzehen

Salz und Pfeffer nach Geschmack

950ml Lammfond

1 große Zwiebel, gewürfelt

2 Karat, gewürfelt

2 Stangensellerie, gewürfelt

2 Zweige frischer Rosmarin

2 tbsp Tomatenpüree

Für die Knödel:

100g Selbstzucht Mehl

50g Rindertalg

1 tsp Backpulver

1 tsp Salz

5 tbsp Wasser

40g weiche Ziegenkäse

1 TL Petersilie, Majoran und Thymian

1 TL PfefferTake

Das Fleisch von den Knochen und hacken in mundgerechte Stücke schneiden. Schneiden Sie den Speck und die Zwiebel hacken, Karotten und Sellerie. Schalten Sie den Multi-Kocher und wählen Sie das Dampfprogramm. Setzen Sie die Zwiebeln mit dem Öl in die Schüssel geben und kochen für ein paar Minuten, bis sie zu erweichen. Fügen Sie das Fleisch, Knoblauch, Rosmarin und das andere Gemüse und für ca. 5 Minuten kochen. Fügen Sie die Lager und das Tomatenmark und wählen Sie die Option Eintopf.

Die Knödel: Das Mehl, Kräuter und Talg in eine Schüssel das Wasser hinzufügen und dann in der Ziegenkäse mischen.

Portion in 6 Knödel und lassen für 20 Minuten ruhen.

In einer Tasse, die Kornblume und ein wenig kaltes Wasser und bis glatt mischen.

Wenn der Eintopf 30 Minuten nach links auf den Timer die Kornblume Mischung hatte und mischen und gut verrühren. Dann legen Sie die Knödel in den Eintopf. Schließen Sie den Deckel und lassen Sie bis zum Ende des Programms. Eine fabelhafte Schüssel comfort food!

Hinweis: Wenn Sie keine gekochte Lamm nehmen eine Schulter und nehmen Sie das Fleisch den Knochen Hacken Sie in mundgerechte Stücke aus. Machen Sie es wie würden Sie das gekochte Lamm aber wählen Sie die langsame Koch Option anstelle der Eintopf-Programm. Wenn Sie fertig sind, von der Knödel Moment dem obigen Rezept zurück.

## Gedämpfte Artischocke

2 kugelartischocke

1 Zitrone

Frische Kräuter Zweige wie Estragon, Minze, Petersilie und / oder Thymian

1 Knoblauchzehe, geschält und in Scheiben geschnitten Schneiden Sie das obere Viertel weg von den Artischocken, abknicken und entsorgen Sie alle verbeulten äußeren Blätter. Reiben Sie die Schnittflächen mit einer Scheibe Zitrone. Schneiden Sie den Stiel bündig mit der Artischocke Körper. Schneiden Sie die restliche Zitrone und Ort, in den Dampf und Ihres Multi-Kocher. Fügen Sie die Zweige frischen Kräutern und Knoblauch in den Korb und legen Sie die Artischocke an der Spitze. Füllen Sie mit Wasser auf die 2-Ebene auf dem Reis-Skala auf der Innenseite der Schale. Platzieren Sie den Dampf in die Schüssel und den Deckel schließen.

Wählen Sie das Dämpfen Programm. Die Artischocke gekocht wird, wenn die äußeren Blätter können leicht entfernt werden. Servieren Sie die Artischocke warm oder kalt mit einer Vinaigrette. Tolle!

## Graupen und borlotti Bohneneintopf

1 EL Olivenöl  
 1 Dose Borlottibohnen, entwässert und gespült  
 1 Zwiebel, fein gehackt  
 175g Graupen  
 1 Dose Tomaten gehackt  
 1 EL Tomatenmark  
 Salz und Pfeffer nach Geschmack  
 1ltr Gemüsebrühe  
 125ml Rotwein trocken  
 Eine Hand voll Petersilie, gehackt  
 Hot Chiliöl , zu dienen (optional)  
 Legen Sie das Öl in Ihrem Multi Herd und fügen Sie die Zwiebel und eine Prise Salz; wählen Sie das Dampfprogramm und kochen Sie die Zwiebeln bis weich. Fügen Sie den Wein und kochen für ein paar Minuten. Fügen Sie die Graupen und gut umrühren, bis es auf die Farbe des Weines zu nehmen beginnt. Stir in die Bohnen, Tomaten und heiße Brühe. Wählen Sie den Eintopf-Programm. Prüfen Sie nach 30 Minuten, dass es genügend Flüssigkeit im Topf ist. Servieren mit einem Spritzer Chiliöl und heiß servieren, entweder allein oder mit etwas frischem knusprigem Brot.

## Syrup Sponge Pudding

115g Butter  
 100g Puderzucker  
 2 Eier, geschlagen 1/4 TL Vanille – Essenz  
 175g Selbstzucht Mehl  
 2 tbsp Milch  
 4 tbsp goldenen Sirup  
 Fetten Sie eine zwei Pint ofenfeste Schüssel oder Puddingform.

In einer großen Schüssel, Sahne zusammen die Butter und Zucker. Fügen Sie ein wenig in einer Zeit, die geschlagenen Eier, Vanille und Mehl, bis alles gut vermischt. Falten in der Milch eine glatte Konsistenz zu erreichen.

Gießen Sie den Sirup in den Boden der vorbereiteten Becken und die Schicht der Mischung über der Spitze. Decken Sie das Becken mit Backpapier und dann mit Folie abgedeckt und binden mit einer Schnur, um sicherzustellen. Setzen Sie in Ihrem Multi-Herd (stellen Sie sicher, dass es Raum rund um die Schüssel ist. Fügen Sie Wasser in die Multi-Kocher Kochen, etwa einen Zoll niedriger ist als die Lippe der Schale. Wählen Sie das Dampfprogramm für 1 bis 1/2 Stunden oder bis Pudding zurückspringt , wenn sie berührt, invertieren auf Platte dient und warm servieren. Dies ist ein großer Pudding zu jeder Zeit des Jahres !!

## Weißbrot

1 EL Sirup  
 1 EL geschmolzener Butter  
 320ml warme Milch  
 1 Beutel Hefe  
 500g starkes weißes Mehl  
 1 TL Salz

In einer Schüssel das Mehl und Salz und gut mischen. Fügen Sie die Hefe Beutel und die geschmolzene Butter und goldenen Sirup. Schließlich die warme Milch hinzufügen und kneten in eine Kugel. Fügen Sie ein wenig mehr Mehl, wenn die Mischung sehr klebrig ist. Zudecken und 10 Minuten an einem warmen Ort verlassen. Herausnehmen und wieder gut kneten. Legen Sie in der Schüssel, Deckel zurück und lassen Sie wieder für 10 Minuten. Dann legen Sie das Brot in Ihrem Russell Hobbs Multi Herd und das Brot Programm auswählen. Überprüfen Sie, wenn die Anzeige 2,30 zeigt. Drehen Sie das Brot über und kochen für die letzten 30 Minuten-Dies wird dazu beitragen, die oben auf dem Laib ein wenig Farbe und

## Sodabrot

1 Päckchen Sodabrot Mix

350ml Wasser

Butter zum Einfetten der Schüssel

Zum einen fetten Boden und Unterseiten der Maschinen mit ein wenig Butter Schüssel. Dies hält das Brot an den Seiten klebt beim Backen. Schalten Sie den Multi-Kocher und wählen Sie die Option Brot. Die Standardzeit von 3 Stunden zeigen. Wählen Sie den Timer und reduzieren die Zeit zu 2 Stunden 15 Minuten. In einem großen Backschüssel legen Sie das Paket-Mix und das Wasser und kombinieren mit der Hand. Dies wird eine Minute dauern oder so. Dann legen Sie die Mischung in der jetzt warmen Schüssel, es sollte fast die gesamte Boden der Schüssel abdecken. Mit einem Plastikspatel den Brotteig in Viertel teilen. Schließen Sie den Deckel. Nach 1 Stunde und 45 Minuten auf dem Brot-überprüfen sollten die Basis goldbraun sein und einen hohlen Klang zu ihm haben, wenn angezapft. Drehen Sie den Laib über und lassen für die letzte halbe Stunde- das so ist der obere Teil des Laib wird leicht knusprig. Herausnehmen und in ein Kühlfach für so lange, wie Sie den Geruch von warmem Brot widerstehen kann. Essen Sie mit gesalzener Butter auf ihren eigenen oder mit einer Mahlzeit.

Top Tipp: lassen Sie nicht das Brot in nach dem Kochen fertig war, als es ein bisschen matschig wird am Ende zu sein.

## Haferbrei

1 1/2Tassen Hafer

Wasser

1 große TL Salz

2 TL Zucker

Dienen

Dunkle muscovadosugar

Sahne (oder Milch)

Ein kleiner Knirps Whisky-optional

Mit dem Becher vorgesehen Platz zwei Maßnahmen in die Multi Cooker Schüssel. Fügen Sie das Salz und die zucker-dies bedeutet, dass Sie einen guten Start in den End-Geschmack erhalten von Anfang des Kochprozesses . Füllen Sie mit Wasser auf die 11/2line auf der Schale gekennzeichnet Brei. Schließen Sie den Deckel ein wählen Sie den Brei / Risotto Option. Es dauert 1 Stunde. Wenn Sie weniger tun, um 15 Minuten verkürzen pro 1/4 weniger Hafer. Wenn Sie den Drang verspüren, können Sie es während des Prozesses rühren aber nur, wenn Sie wollen. Top Tipp: Diese Charge 6 leicht bedienen, so dass Sie sie in den Kühlschrank einmal abgekühlt Pop und es über ein paar Tage nutzen ... mmmm.

Sie könnten gehackte getrocknete Aprikosen oder Pflaumen halbiert (entsteint) in die Mischung hinzufügen, wenn es etwa 15 Minuten verlassen, um zu kochen, wenn Sie eine Alternative zu Ihrem Brei Lust!

Top Tipp: lassen Sie nicht das Brot in nach dem Kochen fertig war, als es ein bisschen matschig wird am Ende zu sein.



## Nussreiche Hafergrütze

1 /2 Tasse Haferflocken accer  
120ml Milch  
3 tbsp Kokosraspeln  
1 tsp Zimt

Dienen  
goldener Sirup  
nibbed Mandeln

Setzen Sie den Hafer, Zimt, Milch und Kokosnuss in Ihrem Multi-Kocher. Fügen Sie genug Wasser, um die 1/2line auf den Brei Skala zu erreichen. Wählen Sie den Brei / Risotto Programm. Wenn Sie fertig sind, Nieselregen über einen kleinen goldenen Sirup bestreichen und auf der Oberseite nibbed Mandeln. Sofort servieren.

Multi-Cooker Rote-Bete-Risotto

2 tbsp Olivenöl  
400g Rote Beete, frisch  
1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen  
250g Arborio-Reis für Risotto  
250 ml Weißwein

1 tsp Thymian frisch  
900ml Gemüse oder Hühnerbrühe

Beenden  
100g Ebene fettarmen Joghurt  
1 tbsp Petersilie fein gehackt  
1 tbsp Butter

Erstens schalten Sie Ihre Multi-Kocher und wählen Sie den Brei / Risotto Programm. Fein hacken Knoblauch, Zwiebeln und schälen und hacken Sie die Rote-Bete in kleine Würfel schneiden. Legen Sie sie in den Multi Herd und brät für etwa 10 Minuten, bis die Zwiebeln weich gemacht haben. Den Reis hinzufügen und gut umrühren. Schließen Sie den Deckel und lassen für weitere 3-4 Minuten kochen lassen. Fügen Sie

den Wein, umrühren und wieder lassen für 3-4 Minuten kochen lassen. Die gehackten Thymian und heiße Brühe. Wenn das Programm beendet ist, testen Sie den Reis, um sicherzustellen, es ist kochten sollte es einen leichten Happen zu ihm haben, aber nicht hart. Wenn nicht ganz ein wenig Wasser getan hinzuzufügen und die Kochzeit für ein paar Minuten verlängern. Stir in die Butter dies verleiht dem Risotto seinen Glanz. Servieren mit einem Klecks Joghurt und mit Petersilie bestreuen. Dies ist ein wirklich gut als Vorspeise oder als leichtes Mittagessen Option.

## Pikant Reis

2 Tassen Reis  
Wasser

1 Gemüsebrühe Topf aufgelöst  
2 Stangen Sellerie, gehackt  
1 Paprika, gehackt  
2 Karotten, gehackt  
1 Prise Safran (Kurkuma tun wird)

Optional

Eine Handvoll Erbsen

Setzen Sie den Reis in die Schüssel geben und mit Wasser auf die 2 Markierung auf dem Reis-Messung in der Schüssel. Fügen Sie die anderen Zutaten gründlich verrühren, dann den Deckel schließen und den Reis Option wählen. Wenn das Wasser hatte die Maschine aufgenommen worden piept. Wenn der Reis nicht ganz fertig, von wenigen Minuten verlassen, um mit dem Deckel zu Dampf weiterhin geschlossen.

Tomate große Suppe

1 Zwiebel gehackt  
1 tbsp Olivenöl  
1 Dose gehackte Tomaten  
2 Tomaten, gehackt  
1 süße Spitzpaprika

1 pt heiße Hühnerbrühe  
 2 mittelgroße Kartoffeln, geschält und in Würfel geschnitten  
 1 tsp gemischte Kräuter  
 1 tbsp Tomatenmark  
 1 tsp geknackt schwarzer Pfeffer  
 Wählen Sie die Suppe Programm auf Ihrem Multi-Kocher.  
 Fügen Sie das Öl und die gehackte Zwiebel und Pfeffer.  
 Kochen, bis die Zwiebeln weich sind, dann fügen Sie die  
 anderen Zutaten, gut umrühren und den Deckel schließen.  
 Bevor die Aromen dienen überprüfen dann mit knusprigem  
 Brot servieren.

### **Chorizo, Kohl und Apfel-Suppe**

1/4 einer Chorizo-Wurst, gehackte kleine  
 1 Zwiebel, fein gehackt  
 2 Stangen Sellerie, fein gehackt  
 2 Karotten, fein gehackt  
 2 Tomaten, grob gehackt  
 ¼ Federkohl, fein gehackt  
 2 Knoblauchzehen . Fein gehackte  
 1 tbsp Tomatenmark  
 1 tsp Cayennepfeffer  
 Eine gute Prise Salz und Pfeffer  
 850ml Gemüsebrühe  
 Legen Sie die Chorizo, Zwiebeln und Knoblauch in die  
 Russel Hobbs Multi Herd und wählen Sie das  
 Dampfprogramm . Sobald die Zwiebeln nach ein paar  
 Minuten aufgeweicht haben fügen Sie alle anderen  
 Zutaten und gut umrühren. Schließen Sie den Deckel  
 und wählen Sie die Suppe Programm. Dies ist eine  
 große Suppe, und wenn Sie es über Nacht im  
 Kühlschrank lassen, entwickeln das Aroma weiter.  
 Huhn mit Tomaten und Pilzen

2 Hähnchenbrust  
 1 TL Olivenöl  
 450g braune Champignons, gehackt  
 2 Knoblauchzehen, gehackt  
 1 Dose Eiertomaten  
 Ein guter Slug Worcestershire -Sauce  
 1 tbsp Tomatensauce  
 1 tsp getrockneter Oregano  
 Salz und Pfeffer nach Geschmack  
 Wählen Sie das Fleisch-Programm auf Ihrem Multi Herd  
 und fügen Sie das Öl in die Schüssel geben.  
 Würzen Sie das Huhn gut mit Salz und Pfeffer würzen  
 und in der heißen Schüssel. Siegel beide Seiten für eine  
 Minute oder so, dann fügen Sie den zerdrückten  
 Knoblauch und die gehackten Champignons-kochen für  
 weitere 3-4 Minuten, schalten Sie einmal das Huhn. Die  
 gehackten Tomaten aus der Dose und die  
 Worcestersauce , Tomatensauce und Oregano. Kochen  
 Sie auf, drehen noch einmal. Wenn beendet den  
 Geschmack überprüfen und, dass das Huhn gekocht  
 wird dann dazu dienen, mit Nudeln, Kartoffeln oder  
 rice.A schnell und lecker Vorratsschrank Abendessen.  
 Stout - geschmorte Rippchen mit Ahorn und Soja  
 1 kg Schweinebauch Rippen  
 1 tsp Öl  
 1 Zwiebel, gewürfelt  
 3 Knoblauchzehen , gehackt  
 350ml Guinness (oder andere Stout)  
 240ml Rind oder Schwein Lager  
 60ml Ahornsirup (Honig würde genauso gut  
 funktionieren)  
 2 tbsp dunkle Sojasauce  
 Legen Sie das Öl in Ihrem Multi-Kocher und wählen Sie

das Fleischprogramm . Ändern der Zeit bis 1 Stunde 45 Minuten. Fügen Sie die Rippen und braun für 5 Minuten oder so verdrehen gelegentlich. Wenn aus dem Topf nehmen, die Rippen getan und die Zwiebeln und den Knoblauch hinzufügen und lassen Sie sie für ein paar Minuten kochen zu erweichen.

Legen Sie die Rippen zurück in den Topf und rühren Sie sich im Guinness, Lager, Sirup und Soja. Sobald Sie fertig sind, überprüfen Sie die Sauce für den Geschmack und dann sofort servieren. Ein großer Starter oder als Teil eines pick and mix Mittagessen.

Ein Topf Bruststück Abendessen

1 kg Bruststück Gelenk

50g Chorizo, in Scheiben geschnitten

2 Knoblauchzehen , geschält und fein gehackt

2 rote Zwiebeln, geschält und gehackt

6-8 kleine Kartoffeln in Stücke schneiden Felle auf

2 Karotten, gehackt klobig

600ml heiße Rinderbrühe

1 Dose gehackte Tomaten

2 tbsp Tomatenpüree

2 Lorbeerblätter

2 tbsp gemischte Kräuter

2 gute Schnecken Worcestershire -Sauce

1 tbsp frischer Rosmarin

Salz und Pfeffer nach Geschmack

Wählen Sie den Dampf-Programm auf Ihrem Multi Herd und nach 1 Minute fügen Sie die Chorizo-Scheiben.

Wenn sie ein wenig Öl abgeben beginnen fügen Sie das gut gewürzt Bruststück Gelenk. Nach ein paar Minuten drehen Sie das Gelenk und Dichtung auf der anderen Seite. Wenn Sie fertig sind die Zwiebeln hinzufügen

und Gemüse-Note, wenn Sie andere Wurzelgemüse , die sie in Not mit Pop-up. Wenn die Zwiebeln die restlichen Zutaten zu erweichen beginnen dann hinzufügen und dann das langsame Kochprogramm wählen. Es wird mit 8 Stunden kommen, aber das wird wahrscheinlich bereit sein, nach 5 Stunden zu essen. Es wird nicht schaden, es für die 8 Stunden zu verlassen.

## Genießen!



### Umweltschutz

Zur Vermeidung von Umwelt- und Gesundheitsprobleme aufgrund gefährlicher Stoffe in Elektro- und Elektronikgeräten , die mit diesem Symbol gekennzeichneten Geräte dürfen nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden, sondern zurückgewonnen , wiederverwendet oder recycelt werden.

**GARANTIE: 2 JAHRE**

Lees de instructies zorgvuldig door en bewaar de gebruiksaanwijzing voor toekomstig gebruik.  
Voor gebruik, verwijder alle verpakkingsmaterialen.

## BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN

### Volg de volgende basis voorzorgsmaatregelen:

1. Het apparaat kan niet worden gebruikt door personen met een lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke beperking, of zonder de benodigde ervaring en kennis tenzij ze onder toezicht staan door een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid.

- Kinderen mogen het apparaat niet gebruiken of ermee spelen.
- Houd het apparaat en netsnoer uit de buurt van kinderen.


2. Gebruik het apparaat alleen met de meegeleverde connector en kabel.

3. Als de connector of kabel is beschadigd, moeten deze worden vervangen door een speciale set dat verkrijgbaar is bij de fabrikant of diens service centrum.

4. Sluit het apparaat niet aan via een timer of afstandsbediening.

5. Reiniging en onderhoud mag niet door kinderen worden gedaan zonder toezicht.

6. Dit apparaat is alleen bedoeld voor huishoudelijk gebruik. Gebruik het niet buitenshuis.

 Dompel het apparaat niet onder in vloeistof.

 De oppervlakken van het apparaat worden heet. Na gebruik blijft het nog even warm.

7. Plaats geen ingevroren vlees of gevolgte in het apparaat – Voor gebruik eerst laten ontdooien.

8. Kook vlees, gevolgte en derivaten (gehakt, hamburgers enz.) tot de sappen helder van kleur zijn. Kook vis tot het vlees overal ondoorzichtig is.

9. Gebruik het apparaat alleen wanneer de verwijderbare kom in het apparaat is geplaatst. Kook niet zonder deze kom.

10. Vul de kom niet boven de max. markering.

11. Reik niet over het apparaat en houd handen, armen, gezicht enz. uit de buurt van de vrijgekomen stoom.

12. Dek het apparaat niet af en plaats niets bovenop het apparaat.

13. Kook geen voedsel dat schuimt bij verhitting (zoals zeewier, chinese kool, kelp, pasta, graankorrels) deze producten kunnen het filter blokkeren, waardoor het apparaat niet meer naar wens werkt.

14. Sluit de connector aan op het apparaat, voordat u de kabel in het stopcontact steekt.

15. Haal de stekker van het stopcontact wanneer het apparaat niet wordt gebruikt.

16. Gebruik geen accessoires of onderdelen die niet zijn meegeleverd.

17. Gebruik het apparaat volgens deze instructies en niet voor andere doeleinden.

18. Gebruik het apparaat niet als het beschadigd of defect is.



### VOOR HET EERSTE GEBRUIK

Was alle verwijderbare onderdelen eerst goed af.



### HOE HET WERKT

1. Meet de ingrediënten af en giet het in de kom.

2. Draai de kom een kwartslag per draai, om ervoor te zorgen dat de bodem op de juiste manier contact maakt met de kom.


3. Sluit het deksel.

4. Gebruik de Menu knop  om een programma te selecteren.

5. De drie grote knoppen aan de onderkant,  rijst koken,  slowcook en  stoven, overschrijd het menu en de startknop.

6. Stel de timer  indien nodig in.

7. Druk op de startknop .

8. Om het apparaat te stoppen, drukt u eenmaal op stop  als de display niet aftelt of twee keer als de display wel aftelt.

9. Laat het apparaat na gebruik 15 minuten rusten, voordat u het opnieuw gebruikt.

## VOORBEREIDING

1. Plaats het apparaat op een stabiel, vlak en hittebestendige oppervlak.
2. Gebruik het apparaat niet in de buurt of onder gordijnen, planken, kasten of andere voorwerpen die door de ontsnappende stoom kunnen worden beschadigd.
3. Houd ovenhandschoenen of een doek bij de hand en een hittebestendige mat of bord om de kom na het koken op te zetten.
4. Plaats de kom in het apparaat.
5. Draai de kom een kwartslag per draai.





## OPSTARTEN

1. Plaats het deksel op het apparaat.
2. Steek de stekker in het stopcontact.
3. Het display licht even op.
4. Het lampje van de  Meat licht even op.



## RIJST KOKEN



1. Gebruik de beker om de rijst in de kom te doen.
2. Gebruik niet meer dan 10 kopjes rijst. D
3. De markering aan de linkerkzijde van de schaal is gemarkeerd van 2 tot 10.
4. Vul de kom met water tot het aantal dat overeenkomt met het aantal kopjes rijst.
5. Sluit het deksel.
6. Druk .
7. Het lampje van de  zal gaan branden.
8. Het buitenste gedeelte van het display zal gaan knipperen, terwijl het voedsel wordt opgewarmd.
9. Het display toont daarna de resterende bereidingstijd (13 minuten) en telt af.
10. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.
11. Het lampje van de  zal nu gaan branden.
12. Druk stop .
13. Open het deksel.
14. Haal de kom uit het apparaat en plaats het op een hittebestendige mat of bord.
15. Gebruik de spatel om de rijst los te maken, zo wordt alle stoom vrijgelaten.
16. Soms vormt de rijst dat in contact komt met de kom een korstlaag.
17. Als u dit niet wilt, kun je het verwijderen met de spatel, wanneer u de rijst heeft geserveerd.

 SLOW COOK

1. Bruin vlees en groenten (zie "brown/saute/soften/boil" op pagina 9).
2. Kook het kookvocht (zie "brown/saute/soften/boil" op pagina 9).
3. Doe de vaste ingrediënten in de kom en voeg het kookvocht toe.
4. Sluit het deksel.
5. Druk  .
6. Het lampje van de  zal gaan branden.
7. Het display toont 8 uur en telt af.
8. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.
9. Het lampje van de  zal branden.
10. Druk  , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.

 STOVEN

1. Bruin vlees en groenten (zie "brown/saute/soften/boil" op pagina 9).
2. Kook het kookvocht (zie "brown/saute/soften/boil" op pagina 9).
3. Doe de vaste ingrediënten in de kom en voeg het kookvocht toe.
4. Sluit het deksel.
5. Druk  .
6. Het lampje van de  zal gaan branden.

7. Het display toont 1 uur en telt af.
8. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.
9. Het lampje van de  zal branden.
10. Druk  , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.



Menu

## GEBRUIK VAN HET MENU



MENU		OMVANG	STANDAARD
 Meat	Vlees	10 min-1h	20min
 Soup	Soep	1-5h	1h
 Yoghurt	Yoghurt	6-10h	8h
 Bread	brood	1-3h	3h
 Fish	Vis	10min-1h	20min
 Steam	Stomen	30min-2h	30min
 Porridge/Risotto	Rijstepap/risotto	1-4h	1h
 Cake	cake	30min-2h	40min



## VLEES

1. Wrijf het vlees helemaal in met bakolie.
2. Wrijf eventuele smaakversterkers over het oppervlak van het vlees.
3. Doe een eetlepel bakolie in de kom.
4. Plaats het vlees in het midden van de kom.
5. Sluit het deksel.

### KOOKTIJD

6. De kooktijd is afhankelijk van het type en het gewicht van het voedsel.
7. Kook niet meer dan 500 gram per keer. D
8. Het is aanbevolen om voor rundvlees, 10 minuten + 10 minuten per 100 gram gewicht te koken.
9. Varkensvlees of gevolgte moeten minimaal 30 minuten worden gekookt.
10. Kook vlees, gevolgte, deriatieven (gehakt, hamburgers enz.) tot de sappen helder zijn.
11. Kook vis totdat deze overall ondoorzichtig is.
12. Gebruik het knopje van  om  te selecteren.
13. De standaard tijd is 20 minuten.
14. U kunt de knoppen "h" en "min" gebruiken terwijl de display tijd knippert.
15. Gebruik de "min" knop om het display door de opties te verplaatsen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.
16. Als u voor 1 uur wilt koken, druk de "h" toets.
17. Om de instelling van 1 uur ongedaan te maken, drukt u opnieuw op de knop "h" terwijl de tijd op het display knippert.

✳ Als u gedurende 2 minuten niets doet, keert het apparaat terug naar de standby modus.

18. Wanneer u de gewenste kooktijd heeft gekozen,

gaat het apparaat in de "warmhoud" functie.

19. Het display telt af.

20. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.


21. Het lampje van de  zal gaan branden.

22. Druk , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.



## TIMER

1. U kunt de timer gebruiken voor soep  , yoghurt  , brood  , stomen  , en rijstepap  programma's.

2. Doe dit meteen na het instellen van de kooktijd en voordat u op  drukt.


a) Druk  .

b) Het lampje van de  gaat nu branden om u eraan te herinneren dat u de timer heeft gebruikt.

c) Bepaal wanneer u het eten gereed wilt hebben.

d) Bijvoorbeeld, als het nu 2:00 is en u wilt het om 9:00 gereed hebben, moet u de tijd instellen op 7 uur.

e) Gebruik de "h" en "min" toetsen om de tijd in te stellen.

f) Druk op  .



## SOEP

1. Bruin vlees en groenten (zie " brown/saute/soften/boil" op pagina 9).
2. Doe de vaste ingrediënten in de kom en voeg het kookvocht toe.
2. Sluit het deksel.
4. Gebruik  om de soep  functie te selecteren.
5. Kies de kooktijd.
6. De standaardtijd is 1 uur.
7. U kunt de knoppen "h" en "min" gebruiken terwijl de display tijd knippert.
8. Gebruik de "min" knop om het display door de opties te verplaatsen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.
9. Gebruik de "h" knop om het display door de opties 1,2,3,4 en 5 te verplaatsen.
10. Om de instelling van 5 uur ongedaan te maken, drukt u opnieuw op de knop "h" terwijl de tijd op het display knippert.
- ✳ Als u voor 2 minuten niets doet, zal het apparaat terugkeren naar de standby modus.
11. U heeft de mogelijkheid om de timer met dit programma te gebruiken (zie TIMER).
12. Druk op  .
13. Het display telt af.
14. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.

15. Het lampje van de  zal gaan branden..
16. Druk  , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.



## YOGHURT

1. Gebruik 30ml (2 eetlepels):
  - a) Niet-gearomatiseerde yoghurt – Deze moet vers zijn (zoek een met een lange houdbaarheidsdatum).
    - Verschillende merken geven verschillende resultaten.
  - b) Yoghurt die u eerder heeft gemaakt.
    - De bacteriën verzwakken na verloop van tijd, dus kun u dit slechts enkele keren doen, voordat u een nieuwe portie aanmaakt.
  - c) Bevroren yoghurt van een reformwinkel.
    - Als de instructies op de verpakking afwijken van deze handleiding, volgt u de instructies die op de verpakking staat.

## Melk

2. U heeft 1 liter melk nodig.
  3. Volle melk geeft dikkere yoghurt dan magere melk.
  4. Om het nog dicker te maken, kunt u maximal 8 eetlepels melkpoeder toevoegen.
  5. Er kan ook gereconstitueerde melkpoeder of melk uit blik gebruikt worden.
- Het maken van Yoghurt
6. De bacteriën van de melk moet gedood worden om



te voorkomen dat deze vermengd worden met de bacteriën die ontstaan bij het maken van yoghurt.

7. Terwijl u de melk verwarmt, laat u de yoghurt op kamertemperatuur komen.

8. Open het deksel.

9. Gebruik de functie Steam om de melk net onder het kookpunt te verwarmen.



10. Schakel uit wanneer kleine belletjes rond de randen van de kom wordt gevormd.

11. Laat de melk afkoelen tot een temperatuur tussen de 37°C en 45°C.

12. Roer het yoghurt door de melk.

13. Dit moet grondig worden vermengd anders zal de yoghurt gaan klonteren.

14. Sluit het deksel.

15. Gebruik de  knop om  Yoghurt te selecteren.

16. Kies de gewenste kooktijd.

17. De standaard tijd is 1 uur.

18. U kunt de knoppen "h" en "min" gebruiken terwijl de display tijd knippert.

19. Gebruik de "min" knop om het display door de opties te verplaatsen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.

20. Gebruik de "h" knop om het display door de opties 6,7,8,9 en 10 te verplaatsen.

21. Om de instelling van 10 uur ongedaan te maken, drukt u opnieuw op de knop "h" terwijl de tijd op het display knippert.

Als u voor 2 minuten niets doet, zal het apparaat terugkeren naar de standby modus.

✳ U heeft de mogelijkheid om de timer met dit


programma te gebruiken (zie TIMER).

23. Druk op  .

24. Het display telt af.

25. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de standby modus.

26. Het apparaat houdt de yoghurt niet warm.

27. Druk  , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.



## BROOD

1. Laat voor gebruik het bevroren deeg goed ontdooien.

2. Gebruik niet meer dan 500 gram, het deeg zet nog wat uit en kan het apparaat overbelasten.

3. Bestrijk de kom met wat bakolie.

4. Plaats het deeg in de kom

5. Sluit het deksel

6. Gebruik de  knop en selecteer  Bread

7. Kies de gewenste baktijd.

8. De standaardtijd is 3 uur.

9. U kunt de knoppen "h" en "min" gebruiken terwijl de display tijd knippert.

10. Gebruik de "min" knop om het display door de


opties te verplaatsen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.

11. Gebruik de "h" knop om het display door de opties 1,2,3,4, 5 en 6 te verplaatsen.

12. Om de instelling van 6 uur ongedaan te maken, drukt u opnieuw op de knop "h" terwijl de tijd op het display knippert.

✳ Als u voor 2 minuten niets doet, zal het apparaat terugkeren naar de standby modus.

13. U heeft de mogelijkheid om de timer met dit programma te gebruiken (zie TIMER).

14. Druk op  .

15. Het display telt af.

16. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.

17. Het lampje van de  zal gaan branden.

18. Druk  , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.

## VIS

1. Bestrijk de vis met bakolie.

2. Breng de vis op smaak.

3. Doe een eetlepel bakolie in de kom.

4. Leg de vis in het midden van de kom.

5. Sluit het deksel.

### KOOKTIJD

6. De kooktijd is afhankelijk van het type en het gewicht van het voedsel.

7. Kook niet meer dan 500 gram per keer.

8. We raden kooktijden aan van 10 minuten per 100 gram gewicht

9. Kook de vis totdat het niet overall niet meer doorzichtig is.

10. Gebruik de  knop en selecteer  Fish .

11. De standaard tijd is 20 minuten.


12. U kunt de knoppen "h" en "min" gebruiken terwijl de display tijd knippert.

13. Gebruik de "min" knop om het display door de opties te verplaatsen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.

14. Als u 1 uur wilt koken, drukt u op de "h" knop.

15. Om de instelling van 1 uur ongedaan te maken, drukt u opnieuw op de knop "h" terwijl de tijd op het display knippert.

✳ Als u voor 2 minuten niets doet, zal het apparaat terugkeren naar de standby modus.

16. Als u de bereidingstijd heeft geselecteerd, druk dan op  .

17. Het display telt af.

18. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.



19. Het lampje van  zal gaan branden.

20. Het beste is om het voedsel te eruit te halen, zodra het gaar is. Hierdoor voorkomt u dat het uitdroogt.

21. Druk  , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.



## STOMEN

1. Vul de kom met koud water tot de 6e markering.
2. Plaats de mand aan de bovenkant van de kom.
3. Doe het voedsel in de mand.
4. Snijd alle stukken in dezelfde grootte.
5. Voor erwten, of iets dat breekt of in het water kan vallen, kan er het beste met aluminium folie een pakketje gemaakt worden.
6. Pas op met het eruit halen van het pakketje en gebruik ovenwanten en een plastic tang/lepel.
7. Sluit het deksel.
8. Gebruik de  knop en selecteer  Steam.
9. Kies de gewenste bereidingstijd – Onderstaande zouden binnen de standaardtijd van 30 minuten gekookt kunnen worden:

Etenswaren (vers)	Hoeveelheid
Groene bonen	200g
Broccoli	200g
Spruitjes	200g
Kool	Kwart
Wortels (gesneden)	200g
Maïskolven	2
Aardappels (in vieren)	400g

## Kooktijden &amp; voedselveiligheid


10. Kook vlees, gevolgte en derivaten (gehakt, hamburgers enz.) tot de sappen helder zijn. Kook vis tot het vlees overal ondoorzichtig is.

11. Het is aanbevolen om bladgroente zo kort mogelijk te koken, zo houd u ze groen en knapperig. Om het kookproces te stoppen, dompelt u ze in ijswater.
12. De standaardtijd is 30 minuten.
13. U kunt de knoppen "h" en "min" gebruiken terwijl de display tijd knippert.
14. Gebruik de "min" knop om het display door de opties te verplaatsen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.
15. Gebruik de "h" knop om het display door de opties 1 en 2 te verplaatsen.
16. Om de instelling van 2 uur ongedaan te maken, drukt u opnieuw op de knop "h" terwijl de tijd op het display knippert.
  - ✳ Als u voor 2 minuten niets doet, zal het apparaat terugkeren naar de standby modus.
17. U heeft de mogelijkheid om de timer met dit programma te gebruiken (zie TIMER).
18. Druk op .
19. Het display telt af.
20. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.
21. Het lampje van de  zal gaan branden.
22. Het beste is om het voedsel eruit te halen zodra het gaar is. Hierdoor voorkomt u dat het te vochtig wordt.
23. Druk , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.



Steam


## BROWN/SAUTE/SOFTEN/BOIL

1. U kunt het programma  gebruiken als standaardinstelling, met het deksel open, als een hoge temperatuur pan voor 30 minuten, alvorens u een andere programma kiest.
2. Gebruik een beetje olie om vlees en groenten aan te bakken, te sauteren of om uien, selderij, prei enz. zacht te bakken.
3. Gebruik het met water of bouillon om het kookvocht voor te verwarmen.
4. Wanneer u overschakelt naar het hoofdprogramma, wordt het apparaat opgewarmd en zullen sommige, of al uw ingrediënten in de kom inmiddels klaar zijn.
5. U hoeft de pan die u tijdens de voorbereiding heeft gebruikt, niet te wassen.



## RIJSTEPAP/ RISOTTO

1. Gebruik de beker om het graan (rijst, havermout enz.) in de kom te doen.  
Rijstepap
  - a) Gebruik de schaal aan de rechterkant van de kom. Dit is te herkennen aan de markering  $\frac{1}{2}$  tot  $1\frac{1}{2}$
  - b) Gebruik niet meer dan  $1\frac{1}{2}$  kopjes.
- Rijstepap
  - a) Plaats de schaal in het midden van de kom, deze is gemarkeerd van 1 tot 3.
  - b) Gebruik niet meer dan 3 kopjes.

2. Vul de kom met water tot het aantal dat overeenkomt met het aantal kopjes granen.
3. Sluit het deksel
4. Gebruik de  knop en selecteer  .
5. Kies de gewenste bereidingstijd.
6. Standaardtijd is 1 uur.
7. U kunt de knoppen "h" en "min" gebruiken terwijl de display tijd knippert.
8. Gebruik de "min" knop om het display door de opties te verplaatsen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.
9. Gebruik de "h" knop om het display door de opties 1,2,3 en 4 te verplaatsen.
10. Om de instelling van 4 uur ongedaan te maken, drukt u opnieuw op de knop "h" terwijl de tijd op het display knippert.  
✳ Als u voor 2 minuten niets doet, zal het apparaat terugkeren naar de standby modus.
17. U heeft de mogelijkheid om de timer met dit programma te gebruiken (zie TIMER).
12. Druk op  .
13. Het display telt af.
14. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.
15. Het lampje van de  zal gaan branden.
16. Druk  , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.

Risotto- volgt het recept op pagina 17.



## CAKE

1. Laat voor gebruik het bevroren deeg goed ontdooien.
2. Vul de kom niet verder dan de 6e lijn van de linkse markering, het deeg zet nog wat uit en kan het apparaat overbelasten.
3. Bestrijk de kom met wat bakolie.
4. Plaats het deeg in de kom
5. Sluit het deksel
6. Gebruik de  knop en selecteer  Cake .
7. Kies de gewenste bereidingstijd.
8. De standaardtijd is 40 minuten.
9. U kunt de knoppen "h" en "min" gebruiken terwijl de display tijd knippert.
10. Gebruik de "min" knop om het display door de opties te verplaatsen, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 and 55.
11. Gebruik de "h" knop om het display door de opties 1 en 2 te verplaatsen.
12. Om de instelling van 2 uur ongedaan te maken, drukt u opnieuw op de knop "h" terwijl de tijd op het display knippert.
- ✳ Als u voor 2 minuten niets doet, zal het apparaat terugkeren naar de standby modus.
13. Als u de bereidingstijd heeft gekozen, druk dan op .
14. Het display telt af.
15. Aan het einde van de bereidingstijd, gaat het apparaat over naar de "warmhoud" functie.
16. Het lampje van de  zal gaan branden.
17. Het beste is om het voedsel eruit te halen zodra het gaar is. Hiermee voorkomt u dat het teveel vocht




opneemt.

18. Druk , open het deksel en haal vervolgens het voedsel eruit.



Warm

## HOUD WARM

- Als u deze functie wilt gebruiken, na een programma dat deze functie niet ondersteunt, drukt u op het enige knipperende lampje bijvoorbeeld het  Meat lampje en druk vervolgens op .
- Druk op  om deze functie te verlaten.



## VERZORGING EN ONDERHOUD

1. Haal de stekker uit het stopcontact en laat het apparaat afkoelen.
- ✳ Verwijder de stekker van het stopcontact, verwijder vervolgens de connector van de voedingsingang van het apparaat.
2. Met gesloten deksel, hef de filter uit het deksel.
3. Draai het om, zodat de markeringen aan de voorkant zichtbaar worden.
4. Houd het filterdeksel goed vast en draai de rest van het filter in de richting van het open hangslot .
5. Druk op de labeltjes aan de onderkant van het binnendeksel  en trek het van het apparaat.
6. Was alle verwijderbare onderdelen met de hand af.
7. Veeg alle oppervlakke af met een schone, vochtige doek.
8. Plaats geen enkele onderdeel van het apparaat in de vaatwasser.
9. Zet het filter weer in elkaar en plaats terug in het deksel.
10. Plaats het binnendeksel terug in het deksel.

## RECEPTEN

“cup” betekent 180ml van de rijst maatbeker die bij het apparaat is meegeleverd.

### Groenten en couscous chili

1 el olie  
 1 grote ui  
 2 teentjes knoflook  
 1 rode, 1 gele, 1 oranje paprika  
 1 pot groene jalapenos  
 1 blik cannellini bonen  
 1 blik witte bonen  
 1 blik gehakte pruimtomaten  
 2 el chili poeder  
 2 el oregano  
 1 tl gemalen koriander  
 2tl komijn  
 1 tl tomatenpuree  
 1 tl suiker  
 2 el pittige tomatensaus (bijvoorbeeld pittige Heinz tomatensaus of iets vergelijkbaars)  
 850 ml groutebouillon  
 120-240 ml conscous  
 Serveren met:  
 Geraspte kaas

1 klein portie zure room  
 Fijngesneden verse koriander

Schakel eerst uw Multi Cooker aan, selecteer het stoomprogramma en voeg wat olie toe. Voeg daarna de gesnipperde ui en knoflook toe en laat het zacht worden, dit heeft enkele minuten nodig. Voeg vervolgens de rest van de ingrediënten toe, behalve de couscous.

Opmerking: Bonen – Spoel en laat het eerst uitlekken alvorens u het in de pan doet. Selecteerd de “slow cook” knop. Dit programma heeft een cyclus van 8 uur en is perfect als u naar werkt moet. Met nog ongeveer 30 minuten te gaan voegt u de couscous toe. Aan het einde van de cyclus selecteert u opnieuw de stoominstelling en laat u deze voor 20 minuten staan. Serveer het daarna in een kom met een handjevol geraspte kaas, een schepje zure room en besprenkel het met verse koriander.

TIP: Als u liever een klassieke vegetarische chili wilt, voeg dan geen couscous aan het eind toe.

## ZELFGEMAAKTE YOGHURT

1200 ml volle melk

100 ml yoghurt (vol vet)

Smaak naar keuze

50 gram bevroren mix zomerbessen

1 el heldere honing

Giet de melk in de Multi Cooker en selecteer het stoomprogramma. Laat de melk opwarmen totdat deze aan de randen begint te borrelen. Zet de multi cooker uit en laat de melk afkoelen tot ongeveer 37 graden.

Zodra de melk is afgekoeld, voegt u de yoghurt toe en roer alles goed door, tot er geen klonten meer zijn.

Selecteer vervolgens het yoghurtprogramma. Wanneer het programma is voltooid haal het uit de multi cooker en laat het in de koelkast volledig afkoelen. Doe ondertussen de zomerbessen in een pan en laat het zachtjes verwarmen, voeg de honing toe en laat het koken tot het fruit uit elkaar begint te vallen. Haal het van het vuur om het af te laten koelen. Meng het fruit samen met de yoghurt.

Indien u de yoghurt wilt bewaren, moet u de potten eerst steriliseren voor gebruik. Laat het voor 10 minuten steriliseren. De yoghurt kan tot een paar weken bewaard worden.

## VURIGE NY BEEF CHILI

450 g rundvlees

1 el olijfolie

2 uien

3 teentjes knoflook

2 el chili poeder

1 el cayenne

1 el gerookte paprika of chipotle poeder

2 el tomatensaus

2 blikken tomaten

1 groene paprika

1 laurierblad

1 el zout

1 tl peper

1 blikje bruine bonen – voeg aan het einde toe

Groot handvol verse basilicum

Pel en hak de uien en knoflook fijn. Snijd het rundvlees, tomaten en paprika in hapklare stukken. Doe wat olie in de Multi Cooker en selecteer het stoomprogramma. Voeg na 1 minuut het vlees toe en laat het even bakken, draai af en toe. Laat het deksel open, zodat u het vlees kunt controleren. Wanneer het vlees lichtjes bruin begint te worden, haal het de multi cooker en serveer het in een kom. Voeg de uien, knoflook en alle kruiden in de multi

cooker en roer goed. Wanneer de uien zacht zijn geworden, plaats het vlees terug in de pan. Plaats dan alles, behalve de bruine bonen in de pan en roer goed door. Sluit vervolgens het deksel en selecteer de optie STEW. Controleer na een uur of het vlees al zacht is geworden. Als het vlees nog taai is, voeg dan een beetje water toe, zodat het niet te droog wordt. Laat het MEAT programma dan nog 30 minuten koken.

## MAROKKAANSE VIS-TAJINE

1 ui, grof gehakt  
 2 teentjes knoflook, fijngehakt  
 1 rode paprika, in stukken gehakt of in reepjes gesneden  
 2 reepjes gesneden selderij  
 2 tomaten, gehakt  
 1 tl hele of gemalen komijnzaad  
 1 tl gemberpoeder  
 1 tl kurkuma  
 1 kaneelstokje  
 1 el harissa pasta  
 120 ml witte wijn  
 120 ml visbouillon\*  
 1 snufje saffraan (of een tl tomatenpuree)  
 675 gram vis – zoals kabeljauw, zalm of Finse schelvis

Zou ten peper naar smaak  
 1 citroen  
 Handvol groene olijven  
 Keine bos koriander

\*In grotere supermarkten of Aziatische toko's kunt u ook verschillende vispastei's vinden. Dit werkt ook.

Voeg alle ingrediënten, behalve de koriander toe aan uw Multi cooker en selecteer de vis programma. Afhankelijk van de grootte van de stukken vis, laat u het koken voor 40-60 minuten, tot de vis vlokkerig wordt. Roer de fijngehakte korianden in de pan en controleer de smaak. Serveer meteen. Dit recept zou perfect samen gaan met couscous.



## CHOCOLADE BROWNIE TAART

170 gram gesmolten boter (ongezouten)  
 340 gram suiker  
 170 gram cacaopoeder  
 75 gram bloem  
 3 grote eieren, licht opgeklopt  
 1 tl vanilla extract  
 Goed snufje zout  
 110 gram druppels melkchocolade  
 Optioneel vanille- ijs, bij het serveren

Bekleed de kom van de Multi Cooker met een groot stuk folie en bestrijk het royaal met boter. Klop de gesmolten boter, suiker, cacaopoeder, bloem, eieren, vanille en zout samen in een middelgrote kom. Doe vervolgens de melkchocolade erbij en roer voorzichtig door. Smeer het beslag uit in maak er een gelijkmatige laag van. Sluit het deksel en zet het CAKE programma aan. U moet de standaardtijd wijzigen in 1 uur en 30 minuten; De taart moet rond de randen worden geplaatst en engszins kleverig zijn in het midden. Serveer de taart warm, Serveer in een kom en eventueel gegarneerd met ijs.

## IERSE STOOFSCHOTEL MET DUMPLINGS VAN GEITENKAAS

### Voor het stoven:

1.8kg lamsschouder  
 Olijfolie  
 5 plakjes buikspek, in hapklare stukjes gehakt  
 3 teentjes knoflook  
 Zout en peper naar smaak  
 950 ml lamsbouillon  
 1 grote ui, in blokjes gesneden  
 2 wortels, in blokjes gesneden  
 2 bleekselderij stengels, in blokjes gesneden  
 2 takjes verse rozemarijn  
 2 el tomaten puree

### Voor de dumplings:

100 gram zelfrijzende bakmeel  
 50 gram niervet  
 1 tl bakpoeder  
 1 tl zout  
 5 el water  
 40 gram zachte geitenkaas  
 1 tl peterselie, marjolein en tijm  
 1 tl peper

Verwijder al het vlees van het bot en hak ze in hapklare

stukken. Snijd het spek en hak de ui, wortels en selderij fijn. Schakel de Multi Cooker in en selecteer het stoomprogramma. Plaats de uien met de olie in de pan en bak een paar minuten tot ze zacht worden. Voeg het vlees, de knoflook, rozemarijn en andere groenten toe en laat het ongeveer 5 minuten koken. Voeg de bouillon en de tomatenpuree toe en selecteer de "Stew" optie.

Voor de dumplings: Doe het meel, kruiden en het niervet in een koem, voeg het water toe en meng de geitenkaas erbij. Verdeel het over 6 dumplings en laat het 20 minuten rusten.

Voeg in kom de korenbloem en een beetje koud water toe en mix het tot een gladde massa.

Wanneer er nog 30 minuten op de timer staat, voeg je de korenbloemmix toe en roer alles goed door. Doe vervolgens voorzichtig de dumplings in de pan. Sluit het deksel en wacht tot het programma is afgerond.

Let op: Als u geen gekookte lamsvlees heet – neem dan lamsschouder en haal het vlees van het bot – hak deze in hapklare stukken. Doe hetzelfde als bij het gekookte lamsvlees, maar selecteer de "slow cook" optie in plaats van "stew". Wanneer dit klaar is gaat u terug naar het bovenstaande recept, vanaf het punt van de dumplings.

## SPONS PUDDING MET STROOP

115 gram boter

100 gram basterd suiker

2 eieren, opgeklopt

tl vanille extract

175 gram zelfrijzend bakmeel

2 el melk

4 el "golden syrup" (rietsuikerstroop)

Bestrijk een ovenbestendige schaal met wat boter. Klop in een grote kom de boter en suiker samen. Voeg beetje bij beetje de geklopte eieren, vanille en bloem toe, tot ze goed vermengd zijn. Voeg vervolgens melk toe en meng het tot een gladde consistentie. Giet de siroop in de bodem van de schaal. Bedek de schaal met bakpapier en en maak het goed vast. Plaats het in de Multi Cooker (zorg ervoor dat er overal in de kom ruimte is.) Voeg kokend water toe aan de multi cooker, ongeveer 2.5 cm lager dan de rand van de kom. Selecteer het stoomprogramma gedurende 1 tot 1/2 uur, of tot de pudding terugveert bij aanraking. Keer het om op de serveerschaal en serveer het warm.

**WIT BROOD**

1 el "golden syrup" (rietsuikerstroop)

1 el gesmolten boter

320 ml warme melk

1 zakje gist (dr. Oetker)

500 gram witte bloem

1 tl zout

In een kom

Plaats de bloem en zout in een kom en meng goed door. Voeg dan de gist, gesmolten boter en siroop toe. Voeg als laatste de warme melk toe en kneed alles tot een bal. Voeg een beetje extra bloem toe als de mix kleverig aanvoelt. Dek het na het kneden af en laat het gedurende 10 minuten op een warme plek rusten. Vervolgens weer goed kneden en in de Multi cooker plaatsen. Selecteer het broodprogramma. Controleer wanneer het display 2.30 aangeeft. Draai het brood om en bak de laatste 30 minuten het brood af. – Dit helpt de bovenkant van het brood een beetje kleur en crunch te geven.

**HAVERMOUTPAP**

1 cups haver

Water

1 tl zout

2 tl suiker

Bij het serveren:

Donkere rietsuiker

Crème of melk

Optioneel; klein scheutje whisky

Doe met behulp van de maatbeker haver in de Multi cooker. Voeg zout en suiker toe – Dit verbetert de eindsmaak van de pap. Vul het met water tot 1 van de markering pap. Sluit het deksel en selecteer de pap/risotto optie. Dit zal ongeveer 1 uur duren. Als u minder pap wilt maken verminder de bereidingstijd met 15 minuten per 1/4 haver. Als je de drang hebt om te roeren, kun je dit tijdens het proces doen.

TIP: Dit recept is voor 6 porties en kan nog in de koelkast voor een aantal dagen bewaard worden.

U kunt ook gedroogde abrikozen of gehalveerde pruimen in de mix doen tijdens de laatste 15 minuten van het bereidingstijd. Een lekker alternatief voor uw havermoutpap!

## RODE BIETEN RISOTTO

- 2 el olijfolie
- 400 gram verse rode bieten
- 1 ui
- 2 teentjes knoflook
- 250 gram Arborio rijst voor de risotto
- 250 ml witte wijn
- 1 tl verse tijm
- 900 ml vegetarische of kippen bouillon

Om mee af te maken:

- 100 gram yoghurt met een lag vetgehalte
- 1 el fijngesneden peterselie
- 1 el boter

Schakel uw Multi cooker aan en selecteer de pap/risotto programma. Hak de knoflook en ui fijn. Schil en snijd de rode bieten in kleine blokjes. Doe dit allemaal in de multi cooker en bak ze ongeveer 10 minuten totdat de uien zacht zijn geworden. Voeg de rijst toe en roer goed door. Sluit het deksel en laat het nog voor 3-4 minuten koken. Voeg vervolgens de wijn toe en roer door, laat het

nogmaals voor 3-4 minuten doorkoken. Voeg daarna de fijngehakte tijm en bouillon toe. Wanneer het programma gereed is, controleer of de rijst gaar is. – Het zou nog een beetje hard moeten zijn. Voeg een beetje water toe als het nog niet klaar is en verleng de kooktijd met een paar minuten. Roer de boter erdoor heen. – Dit geeft de risotto een glans.

## TOMATENSOEP

- 1 ui, gesnipperd
- 1 el olijf olie
- 1 blik gehakte tomaten
- 2 verse tomaten, gehakt
- 1 zoete puntpaprika
- 1 pt warme kippenbouillon
- 2 medium aardappelen, geschild en in blokjes
- 1 tl gemengde kruiden
- 1 el tomatenpuree
- 1 tl zwarte peper

Selecteer het soepprogramma. Voeg wat olie, de gesnipperde ui en peper toe. Kook tot de uien zacht zijn en voeg vervolgens de rest toe. Roer goed door en sluit het deksel. Controleer voor het serveren de smaak en serveer met toast.

## SPARERIBS KETJAPSAUS

1 kg spare ribs

1 tl olie

1 ui, in blokjes gesneden

3 teentjes knoflook, gehakt

350 ml Guinness

240 ml Rundvlees of vlees bouillon

60 ml ahornsiroop (honing werkt ook)

2 el donkere sojasaus

Doe wat olie in de multi cooker en selecteer het vleesprogramma. Wijzig de tijd in 1 uur en 45 minuten. Voeg de spare ribs toe en bak ze voor 5 minuten. – draai af en toe om. Wanneer u klaar bent, haal de spareribs uit de kom en doe de uien en knoflook in de pan en laat het voor een paar minuten bakken. Doe vervolgens de spareribs terug in de pan en roer het door met Guinness, bouillon, siroop en de sojasaus. Wanneer de spareribs gereed is controleer de smaak nogmaals en serveer het meteen.



## MILIEUBESCHERMING

Om milieu- en gezondheidsproblemen als gevolg van gevaarlijke stoffen in elektrische en elektronische goederen te voorkomen, mogen apparaten met dit symbool niet worden weggegooid met ongesorteerd gemeentelijk afval. Deze apparaten moeten worden hergebruikt of gerecycled.

**GARANTIE: 2 JAAR**

Lisez les instructions, conservez-les et transférez-les en cas de changement de propriétaire.

Retirez l'emballage avant utilisation.

## CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES


### Suivez les consignes de sécurité.







1. Cet appareil ne peut pas être utilisé par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou manquant d'expérience ou de connaissances sur la manipulation de ce type d'appareil, à moins d'être sous la supervision d'une personne responsable et être conscients des risques potentiels.
  - Les enfants ne doivent pas utiliser l'appareil ou jouer avec lui.
  - Gardez l'appareil et le câble d'alimentation hors de portée des enfants.
2. Utilisez la prise et le câble fourni.
3. Si la prise ou le câble sont endommagés, ils doivent être remplacés, partie ou ensemble, par le fabricant ou l'un de ses distributeurs.
4. Ne faites pas fonctionner l'appareil avec une minuterie ou un système de télécommande.
5. Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.
6. Cet appareil est destiné à un usage domestique uniquement.
7. Ne pas utiliser l'appareil en extérieur.
- ⚠ N'immergez pas l'appareil dans l'eau ou tout autre liquide.
- ⚠ Les surfaces de cet appareil seront chaudes pendant son fonctionnement. La chaleur résiduelle maintiendra ces surfaces chaudes après son utilisation.
7. Ne mettez pas de viande congelée dans l'appareil. Décongelez-la complètement avant de la cuisiner.
8. Faites cuire les viandes et ses dérivés (viande hachée, hamburgers...) jusqu'à ce que leurs jus soient transparents. Cuire le poisson jusqu'à ce qu'il soit opaque de tous les côtés.

9. Ne faites jamais cuire directement les ingrédients dans le corps de l'appareil, utilisez toujours le récipient amovible.
10. Ne remplissez jamais le récipient au-dessus de la ligne Max.
11. Gardez les mains, les bras et le visage éloignés de la soupape d'échappement.
12. Ne couvrez pas l'autocuiseur et ne placez rien au-dessus.
13. Ne faites pas cuire d'aliments qui moussent lorsqu'ils sont chauffés (algues, choux, grains de maïs, pâtes). Ils peuvent bloquer le filtre et déborder.
14. Connectez la fiche à l'appareil avant de brancher le câble sur le secteur.
15. Débranchez l'appareil lorsqu'il n'est pas utilisé.
16. N'utilisez pas d'autres pièces ou accessoires.
17. N'utilisez pas cet autocuiseur pour un autre but que celui décrit dans ce guide.
18. N'utilisez pas l'autocuiseur s'il est endommagé ou s'il fonctionne mal.

 AVANT LA PREMIÈRE UTILISATION  
Nettoyez à la main les parties amovibles.

## UTILISATION


1. Mesurez les ingrédients dans le récipient.
2. Tournez le récipient un quart de tour de chaque côté pour vous assurer que la base entre en contact avec la résistance.
3. Fermez le couvercle
4. Utilisez le bouton  pour sélectionner le programme souhaité. Menu

5. Les trois grands boutons de la partie inférieure,  (cuisson du riz),  (cuisson lente), et  (ragoût) prédominent sur les boutons start et menu.
6. Réglez la minuterie  si nécessaire.
7. Appuyez sur le bouton de démarrage .
8. Si vous souhaitez arrêter l'appareil, appuyez une fois sur  si l'affichage ne montre pas le compte à rebours et deux fois si le compte à rebours apparaît à l'écran.
9. Après utilisation, laissez l'appareil reposer pendant 15 minutes avant de le réutiliser.





## PRÉPARATION

- Placez l'appareil sur une surface stable, nivelée et résistante à la chaleur.
- N'utilisez pas l'autocuiseur près ou sous des rideaux, étagères ou autres objets susceptibles d'être endommagés par la vapeur expulsée.
- Utilisez un gant de cuisine (ou un chiffon) pour manipuler l'autocuiseur et placez le récipient sur une superficie résistante à la chaleur à la fin de la cuisson.
- Insérez le récipient dans l'autocuiseur.
- Tournez le récipient un quart de tour de chaque côté pour vous assurer que la base entre en contact avec la résistance.

## ALLUMER L'APPAREIL





- Placez le couvercle sur le récipient.
- Connectez l'appareil au secteur.
- L'affichage s'allumera brièvement.
- La lumière de  (Viande) clignotera.

## CUISSON DU RIZ

- Utilisez la tasse pour mettre le riz dans le récipient.
- N'insérez pas plus de 10 tasses de riz.
- La graduation à l'intérieur du récipient, du côté gauche, marque de 2 à 10.
- Remplissez le récipient avec de l'eau jusqu'au nombre correspondant au nombre de tasses de riz que vous avez introduit.
- Fermez le couvercle.
- Appuyez sur .
- La lumière de  s'allumera.
- L'extérieur de l'écran clignote lorsque la nourriture chauffe.
- L'écran affiche le temps de cuisson restant (13 minutes) et le compte à rebours.
- À la fin de la cuisson, l'appareil basculera en mode « Maintien au chaud ».
- La lumière de  (chaud) s'allumera.
- Appuyez sur .
- Ouvrez le couvercle.
- Retirez le récipient et placez-le sur une surface résistante à la chaleur.
- Utilisez une spatule pour mélanger le riz afin de laisser s'échapper toute la vapeur.
- Si une couche de riz entre en contact avec le récipient, une croûte peut se former. Pour l'enlever, utilisez une spatule après avoir servi le riz.







## CUISSON LENTE / MIJOTAGE

1. Faites dorer la viande ou les légumes (voir "DORER/ FAIRE SAUTER/ RÉDUIRE/ CUIRE" à la page 11).
2. Amenez le liquide à ébullition (voir "DORER/ FAIRE SAUTER/ RÉDUIRE/ CUIRE" à la page 11).
3. Insérez les aliments solides dans le récipient puis ajoutez le liquide en ébullition.
4. Fermez le couvercle.
5. Appuyez sur  .
6. La lumière de  s'allumera.
7. L'écran affichera 8 heures et le compte à rebours.
8. À la fin de la cuisson, l'appareil basculera en mode « Maintenir au chaud ».
9. La lumière de  s'allumera.
10. Appuyez sur  , ouvrez le couvercle et sortez votre préparation.



## RAGOÛT

1. Faites dorer la viande ou les légumes (voir "DORER/ FAIRE SAUTER/ RÉDUIRE / CUIRE" à la page 11).
2. Amenez le liquide à ébullition (voir "DORER/ FAIRE SAUTER/ RÉDUIRE / CUIRE" à la page 11).
3. Insérez les aliments solides dans le récipient puis ajoutez le liquide en ébullition.
4. Fermez le couvercle.
5. Appuyez sur  .
6. La lumière de  s'allumera.

7. L'écran affichera 1 heure et le compte à rebours.
8. À la fin de la cuisson, l'appareil basculera en mode « Maintenir au chaud ».
9. La lumière de  s'allumera.
10. Appuyez sur  , ouvrez le couvercle et sortez votre préparation.



Menu

## UTILISATION DU MENU



MENU		INTERVALLE	PAR DÉFAUT
 Meat	Viande	10 min-1 h	20 min
 Soup	soupe	1-5h	1h
 Yoghurt	yaourt	6-10h	8h
 Bread	pain	1-3h	3h
 Fish	poisson	10min-1h	20min
 Steam	Cuisson à la vapeur	30min-2h	30min
 Porridge/Risotto	Bouillie/Risotto	1-4h	1h
 Cake	Gâteaux	30min-2h	40min






 VIANDE










1. Graissez la viande avec de l'huile de cuisson.
2. Assaisonnez la viande.
3. Versez une cuillère d'huile dans le récipient.
4. Placez la viande au centre de celui-ci.
5. Fermez le couvercle.

## TEMPS DE CUISSON

6. Le temps de cuisson dépend du type et du poids des ingrédients.
7. Ne cuisinez pas plus de 500g à la fois.
8. Un temps de cuisson de 100 minutes + 10 minutes pour 100g de viande est recommandé.
9. Ne faites pas cuire des volailles ou du porc pendant moins de 30 minutes.
10. Faites cuire les viandes et ses dérivés (viande hachée, hamburgers...) jusqu'à ce que leurs jus soient transparents.
11. Faites cuire le poisson jusqu'à ce qu'il soit opaque de tous côtés.
12. Utilisez le bouton  pour sélectionner.  Meat
13. Le temps par défaut est de 20 minutes.
14. Vous pouvez utiliser les boutons "h" (heure) et "min" (minutes) pendant que le temps de cuisson clignote.
15. Utilisez le bouton "min" pour sélectionner les options de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 ou 55 minutes.
16. Si vous souhaitez cuisiner pendant 1 heure, appuyez sur le bouton "h".
17. Pour annuler le réglage de 1 heure, appuyez de nouveau sur le bouton "h" pendant que l'heure clignote.





-  Si vous ne sélectionnez aucune option pendant 2 minutes, l'application basculera en mode veille.
18. Lorsque le temps de cuisson est sélectionné, l'appareil commencera à cuisiner.
  19. Le compte à rebours commencera.
  20. À la fin du temps de cuisson, l'appareil basculera en mode "Maintien de la chaleur".
  21. La lumière de  s'allumera.
  - 22 Appuyez sur , ouvrez le couvercle et retirez les aliments.



 MINUTERIE

1. Vous pouvez utiliser la minuterie pour les programmes de soupe  Soup, yaourt  Yoghurt, pain  Bread, cuisson à la vapeur  Steam, et bouillie/risotto  Porridge/Risotto.
2. Faites-le immédiatement après avoir réglé le temps de cuisson et avant d'appuyer sur le bouton de démarrage. 
  - a) Appuyez sur. 
  - b) La lumière  s'allume pour vous rappeler que vous utilisez la minuterie.
  - c) Décidez l'heure à laquelle vous souhaitez que se termine le programme.
  - d) Par exemple, s'il est maintenant 2h00 et que vous voulez que la nourriture soit prête à 9h00, vous devez régler l'heure de fin sur 7h00.
  - e) Utilisez les boutons "h" et "min" pour régler l'heure de fin.
  - f) Appuyez sur. 



## SOUPE

1. Faites dorer la viande ou les légumes (voir "DORER/ FAIRE SAUTER/ RÉDUIRE/ CUIRE" à la page 11).
  2. Introduisez les aliments solides dans le récipient et ajoutez le liquide en ébullition.
  3. Fermez le couvercle.
  4. Utilisez le bouton  pour sélectionner.  Soup
  5. Choisissez le temps de cuisson.
  6. Le temps par défaut est de 1 heure.
  7. Vous pouvez utiliser les boutons "h" et "min" pendant que le temps de cuisson clignote.
  8. Utilisez le bouton "min" pour sélectionner les options de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 et 55 minutes.
  9. Utilisez le bouton "h" pour sélectionner les options 1, 2, 3, 4 et 5 heures.
  10. Pour annuler le réglage de 5 heures, appuyez de nouveau sur le bouton "h" pendant que l'heure clignote.
-  Si vous ne sélectionnez aucune option pendant 2 minutes, l'application entrera en mode veille.
11. Vous pouvez utiliser l'option minuterie avec ce programme (voir "Timer").
  12. Appuyez sur .
  13. Le compte à rebours commencera à l'écran.
  14. À la fin du temps de cuisson, l'appareil basculera en mode "Maintien au chaud".

- 15 La lumière de  s'allumera.
16. Appuyez sur , ouvrez le couvercle et retirez les aliments.



## YAOURT

### Fermentation du yaourt

1. Vous pouvez utiliser 30ml (2 cuillères à soupe) de :
  - a) Yaourt naturel – il doit être frais (choisissez-en un avec une longue durée de conservation).
    - Chaque marque donnera un résultat différent.
  - b) Un yaourt fait maison.
    - Les bactéries s'affaiblissent avec le temps, vous ne pouvez donc le faire que 10 fois avant de devoir utiliser une nouvelle culture.
  - c) Ferments de lait en poudre de pharmacie ou de magasin spécialisé.
    - Si les instructions de l'emballage sont différentes de celles décrites dans ce guide, suivez les instructions de l'emballage.

### Lait

2. Vous aurez besoin de 1 litre de lait.
3. Le lait entier offre une plus grande épaisseur que le lait écrémé.
4. Pour donner encore plus d'épaisseur, vous pouvez ajouter jusqu'à 8 cuillères à soupe de lait en poudre.
5. Vous pouvez également utiliser du lait en poudre

reconstitué ou une boîte de lait évaporé.

6. Il est nécessaire de retirer les bactéries du lait pour éviter que celles-ci entrent en contact avec les bactéries de la fermentation du yaourt.

7. Tout en chauffant le lait, laissez la fermentation reposer à température ambiante.

8. Ouvrez le couvercle.

9. Utilisez le programme vapeur (DORER/ FAIRE SAUTER/ RÉDUIRE/ CUIRE) pour chauffer le lait au point d'ébullition.



10. Éteignez-le lorsque de petites bulles se forment autour des bords du récipient.

11. Laissez le lait au repos entre 37 °C et 45 °C.

12. Mélangez la fermentation de yaourt avec le lait.

13. Vous devez bien le mélanger sinon le yaourt comportera des grumeaux.

14. Fermez le couvercle.

15. Utilisez le bouton  pour sélectionner.  Yoghurt

16. Choisissez le temps de cuisson.

17. Le temps par défaut est de 1 heure.

18. Vous pouvez utiliser les boutons "h" et "min" pendant que le temps de cuisson clignote.

19. Utilisez le bouton "min" pour sélectionner les options de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 et 55 minutes.

20. Utilisez le bouton "h" pour sélectionner les options de 6, 7, 8, 9 et 10 heures.

21. Pour annuler le réglage de 10h, appuyez à nouveau sur la touche "h" pendant que le temps clignote sur l'écran.

✳ Si vous ne sélectionnez aucune option pendant 2

minutes, l'application entrera en mode veille.


22. Vous pouvez utiliser l'option de minuterie avec ce programme (voir TIMER).

23. Appuyez sur. 

24. Le compte à rebours commencera à l'écran.

25. À la fin du temps de cuisson, l'appareil se mettra en mode veille.

26. L'appareil ne basculera pas en mode "Maintien au chaud".

27. Appuyez sur , ouvrez le couvercle et retirez les aliments



## PAIN

1. Décongelez complètement la pâte congelée avant de l'utiliser.

2. N'utilisez pas plus de 500g de pâte pour risque de débordement.

3. Graissez le récipient d'huile.

4. Mettez la pâte dans le récipient.

5. Fermez le couvercle.

6. Utilisez le bouton  pour sélectionner.  Bread

7. Sélectionnez le temps de cuisson.

8. Le temps par défaut est de 3 heures.

9. Vous pouvez utiliser les boutons "h" et "min" pendant que le temps de cuisson clignote.

10. Utilisez le bouton "min" pour sélectionner les options de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 et 55 minutes.

11. Utilisez le bouton "h" pour sélectionner les options de 1,2,3,4 et 5 heures.

12. Pour annuler le réglage de 6h, appuyez à nouveau sur la touche "h" pendant que le temps clignote sur l'écran.

✳ Si vous ne sélectionnez aucune option pendant 2 minutes, l'application entrera en mode veille.

13. Vous pouvez utiliser l'option de minuterie avec ce programme (voir TIMER).

14. Appuyez sur. 

15. Le compte à rebours commencera à l'écran.

16. À la fin du temps de cuisson, l'appareil basculera en mode "Maintien de la chaleur".

17. La lumière de  s'allumera.

18. Appuyez sur , ouvrez le couvercle et retirez les aliments.

## POISSON

1. Graissez le poisson avec de l'huile.

2. Assaisonnez le dessus du poisson avec les épices désirées.

3. Versez une cuillerée d'huile dans le récipient.

4. Placez le poisson au centre du récipient.

5. Fermez le couvercle.

### TEMPS DE CUISSON

6. Le temps de cuisson dépendra du type et du poids du poisson.

7. Ne cuisez pas plus de 500g en même temps.

8. Un temps de cuisson de 10 minutes + 10 minutes pour chaque 100g de poisson est recommandé.

9. Cuisez le poisson jusqu'à ce qu'il soit opaque des deux côtés.

10. Utilisez le bouton  pour sélectionner.  Fish

11. Le temps par défaut est de 20 minutes.

12. Vous pouvez utiliser les boutons "h" et "min" pendant que le temps de cuisson clignote.

13. Utilisez le bouton "min" pour sélectionner les options de 10,15,20,25,30,35,40,45,50 et 55 minutes.

14. Si vous souhaitez cuisiner pendant 1 heure, appuyez sur le bouton "h".

15. Pour annuler le réglage de 1 heure, appuyez de nouveau sur le bouton "h" pendant que l'heure clignote.

✳ Si vous ne sélectionnez aucune option pendant 2 minutes, l'application entrera en mode veille.


16. Lorsque vous avez sélectionné le temps de cuisson, appuyez sur. 

17. Le compte à rebours commencera à l'écran.

18. À la fin du temps de cuisson, l'appareil basculera en mode "Maintien au chaud".

19. La lumière de  s'allumera.

20. Il est préférable de retirer la nourriture dès que la cuisson est terminée pour éviter qu'elle sèche.

21. Appuyez sur , ouvrez le couvercle et retirez les aliments



## À LA VAPEUR

1. Remplissez le récipient avec de l'eau chaude jusqu'à la marque 6.
2. Insérez le panier dans le récipient.
3. Insérez la nourriture dans le panier.
4. Pour une cuisson uniforme, coupez les aliments en morceaux de taille similaire.
5. Pour les petits pois, les aliments qui peuvent se défaire ou tomber dans l'eau, faites un récipient avec du papier d'aluminium.
6. Soyez prudent lorsque vous retirez le récipient en papier d'aluminium. Utilisez des gants de cuisine ou des pinces/cuillères.
7. Fermez le couvercle.

8. Utilisez le bouton  pour sélectionner.  Steam

9. Sélectionnez le temps de cuisson (les aliments suivants doivent être cuits dans les 30 minutes définies par défaut) :

Nourriture (fraîche)	Quantité
Haricots verts	200g
Brocoli	200g
Choux de Bruxelles	200g
Chou	un quart
Carottes (coupés en julienne)	200g
Épis de maïs	2
Pommes de terre (en quartiers)	400g

Temps de cuisson et précautions

10. Faites cuire les viandes et les dérivés (viande hachée, hamburgers...) jusqu'à ce que les jus soient transparents.

Faites cuire le poisson jusqu'à ce qu'il soit opaque de tous les côtés.

11. Les légumes doivent être cuits le moins possible pour les garder verts et croquants. Les placer dans de l'eau glacée arrêtera le processus de cuisson.

12. Le temps par défaut est de 30 minutes.

13. Vous pouvez utiliser les boutons "h" et "min" pendant que le temps de cuisson clignote.

14. Utilisez le bouton "min" pour sélectionner les options de 30,35,40,45,50 et 55 minutes.

15. Utilisez le bouton "h" pour sélectionner les options 1 et 2 heures.

16. Pour annuler le réglage de 2h, appuyez à nouveau sur la touche "h" pendant que l'heure d'affichage clignote.

✳ Si vous ne sélectionnez aucune option pendant 2 minutes, l'application passe en mode veille.

17. Vous pouvez utiliser l'option de minuterie avec ce programme (voir TIMER).


18. Appuyez sur. 

19. Le compte à rebours commencera à l'écran.

20. À la fin du temps de cuisson, l'appareil basculera en mode "Maintien au chaud".


21. La lumière de  s'allumera.

22. Il est préférable de retirer la nourriture dès que la cuisson est terminée pour éviter qu'elle devienne pâteuse.

23. Appuyez sur , ouvrez le couvercle et retirez les aliments.



## DORER/ FAIRE SAUTER/ RÉDUIRE/ CUIRE

1. Vous pouvez utiliser le programme vapeur  avec son réglage par défaut, avec le couvercle ouvert, en tant que récipient à haute température pendant 30 minutes, avant la cuisson avec un autre programme.
2. Utilisez un peu d'huile pour faire dorer la viande et les légumes, faire sauter, réduire les oignons, le céleri, le poireau, etc...
3. Ajoutez de l'eau ou du bouillon pour aider la cuisson.
5. Il n'est pas utile de laver le récipient que vous avez utilisé pendant la préparation.



## BOUILLIE / RISOTTO






1. Utilisez la tasse pour ajouter les grains (riz, avoine, etc..) dans le récipient.

## Bouillie

- a) Utilisez les mesures sur le côté intérieur droit du récipient où les mesures sont marquées de ½ jusqu'à 1½.
- b) N'utilisez pas plus de 1½ tasses.

## Soupe de riz





- a) Utilisez les mesures internes du récipient, ou les mesures sont marqués de 1 à 3.

- b) N'utilisez pas plus de trois tasses.
2. Remplissez le récipient avec la quantité d'eau correspondante au nombre de tasses de grains.
3. Fermez le couvercle.
4. Utilisez le bouton  pour sélectionner.  Porridge/Risotto
5. Sélectionnez le temps de cuisson.
6. Le temps par défaut est de 1 heure.
7. Vous pouvez utiliser les boutons "h" et "min" pendant que le temps de cuisson clignote.
8. Utilisez le bouton "min" pour sélectionner les options de 5,10,15,20,25,30,35,40,45,50 et 55 minutes.
9. Utilisez le bouton "h" pour sélectionner les options 1, 2, 3 et 4 heures.
16. Pour annuler le réglage de 4 heures, appuyez de nouveau sur le bouton "h" pendant que l'heure clignote.
- ★ Si vous ne sélectionnez aucune option pendant 2 minutes, l'application passera en mode veille.
11. Vous pouvez utiliser l'option de minuterie avec ce programme (voir TIMER).
12. Appuyez sur.  Start
13. Le compte à rebours commencera à l'écran.
14. À la fin du temps de cuisson, l'appareil basculera en mode "Maintien au chaud".
15. La lumière de  s'allumera.
16. Appuyez sur  Stop, ouvrez le couvercle et retirez les aliments.


Pour préparer un Risotto, suivez la recette de la page 17.



## GÂTEAU




1. Décongelez bien la pâte à gâteau avant de commencer.
2. Ne remplissez pas le récipient au-dessus de la marque 6 de la gauche ou la pâte pourrait déborder.
3. Graissez le récipient avec de l'huile de cuisson.
4. Ajoutez la pâte au récipient.
5. Fermez le couvercle.
6. Utilisez le bouton  pour sélectionner  Cake
7. Sélectionnez le temps de cuisson.
8. Le temps par défaut est de 40 minutes.
9. Vous pouvez utiliser les boutons "h" et "min" pendant que le temps de cuisson clignote.
10. Utilisez le bouton "min" pour sélectionner les options de 30,35,40,45,50 et 55 minutes.
11. Utilisez le bouton "h" pour sélectionner les options 1 et 2 heures.
12. Pour annuler le réglage de 1 heure, appuyez de nouveau sur le bouton "h" pendant que l'heure clignote.
- ★ Si vous ne sélectionnez aucune option pendant 2 minutes, l'application passe en mode veille.
13. Lorsque vous avez sélectionné le temps de cuisson, appuyez sur .
14. Le compte à rebours commencera à l'écran.
15. À la fin du temps de cuisson, l'appareil basculera en mode "Maintien au chaud".
- 16 La lumière de  s'allumera.
17. Il est préférable de retirer la nourriture dès que la

cuisson est terminée pour éviter qu'elle devienne pâteuse.

18. Appuyez sur , ouvrez le couvercle et retirez les aliments.





## MAINTIEN AU CHAUD

- Si vous souhaitez utiliser le mode "Maintien au chaud" à la fin d'un programme qui n'inclut pas cette option, lorsque le seul voyant qui clignote à l'écran est  Meat, appuyez sur .
- Appuyez sur  pour sortir de ce mode.



## ENTRETIEN ET MAINTENANCE

1. Débranchez l'appareil et laissez-le refroidir.
- ★ Retirez le câble d'alimentation du secteur puis retirez le câble du connecteur de l'appareil.
2. Lorsque le couvercle est fermé, saisissez la partie supérieure du filtre et retirez-le du couvercle.
3. Tournez-le de sorte que les marques soient visibles sur le bord avant.
4. Tenez le filtre du couvercle et tournez le reste du filtre vers le cadenas ouvert. 
5. Appuyez sur les onglets situés au bas de l'intérieur du couvercle  et retirez-les de l'appareil.
6. Nettoyez à la main toutes les pièces amovibles.
7. Passez un chiffon humide sur toute la superficie.
8. Ne lavez aucune pièce au lave-vaisselle.
9. Réinstallez le filtre et placez-le dans le couvercle.
10. Remplacez l'intérieur du couvercle dans le couvercle.

## Recettes

“Tasse” équivaut à une tasse de 180ml à mesurer le riz, incluse avec l'appareil.

### Tajine de légumes avec couscous

1 cuillère à soupe d'huile  
 1 gros oignon  
 2 dents d'ail  
 1 piment rouge, 1 piment jaune et 1 piment orange  
 1 pot de jalapeños  
 1 pot de pois chiches  
 1 pot de haricots blancs  
 1 pot de tomate hachée  
 2 cuillères à soupe de chili en poudre  
 1 cuillère à soupe d'origan  
 1 cuillère à café de coriandre moulue  
 2 cuillères à café de cumin  
 1 cuillère à café de sauce tomate  
 1 cuillère à café de sucre  
 2 cuillères à soupe de sauce tomate épicée (sauce épicée Heinz ou similaire)  
 850ml de bouillon de légumes  
 120-240ml de couscous  
 Pour servir :  
 Fromage en poudre  
 1 petit pot de crème fraîche  
 Un bouquet de coriandre hachée  
 Tout d'abord, allumez l'autocuiseur, sélectionnez le programme de cuisson à la vapeur et ajoutez l'huile.

Ajoutez l'oignon et l'ail en morceaux et laissez revenir, cela prendra plusieurs minutes. Ajoutez ensuite le reste des ingrédients sauf le couscous. Important : lavez les haricots et séchez-les avant de les introduire dans le récipient. Sélectionnez le bouton de cuisson lente / mijotage. Il s'agit d'un programme avec un cycle de 8 heures, parfait pour le laisser mijoter pendant votre journée de travail par exemple. Quand il reste environ 30 minutes, ajoutez le couscous. Si le cycle est terminé, il vous suffit de sélectionner à nouveau le réglage vapeur et le laisser environ 20 minutes. Servir dans un bol avec un peu de fromage et de crème fraîche selon vos goûts et saupoudrez de coriandre fraîche.  
 Conseil pratique : si vous voulez un tajine de légumes dans un style plus classique, n'ajoutez pas de couscous.

### Yaourt fait maison

1200ml de lait entier  
 100ml de yaourt nature (gras)  
 Épices selon les goûts  
 50g de fruits des bois congelés  
 1 cuillère à soupe de miel  
 Ajoutez le lait à l'autocuiseur et sélectionnez le programme de cuisson à la vapeur. Laissez le lait chauffer jusqu'à ce que des bulles commencent à se former sur les bords. Éteignez l'autocuiseur et laissez le lait refroidir à 37 degrés. Une fois le lait refroidi, ajoutez le yaourt et mélangez bien pour enlever tous les grumeaux. Sélectionnez le programme de yaourt. Lorsque le programme se termine, retirez-le et placez-le dans le



réfrigérateur pour le refroidir. Pendant ce temps, placez les fruits des bois dans une casserole et chauffez-les, ajoutez le miel et laissez cuire jusqu'à ce que les fruits commencent à se défaire. Sortez-les et laissez-les refroidir. Mélangez le yaourt et les fruits. Si vous souhaitez conserver le yaourt, vous devez stériliser les pots que vous allez utiliser. Pour ce faire, mettez-les au four à 100 degrés pendant environ 10 minutes.

Ne les laissez pas plus longtemps ou ils pourraient se briser. Le yaourt se conservera une quinzaine de jours tout au plus.

### **Bœuf picant style New-York**

450g de bœuf à ragoût  
 1 cuillère à soupe d'huile d'olive  
 2 oignons  
 3 gousses d'ail  
 2 cuillères à soupe de poudre de chili  
 1 cuillère à soupe de paprika  
 1 cuillère à soupe de paprika fumé ou de poudre de chipotle  
 2 cuillères à soupe de sauce tomate  
 2 conserves de tomates  
 1 poivron vert  
 1 feuille de laurier  
 1 cuillère à soupe de sel  
 1 cuillère à café de poivre  
 1 conserve de haricots blancs à ajouter à la fin  
 Un gros bouquet de basilic frais  
 Pelez et hachez les oignons et l'ail. Tranchez la viande, les

tomates et le poivron en morceaux de la taille d'une bouchée.

Versez l'huile dans l'autocuiseur et sélectionnez le programme de cuisson à la vapeur. Après 1 minute, ajoutez la viande hachée et laissez-la brunir en la tournant fréquemment. Laissez le couvercle ouvert pour contrôler la viande. Lorsque la viande a légèrement bruni, retirez-la de l'autocuiseur et placez-la dans un bol. Versez l'oignon, l'ail et les fines herbes dans l'huile de l'autocuiseur et mélangez bien. Une fois l'oignon ramolli, remettez la viande dans le récipient. Ensuite, placez tous les ingrédients sauf les haricots dans le récipient et mélangez bien. Fermez le couvercle et sélectionnez l'option viande. Après 1 heure, vérifiez la viande. Si elle est encore un peu dure, ajoutez un peu d'eau pour l'empêcher de se dessécher et relancez le programme viande pendant encore 30 minutes.

### **Tajine de poisson marocain**

1 oignon haché en gros morceaux  
 2 gousses d'ail hachées en petits morceaux  
 1 poivron rouge, haché ou coupé en julienne  
 2 céleris  
 2 tomates en morceaux  
 1 cuillère à soupe de cumin moulu ou en graines  
 1 cuillère à soupe de gingembre moulu  
 1 cuillère de curcuma  
 1 bâton de cannelle  
 1 cuillère à soupe de pâte d'harissa  
 120ml de vin blanc

120ml de bouillon de poisson  
 1 pincée de safran (ou une cuillère à café de sauce tomate)  
 675g de poisson, par exemple : merlu, saumon, morue  
 Sel et poivre au goût  
 1 citron  
 Une poignée d'olives vertes  
 Un petit morceau de coriandre très haché  
 \*La plupart des supermarchés vendent des assortiments de poissons, ceux-ci seraient parfaits pour cette recette !  
 Ajoutez tous les ingrédients, sauf le curcuma, au récipient et sélectionnez le programme pour le poisson.  
 Selon la taille de vos filets de poisson, vous aurez besoin d'un temps de cuisson compris entre 40 et 60 minutes, jusqu'à ce que le poisson devienne floconneux.  
 Saupoudrez de curcuma, salez et servez immédiatement.  
 C'est délicieux accompagné de couscous.

### **Soupe de petits pois et jarret de porc**

1150ml de bouillon de poulet  
 225g de petits pois  
 1 oignon haché finement  
 2 carottes coupées en julienne  
 1 branche de céleri coupée en petits morceaux  
 2 gousses d'ail émincées  
 1 cuillère à soupe de thym frais finement haché  
 1 feuille de laurier  
 1 jarret de porc  
 Poivre  
 Sélectionnez le programme de cuisson lente sur l'autocuiseur puis insérez le jarret de porc. Ajoutez les

petits pois, l'oignon, les carottes, le céleri, l'ail, le thym et la feuille de laurier et versez le bouillon de poulet chaud.  
 Assaisonnez les ingrédients avec du poivre.  
 Lorsque le programme est terminé, retirez le jarret de porc du récipient. Retirez la peau et les os et hachez la viande.  
 Retirez la feuille de laurier. Écrasez légèrement les pois avec le dos d'une cuillère en bois. Remettez la viande dans le bouillon et assaisonnez au goût. Un plat délicieux !  
 Conseil pratique : si vous utilisez un gros morceau de viande, une partie peut être utilisée pour des sandwiches.

### **Saumon avec une touche épicée**

2 filets de saumon avec la peau  
 1 cuillère à café d'huile d'olive  
 1 cuillère à café de paprika  
 1 cuillère à café de chili en poudre  
 ½ cuillère à café de cumin  
 Une pincée de sel et une de poivre  
 1 cuillère à café de sucre brun  
 1 citron  
 Mélangez le paprika, le chili en poudre, le cumin, le sucre, le sel et le poivre dans un bol. Saupoudrez le mélange sur les filets de saumon. Allumez l'autocuiseur et sélectionnez le programme poisson. Versez l'huile dans le récipient et une fois chaude après quelques minutes, placez le saumon avec la peau sur le dessous et fermez le couvercle. Cette cuisson à la vapeur offrira une peau croustillante. Servez le plat avec une tranche de citron. Un excellent plat sain !

## Brownie au chocolat

170g de beurre doux fondu

340g de sucre

170g de cacao en poudre

75g de farine

3 gros œufs légèrement battus

1 cuillère à soupe d'essence de vanille

Une bonne pincée de sel

110g de pépites de chocolat au lait

Glace à la vanille en option

Couvrez de papier aluminium le récipient de l'autocuiseur et graissez-le avec du beurre. Mélangez et battez le beurre, le sucre, la poudre de cacao, la farine, les œufs, l'essence de vanille et le sel dans un bol moyen. Ajoutez les pépites de chocolat. Répartissez tout ce mélange d'une couche uniforme dans le récipient. Fermez le couvercle et allumez le programme gâteau. Vous devrez changer l'heure par défaut à 1 heure et 30 minutes : le gâteau doit être bien solide sur les bords et légèrement visqueux au centre.

Servez le gâteau chaud avec de la glace sur le dessus.

## Ragoût irlandais avec tartelettes au fromage de chèvre

### Pour le ragoût :

1.8kg d'épaule d'agneau

Huile d'olive

5 tranches de lard, en morceaux de la taille d'une bouchée

3 gousses d'ail

Sel et poivre au goût

950ml de bouillon d'agneau

1 gros oignon haché

2 carottes hachées

2 céleris hachés

2 tiges de romarin frais

2 cuillères à soupe de sauce tomate

Pour les tartelettes :

100g de farine

50g de beurre

1 cuillère à café de levure

1 cuillère à café de sel

5 cuillères à soupe d'eau

40g de fromage de chèvre doux

1 cuillère à café de persil, d'origan et de thym

1 cuillère à café de poivre

Désossez la viande et coupez-la en morceaux de la taille d'une bouchée. Tranchez le bacon, l'oignon, les carottes et le céleri. Allumez l'autocuiseur et sélectionnez le programme de cuisson vapeur. Ajoutez l'oignon et l'huile dans le récipient et laissez cuire quelques minutes jusqu'à ce que qu'ils soient ramollis. Versez la viande, l'ail, le romarin et le reste des légumes et laissez cuire environ 5 minutes. Ajoutez le bouillon et la sauce tomate et sélectionnez le programme ragoût.

Tartelettes : Mettre la farine, les herbes et le beurre dans un bol, ajoutez l'eau et mélangez avec le fromage de chèvre. Divisez en 6 tartelettes et laissez reposer 20 minutes.

Ajoutez la farine et l'eau froide et remuez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Lorsqu'il reste 30 minutes à la minuterie du ragoût, ajoutez la farine et

remuez bien. Ensuite, placez les tartelettes sur le ragoût. Fermez le couvercle et laissez-les jusqu'à la fin du programme. Vous obtiendrez un plat fabuleux !

### **Artichauts mijotés**

2 artichauts

1 citron

Herbes fraîches telles que l'estragon, la menthe, le persil et/ou le thym

1 gousse d'ail pelée et hachée

Coupez les artichauts en quatre, retirez les feuilles extérieures abîmées. Graissez les parties coupées avec du citron. Coupez la tige au ras du corps de l'artichaut.

Découpez le reste du citron et insérez-le dans un bol avec de l'eau bouillante et ceci dans l'autocuiseur. Ajoutez les fines herbes et l'ail dans le récipient et ajoutez les artichauts à la fin. Remplissez d'eau le récipient jusqu'à numéro 2 de l'échelle de cuisson du riz qui apparaît à l'intérieur du récipient. Versez l'eau bouillante dans celui-ci et fermez le couvercle, Sélectionnez le programme de cuisson à la vapeur. Les artichauts seront cuits lorsque les feuilles extérieures peuvent être facilement enlevées. Servez chaud ou froid avec une vinaigrette. Excellent et sain !

### **Orge perlé et haricots cocos à la cocotte**

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

1 boîte de haricots cocos lavés et égouttés

1 oignon coupé en julienne

175g d'orge perlé

1 conserve de tomates en dés

1 cuillère à soupe de sauce tomate

Sel et poivre au goût

1 litre de bouillon de légumes

1 bouquet de persil haché finement

Huile de piment épicée (facultative)

Versez l'huile dans l'autocuiseur et ajoutez l'oignon avec une pincée de sel. Sélectionnez le programme de cuisson à la vapeur et faites cuire les oignons jusqu'à ce qu'ils ramollissent. Ajoutez le vin et laissez cuire quelques minutes. Ajoutez l'orge perlé et bien mélanger jusqu'à ce que l'orge commence à attraper la couleur du vin. Ajoutez les haricots, les tomates et le bouillon chaud. Sélectionnez le programme de ragoût. Après 30 minutes, vérifiez qu'il reste suffisamment de liquide dans le récipient. Servez-le chaud avec une touche d'huile de piment, soit seul ou avec quelques croûtons.

### **Gâteau au sirop**

115g de beurre

100g de sucre glace

2 œufs battus

¼ cuillère à café d'essence de vanille

175g de farine

2 cuillères à soupe de lait

4 cuillères à soupe de sirop de caramel

Graissez un récipient compatible avec la cuisson au four ou un récipient à pudding. Dans un grand bol, mélangez la crème avec le beurre et le sucre. Ajoutez peu à peu les œufs battus, la vanille et la farine jusqu'à obtenir un

mélange homogène. Incorporez le lait pour obtenir une consistance douce et lisse. Versez le sirop dans le fond du bol graissé et étendez le mélange. Couvrez le récipient avec du papier sulfurisé et du papier d'aluminium et attachez-le pour le fixer. Placez-le dans l'autocuiseur (assurez-vous qu'il y ait de l'espace libre autour du conteneur). Ajoutez de l'eau bouillante à l'autocuiseur, environ 2.5 en dessous du bord du récipient. Sélectionnez le programme de cuisson à la vapeur pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que le pudding reprenne sa forme lorsque vous le touchez. Déposez-le sur une assiette et servez-le chaud. Ce gâteau est fantastique pour n'importe quel moment de l'année !

### **Pain blanc**

1 cuillère à soupe de sirop de caramel

1 cuillère à soupe de beurre fondu

320 ml de lait tiède

1 sachet de levure

1 cuillère à café de sel

Dans un bol, mettez la farine et le sel et mélangez. Ajoutez le sachet de levure, le beurre fondu et le sirop de caramel. Enfin, ajoutez le lait chaud et pétrissez le mélange en forme de boule. Ajoutez un peu plus de farine si la pâte est très collante. Couvrez et laissez reposer dans un endroit chaud pendant 10 minutes. Pétrissez à nouveau, puis placez-le dans le bol, couvrez et laissez reposer encore 10 minutes. À continuation, placez le pain dans votre autocuiseur et sélectionnez le programme pain. Révissez-le lorsque l'écran affiche 2.30. Tournez le pain et

faites cuire encore 30 minutes. Cela aidera le dessus du pain à être bien doré et croustillant. Servez-le avec un peu de beurre !

### **Pain au soda**

1 paquet de mélange pour pain soda

250ml d'eau

Beurre pour graisser le récipient

Graissez tout d'abord la base et les parois du récipient avec un peu de beurre, cela empêchera le pain de coller quand il cuit. Allumez votre autocuiseur et sélectionnez le programme pour le pain. La durée par défaut est de 3 heures, raccourcissez-la à 2 heures et 15 minutes. Dans un grand bol, placez le mélange du paquet et l'eau et mélangez-les à la main. Cela prendra environ une minute. Ensuite, divisez le pain en quatre quartiers à l'aide d'une spatule en plastique. Fermez le couvercle. Après 1h45 de cuisson, vérifiez que la base est déjà dorée et qu'elle sonne creuse au toucher. Retournez le pain et laissez cuire encore une demi-heure. Cela aidera le dessus du pain à être bien croustillant. Retirez le pain et placez-le sur un plateau pour le laisser refroidir aussi longtemps que vous puissiez résister à l'odeur du pain chaud ! Servez-le avec du beurre ou tout simplement pendant un repas. Conseil pratique : ne laissez pas le pain à l'intérieur de l'autocuiseur une fois le temps de cuisson terminé car il pourrait devenir plus pâteux.

## Porridge

½ tasse d'avoine

Eau

1 cuillère à café de sel

2 cuillères à café de sucre

Pour servir :

Sucre brun muscovado

Crème fraîche ou lait

Un petit verre de whisky (facultatif)

En utilisant la tasse incluse, insérez deux mesures d'avoine dans le récipient de votre autocuiseur. Ajoutez le sel et le sucre pour obtenir une grande saveur dès le début du processus de cuisson. Remplissez le bol avec de l'eau à la ligne ½ sur l'échelle de porridge. Fermez le couvercle et sélectionnez l'option Porridge/Risotto. Le programme durera 1 heure. Si vous faites une quantité moindre, vous pouvez réduire de 15 minutes pour chaque ¼ en moins d'avoine. Si nécessaire, vous pouvez remuer le mélange pendant la cuisson.

Astuce : cette recette est pour 6 portions, de sorte que vous pouvez garder le reste dans le réfrigérateur une fois refroidi et le consommer dans les jours suivants. Si vous cherchez des nouvelles saveurs pour votre porridge, vous pouvez ajouter des morceaux d'abricots déshydratés ou de raisins secs au mélange 15 minutes avant la fin du temps de cuisson.

## Porridge aux noix

½ tasse de flocons d'avoine

Eau

120ml de lait

3 cuillères à soupe de noix de coco râpée

1 cuillère à café de cannelle

Pour servir :

Sirop de caramel

Amandes

Introduisez l'avoine, la cannelle, le lait et la noix de coco dans votre autocuiseur. Ajoutez de l'eau jusqu'à la ligne ½ sur l'échelle de porridge. Sélectionnez le programme Porridge/Risotto. Lorsque le programme se termine, versez un peu de sirop de caramel et des amandes sur le dessus. Servir tout de suite.

## Risotto à la betterave

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

400g de betterave fraîche

1 oignon

2 gousses d'ail

250g de riz pour risotto

250ml de vin blanc

1 cuillère à café de thym frais

900ml de bouillon de légumes ou de poulet

Pour terminer

100g de yogourt écrémé naturel

1 cuillère à soupe de persil coupé en julienne

1 cuillère à soupe de beurre

Allumez votre autocuiseur et sélectionnez le programme

Porridge/Risotto. Coupez les gousses d'ail, l'oignon et pelez et coupez les betteraves en petits cubes. Mettez le tout dans le récipient et faites revenir 10 minutes environ jusqu'à ce que les oignons se ramollissent. Ajoutez le riz et mélangez bien. Fermez le couvercle et laissez cuire encore 3-4 minutes. Ajoutez le vin, remuez et cuire à nouveau pendant 3-4 minutes. Ajoutez le thym haché et le bouillon chaud. Lorsque le programme est terminé, goûtez le riz pour vous assurer qu'il est cuit. Il devrait être al dente, mais pas trop dur. S'il n'est pas assez cuit à votre goût, ajoutez un peu d'eau et laissez cuire encore quelques minutes. Ajoutez un peu de beurre pour égayer le risotto. Servez-le avec une pincée de yaourt et de persil. C'est un excellent plat comme entrée ou repas léger.

### Riz savoureux

2 tasses de riz

Eau

1 sachet de bouillon de légumes soluble

2 tiges de céleri coupées en morceau

1 poivron haché

2 carottes hachées

1 pincée de safran (ou de curcuma)

Optionnel

Une poignée de petits pois

Introduisez le riz dans le récipient et remplissez-le d'eau jusqu'à la marque 2 de la mesure de riz indiqué sur le récipient. Ajoutez les ingrédients restants, remuez vigoureusement puis refermez le couvercle et sélectionnez l'option riz. Lorsque le riz aura absorbé l'eau, l'appareil émettra un bip. Si le riz ne vous semble pas assez cuit,

laissez-le quelques minutes de plus avec le couvercle fermé pour le garder en ébullition.

### Soupe de tomate

1 oignon haché

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

1 conserve de tomates en dés

2 tomates coupées en morceaux

1 poivron

½ litre de bouillon de poulet

2 pommes de terre moyennes pelées et coupées en dés

1 cuillère à café d'épices

1 cuillère à soupe de sauce tomate

1 cuillère à café de poivre noir moulu

Sélectionnez le programme soupe de votre autocuiseur.

Ajoutez l'huile hachée, le poivre et l'oignon, Cuire jusqu'à ce que l'oignon soit tendre et ajoutez les autres ingrédients, mélangez et fermez le couvercle. Avant de servir, vérifiez le goût et ornez de croûtons de pain.

### Soupe aux pommes, chou et chorizo

¼ d'un petit chorizo, coupé en morceaux

1 oignon coupé en julienne

2 tiges de céleri coupées en julienne

2 carottes coupées en julienne

2 tomates coupées en gros morceaux

¼ de chou coupé en julienne

2 gousses d'ail coupées en julienne

1 cuillère à soupe de sauce tomate

1 cuillère à café de paprika

Une bonne pincée de sel et de poivre  
 850ml de bouillon de légumes  
 Insérez le chorizo, l'oignon et l'ail dans l'autocuiseur et sélectionnez le programme de cuisson à la vapeur. Une fois que les oignons sont tendres, ajoutez les ingrédients restants et remuez bien. Fermez le couvercle et sélectionnez le programme de soupes. Cette soupe est excellente et si vous la laissez reposer au réfrigérateur une nuit, son goût sera réhaussée.

### **Poulet aux tomates et aux champignons**

2 poitrines de poulet  
 1 cuillère à soupe d'huile d'olive  
 450g de champignons hachés  
 2 gousses d'ail émincées  
 1 conserve de tomates hachées  
 Une bonne sauce Worcestershire  
 1 cuillère à soupe de sauce tomate  
 1 cuillère à café d'origan sec  
 Set et poivre au goût  
 Sélectionnez le programme des viandes de votre autocuiseur et ajoutez l'huile dans le récipient.  
 Assaisonnez bien le poulet avec le sel et le poivre et placez-le dans le récipient chaud. Scellez les deux côtés des poitrines pendant environ une minute, puis ajoutez l'ail haché et les champignons ; cuire pendant 3-4 minutes en retournant le poulet. Ajoutez les tomates en conserve, la sauce Worcestershire, la sauce tomate et l'origan.  
 Continuez la cuisson et retournez à nouveau le poulet.  
 Lorsque le programme se termine, vérifiez les saveurs et la cuisson du poulet. Vous pouvez le servir avec des pâtes,

des pommes de terre ou du riz. Un plat léger, rapide et savoureux !

### **Côtes grillées au sirop d'érable et sauce soja**

1 kg de côtes de porc  
 1 cuillère à soupe d'huile  
 1 oignon haché  
 3 gousses d'ail émincées  
 350ml de Guinness (ou autre bière noire)  
 240ml de bouillon de porc ou de bœuf  
 60ml de sirop d'érable (ou miel si vous préférez)  
 2 cuillères à soupe de sauce de soja  
 Mettez de l'huile dans l'autocuiseur et sélectionnez le programme des viandes. Changez le temps de cuisson à 1h45 minutes. Ajoutez les côtes et faites-les dorer pendant environ 5 minutes en les retournant de temps en temps. Lorsqu'elles sont cuites, sortez-les du récipient, ajoutez l'oignon et l'ail et laissez cuire pendant quelques minutes pour les ramollir. Replacez les côtes dans le récipient et mélangez avec la Guinness, le bouillon, le sirop et le soja. Une fois terminé, vérifiez le goût de la sauce et servez immédiatement. Ce plat convient parfaitement comme entrée ou apéritif.

### **Bouchées de filet de veau**

1kg de bœuf à ragoût  
 50g de chorizo coupé en morceaux  
 2 dents d'ail pelées et coupées en petits morceaux  
 2 oignons rouges pelés et hachés  
 6-8 petites pommes de terre avec leurs peaux coupées en



morceaux

2 carottes hachées

600ml de bouillon de veau chaud

1 boîte de conserve de tomates hachées

2 cuillères à soupe de sauce tomate

2 feuilles de laurier

2 cuillères à soupe d'épices mélangées

2 bonnes gorgées de sauce Worcestershire

1 cuillère à soupe de romarin

Sel et poivre au goût

Sélectionnez le programme de cuisson à la vapeur et après une minute, ajoutez les morceaux de chorizo. Quand ils commencent à relâcher un peu d'huile, ajoutez le bœuf à ragoût bien assaisonné. Au bout de quelques minutes, retournez-le et scellez-le de l'autre côté. Lorsque vous avez terminé, ajoutez les oignons et les légumes. Si vous avez des légumes dans le réfrigérateur qui doivent être consommés rapidement, vous pouvez les ajouter. Lorsque l'oignon commence à ramollir, ajoutez le reste des ingrédients et sélectionnez le programme de cuisson lente/mijotage. Le programme se termine au bout de 8 heures, mais ce plat sera prêt à manger au bout de 5 heures. Il ne s'endommagera pas s'il est laissé pendant 8 heures.

**¡Profitez bien!**



## PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT

Pour protéger l'environnement et la santé humaine des substances dangereuses contenues dans les appareils électriques, les appareils marqués avec ce symbole ne doivent pas être éliminés avec les ordures ménagères. Ils doivent être récupérés, recyclés et réutilisés.

**Garantie: 2 ans**

Leia as instruções, mantenha-as seguras, guarde-as e deixe-as no caso de passar no aparelho a outra pessoa. Remova todas as embalagens antes de usar.


## SALVAGUARDA IMPORTANTE

### Siga as precauções básicas de segurança, incluindo:


1. Este aparelho pode ser usado por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou falta de experiência e conhecimento se forem supervisionadas / instruídas e compreendendo os perigos envolvidos. As crianças não devem usar ou brincar com o aparelho. Mantenha o aparelho e o cabo fora do alcance das crianças.
2. Use o aparelho apenas com o conector e o cabo fornecidos, e vice-versa.
3. Se o conector ou o cabo estiver danificado, devem ser substituídos por um conjunto especial disponível pelo fabricante ou pelo seu agente de serviço.
4. Não conecte o aparelho por meio de um temporizador ou sistema de controle remoto.
5. A limpeza e a manutenção do usuário não devem ser feitas por crianças sem supervisão.
6. Este aparelho é apenas para uso doméstico. Não use ao ar livre.
- ⚠ Não mergulhe o aparelho em líquido.
- ⚠ As superfícies do aparelho ficarão quentes. O calor residual mantém as superfícies quentes após o uso.
7. Não coloque carne congelada ou aves de capoeira no aparelho antes de usar.
8. Cozinhe carne, aves de capoeira e derivados (picada, hambúrgueres, etc.) até que os sumos desapareçam. Cozinhe o peixe até que a carne fique opaca por toda parte.
9. Não tente cozinhar nada no corpo do fogão - cozinhe







apenas na tigela removível.

10. Não encha o recipiente acima do máximo.
11. Não alcance o aparelho e mantenha as mãos, os braços, o rosto, etc. Limpe o vapor de escape.
12. Não cubra o aparelho ou coloque qualquer coisa em cima dele.
13. Não cozinhe alimentos que espuma quando aquecidos (como pires, repolho chinês, algas, grãos de milho, macarrão), eles podem bloquear o filtro e sobrecarregar o aparelho.
14. Conecte o conector ao aparelho antes de conectar o cabo à tomada elétrica.
15. Desconecte o aparelho quando não estiver em uso.
16. Não use acessórios ou acessórios que não sejam aqueles que fornecemos.
17. Não use o aparelho para qualquer outro propósito que não o descrito nas instruções.
18. Não use o aparelho se estiver danificado ou com defeito.

 ANTES DE USAR NA PRIMEIRA VEZ  
Lavar à mão as peças removíveis.

## COMO FUNCIONA


1. Meça os ingredientes na tigela.
2. Dê a volta do quarto da tigela de cada sentido, para garantir que o fundo da tigela fique bem com o elemento.
3. Feche a tampa.
4. Use o botão de menu  para selecionar o programa desejado.

5. Os três grandes botões na parte inferior,  o cozimento de arroz,  a cozedura lenta e  o cozimento, dominam o menu e o botão de início.
6. Defina o temporizador,  se apropriado.
7. Pressione o botão Iniciar .
8. Para parar o aparelho, pressione  uma vez se o ecrã não estiver em contagem decrescente, ou duas vezes se o ecrã estiver com contagem decrescente.
9. Depois de usar o aparelho, deixe descansar por 15 minutos antes de o usar de novo.





## PREPARAÇÃO

1. Coloque o aparelho numa superfície estável, nivelada e resistente ao calor.
2. Não use o aparelho perto ou em baixo de cortinas, prateleiras, armários ou qualquer outra coisa susceptível de ser danificada pelo vapor.
3. Tenha luvas de forno (ou um pano) à mão e uma esteira ou placa resistente ao calor para colocar a tigela depois de cozinhar.
4. Coloque a tigela dentro da panela.
5. Dê um quarto da volta da tigela em cada sentido.

## LIGAR





1. Coloque a tampa na tigela.
2. Coloque o conector na tomada.
3. O visor acende-se brevemente.
4. A  Meat luz pisca.

## COZIMENTO DE ARROZ

1. Use o copo para colocar arroz na tigela.
2. Não use mais de 10 xícaras de arroz.
3. A escala à esquerda dentro da tigela é marcada de 2 a 10.
4. Encha a tigela com água até o número correspondente ao número de copos de arroz.
5. Feche a tampa.
6. Pressione .
7. A  luz brilhará
8. O segmento externo do visor pisca enquanto os alimentos se aquecem.
9. O visor mostrará o tempo de cozimento restante (13 minutos) e a contagem decrescente.
10. No final do tempo de cozedura, o aparelho entrará no modo "manter quente".
11. A  luz brilhará.
12. Pressione .
13. Abra a tampa.
14. Retire a tigela e coloque-a sobre uma esteira ou placa de jantar resistente ao calor.
15. Use a espátula para girar e misturar o arroz, para deixar todo o vapor escapar.
16. Às vezes, a camada de arroz em contacto com a tigela formará uma crosta.
17. Se não quer, pode removê-lo com a espátula, depois de ter servido o arroz.








## COZINHAR LENTAMENTE

1. Carne marrom e vegetais (ver "BROWN / SALTEAR / SUAVERE / FERVER" na página 9).
2. Ferva o líquido de cozedura (consulte "BROWN / SALTEAR / SUAVERE / FERVER " na página 9).
3. Coloque os ingredientes sólidos na tigela e adicione o líquido de cozimento.
4. Feche a tampa.
5. Pressione  Slow Cook.
6. A  luz brilhará.
7. O visor mostrará 8 horas, e contagem decrescente.
8. No final do tempo de cozedura, o aparelho entrará no modo "manter quente".
9. A  luz brilhará.
10. Pressione  parar, abra a tampa e remova os alimentos.



Menu

## USAR O MENU



MENU		ALCANCE	PADRÃO
 Meat	Carne	10 min-1h	20min
 Soup	Sopa	1-5h	1h
 Yoghurt	Iogurte	6-10h	8h
 Bread	Pão	1-3h	3h
 Fish	Peixe	10min-1h	20min
 Steam	Bife	30min-2h	30min
 Porridge/Risotto	mingau/risotto	1-4h	1h
 Cake	bolo	30min-2h	40min


 CARNE



1. Passe a carne com óleo de cozinha.
2. Esfregue qualquer tempero sobre a superfície da carne.
3. Coloque uma colher de sopa de óleo de cozinha na tigela.
4. Coloque a carne no centro da tigela.
5. Feche a tampa.

## TEMPO DE COZIMENTO










6. O tempo de cozimento dependerá do tipo e peso dos alimentos.
7. Não cozinhe mais de 500 g por vez.
8. Sugerimos tempos de cozimento de 10 minutos + 10 minutos por 100 g de peso para carne bovina.
9. Não cozinhe carne de porco ou aves por menos de 30 minutos.
10. Cozinhe carne, aves de capoeira e derivados (picada, hambúrgueres, etc.) até que os sumos correm.
11. Cozinhe o peixe até que a carne esteja opaca por toda parte.

12. Use o botão  de menu para selecionar  Meat .
13. O tempo padrão é de 20 minutos.
14. Pode usar os botões "h" e "min" enquanto o tempo de exibição estiver piscando.
15. Use o botão "min" para mover a ecrã através das opções, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.
16. Se quiser cozinhar por 1 hora, pressione o botão "h".
17. Para desfazer a configuração de 1 hora, pressione o botão "h" novamente, enquanto o tempo de exibição pisca.

 Se não fizer nada durante 2 minutos, o aparelho retornará ao modo de espera.




18. Quando escolheu o tempo de cozimento, o aparelho entrará no modo "manter quente".
19. A exibição será desconhecida.
20. No final do tempo de cozedura, o aparelho entrará no modo "manter quente".
21. A luz  brilhará.
22. Pressione parar , abra a tampa e remova o alimento

 CRONÔMETRO


1. Pode usar o temporizador de atraso com os programas de sopa , iogurte , pão , vapor  e mingau  .
2. Faça isso imediatamente após ajustar o tempo de cozimento e antes de pressionar o botão Iniciar  .
  - a) Pressione .
  - b) A luz  brilha, para lembrar que está a usar o temporizador de atraso.
  - c) Decida quando quiser que a sua comida esteja pronta.
  - d) Por exemplo, se for às 2:00 agora, e quer que esteja pronto às 9:00, deve ajustar o tempo de preparação para 7 horas.
  - e) Use os botões "h" e "min" para ajustar o tempo de preparação.
  - f) Pressione Iniciar .



## SOPA

1. Carne marrom e vegetais (ver "BROWN / SAUTE / SOFTEN / BOIL" na página 9).
2. Coloque os ingredientes sólidos na tigela e adicione o líquido de cozimento.
3. Feche a tampa.
4. Use o botão de  menu para selecionar  Soup
5. Escolha o tempo de cozimento .
6. O tempo padrão é de 1 hora.
7. Pode usar os botões "h" e "min" enquanto o tempo de exibição estiver a piscar.
8. Use o botão "min" para mover a tela através das opções, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.
9. Use o botão "h" para mover a tela através das opções, 1,2,3,4 e 5.
10. Para desfazer a configuração de 5 horas, pressione o botão "h" novamente, enquanto o tempo de exibição está piscando.
- ✳ Se não fizer nada por 2 minutos, o aparelho retornará ao modo de espera.
11. Tem a opção de usar o temporizador com este programa (veja CRONÔMETRO).
12. Pressione Iniciar 
13. O visor vai contar para baixo.
14. No final do tempo de cozedura, o aparelho entrará no modo "manter quente".

15. A luz brilhará 
16. Pressione parar  , abra a tampa e remova o alimento.



## YOGUR



### Cultura de iogurte

1. pode usar 30ml (2 colheres de sopa) de:
  - a) iogurte vivo não aromatizado - deve ser fresco (procure por um prazo de validade longo). Diferentes marcas darão resultados diferentes.
  - b) Iogurte que fez anteriormente. As bactérias diminuem ao longo do tempo, então só pode fazer isso 10 vezes antes de usar outra cultura nova.
  - c) Cultivo de iogurte liofilizado de uma farmácia de alimentos saudáveis.
 Se as instruções no pacote de cultura diferirem deste guia, siga as que estão no pacote. Leite
2. Precisar de 1 litro de leite.
3. O leite inteiro dá iogurte mais espesso do que o leite com baixo teor de gordura.
4. Para torná-lo ainda mais espesso, pode adicionar até 8 colheres de sopa de leite em pó.
5. Também pode usar leite em pó reconstituído ou leite evaporado em lata. Fazendo iogurte
6. Precisa matar a bactéria no leite, para evitar que eles competem com as bactérias na cultura do iogurte.



7. Enquanto estiver a aquecer o leite, deixe a cultura do iogurte atingir a temperatura ambiente.
8. Abra a tampa.
9. Use o programa STEAM (BROWN / SAUTE / SOFTEN / BOIL) para aquecer o leite logo abaixo da ebulição.
10. Desligue quando pequenas bolhas se formam ao redor das bordas da tigela.
11. Deixe o leite fresco entre 37 °C e 45 °C.
12. Mexa a cultura de iogurte no leite.
13. Eles devem ser completamente misturados, ou o iogurte será grumoso.
14. Feche a tampa.




15. Use o botão  de menu para selecionar  Yoghurt

16. Escolha o tempo de cozimento.
17. O tempo padrão é de 1 hora.
18. Pode usar os botões "h" e "min" enquanto o tempo de exibição estiver piscando.
19. Use o botão "min" para mover a ecrã através das opções, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.
20. Use o botão "h" para mover a tela através das opções, 6,7,8,9 e 10.
21. Para desfazer a configuração de 10 horas, pressione o botão "h" novamente, enquanto o tempo de exibição está a piscar.
- ✳ Se não fizer nada por 2 minutos, o aparelho retornará ao modo de espera.
22. Tem a opção de usar o temporizador com este programa (veja CRONÔMETRO).

23. Pressione Iniciar 
24. O visor vai contar para baixo.
25. No final do tempo de cozedura, o aparelho entrará no modo de espera.
26. Não manterá o iogurte quente.
27. Pressione parar  , abra a tampa e remova o alimento.






## PÃO

1. Descongelar completamente a massa congelada antes de usar.
2. Não use mais de 500g, ou a massa pode sobrecarregar o aparelho.
3. Limpe a tigela com óleo de cozinha.
4. Coloque a massa na tigela.
5. Feche a tampa.
6. Use o botão  de menu para selecionar  Bread
7. Escolha o tempo de cozimento ..
8. O tempo padrão é de 3 horas.
9. Pode usar os botões "h" e "min" enquanto o tempo de exibição estiver piscando.
10. Use o botão "min" para mover a tela através das opções, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.

11. Use o botão "h" para mover a tela através das opções, 1,2,3,4, 5 e 6.
12. Para desfazer a configuração de 6 horas, pressione o botão "h" novamente, enquanto o tempo de exibição pisca.
- ✳ Se não fizer nada por 2 minutos, o aparelho retornará ao modo de espera.
13. Tem a opção de usar o temporizador com este programa (veja CRONÔMETRO).
14. Pressione Iniciar  Start
15. O visor vai contar para baixo.
16. No final do tempo de cozadura, o aparelho entrará no modo "manter quente".
17. A luz  brilhará
18. Pressione parar  , abra a tampa e remova o alimento.

## PEIXE

1. Passe o peixe com óleo de cozinha.
2. Passe qualquer tempero sobre a superfície do peixe.
3. Coloque uma colher de sopa de óleo de cozinha na tigela.
4. Coloque o peixe no centro da tigela.
5. Feche a tampa. TEMPO DE COZIMENTO
6. O tempo de cozimento dependerá do tipo e peso dos alimentos.
7. Não cozinhe mais de 500 g por vez.

8. Sugerimos tempos de cozimento de 10 minutos por 100 g de peso.
9. Cozinhe o peixe até que a carne esteja opaca por toda parte.
10. Use o botão  de menu para selecionar  Fish
11. O tempo padrão é de 20 minutos.
12. Pode usar os botões "h" e "min" enquanto o tempo de exibição estiver a piscar.
13. Use o botão "min" para mover a tela através das opções, 10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.
14. Se quiser cozinhar por 1 hora, pressione o botão "h".
15. Para desfazer a configuração de 1 hora, pressione o botão "h" novamente, enquanto o tempo de exibição está a piscar.
- ✳ Se não fizer nada por 2 minutos, o aparelho retornará ao modo de espera.
16. Quando escolheu o tempo de cozimento, pressione o botão Iniciar  Start
17. O visor vai contar para baixo.
18. No final do tempo de cozadura, o aparelho entrará no modo "manter quente".
19. A luz  brilhará.
20. É melhor remover a comida assim que cozinhar, para evitar que seque.
21. Pressione parar  , abra a tampa e remova o alimento.





## VAPOR

1. Encha a tigela com água fria até a marca 6.
2. Coloque o cesto dentro da parte superior da tigela.
3. Coloque os alimentos na cesta.
4. Para cozinhar uniformemente, corte todos os pedaços de comida em aproximadamente o mesmo tamanho.
5. Para as ervilhas, ou qualquer coisa que se separe ou caia na água, faça um pacote com papel de alumínio.
6. Tome cuidado ao remover as luvas do forno de uso de encomendas e use pinças / colheres de plástico.
7. Feche a tampa.

8. Use o botão  de menu para selecionar  Steam

9. Escolha o tempo de cozimento - estes devem cozinhar dentro do tempo padrão de 30 minutos:

Quantidade de alimentos (frescos)

Feijão verde 200g

Brócolos 200g

Couve de Bruxelas 200g

Quarto repolho

Cenouras (em fatias) 200g

Espigas de milho 2

Batatas (quartas) 400g

Horas de cozimento e segurança alimentar

10. Cozinhe carne, aves de capoeira e derivados (picada, hambúrgueres, etc.) até que os sumos escoem. Cozinhe o peixe até que a carne seja opaca por toda a parte.

11. Deve cozinhar vegetais de folhas o mínimo possível, para mantê-los verdes e nítidos. Colocar em água gelada

para o processo de cozimento.


12. O tempo padrão é de 30 minutos.

13. Pode usar os botões "h" e "min" enquanto o tempo de exibição estiver a piscar.


14. Use o botão "min" para mover o ecrã através das opções, 30,35,40,45,50 e 55.

15. Use o botão "h" para mover o ecrã através das opções, 1 e 2.

16. Para desfazer a configuração de 2 horas, pressione o botão "h" novamente, enquanto o tempo de exibição pisca.

 Se não fizer nada durante 2 minutos, o aparelho retornará ao modo de espera.

17. Tem a opção de usar o temporizador com este programa (veja CRONÔMETRO).

18. Pressione Iniciar 

19. A exibição será desconhecida.

20. No final do tempo de cozedura, o aparelho entrará no modo "manter quente".

21. A luz  brilhará.

22. É melhor remover a comida assim que ela cozinhar, para evitar que fique encharcada.

23. Pressione parar , abra a tampa e remova o alimento.



Steam

## CASTANHO / SALTEADO / SUAVE / FERVER

1. Pode usar o programa STEAMING na sua configuração padrão, com a tampa aberta, como uma panela de alta temperatura por 30 minutos, antes de cozinhar com outro programa.
2. Use-o com um pouco de óleo para carnes marrom e vegetais, para sauté, para suavizar cebolas, aipo, alho-poró, etc.
3. Use-o com água ou material para pré-aquecer os líquidos de cozimento.
4. Quando muda para o programa principal, o aparelho é aquecido e alguns ou todos os ingredientes já devem estar na tigela.
5. Não precisa de lavar a panela que usou durante a preparação.



## MINGAU / RISOTTO







Use o copo para colocar o grão (arroz, aveia, etc.) na tigela. Mingau

- a) Use a escala à direita, dentro da tigela, que é marcada de 1/2 a 1 1/2.
- b) Não utilize mais de 1 1/2 xícaras.

## Congee

- a) Use a escala no centro, dentro da tigela, que é marcada de 1 a 3.





b) Não use mais de 3 xícaras. 2. Encha a tigela com água até o número correspondente ao número de copos de grãos. 3. Feche a tampa.

4. Use o botão  de menu para selecionar  Porridge/Risotto
5. Escolha o tempo de cozimento.
6. O tempo padrão é de 1 hora.
7. Pode usar os botões "h" e "min" enquanto o tempo de exibição estiver a piscar.
8. Use o botão "min" para mover a tela através das opções, 5,10,15,20,25,30,35,40,45,50 e 55.
9. Use o botão "h" para mover a tela através das opções, 1,2,3 e 4.
10. Para desfazer a configuração de 4 horas, pressione o botão "h" novamente, enquanto o tempo de exibição pisca.
-  Se não fizer nada durante 2 minutos, o aparelho retornará ao modo de espera.
11. Tem a opção de usar o temporizador com este programa (CRONÔMETRO).
12. Pressione Iniciar 
13. O visor vai contar para baixo.
14. No final do tempo de cozedura, o aparelho entrará no modo "manter quente".
15. A luz  brilhará.
16. Pressione parar , abra a tampa e remova o alimento.


Risoto - siga a receita na página 17



## BOLO


1. Descongelar completamente a massa congelada antes de usar.
2. Não preencha a tigela acima da marca 6 na escala esquerda, ou a massa pode sobrecarregar o aparelho.
3. Limpe a tigela com óleo de cozinha.
4. Coloque a massa na tigela.
5. Feche a tampa.
6. Use o botão  de menu para selecionar  Cake
7. Escolha o tempo de cozimento ..
8. O tempo padrão é de 40 minutos ..
9. Pode usar os botões "h" e "min" enquanto o tempo de exibição estiver a piscar.
10. Use o botão "min" para mover a tela através das opções, 30,35,40,45,50 e 55.
11. Use o botão "h" para mover a tela através das opções, 1 e 2.
12. Para desfazer a configuração de 2 horas, pressione o botão "h" novamente, enquanto o tempo de exibição está a piscar.
- ✳ Se não fizer nada por 2 minutos, o aparelho retornará ao modo de espera.
13. Quando escolher o tempo de cozimento, pressione Iniciar 
14. O ecrã será desconectado.
15. No final do tempo de cozedura, o aparelho entrará no modo "manter quente".
16. A luz  brilhará.

17. É melhor remover a comida assim que ela cozinhar, para evitar que se encharque.

18. Pressione parar , abra a tampa e remova o alimento.



## CONTINUE QUENTE



Se deseja usar o recurso manter quente depois de um programa que não o suporta  Meat, então, quando a única coisa exibida no visor for a luz intermitente,

pressione 

Pressione parar  para sair do recurso.



## CUIDADO E MANUTENÇÃO

1. Desconecte o aparelho e deixe arrefecer.
- ✳ Remova a ficha da tomada, e remova o conector da entrada de energia no aparelho.
2. Com a tampa fechada, segure a parte superior do filtro e puxe-a para fora da tampa.
3. Vire-o, para expor as marcas na borda da frente.
4. Segure a tampa do filtro rapidamente e gire o resto do filtro para o cadeado aberto 
5. Pressione as abas na parte inferior da tampa interna  e retire-a do aparelho.
6. Lavar à mão todas as peças removíveis.
7. Limpe todas as superfícies com um pano limpo e húmido.
8. Não coloque nenhuma parte do aparelho no prato aquático.
9. Volte a montar o filtro e substitua-o na tampa.
10. Recoloque a tampa interna na tampa.

## Receitas

"Copo" significa o copo de medição de arroz de 180 ml fornecido com o aparelho

### Vegetais e cuscuz

- 1 colher de sopa de óleo
- 1 cebola grande
- 2 dentes de alho
- 1 de pimentões vermelhos, amarelos e laranja
- 1 jalapeno verde
- 1 feijão canelini
- 1 feijão de manteiga de lata
- 1 tomate picado
- 2 colheres de sopa de pimenta em pó
- 2 quilos de orégãos
- 1 colher de chá de coentros moídos
- 2 colheres de chá de cominho
- 1 colher de chá de purê de tomate
- 1 colher de chá de açúcar
- 2 colheres de sopa de molho de tomate quente (molho de tomate fogo Heinz ou similar)
- Porção de vegetais
- 850ml 120-240ml de conteúdo
- Servir Queijo ralado
- 1 creme de leite pequeno
- Pequena porção de coentros picados

Em primeiro lugar, ligue o Multi Cooker, selecione o programa de vapor e adicione o óleo. Adicione a cebola

picada e o alho e deixe-os suavizar, isso deve demorar alguns minutos. Em seguida, adicione o resto dos ingredientes, exceto o cuscuz. Nota: com o feijão-enxaguar e drenar antes de adicionar ao fogão. Selecione o botão de cozinhar lentamente. Este programa é um ciclo de 8 horas perfeito se estiver indo para o trabalho. Com cerca de 30 minutos para adicionar o cuscuz. Se o ciclo já chegou ao final, basta selecionar a configuração Steam novamente e sair por cerca de 20 minutos. Sirva em uma tigela com um punhado de queijo com uma chuva de creme azedo e salpique de coentro fresco.

Sugestão: se quiser apenas um pimentão de vegetais clássico, não coloque o cuscuz. Iogurte caseiro no fogão 1200ml de leite integral 100ml de iogurte simples (gordura total) Opção de sabor 50g de bagas congeladas de mistura congelada 1 colher de sopa de mel claro Despeje o leite na Panela automática e selecione o programa Steam. Deixe o leite aquecer até que comecem as bolhas nas bordas. Desligue o Multi Cooker e deixe o leite esfriar até cerca de 37 graus. Uma vez que o leite esfriou, adicione o iogurte e misture bem, removendo todos os grumos. Selecione o programa de iogurte. Quando o programa estiver completo, retire e coloque no frigorífico para arrefecer completamente. Enquanto isso, coloque as bagas misturadas numa panela e aqueça suavemente, adicione o mel e cozinhe até que a fruta comece a cair. Retire o fogo e arrefeça. Misture a fruta e o

iogurte juntos. Se quiser armazenar o seu iogurte, deve esterilizar os frascos que vai usar. Coloque-os no forno em torno de 100 graus por 10 minutos ou mais. Não os cozinhe por muito tempo, pois podem quebrar. O iogurte durará até algumas semanas.

### **Fiery NY chili de carne**

450g de carne bovina  
 1 colher de sopa de azeite  
 2 cebolas  
 3 dentes de alho  
 2 colheres de sopa de pimenta em pó  
 1 colher de sopa de caiena  
 1 colher de sopa de pimenta paprika ou chipotle em pó  
 2 colheres de sopa de molho de tomate  
 2 tomates tomates  
 1 pimenta verde  
 1 folha de louro  
 1 colher de sopa de sal  
 1 colher de chá de pimenta  
 1 feijão-rim de lata  
 - adicione no final Grande manjeriço fresco. Descasque e corte as cebolas e o alho. Pique a carne, tomates e pimenta em pedaços de tamanho mordido. Coloque o óleo na panela automática e selecione o programa Steam. Após 1 minuto, adicione os pedaços de carne, girando de vez em quando - deixe a tampa aberta para que possa verificar a carne. Quando estiver dourada ligeiramente, retire a carne da panela automática e deixe numa tigela.

Adicione as cebolas, o alho e todas as ervas ao óleo na panela automática e mexa bem. Quando as cebolas suavizarem, coloque a carne de volta na tigela. Em seguida, coloque tudo, exceto o feijão na tigela, mexa bem. Feche a tampa e selecione a opção Estufar. Depois de uma hora, verifique a carne - se ainda não estiver, adicione um pouco de água para que não fique seca e coloque o programa de carne por mais de 30 minutos.

### **Tagine de peixe marroquino**

1 cebola picada  
 2 dentes de alho, picados  
 1 pimenta vermelha, picada ou cortada em tiras  
 2 varas de aipo cortadas  
 2 tomates picados  
 1 colher de chá de sementes de cominho inteiro ou moído  
 Gengibre moído de  
 1 stp  
 1 açafraão  
 1 canela  
 1 colher de sopa de colar harissa  
 120 ml de vinho branco  
 120 ml de peixe e uma pitada de açafraão (ou uma colher de tomate de purê de tomate)  
 675g de peixe - como o bacalhau, o salmão, a arinca de finland  
 Sal e pimenta a gosto  
 1 limão Punhado de azeitonas verdes  
 Coentro picados

\* A maioria dos supermercados faz misturas de torta de peixe - uma delas funcionaria com o deleite!  
 Adicione todos os ingredientes, exceto os coentros, à Panela automática e selecione a configuração do programa de peixe. Dependendo do tamanho das suas peças de peixe, cozinhe entre 40-60 minutos, até que o peixe fique a esquentar. Acrescente os coentros cortados, verifique o tempero e sirva imediatamente. Fica muito bom com cuscuz.

### **Sopa de ervilhas e presunto**

1150ml de estoque de frango  
 225g de ervilhas  
 1 cebola, cortada em cubos  
 2 cenouras, cortadas em cubos  
 1 vagem de aipo, cortada em cubos  
 2 dentes de alho picados  
 1 colher de sopa de tomilho fresco, finamente picado  
 1 folha de louro  
 1 porção de presunto  
 Pimenta  
 Selecione o programa de cozinhar lentamente na sua Panela automática e coloque o presunto no pote.  
 Adicione as ervilhas, a cebola, as cenouras, o aipo, o alho, o tomilho, a folha de louro e despeje o frango quente;  
 Tempere com pimenta. Quando o programa terminar, remova a porção de presunto do pote. Descarte a pele e os ossos; carne de dados. Descarte a folha de louro.  
 Manteiga levemente ervilhas com a parte de trás de uma

colher de pau. Volte com o presunto à sopa e tempere com gosto com sal e pimenta. Ceu numa tigela! Dica: se é um grande recipiente, pode manter um pouco de presunto para sanduíches.  
 Salmão com um rubor picante  
 2 filetes de salmão - pele em  
 1 colher de chá de azeite  
 1 colher de chá de paprika  
 1 colher de chá de pimenta em pó  
 1/2 colher de chá de cominho Pitada sal e pimenta  
 1 colher de chá de açúcar mascavo  
 1 limão Misture a pimentão, o pimenta em pó, o cominho e o sal e pimenta numa tigela. Pegue nos seus filetes de salmão e polvilhe o molho. Ligue o Panela automática e selecione o programa de peixe. Adicione o óleo à tigela e depois de alguns minutos, quando o óleo estiver aquecido, adicione a pele dos filetes e feche a tampa. Esta é uma ótima combinação de vapor e pedaços de peixe, mas terá uma pele crocante. Sirva com uma fatia de limão - uma ótima refeição leve.

### **Bolo Chocolate Brownie**

170 g de manteiga sem sal, derretida  
 340g de açúcar  
 170g de cacau em pó  
 75g de farinha simples  
 3 ovos grandes, levemente batidos  
 1 colher de chá de essência de baunilha  
 Uma boa pitada de sal

110 g de gotas de chocolate com leite  
 Gelado de baunilha opcional,  
 Para servir Alinhe a tigela da sua Panela automática com um grande pedaço de folha e, em seguida, abrace generosamente a folha. Bata a manteiga derretida, açúcar, cacau em pó, farinha, ovos, baunilha e sal em uma tigela média. Dobre os pedaços de chocolate. Raspe a massa para fora na inserção preparada em uma camada uniforme. Feche a tampa e cozinhe no programa do bolo. Precisa de alterar o tempo padrão para 1 hora e 30 minutos; o bolo deve ser ajustado em torno das bordas e um pouco gooeey no centro. Sirva o bolo quente, colhido em uma tigela e coberto com gelado.

## **Guisado irlandês com bolinhas de queijo de cabra**

### **Para o ensopado:**

1,8 kg de ombro de cordeiro Azeite  
 5 rashers de bacon irregular, picados em pedaços de mordida  
 3 dentes de alho  
 Sal e pimenta a gosto  
 Molho de Cordeiro com 950 ml  
 1 cebola grande, cortada em cubos  
 2 cenouras, cortadas em cubos  
 2 varas de aipo, cortadas em cubos  
 2 raminhos de alecrim fresco  
 2 colheres de sopa de purê de tomate  
 Para os bolinhos:  
 100g de farinha auto-estimulada

50g de sueto  
 1 colher de chá de fermento em pó  
 1 colher de chá de sal  
 5 colheres de sopa de água  
 40g de queijo de cabra macio  
 1 colher de chá de salsa, manjerona e tomilho  
 1 colher de chá de pimenta  
 Retire toda a carne do osso e corte em pedaços de tamanho de mordida. Corte o bacon e corte a cebola, as cenouras e o aipo. Ligue a Panela automática e selecione o programa Vapor. Coloque as cebolas com o óleo na tigela e cozinhe por alguns minutos até suavizarem. Adicione a carne, alho, alecrim e outros vegetais, e cozinhe por cerca de 5 minutos. Adicione o estoque e o purê de tomate e selecione a opção Estufar. Os bolinhos: coloque a farinha, as ervas e o seu numa tigela adicione a água e depois misture o queijo de cabra. Entregue em 6 bolinhos e deixe descansar por 20 minutos. Em um copo, adicione o cornflower e um pouco de água fria e misture até ficar homogêneo. Quando o ensopado demorou 30 minutos no temporizador, adicione a mistura de milho e misture e mexa bem. Em seguida, coloque os bolinhos no guisado. Feche a tampa e deixe até o final do programa. Uma tigela fabulosa de comida!

Nota: se não tem nenhum cordeiro cozido - pegue um ombro e tire a carne do osso - desfaça em pedaços de mordida. Faça o que quiser com o cordeiro cozido, mas selecione a opção de cozinhar lento em vez do programa

de cozer. Quando terminar, volte para a receita acima do momento dos bolinhos.

Alcachofra cozida no vapor

2 alcachofras de globo

1 limão Ramos frescos de ervas como estragão, hortelã, salsa e / ou tomilho

1 dente de alho, descascado e fatiado

Corte o topo do topo das alcachofras, retire e descarte as folhas externas maltratadas. Esfregue as superfícies cortadas com uma fatia de limão. Corte o caule com o corpo da alcachofra. Corte o limão restante e coloque isso na cesta fumegante e na sua Panela automática. Adicione os ramos de ervas frescas e o alho na cesta e coloque a alcachofra no topo. Preencha com água no nível 2 na escala de arroz no interior da tigela. Coloque a cesta fumegante na tigela e feche a tampa. Selecione o programa fumegante. A alcachofra é cozida quando as folhas exteriores podem ser facilmente removidas. Sirva a alcachofra quente ou fria com um vinagrete.

Surpreendente!

### **Cevada de pérolas e borlotti**

1 colher de sopa de azeite

1 feijão borlotti de estanho, drenado e enxaguado

1 cebola, finamente picada

175g de cevada perolada

1 tomate de lata picadinho

1 colher de sopa de purê de tomate

Sal e pimenta a gosto

1Ltr molho de vegetais

125ml de vinho tinto seco

Peito de salsa picada

Óleo de pimenta quente, para servir (opcional)

Coloque o óleo na sua Panela automática e adicione a cebola e uma pitada de sal; Selecione o programa de vapor e cozinhe as cebolas até ficar macio. Adicione o vinho e cozinhe por alguns minutos. Adicione a cevada perola e mexa bem até começar a tomar a cor do vinho. Adicione os feijões, os tomates e o caldo quente.

Selecione o programa de cozido. Verifique após 30 minutos que há líquido suficiente no pote. Sirva com um respingo de óleo de pimentão e sirva quente, sozinho ou com um pouco de pão fresco e crocante.

### **Pudim de xarope de xarope**

115g de manteiga

100 g de açúcar castanho

2 ovos, batidos

1/4 colher de chá de essência de baunilha

Feijão auto-suficiente de 175 g

2 colheres de sopa de leite

4 colheres de sopa de xarope de ouro

Lubrificar uma bacia de duas tigelas à prova de forno ou uma bacia de pudim.

Em uma tigela grande, misture a manteiga e o açúcar.

Adicione, um pouco a cada vez, os ovos batidos, a baunilha e a farinha, até bem misturados. Dobre o leite para obter uma consistência suave.



Despeje o xarope no fundo da bacia preparada e coloque a mistura sobre o topo. Cubra a bacia com pergaminho e depois com papel alumínio e amarre com corda para garantir. Coloque na sua Panela automática (certifique-se de que há espaço ao redor da tigela. Adicione água a fervente à Panela automática, cerca de uma polegada inferior ao bordo da tigela. Selecione o programa Steam por 1 a 1/2 horas ou até o pudim Retorna quando tocado, Inverte no prato de servir e sirva quente. Este é um pudim excelente a qualquer hora do ano !!

### **Pão branco**

1 colher de sopa de xarope de ouro

1 colher de sopa de manteiga derretida

320ml de leite morno

1 sachet de levedura

500g de farinha branca forte

1 colher de chá de sal Em uma tigela, coloque a farinha e o sal e misture bem.

Adicione a saqueta de levedura e adicione a manteiga derretida e o xarope dourado. Finalmente, adicione o leite morno e amasse em uma bola. Adicione um pouco de farinha extra se o mix estiver muito pegajoso. Cubra e deixe em um local quente por 10 minutos. Retire e misture novamente bem. Coloque de volta na tigela, cubra e deixe novamente por 10 minutos. Em seguida, coloque o pão em seu fogão Russell Hobbs Multi e selecione o programa de pão. Verifique se o visor mostra 2.30. Vire o pão e cozinhe durante os últimos 30 minutos - tal ajudará a dar o topo do pão um pouco de cor e uma crise. Sirva com

amarração de manteiga.

Pão de soda

1 pacote de bicarbonato de sódio

350 ml de água Manteiga para lubrificar a tigela

Em primeiro lugar, lubrifique a base e os lados inferiores da tigela das máquinas com um pouco de manteiga. Tal impede o pão de aderir aos lados ao assar. Ligue a Panela automática e selecione a opção de pão. A hora padrão de 3 horas será exibida. Selecione o temporizador e reduza o tempo para 2 horas e 15 minutos. Em uma tigela de cozimento grande, coloque a mistura de pacotes e a água e combine à mão. Isso levará um minuto ou mais. Em seguida, coloque a mistura na tigela agora quente, deve quase cobrir toda a base da tigela. Com uma espátula de plástico, divida a massa de pão em quartos. Feche a tampa. Após 1 hora e 45 minutos, verifique o pão - a base deve ser dourada e ter um som vazio quando esta é tocada. Vire o pão e saia durante a última meia hora - é assim que o topo do pão fica um pouco crocante. Retire e coloque em uma bandeja de refrigeração enquanto resiste ao cheiro de pão morno. Coma com manteiga salgada sozinha ou com uma refeição. Sugestão: não deixe o pão depois de ter terminado de cozinhar, pois acabará por ficar um pouco encharcado.

### **Mingau**

1 1/2 xícaras de aveia água

1 colher grande de sal  
 2 colheres de chá de açúcar Servir Açúcar muscovado escuro Creme ou leite Um pequeno tot de whiskey-opcional  
 Usando o copo, coloque duas medidas na Panela automática. Adicione o sal e o açúcar - tal significa que começa um bom começo para o seu sabor final desde o início do processo de cozimento. Encha com água na linha 11/2 na tigela com mingau marcada. Feche a tampa e selecione a opção porridge / risoto. Vai demorar 1 hora. Se estiver a fazer menos redução em 15 minutos por 1/4 de aveia menor. Se sentir o impulso, pode agitar durante o processo, mas apenas se desejar. Top Dica: este lote servirá 6 facilmente para que possa estalar no frigorífico uma vez arrefecido e usá-lo em alguns dias ... mmmm. Pode adicionar damascos secos picados ou ameixas secas (picadas) na mistura quando houver cerca de 15 minutos para cozinhar se gosta de uma alternativa ao seu mingau!

### Maçã De Noz

1/2 xícara de aveia enrolada água  
 120 ml de leite  
 3 colheres de sopa de coco dessecado  
 1 colher de chá de canela Servir Xarope dourado Amêndoas Nibbed Coloque a aveia, a canela, o leite e o coco na Multi Cooker. Adicione água suficiente para

alcançar a linha 1/2 na escala do mingau. Selecione o programa de mingau / risoto. Quando terminar, drizzle sobre um pouco de xarope de ouro e polvilhe amendoas nibbed no topo. Sirva imediatamente.  
 Risoto de beterrabas multi-fogão  
 2 colheres de sopa de azeite  
 400g de beterraba, fresco  
 1 cebola  
 2 dentes de alho  
 250g de arroz Arborio para risotto  
 250 ml de vinho branco  
 1 colher de chá de tomilho fresco  
 900ml de vegetais ou de galinha Terminar  
 100g de iogurte simples com baixo teor de gordura  
 1 colher de sopa de salsa finamente picada  
 1 colher de sopa de manteiga Em primeiro lugar, gire o Multi Cooker e selecione o programa de mingau / risoto. Corte finamente os dentes de alho, cebola e descasque e corte a beterraba em cubos pequenos. Coloque-os no Multi Cooker e refogue por cerca de 10 minutos até as cebolas suavizar. Adicione o arroz e mexa bem. Feche a tampa e deixe cozinhar por mais 3-4 minutos. Adicione o vinho, misture e novamente deixe cozinhar por 3-4 minutos. Adicione o tomilho e o estoque quente. Quando o programa terminar, teste o arroz para certificar-se de que ele está cozinhado, deve ter uma pequena mordida, mas não é difícil. Se não for feito, adicione um pouco de água e prolongue o tempo de cozimento por alguns minutos. Adicione a manteiga - isso dá ao risoto seu

brilho. Sirva com uma dose de iogurte e polvilhe com salsa. Este é realmente bom como um iniciante ou como uma opção de almoço leve.

### **Arroz salgado**

2 xícaras de arroz

agua

1 vaso de vegetais dissolvido

2 palitos de aipo, picados

1 pimenta picada

2 cenouras picadas

1 pitada de açafrão (açafrão fará)

Opcional

Um punhado de ervilhas

Coloque o arroz na tigela e encha com água na marca de 2 na medida do Arroz na tigela. Adicione os outros ingredientes, misture bem, depois feche a tampa e selecione a opção de arroz. Quando a água foi absorvida, a máquina emitirá um sinal sonoro. Se o arroz não for feito, deixe alguns minutos com a tampa fechada para continuar a vapor.

### **Sopa de tomate**

1 cebola picada

1 colher de sopa de azeite

1 tomate cortado em lata

2 tomates picados

1 pimenta apimentada

1 pt de galinha quente

2 batatas médias, descascadas e em cubo

1 colher de chá de ervas misturadas

1 colher de sopa de purê de tomate

1 colher de chá de pimenta preta rachada

Selecione o programa de sopa no Multi Cooker. Adicione o óleo e a cebola picada e pimenta. Cozinhe até que as cebolas estejam macias e adicione os outros ingredientes, mexa bem e feche a tampa. Antes de servir verifique os sabores e sirva com pão crucificado.

### **Chouriço, repolho e sopa de maçã**

1/4 de salsicha de chouriço, pequena picada

1 cebola, finamente picada

2 palitos de aipo, finamente picado

2 cenouras, picadas finamente

2 tomates, picados

Repolho de 1/4 de primavera, finamente picado

2 dentes de alho. Picado finamente

1 colher de sopa de purê de tomate

1 colher de chá de pimenta caiena

Um bom pitada de sal e pimenta

Estoque de vegetais 850ml

Coloque o chouriço, a cebola eo alho na sua fogão Russel Hobbs Multi e selecione o programa Steam. Uma vez que as cebolas se amolecem após alguns minutos adicione todos os outros ingredientes e mexa bem. Feche a tampa e selecione o programa de sopa. Esta é uma sopa excelente e, se deixar a noite na geladeira, o sabor se desenvolverá ainda mais.

## Frango com tomates e cogumelos

2 peitos de frango  
 1 colher de chá de azeite  
 450g de cogumelos marrons, picados  
 2 dentes de alho picados  
 1 tomate de estanho  
 Um bom molho Worcestershire  
 1 colher de sopa de molho de tomate  
 1 colher de chá de orégano seco  
 Sal e pimenta a gosto  
 Selecione o programa de carne na sua Panela automática e adicione o óleo à tigela.  
 Tempere o frango bem com sal e pimenta e coloque na tigela quente. Seque ambos os lados por um minuto ou mais, então adicione o alho esmagado e os cogumelos picados - cozinhe por mais 3-4 minutos, gire o frango uma vez. Adicione os tomates enlatados e o molho Worcester, o molho de tomate e o orégano. Cozinhe, gire novamente. Quando terminar, verifique o sabor e que o frango seja cozido e sirva com macarrão, batata ou arroz.  
 Uma rápida e saborosa loja de ceia de armário.

## Costelas reforçadas com maple e soja

Costela de porco da barriga de 1 kg  
 1 colher de chá de óleo  
 1 cebola, cortada em cubos  
 3 dentes de alho picados  
 350ml Guinness (ou outro robusto)  
 240ml de carne bovina ou de porco

Xarope de maple de 60 ml (o mel também funcionaria)  
 2 colheres de sopa de molho de soja escuro  
 Coloque o óleo na sua Panela automática e selecione o programa de carne. Mude o tempo para 1 hora e 45 minutos. Adicione as costelas e molhe por mais de 5 minutos, girando de vez em quando. Quando terminar, tire as costelas do pote e adicione as cebolas e o alho e deixe-os cozinhar por alguns minutos para suavizar. Coloque as costelas de volta ao pote e mexa no Guinness, no molho, no xarope e na soja. Uma vez terminado, verifique o sabor do molho e depois sirva imediatamente.  
 Um ótimo iniciante ou como parte de um almoço escolhido e misto.

## Um pote de peixe

1 kg de articulação do peito  
 50g de salsicha de chouriço, fatiada  
 2 dentes de alho, descascados e picados  
 2 cebolas vermelhas, descascadas e picadas 6-8 batatas pequenas cortadas em pedaços-peles  
 2 cenouras picadas  
 600 ml de bife quente  
 1 tomate cortado em lata  
 2 colheres de sopa de purê de tomate  
 2 folhas de louro  
 2 colheres de sopa de ervas misturadas

2 bom molho Worcestershire

1 colher de sopa de alecrim fresco

Sal e pimenta a gosto

Selecione o programa de vapor na Panela automática e, após 1 minuto, adicione as fatias de chouriço. Quando eles começam a dar um pouco de óleo, adicione a junção de peito bem temperada. Depois de alguns minutos, gire a junta e feche no outro lado. Quando terminar, adicione as cebolas e a nota de legumes se tiver qualquer outro vegetal de raiz que precise usar o pop-in. Quando as cebolas começarem a suavizar, adicione os ingredientes restantes e, em seguida, selecione o programa de cozinhar lento. Vai chegar 8 horas, mas provavelmente estará pronto para comer depois de 5 horas. Não fará nenhum dano deixando-o durante as 8 horas.

**Apreciar!**



## PROTEÇÃO AMBIENTAL

Para evitar problemas ambientais e de saúde devido a substâncias perigosas em produtos elétricos e eletrônicos, os aparelhos marcados com este símbolo não devem ser descartados com resíduos urbanos não triados, mas recuperados, reutilizados ou reciclados.

**Garantia: 2 anos**