

Tefal®



**LIVRE DE RECETTES • RECIPE BOOK • RECEPTENBOEK • LIBRO DI RICETTE •
REZPTBUCH • LIBRO DE RECETAS • LIVRO DE RECEITAS**

ELECTRIC PRESSURE COOKER

FR

Baby food	• Soupe de tomates.....	4
	• Ratatouille.....	7
Stew / Soup	• Velouté de poireaux et pommes de terre.....	10
	• Soupe au potiron.....	13
Pressure cook	• Longe de porc aux champignons.....	16
	• Cuisses de poulet au barbecue.....	19
	• Sauce bolognaise au bœuf.....	22
	• Chili con carne.....	25
	• Bœuf Stroganoff.....	28
	• Viande hachée en feuilles de chou.....	31
	• Chou au jambon fumé.....	34
	• Poulet aux champignons.....	37
	• Boulettes de poulet à la hongroise.....	40
	• Riz au lait.....	43
	• Confiture de pêche.....	46
	• Langue de bœuf aux olives.....	49
	• Soupe de pommes de terre.....	52
	• Poulet au paprika.....	55
	• Porc aux carottes.....	58
	• Bœuf en sauce à l'aneth.....	61
	• Ragoût de veau.....	64
	• Moules marinières.....	67
	• Merlu aux palourdes.....	70
	• Seiche aux pommes de terre.....	73
Bake	• Cheesecake.....	76
Slow cook	• Jarrets d'agneau braisés.....	79
Rice	• Risotto aux champignons.....	82
	• Risotto à la courge.....	85
Oatmeal	• Flocons d'avoine à l'ananas et à la menthe.....	88
	• Avoine concassée.....	91

EN

Baby food	• Tomato soup.....	4
	• Ratatouille.....	7
Stew / Soup	• Cream of leek & potato soup.....	10
	• Pumpkin Soup.....	13
Pressure cook	• Pork loin with mushrooms.....	16
	• Barbecue chicken legs.....	19
	• Beef bolognese sauce.....	22
	• Chili con carne.....	25
	• Beef stroganof.....	28
	• Minced meat in cabbage leaves.....	31
	• Cabbage with smoked ham.....	34
	• Chicken with mushrooms.....	37
	• Chicken meatballs Hungarian style.....	40
	• Rice with milk.....	43
	• Peach jam.....	46
	• Beef tongue with olives.....	49
	• Potato soup.....	52
	• Chicken paprika.....	55
	• Pork with carrots.....	58
	• Beef in a dill sauce.....	61
	• Veal stew.....	64
	• Mussels a la marinera.....	67
	• Hake with clams.....	70
	• Cuttlefish with potatoes.....	73
Bake	• Cheesecake.....	76
Slow cook	• Braised lamb shanks.....	79
Rice	• Mushroom risotto.....	82
	• Butternut squash risotto.....	85
Oatmeal	• Oatmeal with pineapple and mint.....	88
	• Steel cuts oats.....	91

NL

Baby food	• Tomatensoep.....	4
	• Ratatouille.....	7
Stew / Soup	• Aardappelroomsoep met prei.....	11
	• Pompoensoep.....	14
Pressure cook	• Varkensgebraad met champi.....	17
	• Barbecue-kippenbouten.....	19
	• Bolognaisesaus met rundvlees.....	22
	• Chili con carne.....	25
	• Bœuf Stroganoff.....	28
	• Gehakt in koolbladeren.....	32
	• Kool met gerookte ham.....	34
	• Kip met champignons.....	38
	• Hongaarse kipschotel.....	41
	• Rijst met melk.....	43
	• Perzikenjam.....	46
	• Rundertong met olijven.....	50
	• Aardappelsoep.....	52
	• Kip met paprika.....	55
	• Varkensvlees met wortelen.....	58
	• Rundvlees in een dillesaus.....	61
	• Kalfsstoofpotje.....	64
	• Mosselen a la marinera.....	68
	• Heek met kokkels.....	71
	• Inktvis met aardappelen.....	74
Bake	• Kwarktaart.....	76
Slow cook	• Gebraden lamsschenkel.....	80
Rice	• Risotto met champignons.....	82
	• Risotto met butternut pompoen.....	86
Oatmeal	• Havermoutpap met ananas en munt.....	88
	• Havergrutten.....	91

IT

Baby food	• Zuppa di pomodoro.....	5
	• Ratatouille.....	8
Stew / Soup	• Vellutata di porro e patate.....	11
	• Vellutata di zucca.....	14
Pressure cook	• Lonza di maiale con funghi.....	17
	• Cosce di pollo con salsa Barbecue.....	20
	• Ragù di carne.....	23
	• Chili con carne.....	26
	• Manzo alla Stroganoff.....	29
	• Involtini di foglie di cavolo con carne macinata.....	32
	• Cavolo con prosciutto affumicato.....	35
	• Pollo con funghi.....	38
	• Paprikash di pollo.....	41
	• Riso con latte.....	44
	• Marmellata di pesche.....	47
	• Lingua di bue con olive.....	50
	• Zuppa di patate.....	53
	• Pollo alla paprica.....	56
	• Maiale con carote.....	59
	• Manzo in salsa all'aneto.....	62
	• Stufato di vitello.....	65
	• Cozze alla marinara.....	68
	• Nasello con vongole.....	71
	• Seppie con patate.....	74
Bake	• Cheesecake.....	77
Slow cook	• Stinchi di agnello brasati.....	80
Rice	• Risotto ai funghi.....	83
	• Risotto alla zucca.....	86
Oatmeal	• Zuppa d'avena con ananas e menta.....	89
	• Avena irlandese.....	92

DE

Baby food	• Tomatensuppe.....	5
	• Ratatouille.....	8
Stew / Soup	• Lauch- und Kartoffelcremesuppe.....	11
	• Kürbissuppe.....	14
Pressure cook	• Schweinelende mit Pilzen.....	17
	• Gegrillte Hähnchenschenkel.....	20
	• Bolognese mit Rindfleisch.....	23
	• Chili con Carne.....	26
	• Boeuf Stroganoff.....	29
	• Kohlrouladen.....	32
	• Kohl mit geräuchertem Schinken.....	35
	• Huhn mit Pilzen.....	38
	• Paprikahuhn.....	41
	• Milchreis.....	44
	• Pfirsich-Marmelade.....	47
	• Rinderzunge mit Oliven.....	50
	• Kartoffelsuppe.....	53
	• Hühnerfleisch mit Paprika.....	56
	• Schweinefleisch mit Karotten.....	59
	• Rindfleisch in Dillsoße.....	62
	• Kalbsragout.....	65
	• Muscheln à la Marinara.....	68
	• Seehecht mit Venusmuscheln.....	71
	• Tintenfisch mit Kartoffeln.....	74
Bake	• Käsekuchen.....	77
Slow cook	• Geschmorte Lammkeule.....	80
Rice	• Pilz-Risotto.....	83
	• Kürbis-Risotto.....	86
Oatmeal	• Haferbrei mit Ananas und Minze.....	89
	• Hafergrütze.....	92

ES

Comida para bebé	• Sopa de tomate.....	5
	• Ratatouille.....	9
	• Crema de puerro y sopa de patata.....	12
Estofado sopa	• Crema de calabaza.....	15
	• Lomo de cerdo con champiñones.....	18
Cocinar a presión	• Muslos de pollo a la barbacoa.....	20
	• Salsa boloñesa de carne de ternera.....	23
	• Chile con carne.....	26
	• Stroganoff de ternera.....	29
	• Carne picada en hojas de col.....	33
	• Col con jamón ahumado.....	35
	• Pollo con champiñones.....	39
	• Paprikash de pollo.....	42
	• Arroz con leche.....	44
	• Mermelada de melocotón.....	47
	• Lengua de ternera con aceitunas.....	51
	• Sopa de patata.....	53
	• Paprika de pollo.....	56
	• Cerdo con zanahorias.....	59
	• Ternera en salsa de eneldo.....	62
	• Estofado de ternera.....	65
	• Mejillones a la marinera.....	69
• Merluza con almejas.....	72	
• Sepia con patatas.....	75	
Asar	• Tarta de queso.....	77
Cocinar a fuego lento	• Estofado de pierna de cordero.....	81
Arroz	• Risotto de champiñones.....	83
	• Risotto de calabaza moscada.....	87
Avena	• Avena con piña y menta.....	89
	• Avena cortada en acero.....	92

PT

Comida de bebé	• Sopa de tomate.....	6
	• Ratatouille.....	9
	• Creme de alho francês e sopa de batata.....	12
Estufado Sopa	• Sopa de abóbora.....	15
Cozer a pressão	• Lombo de porco com cogumelos.....	18
	• Churrasco de pernas de frango.....	21
	• Bolonhesa.....	24
	• Chili com carne.....	27
	• Stroganoff de vaca.....	29
	• Carne picada em folhas de repolho.....	33
	• Repolho com presunto.....	36
	• Frango com cogumelos.....	39
	• Frango com paprica.....	42
	• Arroz doce.....	45
	• Compota de pêsego.....	48
	• Língua de vitela com azeitonas.....	51
	• Sopa de batata.....	53
	• Frango paprica.....	57
	• Porco com cenouras.....	60
	• Vitela em molho de endro.....	63
	• Guisado de vitela.....	66
• Mexilhões à marinera.....	69	
• Pescada com amêijoas.....	72	
• Chocos com batatas.....	75	
Cozer	• Cheesecake.....	78
Confecção lenta	• Refogado de pernas de borrego.....	81
Arroz	• Risotto de cogumelos.....	84
	• Risotto de abóbora butternut.....	87
Aveia	• Papa de aveia com ananás e hortelã.....	90
	• Papa de aveia grossa.....	93

FR 25 programmes en 1 seul autocuiseur. Vos plats préférés en quelques minutes.

Voulez-vous un dîner sain et fait maison sur la table rapidement ? Avec l'autocuiseur Tefal, il est facile de concocter de délicieux repas pour toute la famille sans passer des heures dans la cuisine. Que vous prépariez le petit-déjeuner, le déjeuner, le dîner ou un dessert, vous aurez l'embaras du choix parmi les options de repas disponibles dans l'autocuiseur Tefal. Réglez le départ différé et préparez un porridge ou des flocons d'avoine chauds et réconfortants à déguster en famille au réveil. Faites cuire à la vapeur des légumes frais en guise d'accompagnement sain et facile. Faites mijoter une délicieuse soupe ou un ragoût pour faire le bonheur de la famille le soir en rentrant à la maison. Utilisez les pré-réglages de l'autocuiseur pour faire cuire rapidement les poissons, les viandes ou vos légumes préférés. N'oubliez pas le dessert, l'autocuiseur Tefal donne facilement forme à des gâteaux moelleux et parfaitement cuits, mais aussi à d'autres desserts en un rien de temps. Mais ne nous croyez pas sur parole, essayez par vous-même certaines de nos excellentes recettes. Ce livre comprend 30 délicieuses recettes faciles à réaliser, et qui régaleront toute la famille.

Remarque : Ces recettes ont été élaborées à l'aide de verres doseurs pour les ingrédients secs et liquides. 1 verre doseur = 250 ml. Pour obtenir de meilleurs résultats, nous vous recommandons d'acheter un lot de verres doseurs.

EN 25-in-1 pre-set programs. Your favourite meals in minutes.

Do you want a healthy, homemade dinner on the table fast? With the Tefal Electric Pressure Cooker it is easy to whip up delicious meals for the entire family without spending hours in the kitchen. Whether you're cooking breakfast, lunch, dinner or dessert there are countless meal options that can be prepared in the Tefal electric pressure cooker. Set the delayed start and have hot, comforting porridge or oatmeal ready when the family wakes up. Steam fresh vegetables for a healthy and easy side dish. Slow cook a delicious soup or stew that the whole family will enjoy when they get home. Use the pressure cooker pre-sets to quickly cook fish, a variety of meat or your favourite vegetables. Don't forget about dessert, the Tefal Electric Pressure Cooker easily creates moist, perfectly baked cakes and other desserts in a fraction of the time. But don't take our word for it, try some of our great recipes for yourself. This recipe book includes 30 delicious recipes that are not only easy to make but something that the whole family will enjoy.

Note: These recipes have been devised using cup measurements for both dry and liquid ingredients. 1 measuring cup = 250 ml. For best results we recommend purchasing a set of measuring cups from a hardware stores for use with these recipes.

NL 25-in-1 vooraf ingestelde programma's. Uw favoriete maaltijden in slechts enkele minuten.

Wilt u snel een gezonde en zelfgemaakte avondmaal op de tafel? Met de Tefal Elektrische snelkookpan maakt u in een oogwenk lekkere maaltijden voor het hele gezin zonder uren in de keuken bezig te zijn. Ongeacht of u een ontbijt, een middagmaal, een avondmaal of een nagerecht bereidt, de gerechten die u met de Tefal elektrische snelkookpan kunt bereiden zijn eindeloos. Stel de uitgestelde starttijd in en geniet van een kom lekkere en warme havermoutpap wanneer het gezin wakker wordt. Stoom verse groente voor een gezonde en eenvoudige maaltijd. Laat een lekkere soep of stoofschotel langzaam garen en het hele gezin kan ervan genieten wanneer ze thuis komen. Gebruik de vooraf ingestelde programma's om op een snelle manier vis, verschillende soorten vlees of uw favoriete groente met de snelkookpan te bereiden. En vergeet het nagerecht niet, de Tefal Elektrische snelkookpan bereidt eenvoudig luchtige en perfect gebakken cakes en andere nagerechten in een fractie van de tijd. Maar u hoeft ons niet zomaar te geloven, probeer zelf enkele van onze geweldige recepten uit! Dit receptenboek bevat 30 lekkere recepten die niet alleen eenvoudig te bereiden zijn, maar die tevens door het hele gezin gewaardeerd zullen worden.

Opmerking: Deze recepten werden opgesteld met gebruik van bekerhoeveelheden, dit zowel voor de droge als de vloeibare ingrediënten. 1 maatbeker = 250 ml. Voor het beste resultaat raden wij u aan een set maatbekers bij uw handelaar te kopen om voor deze recepten te gebruiken.

IT 25 modalità di di cottura predefinite in 1. Le tue pietanze preferite in pochi minuti.

Desideri un pasto salutare e casalingo in poco tempo? La pentola a pressione elettrica Tefal permette di preparare deliziose pietanze per tutta la famiglia senza passare ore in cucina. Colazione, pranzo, cena e dessert: la pentola a pressione elettrica Tefal offre numerose opzioni per ogni momento della giornata. Programma l'avvio ritardato per avere la colazione pronta e calda al tuo risveglio. Cuoci al vapore verdura fresca per un contorno semplice e salutare. Prepara una zuppa o uno stufato per accogliere la famiglia al ritorno a casa. Usa le funzioni predefinite della pentola a pressione per cuocere rapidamente pesce, carne o verdura. Quando hai voglia di un dessert, la pentola a pressione elettrica Tefal sforna facilmente torte cotte a puntino e altri dolci in pochissimo tempo. Puoi crederci sulla parola o provare tu stesso alcune delle nostre ricette! Questo ricettario include 30 deliziose ricette, facili da preparare e adatte a tutti i gusti.

Nota: queste ricette sono state create usando la tazza come unità di misura, sia per gli ingredienti liquidi che per quelli solidi. 1 tazza = 250 ml. Per i migliori risultati, si raccomanda di acquistare un set di tazze presso un negozio specializzato.

DE 25-in-1 voreingestellte Programme. Ihre Lieblingsgerichte in Minutenschnelle

Möchten Sie schnell eine gesunde, selbst zubereitete Mahlzeit auf den Tisch bringen? Mit dem elektrischen Schnellkochtopf von Tefal ist es super einfach, leckere Mahlzeiten für die ganze Familie zu zaubern, ohne dafür Stunden in der Küche zu stehen. Ganz gleich, ob Frühstück, Mittagessen, Abendessen oder Nachtschicht, es gibt unzählige Optionen, die Sie mit dem elektrischen Schnellkochtopf von Tefal zubereiten können. Stellen Sie den zeitversetzten Start ein, damit der warme, schmackhafte Haferbrei oder Porridge servierfertig ist, wenn die Familie zum Frühstück erscheint. Sie möchten eine gesunde und unkomplizierte Beilage zubereiten? Dämpfen Sie einfach frisches Gemüse. Verwöhnen Sie Ihre Familie, wenn sie nach Hause kommt, mit einer langsam gegarten leckeren Suppe oder einem Eintopf. Bereiten Sie mithilfe der Voreinstellungen des Schnellkochtopfs rasch Fisch, verschiedene Fleischsorten oder Ihre bevorzugten Gemüsesorten zu. Und vergessen Sie das Dessert nicht ... der elektrische Schnellkochtopf von Tefal bereitet mühelos in kürzester Zeit saftige, perfekt gebackene Kuchen und andere Desserts zu. Überzeugen Sie sich selbst und probieren Sie einige unserer großartigen Rezepte aus. Dieses Rezeptbuch enthält 30 köstliche, einfach zuzubereitende Rezepte, die ein Genuss für die ganze Familie sein werden.

Hinweis: Die Mengen in diesen Rezepten werden sowohl für trockene, als auch flüssige Zutaten in Messbechern angegeben. 1 Messbecher = 250 ml. Um optimale Ergebnisse zu erzielen, empfehlen wir ein Messbecher-Set für die Verwendung mit diesen Rezepten in einem Fachgeschäft zu kaufen.

ES 25-en-1 programas preestablecidos. Sus platos favoritos en unos minutos.

¿Quiere tener una comida sana y casera sobre la mesa al instante? Con la Olla a Presión Eléctrica de Tefal es muy sencillo improvisar deliciosos platos para toda la familia sin pasarse horas en la cocina. Tanto si va a preparar el desayuno como la comida, la cena o el postre; hay un sinfín de opciones de platos que se pueden preparar en la Olla a Presión Eléctrica de Tefal. Ajuste el inicio retrasado y tenga una reconfortante y caliente avena lista para cuando se despierte la familia. Cocine al vapor verduras frescas para disfrutar de un plato saludable y fácil de preparar. Cocine a fuego lento deliciosas sopas o estofados que disfrutará toda la familia cuando llegue a casa. Utilice los programas preestablecidos de la olla a presión para cocinar rápidamente pescados, distintas carnes o sus verduras favoritas. No se olvide del postre, la Olla a Presión Eléctrica de Tefal elabora fácilmente bizcochos jugosos y perfectamente horneados y otros postres en unos instantes. Compruébelo usted mismo, pruebe algunas de nuestras fantásticas recetas. Este libro de recetas incluye 30 deliciosas recetas que no solo son fáciles de preparar, sino que además puede disfrutarlas toda la familia.

PT 25-em-1 programas predefinidos As suas refeições favoritas em minutos.

Quer um jantar caseiro e saudável na mesa confeccionado em pouco tempo? Com a Panela de Pressão Elétrica Tefal é fácil preparar refeições deliciosas para toda a família sem passar horas na cozinha. Independentemente de estar a confeccionar o pequeno-almoço, o almoço, o jantar ou a sobremesa, há imensas opções de refeições que podem ser preparadas na Panela de Pressão Elétrica Tefal. Defina o início retardado e tenha os flocos de aveia quentes e reconfortantes quando a família acordar. Coza legumes frescos a vapor para obter um acompanhamento fácil e saudável. Cozinhe lentamente uma sopa deliciosa ou um estufado que toda a família apreciará quando chegar a casa. Utilize as predefinições da panela de pressão para cozinhar rapidamente peixe, uma variedade de carnes ou os seus legumes favoritos. Não esqueça a sobremesa: a Panela de Pressão Elétrica Tefal cria facilmente bolos perfeitamente cozidos ou húmidos e outras sobremesas numa fração de tempo. Mas não acredite no que lhe dizemos, faça você mesmo algumas das nossas melhores receitas. Este livro inclui 30 receitas deliciosas que não só são fáceis de fazer como serão apreciadas por toda a família.



FR Soupe de tomates



10 minutes

X 4

1 boîte (800 g) de tomates en dés ou hachées • 1 oignon moyen, haché • 1 verre de sauce tomate ou de purée de tomates • 3 cuillères à soupe de tomates séchées, sans huile • 1 pomme de terre moyenne, coupée en cubes • 1 carotte, coupée en dés • 2 feuilles de basilic • 1 verre de bouillon de légumes • 2 cuillères à soupe de beurre

- Mettez les tomates, l'oignon haché, la sauce tomate, la pomme de terre, la carotte, la tomate séchée et du basilic ainsi que le verre de bouillon de légumes dans le bol de cuisson.
- Assaisonnez de sel et de poivre et remuez pour amalgamer le tout.
- Sélectionnez le programme de cuisson sous pression ; Minuteur : **10 minutes**.
- Une fois la soupe cuite, relâchez la pression avant d'ouvrir le couvercle. Ouvrez le couvercle.
- Ajoutez du basilic et la purée de tomates et mixez avec un batteur manuel (ou utilisez un batteur électrique) et incorporez le beurre.
- Salez et poivrez. Servez avec de la crème.

EN Tomato soup



10 min

X 4

1 (800 g) can diced or chopped tomatoes • 1 medium Onion, chopped • 1 cup Tomato sauce or passata • 3 tbsp. chopped sundried tomatoes, no oil • 1 medium potato, cubed • 1 carrot, diced • 2 sprigs Basil • 1 cup Vegetable broth or vegetable stock • 2 tablespoons Butter

- Put the tomatoes, the chopped onion, the tomato sauce, potato, carrot, sundried tomato and the basil as well as the cup of vegetable broth or stock in the cooking bowl.
- Season with salt & pepper and stir to combine everything.
- Select Pressure Cook program, Low - Timer: **10 minutes**.
- When the soup is done cooking, release the pressure before opening the lid. Open the lid.
- Mix the basil and puree with a hand blender (or place in a blender) and stir in butter.
- Season with salt and pepper. Serve with sour cream.

NL Tomatensoep



10 min

X 4

1 (800 g) blik tomaten, in blokjes of gehakt • 1 medium ui, gehakt • 1 beker tomatensaus of passata • 3 el zongedroogde tomaten, gehakt en zonder olie • 1 medium aardappel, in stukken • 1 wortel, in blokjes • 2 takjes basilicum • 1 beker groentebouillon • 2 el boter

- Doe de tomaten, de gehakte ui, de tomatensaus, de wortel, de zongedroogde tomaten en de basilicum, samen met de beker groentebouillon in de binnenpan.
- Breng op smaak met peper en zout en roer alles goed door.
- Selecteer het programma Onder druk koken, Laag - Timer: **10 minuten**.
- Wanneer de soep is gekookt, geef eerst de druk vrij alvorens het deksel te openen. Open het deksel.
- Verwijder de basilicum en pureer met een staafmixer (of doe het in een blender) en voeg de boter al roerend toe.
- Breng op smaak met peper en zout. Dien op met zure room.

IT Zuppa di pomodoro



1 scatola di pomodori a pezzetti (800 g) • 1 cipolla media, a pezzetti • 1 tazza di salsa o passata di pomodoro • 3 CC di pomodori secchi a pezzetti • 1 patata media, a cubetti • 1 carota, a cubetti • 2 steli di basilico • 1 tazza di brodo di verdura • 2 CC di burro

- Versare nella pentola di cottura i pomodori, la cipolla a pezzetti, la salsa di pomodoro, la patata, la carota, i pomodori secchi, il basilico e la tazza di brodo di verdura.
- Aggiungere sale e pepe e mescolare per amalgamare il tutto.
- Selezionare la funzione Cottura a pressione, livello basso - Tempo: **10 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione prima di aprire il coperchio. Aprire il coperchio.
- Rimuovere il basilico e miscelare con un frullatore a immersione (o trasferire in un frullatore) e aggiungere il burro.
- Condire con sale e pepe. Servire con panna acida.

DE Tomatensuppe



1 Dose gewürfelte oder zerkleinerte Tomaten (800 g) • 1 mittelgroße Zwiebel, gehackt • 1 Messbecher Tomatensoße oder Passata • 3 EL gehackte getrocknete Tomaten, gehackt, ohne Öl • 1 mittelgroße Kartoffel, gewürfelt • 1 Karotte, gewürfelt • 2 Basilikumzweige • 1 Messbecher Gemüsebrühe oder -fond • 2 EL Butter

- Tomaten, gehackte Zwiebel, Tomatensoße, Kartoffel, Karotte, getrocknete Tomaten und Basilikum sowie den Messbecher Gemüsebrühe oder -fond in den Garbehälter geben.
- Mit Salz und Pfeffer würzen und umrühren, um alles zu vermischen.
- Das Programm Pressure Cook (Druckgaren), Low (niedrig) auswählen und den Timer auf **10 Minuten einstellen**.
- Wenn die Suppe fertig ist, bitte vor dem Öffnen des Deckels den Druck ablassen. Deckel öffnen.
- Basilikum herausnehmen, mit einem Handmixer pürieren (oder in einen Standmixer geben) und die Butter einrühren.
- Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Sour Cream servieren.

ES Sopa de tomate



1 lata de tomate triturado (800 g) • 1 cebolla mediana picada • 1 taza de salsa de tomate • 3 cucharadas de tomates secos picados, sin aceite • 1 patata mediana cortada en dados • 1 zanahoria cortada en cubitos • 2 ramitas de albahaca • 1 taza de caldo de verduras • 2 cucharadas de mantequilla

- Eche los tomates, la cebolla picada, la salsa de tomate, la patata, la zanahoria, el tomate seco, la albahaca y el caldo de verduras en el bol de cocción.
- Salpimiento y remueva para mezclarlo todo.
- Seleccione el programa Cocinar a presión, Baja - Temporizador: **10 minutos**.
- Cuando se haya terminado de cocinar la sopa, libere la presión antes de abrir la tapa. Abra la tapa.
- Triture la albahaca y la pulpa con una batidora manual (o échelas en una licuadora) y remueva con la mantequilla.
- Salpimiento. Sirva con crema agria.

PT Sopa de tomate



10 min



X 4

1 Lata (800 g) de tomates picados • 1 cebola média, picada • 1 caneca de polpa de tomate • 3 colheres de sopa de tomates secos picados, sem óleo • 1 batata média, cortada aos cubos • 1 cenoura, cortada • 2 raminhos de manjeriço • 1 caneca de caldo de legumes • 2 colheres de sopa de manteiga

- Coloque os tomates, a cebola picada, a polpa de tomate, a batata, a cenoura, o tomate seco e o manjeriço, assim como o caldo de legumes, na taça de confeção.
- Tempere com sal e pimenta e mexa para misturar tudo.
- Selecione o programa "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão), Temporizador - "Low" (baixo): **10 minutos**.
- Quando a sopa estiver pronta, liberte a pressão antes de abrir a tampa. Abra a tampa.
- Retire o manjeriço e faça puré com uma varinha mágica (ou coloque numa batadeira) e mexa em manteiga.
- Tempere com sal e pimenta. Sirva com natas ácidas.



FR Ratatouille



15 minutes

X 4

1 oignon, haché • 1 verre de poivron jaune, épépiné et coupé en cubes de 2,5 cm • 1 verre de poivron rouge, épépiné et coupé en cubes de 2,5 cm • 1 verre de poivron vert, épépiné et coupé en cubes de 2,5 cm • 1 courgette, coupée en tranches de 2,5 cm • 1 courge, coupée en tranches de 2,5 cm • 1 aubergine, coupée en cubes de 2,5 cm • 1 boîte de tomates concassées ou hachées • 1 cuillère à café d'origan • ¼ verre d'huile d'olive • ½ cuillère à café de sel • 1 cuillère à café de poivre noir fraîchement concassé • 2 cuillères à soupe de basilic frais haché

- Lavez les poivrons, retirez les tiges et les graines et coupez-les en cubes. Coupez les extrémités des courgettes, des courges et des aubergines. Idéalement, coupez tous les légumes en morceaux de même taille.
- Sélectionnez le programme brunissement. Versez l'huile dans le bol de cuisson, ajoutez l'oignon et les poivrons, assaisonnez légèrement et faites cuire **3 minutes**. Ensuite, ajoutez les courgettes, la courge et l'aubergine et faites cuire **5 minutes de plus**. Enfin, ajoutez les tomates, fermez le couvercle et verrouillez-le. Sélectionnez le programme de cuisson sous pression ; Minuteur : **7 minutes**.
- Une fois la cuisson terminée, relâchez la pression. Ouvrez le couvercle.
- Assaisonnez selon votre goût.
- **Remarque** : ce plat peut être accompagné d'œufs frits ou pochés ou servir d'accompagnement avec de la viande ou du poisson.

EN Ratatouille



15 min

X 4

1 onion, chopped • 1 cup yellow pepper, cored, seeded and cut & cut into 2.5 cm squares • 1 cup red bell pepper, cored, seeded & cut into 2.5 cm squares • 1 cup green bell pepper, cored, seeded & cut into 2.5 cm squares • 1 zucchini or courgette, cut into 2.5 cm slices • 1 squash, cut into 2.5 cm slices • 1 eggplant or aubergine, cut into 2.5 cm cubes • 1 can crushed or chopped, tomato • 1 tsp oregano • ¼ cup olive oil • 1 ½ tsp of kosher salt • 1 tsp freshly cracked black pepper • 2 tbsp fresh chopped basil

- Wash the peppers, remove the stems and seeds and cut into cubes. Trim the ends of the zucchini, squash and eggplant. Ideally cut all the vegetables into similar sized pieces.
- Select Brown program, place the oil into the cooking pot, add the onion and peppers, lightly season and cook for **3 minutes**. Next, add the zucchini, squash and eggplant, and cook for **5 more minutes**. Lastly, add the tomatoes, close the lid and lock it. Select Pressure Cook program, Low - Timer: **7 minutes**.
- Once it is done cooking, release the pressure. Open the lid.
- Season, to taste.
- **Note**: this dish may be accompanied by eggs, either fried or poached or be used as a side dish with meat or fish.

NL Ratatouille



15 min



X 4

1 ui, gehakt • 1 beker gele paprika, zonder kern en zaden, en in vierkantjes van 2,5 cm gesneden • 1 beker rode paprika, zonder kern en zaden, en in vierkantjes van 2,5 cm gesneden • 1 beker groene paprika, zonder kern en zaden, en in vierkantjes van 2,5 cm gesneden • 1 zucchini of courgette, in schijfjes van 2,5 cm gesneden • 1 pompoen, in schijfjes van 2,5 cm gesneden • 1 aubergine, in blokjes van 2,5 cm gesneden • 1 blik tomaten, geplet of gehakt • 1 tl oregano • ¼ beker olijfolie • 1 ½ tl keukenzout • 1 tl zwarte peper, vers gemaald • 2 el basilicum, vers gehakt

- Was de paprika's, verwijder de stelen en zaadjes en snij in blokjes. Snij de uiteinden van de zucchini, pompoen en aubergine af. Snij alle groente in stukjes van gelijke grootte.
- Selecteer het programma Aanbraden, doe de olie in de binnenpan, voeg de ui en de paprika's toe, breng lichtjes op smaak en laat **3 minuten** koken. Doe vervolgens de zucchini, de pompoen en de aubergine er bij en laat een extra **5 minuten** koken. Voeg tenslotte de tomaten toe, sluit het deksel en vergrendel het. Selecteer het programma Onder druk koken, Laag - Timer: **7 minuten**.
- Aan het einde van het kookproces, geef de druk vrij. Open het deksel.
- Breng naar wens op smaak.

Opmerking: dit gerecht kan worden vergezeld van eieren, zowel gebakken als gepocheerd, of kan als bijgerecht met vlees of vis worden gegeten.

IT Ratatouille



15 pers



X 4

1 cipolla, a pezzetti • 1 tazza di peperone giallo senza la parte centrale e i semi, tagliato a cubetti di 2,5 cm • 1 tazza di peperone rosso senza la parte centrale e i semi, tagliato a cubetti di 2,5 cm • 1 tazza di peperone verde senza la parte centrale e i semi, tagliato a cubetti di 2,5 cm • 1 zucchini, tagliata a fette di 2,5 cm • 1 zucca, tagliata a fette di 2,5 cm • 1 melanzana, tagliata a cubetti di 2,5 cm • 1 scatola di polpa di pomodoro • 1 cc di origano • ¼ tazza di olio d'oliva • 1 ½ cc di sale grosso • 1 cc di pepe nero appena macinato • 2 CC di basilico appena tritato

- Lavare i peperoni, rimuovere la parte centrale e i semi e tagliarli a cubetti. Tagliare le estremità della zucchini, della zucca e della melanzana. Tagliare tutte le verdure a pezzetti di dimensioni simili.
- Selezionare la funzione Rosolatura, versare l'olio nella pentola di cottura, aggiungere la cipolla e i peperoni, condire leggermente e cuocere per **3 minuti**. Quindi aggiungere la zucchini, la zucca e la melanzana e cuocere per **altri 5 minuti**. Infine aggiungere i pomodori, chiudere il coperchio e bloccarlo. Selezionare la funzione Cottura a pressione, livello basso - Tempo: **7 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione. Aprire il coperchio.
- Condire a piacere.

Nota: questa pietanza può essere accompagnata da uova, fritte o in camicia; è ideale come contorno per carne o pesce.

DE Ratatouille



15 min



X 4

1 Zwiebel, gehackt • 1 Messbecher gelbe Paprika, entkernt, entsamt und in 2,5 cm große Quadrate geschnitten • 1 Messbecher rote Paprika, entkernt, entsamt und in 2,5 cm große Quadrate geschnitten • 1 Messbecher grüne Paprika, entkernt, entsamt und in 2,5 cm große Quadrate geschnitten • 1 Zucchini, in 2,5 cm dicke Scheiben geschnitten • 1 Kürbis, in 2,5 cm dicke Scheiben geschnitten • 1 Aubergine, in 2,5 cm große Würfel geschnitten • 1 Dose passierte oder zerkleinerte Tomaten • 1 TL Oregano • ¼ Messbecher Olivenöl • 1 ½ TL koscheres Salz • 1 TL frisch geschroteter schwarzer Pfeffer • 2 EL frisches Basilikum, gehackt

- Paprika waschen. Stängel und Kerne entfernen und würfeln. Enden der Zucchini, des Kürbisses und der Aubergine abschneiden. Das Gemüse sollte idealerweise in gleich große Stücke geschnitten werden.
- Programm Brown (Anbraten) auswählen, Öl in den Garbehälter geben, Zwiebeln und Paprika hinzufügen, leicht würzen und für **3 Minuten** garen. Als nächstes Zucchini, Kürbis und Aubergine dazugeben und für **weitere 5 Minuten** garen. Zum Schluss die Tomaten hinzufügen, Deckel schließen und verriegeln. Das Programm Pressure Cook (Druckgaren), Low (niedrig) auswählen und den Timer auf **7 Minuten** einstellen.
- Nach Ablauf des Garvorgangs Druck ablassen. Deckel öffnen.
- Nach Geschmack würzen.

Hinweis: Dieses Gericht passt zu Eiern, entweder gebraten oder pochiert, oder kann als Beilage zu Fleisch oder Fisch serviert werden.

ES Ratatouille



15 min



X 4

1 cebolla picada • 1 taza de pimiento amarillo sin nervaduras ni semillas y cortado en dados de 2,5 cm • 1 taza de pimiento rojo sin nervaduras ni semillas y cortado en dados de 2,5 cm • 1 taza de pimiento verde sin nervaduras ni semillas y cortado en dados de 2,5 cm • 1 calabacín cortado en rodajas de 2,5 cm • 1 calabaza cortada en rodajas de 2,5 cm • 1 berenjena cortada en dados de 2,5 cm • 1 lata de tomate triturado • 1 cucharadita de orégano • ¼ taza de aceite de oliva • 1,5 cucharaditas de sal kosher • 1 cucharadita de pimienta negra recién molida • 2 cucharada de albahaca fresca picada

- Lave los pimientos, quite las nervaduras y las semillas y córtelos en dados. Corte los bordes del calabacín, de la calabaza y de la berenjena. Lo mejor es que corte todas las verduras en trozos de un tamaño similar.
- Seleccione el programa Dorar, eche el aceite en el bol de cocción, añada la cebolla y los pimientos, sazone ligeramente y cocine durante **3 minutos**. A continuación, añada el calabacín, la calabaza y la berenjena y cocine durante **5 minutos** más. Por último, añada los tomates, cierre la tapa y bloquéela. Seleccione el programa Cocinar a presión, Baja - Temporizador: **7 minutos**.
- Cuando haya terminado la cocción, libere la presión. Abra la tapa.
- Sazone al gusto.

Nota: este plato puede acompañarse con huevos, tanto fritos como escalfados, o utilizarse como guarnición para carne o pescado.

PT Ratatouille



15 min



X 4

1 Cebola, picada • 1 caneca de pimento amarelo, cortado, sem caroço e sementes, e cortado em quadrados de 2,5 cm • 1 caneca de pimento vermelho, cortado, sem caroço e sementes, e cortado em quadrados de 2,5 cm • 1 caneca de pimento verde, sem caroço e sementes e cortado em quadrados de 2,5 cm • 1 curgete cortada em fatias de 2,5 cm • 1 abóbora, cortada em fatias de 2,5 cm • 1 beringela, cortada em cubos de 2,5 cm • 1 lata de tomate triturado • 1 colher de sobremesa de orégãos • ¼ de caneca de azeite • 1 ½ colher de sobremesa de sal kosher • 1 colher de sobremesa de pimenta preta fresca moída • 2 colheres de sopa de manjeriçã fresco picado

- Lave os pimentos, retire os caules e as sementes e corte-os em cubos. Corte as pontas da curgete, da abóbora e da beringela. Idealmente corte todos os legumes em porções de tamanho idêntico.
- Seleccione o programa "Brown" (dourar), coloque o óleo na panela, adicione a cebola e os pimentos, tempere ligeiramente e deixe cozinhar durante **3 minutos**. De seguida, adicione a curgete, a abóbora e a beringela e deixe cozinhar mais **5 minutos**. Por fim, adicione os tomates, feche a tampa e trave-a. Seleccione o programa «Pressure Cook» (Cozinhar à pressão), Temporizador - «Low» (Baixo): **7 minutos**.
- Quando estiver cozido, solte a pressão. Abra a tampa.
- Tempere a gosto.

Nota: este prato pode ser acompanhado com ovos, estrelados ou escalfados, ou ser usado como acompanhamento de carne ou peixe.



FR Velouté de poireaux et pommes de terre



8 minutes



X 4

3 gros poireaux hachés • 3 pommes de terre moyennes • 1 oignon • 2 cuillères à soupe de beurre • ¼ verre d'huile d'olive • 3 verres de bouillon de poulet • 1 verre de crème • ½ verre de vin blanc • Persil haché (facultatif) • Sel • Poivre noir fraîchement concassé

- Coupez les poireaux en deux dans le sens de la longueur et émincez-les. Utilisez uniquement les parties blanches et vert clair et lavez-les bien. Pelez les pommes de terre et l'oignon puis coupez-les en petits dés.
- Versez l'huile dans le bol de cuisson. Sélectionnez le programme Brunissement. À chaud, ajoutez les poireaux, les pommes de terre, l'oignon, puis salez et poivrez. Sélectionnez le programme Mijoter quelques minutes puis ajoutez le vin. Faites cuire jusqu'à ce que l'alcool s'évapore, puis ajoutez un peu d'eau froide pour couvrir les légumes. Fermez le couvercle. Sélectionnez le programme Ragoût / Soupe, Légumes (ou autocuiseur, moyen) - Minuteur : **8 minutes**.
- Si vous utilisez le réglage de l'autocuiseur, relâchez la pression avant d'ouvrir le couvercle.
- Ouvrez le couvercle. Retirez les légumes cuits en les réservant dans un bol séparé et mélangez à la main ou avec un batteur. Ajoutez la crème, puis salez et poivrez selon votre goût.
- Servez la soupe chaude après avoir saupoudré du persil haché.

EN Cream of Leek & Potato Soup



8 min



X 4

3 trimmed & chopped large leeks • 3 medium potatoes • 1 onion • 2 tbsp. butter • ¼ cup olive oil • 3 cups chicken broth or chicken stock • 1 cup cream • ½ cup white wine • Parsley, chopped (optional) • Kosher salt • Freshly cracked black pepper

- Cut leeks in half lengthways and slice. Use only the white and light green parts, wash well. Peel the potatoes and onion, wash and finely dice.
- Place the butter and oil into the cooking pot. Select the Brown program. When hot, add the leeks, potatoes, onion and season with salt and pepper. Select Simmer program for a few minutes, add the wine. Cook until the alcohol evaporates then add some cold water to just cover the vegetables. Close the lid.
- Select Stew/Soup program, Veg (or Pressure cook, Medium) - Timer: **8 minutes**.
- If using the pressure cooker setting, release the pressure before opening the lid.
- Open the lid. Remove the cooked vegetables to a separate bowl and blend it with a hand blender or blend in a blender. Add the cream and adjust the salt and pepper to taste.
- Serve soup hot topped with chopped parsley.

NL Aardappelroomsoep met prei



8 min



X 4

3 grote preistengels, bijgesneden en gehakt • 3 medium aardappelen • 1 ui • 2 el boter • ¼ beker olijfolie • 3 bekers kippenbouillon • 1 beker room • ½ beker witte wijn • Peterselie, gehakt (optioneel) • Keukenzout • Zwarte peper, vers gemalen

- Snij de prei in de lengte door en vervolgens in plakjes. Gebruik alleen de witte en lichtgroene delen, en was grondig. Schil de aardappelen en ui, was ze en snij in stukjes.
- Doe de boter en de olie in de binnenpan. Selecteer het programma Aanbraden. Wanneer heet, voeg de prei, aardappelen en ui toe, en breng op smaak met peper en zout. Selecteer het programma Sudderden gedurende enkele minuten en doe de wijn erbij. Kook totdat alle alcohol is verdampt en voeg wat water toe zodat de groente zijn bedekt. Sluit het deksel. Selecteer het programma Soep/Stoofschotel, Groente (of Onder druk koken, Medium) - Timer: **8 minuten**.
- Als het programma Onder druk koken wordt gebruikt, geef eerst de druk vrij alvorens het deksel te openen.
- Open het deksel. Haal de gekookte groente uit, doe ze in een andere kom en mix ze met een staafmixer of mix ze in een blender. Doe de room erbij en breng op smaak met peper en zout.
- Werk af met een beetje gehakte peterselie en dien de soep heet op.

IT Vellutata di porro e patate



8 min



X 4

3 porri grandi, a pezzetti • 3 patate medie • 1 cipolla • 2 CC di burro • ¼ tazza di olio d'oliva • 3 tazze di brodo di pollo • 1 tazza di panna • ½ tazza di vino bianco • Prezzemolo, tritato (facoltativo) • Sale grosso • Pepe nero appena macinato

- Tagliare i porri a metà nel senso della lunghezza e affettarli. Usare solo le parti bianche e verde chiaro; lavarle accuratamente. Sbucciare le patate e la cipolla, lavarle e tagliarle finemente.
- Versare il burro e l'olio nella pentola di cottura. Selezionare la funzione Rosolatura. Al raggiungimento della temperatura, aggiungere i porri, le patate, la cipolla, il sale e il pepe. Selezionare la funzione Stufato per qualche minuto, quindi aggiungere il vino. Cuocere fino all'evaporazione del vino, quindi aggiungere acqua fredda fino a coprire la verdura. Chiudere il coperchio. Selezionare la funzione Zuppa, Verdura (o Cottura a pressione, livello medio) - Tempo: **8 minuti**.
- Al termine della cottura a pressione, rilasciare la pressione prima di aprire il coperchio.
- Aprire il coperchio. Trasferire le verdure cotte in un recipiente separato e miscelarle con un frullatore a immersione o in un frullatore. Aggiungere la panna, il sale e il pepe.
- Servire calda cosparsa di prezzemolo tritato.

DE Lauch- und Kartoffelcremesuppe



8 min



X 4

3 große Lauchstangen, geputzt und gehackt • 3 mittelgroße Kartoffeln • 1 Zwiebel • 2 EL Butter • ¼ Messbecher Olivenöl • 3 Messbecher Hühnerbrühe oder -fond • 1 Messbecher Sahne • ½ Messbecher Weißwein • Petersilie, gehackt (optional) • koscheres Salz • frisch geschroteter schwarzer Pfeffer

- Lauch längs halbieren und klein schneiden. Nur die weißen und hellgrünen Teile verwenden, gründlich waschen. Kartoffel und Zwiebel schälen, waschen und fein würfeln.
- Butter und Öl in den Garbehälter geben. Das Programm Brown (Anbraten) wählen. Wenn das Fett heiß ist, Lauch, Kartoffeln, Zwiebel hineingeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Programm Simmer (Köcheln) für einige Minuten wählen, Wein hinzufügen. Köcheln lassen, bis der Alkohol verdunstet ist, dann etwas kaltes Wasser dazugeben, bis das Gemüse bedeckt ist. Deckel schließen. Das Programm Stew/Soup (Eintopf/Suppe) (oder Druckgaren, medium) wählen und Timer auf **8 Minuten** einstellen.
- Wenn das Programm Pressure Cook (Druckgaren) ausgewählt wurde, vor dem Öffnen des Deckels den Druck ablassen.
- Deckel öffnen. Gekochtes Gemüse in eine andere Schüssel geben und mit einem Handmixer oder Standmixer pürieren. Sahne dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Suppe vor dem Servieren mit der gehackten Petersilie bestreuen.

ES Crema de puerro y sopa de patata



8 min



X 4

3 puerros grandes cortados y picados • 3 patatas medianas • 1 cebolla • 2 cucharadas de mantequilla • ¼ taza de aceite de oliva • 3 tazas de caldo de pollo • 1 taza de nata • ½ taza de vino blanco • Perejil picado (opcional) • Sal kosher • Pimienta negra recién molida

- Corte los puerros a lo largo por la mitad y córtelos en rodajas. Utilice únicamente la parte blanca y verde clara y lávelos bien. Pele las patatas y la cebolla, lávelas y córtelas en cubitos pequeños.
- Eche la mantequilla y el aceite en el bol de cocción. Seleccione el programa Dorar. Cuando se haya calentado, añada los puerros, las patatas y la cebolla, y salpimiente. Seleccione el programa Hervir a fuego lento durante unos minutos y añada el vino. Cocine hasta que se evapore el alcohol y, a continuación, añada un poco de agua fría para cubrir las verduras justo por encima. Cierre la tapa. Seleccione el programa Estofado/sopa, Verduras (o Cocinar a presión, Media) - Temporizador: **8 minutos**.
- Si utiliza el modo Cocinar a presión, libere la presión antes de abrir la tapa.
- Abra la tapa. Saque las verduras cocidas y échelas en otro bol. Bátalas con una batidora manual o en una licuadora. Añada la nata y salpimiente al gusto.
- Sirva la crema caliente con perejil picado por encima.

PT Creme de alho francês e sopa de batata



8 min



X 4

3 alhos franceses grandes aparados e cortados • 3 batatas médias • 1 cebola • 2 colheres de sopa de manteiga • ¼ de caneca de azeite • 3 canecas de caldo de galinha • 1 caneca de natas • ½ caneca de vinho branco • Salsa, cortada (opcional) • sal Kosher • pimenta preta moída recentemente

- Corte os alhos franceses ao meio no sentido do comprimento e em fatias. Use apenas as partes brancas e verde-claro, lave bem. Descasque as batatas e a cebola, lave-as e corte-as em cubos.
- Coloque a manteiga e o azeite na panela. Seleccione o programa «Brown» (Dourar). Quando estiver quente, adicione os alhos, as batatas, a cebola e tempere com sal e pimenta. Seleccione o programa “Simmer” (lume brando) durante alguns minutos e adicione o vinho. Deixe cozinhar até o álcool evaporar, depois adicione um pouco de água fria apenas para cobrir os legumes. Feche a tampa. Seleccione o programa “Stew/Soup” (estufado/sopa), “Veg” (ou «Pressure Cook» (Cozinhar à pressão), “Medium” (médio)) - Temporizador: **8 minutos**.
- Se usar a configuração da panela de pressão, solte a pressão antes de abrir a tampa.
- Abra a tampa. Retire os legumes cozinhados para a uma taça separada e misture-os com uma varinha mágica ou numa batedeira. Adicione as natas e ajuste o sal e a pimenta a gosto.
- Sirva a sopa quente polvilhada com salsa picada.

FR Soupe au potiron



20 minutes

X 4

4 cuillères à soupe d'huile d'olive • 3 tranches de bacon, finement émincées • 2 poireaux de taille moyenne • 1 potiron ou courge sucrée de taille moyenne (environ 1 kg), pelée, hachée grossièrement (le potiron peut être remplacé par de la citrouille) • 1 branche de céleri, finement coupée en dés • 1 petite pomme de terre, pelée et hachée • 4 verres de bouillon de poulet ou de légumes • 3 grains de poivre noir • Sel • Poivre noir fraîchement concassé • 1 cuillère à soupe de beurre

- Mettez 2 cuillères à soupe d'huile dans le bol de cuisson, sélectionnez le programme Brunissement. Une fois la température atteinte, ajoutez le bacon et faites cuire jusqu'à ce qu'il soit croustillant en remuant de temps en temps. Retirez le bacon et réservez-le.
- Coupez les poireaux en deux dans le sens de la longueur et émincez-les. Utilisez uniquement les parties blanches et vert clair et lavez-les bien. Ajoutez le reste de l'huile dans le bol et poursuivez la cuisson du programme Brunissement. Ajoutez les poireaux, le potiron ou la citrouille le céleri et la pomme de terre, remuez avec une cuillère en bois pendant **4 à 5 minutes** ou jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. Ajoutez le bouillon, les grains de poivre noir et assaisonnez légèrement de sel.
- Fermez le couvercle. Sélectionnez le programme Ragoût / Soupe, Légumes (ou autocuiseur, moyen) - Minuteur : **15 minutes**.
- Si vous utilisez le réglage de l'autocuiseur, relâchez la pression avant d'ouvrir le couvercle. Ouvrez le couvercle.
- Placez les légumes cuits dans un bol séparé et mélangez-les avec un batteur. Mélangez jusqu'à ce que la consistance soit lisse et assaisonnez selon votre goût.
- Remettez les légumes dans l'autocuiseur. Activez le programme de Réchauffage. Ajoutez le beurre et faites-le fondre puis mélangez-le à la soupe.
- Servez après avoir saupoudré le bacon croustillant.

EN Pumpkin soup



20 min

X 4

4 tbsp olive oil • 3 slices bacon, thinly sliced • 2 medium leeks • 1 medium butternut or sugar pumpkin (approx. 1 kg.), peeled, roughly chopped (butternut squash can be substituted for pumpkin) • 1 stick celery, finely diced • 1 small potato, peeled and chopped • 4 cups of chicken or vegetable stock • 3 black peppercorns • Kosher salt • Freshly cracked black pepper • 1 tbsp butter

- Place 2 tbsp oil, into the cooking pot, select Brown program. When it reaches the temperature, add the bacon and cook until crisp stirring occasionally. Remove and set aside.
- Cut leeks in half lengthways and thinly slice. Use only the white and light green parts, wash well. Add the remaining oil to the pot, and continue to cook on Brown program. Add leek, pumpkin (or butternut squash), celery and potato, stir with a wooden spoon for **4-5 minutes** or until lightly golden. Add stock, black peppercorns and season lightly with salt. Close the lid. Select Stew/Soup program, Veg (or Pressure cook, Medium) - Timer: **15 minutes**.
- If using the pressure cooker setting, release the pressure before opening the lid. Open the lid.
- Place the cooked vegetables into a separate bowl and blend it with a hand blender (could also be put into a blender). Process until smooth and season, to taste.
- Return vegetables to the cooker. Turn on the Reheat program. Add the butter and allow to melt and stir into the soup.
- Serve sprinkled with the crispy bacon.

NL Pompoensoep



20 min



X 4

4 el olijfolie • 3 plakjes spek, dun gesneden • 2 medium preistengels • 1 medium butternut of zoete pompoen (ong. 1 kg.), geschild en in grote stukken gehakt (de butternut kan door een gewone pompoen worden vervangen) • 1 selderijstengel, fijn gehakt • 1 kleine aardappel, geschild en gehakt • 4 bekers kippen- of groentebouillon • 3 zwarte peperkorrels • Keukenzout • Zwarte peper, vers gemalen • 1 el boter

- Doe 2 el olie in de binnenpan en selecteer het programma Aanbraden. Zodra de vereiste temperatuur wordt bereikt, voeg het spek toe en bak tot knapperig. Roer regelmatig. Verwijder en zet opzij.
- Snij de prei in de lengte door en vervolgens in dunne plakjes. Gebruik alleen de witte en lichtgroene delen, en was grondig. Doe de rest van de olie in de binnenpan en blijf verder koken op het programma Aanbraden. Doe de prei, de (butternut) pompoen, selderij en aardappel erbij, roer met een houten lepel gedurende **4-5 minuten** of tot goudgeel. Voeg de bouillon, de zwarte peperkorrels toe en breng lichtjes op smaak met zout. Sluit het deksel. Selecteer het programma Soep/Stoofschotel, Groente (of Onder druk koken,

Medium) - Timer: **15 minuten**.

- Als het programma Onder druk koken wordt gebruikt, geef eerst de druk vrij alvorens het deksel te openen. Open het deksel.
- Doe de gekookte groente een andere kom en mix ze met een staafmixer (of mix ze in een blender). Verwerk tot glad en breng naar wens op smaak.
- Doe de groente opnieuw in de snelkookpan. Schakel het programma Opwarmen in. Voeg de boter toe, laat smelten en voeg het al roerend aan de soep toe.
- Strooi het knapperig spek erover en dien op.



20 min



X 4

IT Vellutata di zucca

4 CC di olio d'oliva • 3 fette di pancetta, sottili • 2 porri medi • 1 zucca dolce o Butternut media (circa 1 kg), sbucciata e tagliata grossolanamente • 1 gambo di sedano, tritato finemente • 1 patata piccola, sbucciata e a pezzetti • 4 tazze di brodo di pollo o di verdura • 3 grani di pepe nero • Sale grosso • Pepe nero appena macinato • 1 CC di burro

- Versare 2 CC di olio nella pentola di cottura e selezionare la funzione Rosolatura. Al raggiungimento della temperatura, aggiungere la pancetta e cuocerla finché non è croccante, mescolando di tanto in tanto. Rimuoverla e metterla da parte.
- Tagliare i porri a metà nel senso della lunghezza e affettarli finemente. Usare solo le parti bianche e verde chiaro; lavarle accuratamente. Versare l'olio rimanente nella pentola e proseguire la cottura con la funzione Rosolatura. Aggiungere il porro, la zucca, il sedano e la patata e mescolare con un cucchiaino in legno per **4-5 minuti** o finché non sono dorati. Aggiungere il brodo, i grani di pepe nero e salare leggermente. Chiudere il coperchio. Selezionare la funzione Zuppa, Verdura (o Cottura a pressione, livello

medio) - Tempo: **15 minuti**.

- Al termine della cottura a pressione, rilasciare la pressione prima di aprire il coperchio. Aprire il coperchio.
- Trasferire le verdure cotte in un recipiente separato e miscelarle con un frullatore a immersione (o in un frullatore). Miscelarle fino a ottenere una consistenza liscia e condire a piacere.
- Trasferire nuovamente le verdure nell'apparecchio. Avviare la funzione Riscaldamento. Aggiungere il burro, lasciarlo fondere e mescolarlo nella zuppa.
- Servire cosparsa di pancetta croccante.



20 min



X 4

DE Kürbissuppe

4 EL Olivenöl • 3 dünne Scheiben Bacon • 2 mittelgroße Lauchstangen • 1 mittelgroßer Butternusskürbis (ca. 1 kg.), geschält, in grobe Stücke geschnitten • 1 Selleriestange, klein gewürfelt • 1 kleine Kartoffel, geschält und in Stücke geschnitten • 4 Messbecher Hühner- oder Gemüsebrühe • 3 schwarze Pfefferkörner • koscheres Salz • frisch geschroteter schwarzer Pfeffer • 1 EL Butter

- 2 Esslöffel Öl in den Garbehälter geben, das Programm Brown (Anbraten) auswählen. Wenn das Öl heiß ist, Bacon hineingeben und unter gelegentlichem Umrühren knusprig braten. Herausnehmen und beiseitestellen.
- Lauch längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Nur die weißen und hellgrünen Teile verwenden, gründlich waschen. Das restliche Öl in den Garbehälter geben und weiter im Programm Brown (Anbraten) garen. Lauch, Kürbis, Sellerie und Kartoffel dazugeben, mit einem Holzlöffel für **4 bis 5 Minuten** umrühren oder bis die Zutaten leicht gebräunt sind. Brühe, schwarze Pfefferkörner hinzufügen und leicht salzen. Deckel schließen. Das Programm Stew/Soup (Eintopf/Suppe) (oder Druckgaren, medium)

wählen und den Timer auf **15 Minuten** einstellen.

- Wenn das Programm Pressure Cook (Druckgaren) ausgewählt wurde, vor dem Öffnen des Deckels den Druck ablassen. Deckel öffnen.
- Das gegarte Gemüse in eine andere Schüssel geben und mit einem Handmixer (oder in einem Standmixer) pürieren. Zu einer glatten Konsistenz verarbeiten und nach Geschmack würzen.
- Gemüse zurück in den Schnellkochtopf geben. Das Programm Reheat (Aufwärmen) aktivieren. Butter hinzufügen, schmelzen lassen und in die Suppe rühren.
- Kurz vor dem Servieren mit knusprigem Bacon bestreuen.

ES Crema de calabaza



20 min

X 4

4 cucharadas de aceite de oliva • 3 rodajas finas de beicon • 2 puerros medianos • 1 calabaza o calabaza moscada mediana (de 1 kg aprox.) pelada y cortada en trozos grandes (la calabaza moscada se puede sustituir por una calabaza normal) • 1 apio cortado en cubitos • 1 patata pequeña pelada y picada • 4 tazas de caldo de verduras o de pollo • 3 granos de pimienta negra • Sal kosher • Pimienta negra recién molida • 1 cucharada de mantequilla

- Eche las 2 cucharadas de aceite en el bol de cocción y seleccione el programa Dorar. Cuando se haya alcanzado la temperatura, añada el beicon y cocine removiendo bien de vez en cuando. Reserve.
- Corte los puerros a lo largo por la mitad y córtelos en rodajas finas. Utilice únicamente la parte blanca y verde clara y lávelos bien. Eche el aceite restante en el bol y continúe cocinando en el programa Dorar. Añada el puerro, la calabaza (o calabaza moscada), el apio y la patata, remueva con una cuchara de madera durante **4-5 minutos** o hasta que se doren ligeramente. Añada el caldo, los granos de pimienta negra y eche un poco de sal. Cierre la tapa. Seleccione el programa Estofado/sopa, Verduras (o Cocinar a presión, Media) - Temporizador: **15 minutos**.
- Si utiliza el modo Cocinar a presión, libere la presión antes de abrir la tapa. Después, abra la tapa.
- Eche las verduras cocinadas en otro bol y bátalas con una batidora manual (también se pueden batir en una licuadora). Bata hasta que quede una crema fina y sazone al gusto.
- Vuelva a echar las verduras en la olla. Active el programa Recalentar. Añada la mantequilla, deje que se derrita y remueva con la crema.
- Sirva con el beicon crujiente esparcido por encima.

PT Sopa de abóbora



20 min

X 4

4 colheres de sopa de azeite • 3 fatias finas de bacon • 2 alhos franceses médios • 1 abóbora (aprox. 1 kg), sem casca, partida grosseiramente • 1 aipo cortado finamente • 1 batata pequena, sem casca e cortada • 4 canecas de caldo de galinha ou de legumes • 3 grãos de pimenta preta • sal Kosher • pimenta preta moída recentemente • 1 colher de sopa de manteiga

- Coloque 2 colheres de sopa de azeite na panela, seleccione o programa «Brown» (Dourar). Quando atingir a temperatura, adicione o bacon e deixe cozinhar até ficar estaladico, mexendo de vez em quando. Retire e deixe de lado.
- Corte os alhos franceses ao meio no sentido do comprimento e em fatias finas. Use apenas as partes brancas e verde-claro, lave bem. Adicione as restantes 2 colheres de sopa de azeite na panela e deixe continuar a cozinhar no programa «Brown» (Dourar). Adicione o alho francês, a abóbora, o aipo e a batata, mexa com uma colher de madeira durante **4-5 minutos** ou até dourar ligeiramente. Adicione o caldo, os grãos de pimenta preta e tempere levemente com sal. Feche a tampa. Seleccione o programa “Stew/Soup” (estufado/sopa), “Veg” (ou «Pressure Cook» (Cozinhar à pressão), “Medium” (médio)) - Temporizador: **15 minutos**.
- Se usar a configuração da panela de pressão, solte a pressão antes de abrir a tampa. Abra a tampa.
- Coloque os legumes cozinhados numa taça separada e misture-os com uma varinha mágica (também pode colocá-los numa batedeira). Processe até ficar macio e tempere a gosto.
- Devolva os legumes à panela. Ligue o programa “Reheat” (aquecer). Adicione a manteiga e deixe derreter, juntando-a à sopa.
- Sirva polvilhada com o bacon estaladico.



FR Longe de porc aux champignons



32 minutes

X 4

1 kg de longe de porc • ¼ verre d'huile d'olive • 1 oignon coupé en dés • 3 gousses d'ail, pelées et hachées finement • 1 verre de vin blanc • 1 tasse de bouillon de poulet ou de volaille • 230 g de champignons, coupés en quartiers • 2 verres d'épinards

Mélange de farine pour le porc : 2 cuillères à soupe de farine • 1 cuillère à soupe d'ail en poudre • 1 cuillère à soupe de thym séché • 1 cuillère à soupe de sel • ½ cuillère à soupe de poivre noir fraîchement concassé

- Farinez le porc.
- Sélectionnez le programme Brunissement. Chauffez l'huile et ajoutez le porc, braisez de tous les côtés pendant environ **4 minutes** ou jusqu'à ce qu'il soit légèrement doré. Ajoutez les champignons, l'oignon et l'ail et faites revenir avec le porc pendant **2 à 3 minutes supplémentaires**. Ajoutez le vin.
- Fermez le couvercle et verrouillez-le. Sélectionnez le programme de cuisson sous pression, Fort - Minuteur : **25 minutes**.
- Une fois la cuisson terminée, relâchez la pression. Ouvrez le couvercle.
- Retirez le porc et placez-le sur une assiette puis couvrez-le de papier d'aluminium. Ajoutez les épinards au bouillon. Une fois les épinards blanchis, déposez-les sur une assiette avec les champignons. Coupez le porc en tranches et déposez-le sur les champignons et les épinards puis servez.

EN Pork loin with mushrooms



32 min

X 4

1 kg, pork loin • ¼ cup olive oil • 1 onion diced • 3 garlic cloves, peeled and finely chopped • 1 cup Marsala wine • 1 cup chicken broth or chicken stock • 230 g, mushrooms, quartered • 2 cups spinach

Flour mixture for pork: 2 tbsp. flour • 1 tbsp. garlic powder • 1 tbsp. dried thyme • 1 tbsp. salt • ½ tsp. freshly cracked black pepper

- Coat pork with flour mixture.
- Select Brown program. Heat the oil and add the pork, braise on all sides for about **4 minutes** or until lightly browned. Add the mushrooms, onion and garlic and brown together with the pork for an additional **2-3 minutes**. Add the wine.
- Close the lid and lock it. Select Pressure Cook program, High - Timer: **25 minutes**.
- Once it is done cooking, release the pressure. Open the lid.
- Remove the pork and place on a plate and cover with foil. Add spinach to broth. Once the spinach is wilted place on on plate with mushrooms. Slice pork and place over mushrooms and spinach and serve.

NL Varkensgebraad met champi



32 min



X 4

1 kg varkensgebraad • ¼ beker olijfolie • 1 ui, gehakt • 3 teentjes knoflook, geschild en fijn gehakt • 1 beker Marsala-wijn • 1 beker kippenbouillon • 230 g. champignons, in vier gesneden • 2 bekerv spinazie

Bloemmengsel voor het varkensvlees: 2 el bloem • 1 el knoflookpoeder • 1 el gedroogde tijm • 1 el zout • ½ el zwarte peper, vers gemalen

- Bedek het varkensvlees met het bloemmengsel.
- Selecteer het programma Aanbraden. Verwarm de olie, en voeg de varkensvlees toe. Braad langs alle kanten gedurende ongeveer **4 minuten** of tot lichtbruin. Doe de champignons, de ui en knoflook erbij en braad samen met het varkensvlees een extra **2-3 minuten** aan. Giet de wijn erbij.
- Sluit het deksel en vergrendel het. Selecteer het programma Onder druk koken, Hoog - Timer: **25 minuten**.
- Aan het einde van het kookproces, geef de druk vrij. Open het deksel.
- Verwijder het varkensvlees, leg het op een schaal en dek af met folie. Voeg de spinazie aan de bouillon toe. Wanneer de spinazie is verlept, leg het op de schaal samen met de champignons. Snij het varkensvlees in plakjes, leg het op de champignons en spinazie, en serveer.

IT Lonza di maiale con funghi



32 min



X 4

1 kg di lonza di maiale • ¼ tazza di olio d'oliva • 1 cipolla a cubetti • 3 spicchi d'aglio, sbucciati e tritati finemente • 1 tazza di vino Marsala • 1 tazza di brodo di pollo • 230 g di funghi, tagliati in quarti • 2 tazze di spinaci

Miscela di farina per il maiale: 2 CC di farina • 1 CC di aglio in polvere • 1 CC di timo essiccato • 1 CC di sale • ½ CC di pepe nero appena macinato

- Ricoprire il maiale con la miscela di farina.
- Selezionare la funzione Rosolatura. Riscaldare l'olio e aggiungere il maiale, brasare tutti i lati per circa **4 minuti** o finché non si scurisce leggermente. Aggiungere i funghi, la cipolla e l'aglio e rosolarli insieme al maiale per altri **2-3 minuti**. Aggiungere il vino.
- Chiudere il coperchio e bloccarlo. Selezionare la funzione Cottura a pressione, livello alto - Tempo: **25 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione. Aprire il coperchio.
- Rimuovere il maiale, trasferirlo su un piatto e coprirlo con della pellicola di alluminio. Aggiungere gli spinaci al brodo. Quando gli spinaci sono appassiti, trasferirli sul piatto insieme ai funghi. Affettare il maiale, disporlo sopra i funghi e gli spinaci e servire.

DE Schweinelende mit Pilzen



32 min



X 4

1 kg Schweinelende • ¼ Messbecher Olivenöl • 1 Zwiebel, gewürfelt • 3 Knoblauchzehen, geschält und fein gehackt • 1 Messbecher Marsalawein • 1 Messbecher Hühnerbrühe oder -fond • 230 g Pilze, geviertelt • 2 Messbecher Spinat

Mehlmischung für das Schweinefleisch: 2 EL Mehl • 1 EL Knoblauchpulver • 1 EL getrockneter Thymian • 1 EL Salz • ½ EL frisch geschroteter Pfeffer

- Schweinefleisch mit Mehlmischung panieren.
- Das Programm Brown (Anbraten) wählen. Öl erhitzen und Schweinefleisch hinzufügen und von allen Seiten für **4 Minuten** schmoren oder bis das Fleisch leicht gebräunt ist. Pilze, Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und zusammen mit dem Schweinefleisch weitere **2 bis 3 Minuten** braten. Wein hinzugeben.
- Deckel schließen und verriegeln. Das Programm Pressure Cook (Druckgaren), High (hoch) wählen und den Timer auf **25 Minuten** einstellen.
- Nach Ablauf des Garvorgangs Druck ablassen. Deckel öffnen.
- Schweinefleisch herausnehmen, auf einen Teller legen und mit Folie bedecken. Spinat in die Brühe geben. Wenn der Spinat weich ist, mit den Pilzen auf einen Teller legen. Schweinefleisch in Scheiben schneiden und auf den Pilzen und dem Spinat anrichten, dann servieren.

ES Lomo de cerdo con champiñones



32 min

X 4

1 kg de lomo de cerdo • ¼ taza aceite de oliva • 1 cebolla cortada en cubitos • 3 dientes de ajo pelados y muy picados • 1 taza de vino Marsala • 1 taza de caldo de pollo • 230 g de champiñones cortados en cuartos • 2 tazas de espinacas **Mezcla de harina para el cerdo:** 2 cucharadas de harina • 1 cucharada de ajo en polvo • 1 cucharada de tomillo seco • 1 cucharada de sal • ½ cucharada de pimienta negra recién molida

- Enharine el cerdo con la mezcla de harina.
- Seleccione el programa Dorar. Caliente el aceite y añada el cerdo, selle todos los lados durante aproximadamente **4 minutos** o hasta que esté ligeramente dorado. Añada los champiñones, la cebolla y el ajo y dórelos junto con el cerdo durante **2-3 minutos** más. Añada el vino.
- Cierre la tapa y bloquéela. Seleccione el programa Cocinar a presión, Alta - Temporizador: **25 minutos**.
- Cuando haya terminado la cocción, libere la presión. Abra la tapa.
- Saque el cerdo, colóquelo en un plato y cúbralo con papel de aluminio. Añada las espinacas al caldo. Cuando las espinacas estén pochadas, colóquelas en un plato con los champiñones. Corte en rodajas el cerdo, colóquelas sobre los champiñones y las espinacas, y sirva.

PT Lombo de porco com cogumelos



32 min

X 4

1 kg de lombo de porco • ¼ de caneca de azeite • 1 cebola picada • 3 dentes de alho, descascados e finamente picados • 1 caneca de vinho Marsala • 1 caneca de caldo de galinha • 230 g de cogumelos, partidos aos quadrados • 2 canecas de espinafres • **Mistura de farinha para o lombo de porco:** 2 colheres de sopa de farinha • 1 colher de sopa de alho em pó • 1 colher de sopa de tomillo seco • 1 colher de sopa de sal • ½ colher de sopa de pimenta preta moída recentemente

- Envuelva o lombo de porco com a mistura de farinha.
- Seleccione o programa «Brown» (Dourar). Aqueça o azeite e adicione o lombo. Deixe refogar durante aproximadamente **4 minutos** ou até dourar ligeiramente. Adicione os cogumelos, a cebola e o alho e deixe-os alourar juntamente com o pouco durante mais **2-3 minutos**. Adicione o vinho.
- Feche a tampa e trave-a. Seleccione o programa «Pressure Cook» (Cozinhar à pressão), Temporizador - «Low» (Baixo): **25 minutos**.
- Quando estiver cozido, solte a pressão. Abra a tampa.
- Retire o lombo e coloque-o num prato e cubra com papel de alumínio. Adicione os espinafres ao caldo. Quando os espinafres estiverem cozidos coloque-os num prato com os cogumelos. Fatie o lombo e coloque por cima dos cogumelos e dos espinafres e sirva.



FR Cuisses de poulet au barbecue



15 minutes

X 4

1 cuillère à soupe d'huile d'olive • 8 cuisses de poulet • 2 gousses d'ail, pelées et émincées • 1 oignon moyen, haché • $\frac{1}{2}$ d'un verre de sauce barbecue • $\frac{1}{3}$ d'un verre de sauce chili douce • Sel et poivre

- Sélectionnez le programme Brunissement. Faites chauffer l'huile et faites dorer les cuisses de poulet pendant **6 minutes**.
- Ajoutez l'ail et l'oignon. Sélectionnez le programme Brunissement - Minuteur : **3 minutes**.
- Ajoutez le reste des ingrédients dans le bol de cuisson et remuez pour amalgamer le tout.
- Sélectionnez le programme de cuisson sous pression, Fort - Minuteur : **15 minutes**.
- Une fois la cuisson terminée, relâchez la pression. Ouvrez le couvercle.
- Salez et poivrez. Servez.

EN Barbecue chicken legs



15 min

X 4

1 tablespoon olive oil • 8 chicken legs • 2 garlic cloves, peeled and minced • 1 medium onion, chopped • $\frac{1}{2}$ cup Barbecue sauce • $\frac{1}{3}$ cup sweet chili sauce • Salt and pepper

- Select Brown program. Heat the oil and brown the chicken legs for **6 minutes**.
- Add the garlic and onion. Select Brown program - Timer: **3 minutes**.
- Add remaining ingredients to the pot and stir to combine everything.
- Select Pressure Cook program, High - Timer: **15 minutes**.
- Once it is done cooking, release the pressure. Open the lid.
- Season with salt and pepper. Serve.

NL Barbecue-kippenbouten



15 min

X 4

1 el olijfolie • 8 kippenbouten • 2 teentjes knoflook, geschild en gehakt • 1 medium ui, gehakt • $\frac{1}{2}$ beker barbecuesaus • $\frac{1}{3}$ beker zoete chillsaus • peper en zout

- Selecteer het programma Aanbraden. Verwarm de olie en braad de kippenbouten aan gedurende **6 minuten**.
- Voeg de knoflook en de ui toe. Selecteer het programma Aanbraden - Timer: **3 minuten**.
- Doe de resterende ingrediënten in de binnenpan en roer alles grondig door.
- Selecteer het programma Onder druk koken, Hoog - Timer: **15 minuten**.
- Aan het einde van het kookproces, geef de druk vrij. Open het deksel.
- Breng op smaak met peper en zout. Dien op.

IT Cosce di pollo con salsa Barbecue



1 CC di olio d'oliva • 8 cosce di pollo • 2 spicchi d'aglio, sbucciati e tritati • 1 cipolla media, a pezzetti • ⅔ tazza di salsa Barbecue • ⅔ tazza di salsa piccante dolce • Sale e pepe

- Selezionare la funzione Rosolatura. Riscaldare l'olio e rosolare le cosce di pollo per **6 minuti**.
- Aggiungere l'aglio e la cipolla. Selezionare la funzione Rosolatura - Tempo: **3 minuti**.
- Aggiungere gli ingredienti rimanenti nella pentola e mescolare per amalgamare il tutto.
- Selezionare la funzione Cottura a pressione, livello alto - Tempo: **15 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione. Aprire il coperchio.
- Condire con sale e pepe. Servire.

DE Gegrillte Hähnchenschenkel



1 EL Olivenöl • 8 Hähnchenschenkel • 2 Knoblauchzehen, geschält und gehackt • 1 mittelgroße Zwiebel, gehackt • ⅔ Messbecher Barbecuesoße • ⅔ Messbecher süße Chilisoße • Salz und Pfeffer

- Das Programm Brown (Anbraten) wählen. Öl erhitzen und die Hähnchenschenkel für **6 Minuten** bräunen.
- Knoblauch und Zwiebeln dazugeben. Das Programm Brown (Anbraten) wählen und den Timer auf **3 Minuten** stellen.
- Die restlichen Zutaten in den Garbehälter geben und umrühren, um die Zutaten zu vermischen.
- Das Programm Pressure Cook (Druckgaren), High (hoch) wählen und den Timer auf **15 Minuten** einstellen.
- Nach Ablauf des Garvorgangs Druck ablassen. Deckel öffnen.
- Mit Salz und Pfeffer würzen. Servieren.

ES Muslos de pollo a la barbacoa



1 cucharada de aceite de oliva • 8 muslos de pollo • 2 dientes de ajo pelados y picados • 1 cebolla mediana picada • ⅔ taza de salsa barbacoa • ⅔ taza de salsa de chile • Sal y pimienta

- Seleccione el programa Dorar. Caliente el aceite y dore los muslos de pollo durante **6 minutos**.
- Añada el ajo y la cebolla. Seleccione el programa Dorar - Temporizador: **3 minutos**.
- Añada el resto de ingredientes en el bol y remueva para mezclarlo todo.
- Seleccione el programa Cocinar a presión, Alta - Temporizador: **15 minutos**.
- Cuando haya terminado la cocción, libere la presión. Abra la tapa.
- Salpimiente. Sirva.

Churrasco de pernas de frango



15 min



X 4

1 colher de sopa de azeite • 8 pernas de frango • 2 dentes de alho, descascados e picados • 1 cebola média, picada • $\frac{2}{3}$ de caneca de molho Barbecue • $\frac{2}{3}$ de caneca de molho Chili • Sal e pimenta

- Selecione o programa «Brown» (Dourar). Aqueça o azeite e aloure as pernas de frango durante **6 minutos**.
- Adicione o alho e a cebola. Selecione o programa «Brown» (Dourar) - Temporizador: **3 minutos**.
- Adicione os restantes ingredientes à panela e mexa para misturar tudo.
- Selecione o programa «Pressure Cook» (Cozinhar à pressão), Temporizador - "High" (alto): **15 minutos**.
- Quando estiver cozido, solte a pressão. Abra a tampa.
- Tempere com sal e pimenta. Sirva.



FR Sauce bolognaise au bœuf



10 minutes

X 4

½ cuillère à soupe d'huile d'olive • 3 morceaux de bacon • 2 oignons moyens, hachés • 2 gousses d'ail, écrasées • 500 g de bœuf haché • 500 g de porc haché • 1 carotte, coupée en dés • 1 branche de céleri, coupée en dés • ½ verre de vin rouge • 230 g de purée de tomates • 800g de tomates concassées ou hachées, égouttées • 2 cuillères à café d'origan séché • 2 cuillères à café de basilic séché • sel et poivre selon votre goût • ½ verre de parmesan • 2 feuilles de laurier

- Sélectionnez le programme Brunissement. Faites chauffer l'huile d'olive avec le bœuf, le porc, le bacon, l'oignon, la carotte, le céleri et l'ail jusqu'à ce que la viande soit dorée.
- Cassez les morceaux avec une spatule, puis ajoutez tous les ingrédients restants et mélangez bien pour amalgamer le tout.
- Sélectionnez le programme de cuisson sous pression, Fort - Minuteur : **10 minutes**.
- Une fois la cuisson terminée, relâchez la pression. Ouvrez le couvercle.
- Assaisonnez selon votre goût et retirez la feuille de laurier. Servez avec du parmesan.

EN Beef Bolognese sauce



10 min

X 4

½ tbsp olive oil • 3 pieces of bacon • 2 medium onions, chopped • 2 garlic cloves, crushed • 500 g ground beef • 500 g ground pork • 1 carrot, diced • 1 celery stalk, diced • ½ cup red wine • 230 g tomato paste or tomato puree • 800 g can crushed or chopped tomatoes, drained • 2 tsp. dried oregano • 2 tsp. dried basil • salt & pepper to taste • ½ cup parmesan cheese • 2 Bay leaves

- Select Brown program. Heat the olive oil with the beef, pork, bacon, onion, carrot, celery and garlic until the meat becomes browned.
- Break down any lumps with a spatula, then add all remaining ingredients and stir well to combine.
- Select Pressure Cook program, High - Timer: **10 minutes**.
- Once it is done cooking, release the pressure. Open the lid.
- Season to taste, remove the bay leaf. Serve with additional Parmesan cheese.

NL Bolognesesaus met rundvlees



10 min

X 4

½ el olijfolie • 3 plakjes spek • 2 medium ui, gehakt • 2 teentjes knoflook, geplet • 500 g rundergehakt • 500 g varkensgehakt • 1 wortel, in stukjes • 1 selderijstengel, in stukjes • ½ beker rode wijn • 230 g tomatenpasta of tomatenpuree • 800 g blik uitgelekte tomaten, geplet of gehakt • 2 tl gedroogde oregano • 2 tl gedroogde basilicum • zout en peper naar wens • ½ beker Parmezaanse kaas • 2 laurierblaadjes

- Selecteer het programma Aanbraden. Verwarm de olijfolie samen met het rundvlees, het varkensvlees, het spek, de ui, de wortel, de selderij en de knoflook totdat het vlees bruin wordt.
- Breek eventuele klonters met een spatel, voeg alle resterende ingrediënten toe en roer alles grondig door.
- Selecteer het programma Onder druk koken, Hoog - Timer: **10 minuten**.
- Aan het einde van het kookproces, geef de druk vrij. Open het deksel.
- Breng naar wens op smaak en verwijder de laurierblaadjes. Serveer met een beetje Parmezaanse kaas.

IT Ragù di carne



10 min



X 4

½ CC di olio d'oliva • 3 pezzi di pancetta • 2 cipolle medie, a pezzetti • 2 spicchi d'aglio, schiacciati • 500 g di carne di manzo macinata • 500 g di carne di maiale macinata • 1 carota, a cubetti • 1 gambo di sedano, a cubetti • ½ tazza di vino rosso • 230 g di concentrato di pomodoro o passata di pomodoro • 800 g di polpa di pomodoro, scolata • 2 cc di origano essiccato • 2 cc di basilico essiccato • Sale e pepe a piacere • ½ tazza di parmigiano • 2 Foglie di alloro

- Selezionare la funzione Rosolatura. Riscaldare l'olio d'oliva con il manzo, il maiale, la pancetta, la cipolla, la carota, il sedano e l'aglio finché la carne non è dorata.
- Sciogliere eventuali grumi con una spatola, quindi aggiungere gli ingredienti rimanenti e mescolare per amalgamare il tutto.
- Selezionare la funzione Cottura a pressione, livello alto - Tempo: **10 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione. Aprire il coperchio.
- Condire a piacere e rimuovere le foglie di alloro. Servire aggiungendo altro parmigiano.

DE Bolognese mit Rindfleisch



10 min



X 4

½ EL Olivenöl • 3 Stücke Bacon • 2 mittelgroße Zwiebeln, gehackt • 2 Knoblauchzehen, zerdrückt • 500 g Rinderhack • 500 g Schweinehack • 1 Karotte, gewürfelt • 1 Selleriestange, gewürfelt • ½ Messbecher Rotwein • 230 g Tomatenmark oder Tomatenpüree • 800 zerkleinerte oder gehackte Tomaten aus der Dose, abgetropft • 2 TL getrockneter Oregano • 2 TL getrocknetes Basilikum • Salz und Pfeffer nach Geschmack • ½ Messbecher Parmesan • 2 Lorbeerblätter

- Das Programm Brown (Anbraten) wählen. Olivenöl mit Rindfleisch, Schweinefleisch, Bacon, Zwiebel, Karotte, Sellerie und Knoblauch erhitzen, bis das Fleisch gebräunt ist.
- Klumpen mit einem Bratenwender zerkleinern, dann alle restlichen Zutaten dazugeben und unter Rühren gut vermischen.
- Das Programm Pressure Cook (Druckgaren), High (hoch) wählen und den Timer auf **10 Minuten** einstellen.
- Nach Ablauf des Garvorgangs Druck ablassen. Deckel öffnen.
- Nach Geschmack würzen, Lorbeerblatt herausnehmen. Mit Parmesan servieren.

ES Salsa boloñesa de carne de ternera



10 min



X 4

½ cucharada de aceite de oliva • 3 tiras de beicon • 2 cebollas medianas picadas • 2 dientes de ajo picados • 500 g de carne picada de ternera • 500 g de carne picada de cerdo • 1 zanahoria cortada en cubitos • 1 apio cortado en cubitos • ½ taza de vino tinto • 230 g de salsa de tomate • 800 g de tomate triturado escurrido • 2 cucharaditas de orégano seco • 2 cucharaditas de albahaca seca • Sal y pimienta al gusto • ½ taza de queso parmesano • 2 hojas de laurel

- Seleccione el programa Dorar. Caliente el aceite de oliva con la carne de ternera, la carne de cerdo, el beicon, la cebolla, la zanahoria, el apio y el ajo hasta que se dore la carne.
- Vaya partiendo la masa con una espátula y, a continuación, añada el resto de ingredientes y remueva bien para mezclarlo.
- Seleccione el programa Cocinar a presión, Alta - Temporizador: **10 minutos**.
- Cuando haya terminado la cocción, libere la presión. Abra la tapa.
- Sazone al gusto y quite las hojas de laurel. Sirva con un poco más de queso parmesano.

PT Bolonhesa



10 min



X 4

½ colher de sopa de azeite • 3 fatias de bacon • 2 cebolas médias, picadas • 2 dentes de alho, esmagados • 500 g de carne de vaca picada • 500 g de carne de porco picada • 1 cenoura, cortada • 1 aipo, cortado • ½ caneca de vinho tinto • 230 g de polpa de tomate • 1 lata de 800 g de tomates picados, escurridos • 2 colheres de sobremesa de orégãos secos • 2 colheres de sobremesa de manjeriço seco • sal e pimenta a gosto • ½ caneca de queijo parmesão • 2 folhas de louro

- Selecione o programa «Brown» (Dourar). Aqueça o azeite com a carne de vaca, a carne de porco, o bacon, a cebola, a cenoura, o aipo e o alho até a carne alourar.
- Desfaça os grumos com uma espátula, depois adicione todos os restantes ingredientes e mexa bem para misturar.
- Selecione o programa “Pressure Cook” (Cozinhar à pressão), “High” (alto) - Temporizador: **10 minutos**.
- Quando estiver cozido, solte a pressão. Abra a tampa.
- Tempere a gosto, retire as folhas de louro. Sirva com queijo parmesão adicional.



FR Chili con carne



10 minutes

X 4

1 kg de bœuf haché maigre • 2 oignons finement coupés en dés • 2 gousses d'ail, pelées et coupées en petits dés • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • 1 cuillère à café de cumin moulu • 800 g de tomates concassées ou hachées • 230 g de sauce tomate ou de purée de tomate • 230 g de haricots rouges, rincés et égouttés • 2 cuillères à soupe de poudre de chili • ½ cuillère à café de piment Ancho • ¼ cuillère à café de piment de Cayenne • Sel • Poivre noir fraîchement concassé

- Sélectionnez le programme Brunissement. Faites légèrement dorer le bœuf dans l'huile. Assaisonnez légèrement avec le sel et le poivre.
- Ajoutez l'oignon, l'ail, le cumin, la poudre de chili, le piment Ancho et le piment de Cayenne. Mélangez bien.
- Ajoutez les tomates, la sauce tomate et les haricots. Remuez à nouveau puis fermez le couvercle. Sélectionnez le programme de cuisson sous pression ; Minuteur faible : **10 minutes**.
- Une fois la cuisson terminée, relâchez la pression. Ouvrez le couvercle. Servez.

Remarque : pour pimenter votre Chili con Carne, ajoutez simplement quelques gouttes de Tabasco avant de servir. Le chili peut être servi seul ou sur du riz.

EN Chili con Carne



10 min

X 4

1 kg lean ground beef • 2 onions finely diced • 2 garlic cloves, peeled and finely diced • 2 tbsp. olive oil • 1 tsp. ground cumin • 800 g can crushed or chopped tomatoes • 230 g can tomato sauce or passata • 2 425 g cans red kidney beans, rinsed and drained • 2 tbsp. chili powder • ½ tsp. Ancho chilli pepper • ¼ tsp. Cayenne powder • Kosher salt • Freshly cracked black pepper

- Select Brown program. Lightly brown the beef in the oil. Season lightly with salt and pepper.
- Add the onion, garlic, cumin, chili powder, ancho chile pepper and cayenne powder. Stir well to combine.
- Add the tomatoes, tomato sauce and beans. Stir again then close the lid. Select Pressure Cook program, Low Timer: **10 minutes**.
- Once it is done cooking, release the pressure. Open the lid. Serve.

Note: to spice up your Chili con Carne, simply add a few drops of Tabasco before serving. Chili can be served by itself or on top of rice.

NL Chili con carne



10 min

X 4

1 kg mager rundergehakt • 2 ui, fijn gehakt • 2 teentjes knoflook, geschild en fijn gehakt • 2 el olijfolie • 1 tl gemalen komijn • 800 g blik tomaten, geplet of gehakt • 230 g blik tomatensaus of passata • 2 425 g blikken rode kidneybonen, gespoeld en uitgelekt • 2 el chilipoeder • ½ tl ancho chilipeper • ¼ tl cayennepeper • Keukenzout • Zwarte peper, vers gemalen

- Selecteer het programma Aanbraden. Braad het rundvlees lichtjes in de olie aan. Breng lichtjes op smaak met peper en zout.
- Doe de ui, de knoflook, het chilipoeder, de ancho chilipeper en de cayennepeper erbij. Roer alles goed door.
- Voeg de tomaten, de tomatensaus en de bonen toe. Roer opnieuw en sluit dan het deksel. Selecteer het programma Onder druk koken, Laag Timer: **10 minuten**.
- Aan het einde van het kookproces, geef de druk vrij. Open het deksel. Dien op.

Opmerking: Om uw Chili con Carne pikanter te maken, voeg enkele druppels Tabasco toe voor het serveren. De Chili kan op zichzelf of bovenop rijst worden geserveerd.

IT Chili con carne



10 min



X 4

1 kg di carne di manzo macinata magra • 2 cipolle, tritate finemente • 2 spicchi d'aglio, sbucciati e tritati finemente • 2 CC di olio d'oliva • 1 cc di cumino macinato • 800 g di polpa di pomodoro, scolata • 230 g di salsa o passata di pomodoro • 2 scatole da 425 g di fagioli rossi, risciacquati e scolati • 2 CC di chili in polvere • ½ cc di peperoncino Ancho • ¼ cc di peperoncino di Caienna in polvere • Sale grosso • Pepe nero appena macinato

- Selezionare la funzione Rosolatura. Rosolare leggermente il manzo nell'olio. Condire con poco sale e pepe.
- Aggiungere la cipolla, l'aglio, il cumino, il chili in polvere, il peperoncino Ancho e il peperoncino di Caienna in polvere. Mescolare per amalgamare il tutto.
- Aggiungere la polpa di pomodoro, la salsa di pomodoro e i fagioli. Mescolare nuovamente e chiudere il coperchio. Selezionare la funzione Cottura a pressione, livello basso - Tempo: **10 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione. Aprire il coperchio. Servire.

Nota: per insaporire ulteriormente il chili con carne, aggiungere qualche goccia di Tabasco prima di servire. Il chili può essere servito da solo o sul riso.

DE Chili con Carne



10 min



X 4

1 kg mageres Rinderhack • 2 Zwiebeln, fein gewürfelt • 2 Knoblauchzehen, geschält und fein gewürfelt • 2 EL Olivenöl • 1 TL gemahlener Kreuzkümmel • 800 g zerkleinerte oder gehackte Tomaten aus der Dose • 230 g Tomatensoße oder passierte Tomaten aus der Dose • 2 Dosen rote Kidneybohnen (je 425 g), abgespült und getrocknet • 2 EL Chilipulver • ½ TL Ancho-Chilischote • ¼ TL Cayennepulver • kosheres Salz • frisch geschroteter schwarzer Pfeffer

- Das Programm Brown (Anbraten) wählen. Rindfleisch leicht im Öl anbraten. Leicht mit Salz und Pfeffer würzen.
- Zwiebel, Knoblauch, Kreuzkümmel, Chilipulver, Ancho-Chilischote und Cayennepulver dazugeben. Unter Rühren gut vermischen.
- Tomaten, Tomatensoße und Bohnen hinzugeben. Noch einmal umrühren, dann den Deckel schließen. Das Programm Pressure Cook (Druckgaren), Low (niedrig) wählen und den Timer auf **10 Minuten** einstellen.
- Nach Ablauf des Garvorgangs Druck ablassen. Deckel öffnen. Servieren.

Hinweis: Um Ihrem Chili con Carne etwas mehr Schärfe zu verleihen, geben Sie vor dem Servieren einige Tropfen Tabasco hinein. Das Chili kann allein oder auf Reis serviert werden.

ES Chile con carne



10 min



X 4

1 kg de carne magra de ternera picada • 2 cebollas muy picadas • 2 dientes de ajo pelados y muy picados • 2 cucharadas de aceite de oliva • 1 cucharadita de comino molido • 800 g de tomate triturado • 230 g de salsa de tomate • 425 g de judías pintas de lata enjuagadas y escurridas • 2 cucharadas de chile en polvo • ½ cucharadita de chile ancho • ¼ cucharadita de cayena en polvo • Sal kosher • Pimienta negra recién molida

- Seleccione el programa Dorar. Dore ligeramente la carne en el aceite. Sazone ligeramente con sal y pimienta.
- Añada la cebolla, el ajo, el comino, el chile en polvo, el chile ancho y la cayena en polvo. Remueva bien para mezclarlo.
- Añada los tomates, la salsa de tomate y las judías. Remueva de nuevo y, a continuación, cierre la tapa. Seleccione el programa Cocinar a presión, Baja - Temporizador: **10 minutos**.
- Cuando haya terminado la cocción, libere la presión. Abra la tapa. Sirva.

Nota: Para que su chile con carne quede más picante, simplemente añada unas gotas de tabasco antes de servir. El chile se puede servir solo o encima de arroz.

PT Chili com carne



10 min



X 4

1 kg de carne magra picada • 2 cebolas finamente picadas • 2 dentes de alho, descascados e finamente picados • 2 colheres de sopa de azeite • 1 colher de sobremesa de cominhos picados • 1 lata de 800 g de tomates triturados • 1 lata de 230 g de polpa de tomate • 2 latas de 425 g de feijão vermelho, lavado e escorrido • 2 colheres de sopa de chili em pó • ½ colher de sobremesa de pimenta malagueta • ¼ colher de sobremesa Pimenta de caiena • sal Kosher • pimenta preta moída recentemente

- Selecione o programa “Brown” (Dourar). Deixe alourar a carne ligeiramente no azeite. Tempere levemente com sal e pimenta.
- Adicione a cebola, o alho, os cominhos, o chili em pó, a pimenta malagueta e a pimenta de caiena. Mexa bem e misture.
- Adicione os tomates, o molho de tomate e os feijões. Mexa novamente e depois feche a tampa. Selecione o programa “Pressure Cook” (Cozinhar à pressão), Temporizador «Low» (Baixo): **10 minutos**.
- Quando estiver cozido, solte a pressão. Abra a tampa. Sirva.

Nota: para apimentar o Chili com Carne, adicione apenas algumas gotas de Tabasco antes de servir. O chili pode ser servido sozinho ou sobre arroz.



FR Bœuf Stroganoff



30 minutes

X 4

700 g de bœuf, en morceaux • 2 oignons coupés • 250 g de champignons coupés • 10 g de farine • 1 cuillère à soupe de moutarde • 125 g de crème • 50 ml d'huile • 20 g de beurre • 1 ou 2 cornichons marinés à l'aneth • 1 verre de vin blanc • sel et poivre

- Versez l'huile dans le bol de cuisson.
- Sélectionnez le programme Brunissement et appuyez sur Démarrer.
- Dès que le bip retentit, ajoutez les oignons et faites cuire **5 minutes**.
- Ajoutez ensuite les champignons et la viande et faites cuire encore **5 à 10 minutes**. Une fois terminé, appuyez sur Annuler.
- Ajoutez tous les autres ingrédients et 150 ml d'eau.
- Sélectionnez Cuisson sous pression. Appuyez sur Horloge et réglez-la sur **15 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.

EN Beef stroganoff



30 min

X 4

700g beef, chunks • 2 onions, sliced • 250g mushrooms, sliced • 10g flour • 1 tablespoon mustard • 125g cream • 50ml oil • 20g butter • 1 or 2 pickled dill cucumbers • 1 glass white wine • salt and pepper

- Pour the oil in the cooking pot.
- Select Brown and press Start.
- When it beeps, add the onions and cook for **5 minutes**.
- After, add the mushroom and the meat and cook for another **5-10 minutes**. When finished, press Cancel.
- Add all the other ingredients and 150ml water.
- Select Pressure Cook. Press Clock and set it for **15 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.

NL Bœuf Stroganoff



30 min

X 4

700g rundvlees, in stukken • 2 ui, in stukjes • 250g champignons, in stukjes • 10g bloem • 1 el mosterd • 125g room • 50ml olie • 20g boter • 1 of 2 augurken • 1 glas witte wijn • peper en zout

- Doe de olie in de binnenpan.
- Selecteer Aanbraden en druk op Start.
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, voeg de ui toe en laat **5 minuten** bakken.
- Voeg de champignons en het vlees toe en laat **5-10 minuten** verder bakken. Wanneer klaar, druk op Annuleren.
- Doe alle andere ingrediënten en 150ml water erbij.
- Selecteer Onder druk koken Druk op Klok en stel een tijd van **15 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.

IT Manzo alla Stroganoff



30 min



X 4

700 g di manzo, a pezzi • 2 cipolle, a fette • 250 g di funghi, a fette • 10 g di farina • 1 CC di senape • 125 g di panna • 50 ml di olio • 20 g di burro • 1 o 2 cetrioli sottaceto • 1 bicchiere di vino bianco • Sale e pepe

- Versare l'olio nella pentola di cottura.
- Selezionare la funzione Rosolatura e premere il pulsante Avvio.
- Al segnale acustico, aggiungere le cipolle e cuocere per **5 minuti**.
- Quindi aggiungere i funghi e la carne e cuocere per altri **5-10 minuti**. Quindi premere il pulsante Annulla.
- Aggiungere tutti gli altri ingredienti e 150 ml di acqua.
- Selezionare la modalità Cottura a pressione. Premere il pulsante Timer e impostare **15 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.

DE Boeuf Stroganoff



30 min



X 4

700 g Rindfleisch, in Stücken • 2 Zwiebeln, in Scheiben • 250 g Pilze, in Scheiben • 10 g Mehl • 1 EL Senf • 125 g Sahne • 50 ml Öl • 20 g Butter • 1 oder 2 eingelegte Dill-Gurken • 1 Glas Weißwein • Salz und Pfeffer

- Öl in den Garbehälter gießen.
- Das Programm Brown (Anbraten) wählen und Start drücken.
- Wenn das Gerät ein akustisches Signal erzeugt, Zwiebeln hinzufügen und für **5 Minuten** garen.
- Anschließend Pilze und Fleisch dazugeben und für weitere **5 bis 10 Minuten** garen. Nach Ablauf der Zeit, Cancel (Abbrechen) drücken.
- Alle restlichen Zutaten und 150 ml Wasser dazugeben.
- Pressure Cook (Druckgaren) auswählen. Clock (Uhr) drücken und auf **15 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.

ES Stroganoff de ternera



30 min



X 4

700 g de carne de ternera en trozos • 2 cebollas cortadas en rodajas • 250 g de champiñones cortados en rodajas • 10 g de harina • 1 cucharada de mostaza • 125 g de nata • 50 ml de aceite • 20 g de mantequilla • 3 pepinillos cortados en rodajas • 1 vaso de vino blanco • Sal y pimienta

- Eche el aceite en el bol de cocción.
- Seleccione el programa Dorar y pulse Iniciar.
- Cuando suene, añada las cebollas y cocine durante **5 minutos**.
- A continuación, añada los champiñones y la carne, y cocine durante otros **5-10 minutos**. Cuando haya terminado, pulse Cancelar.
- Añada el resto de ingredientes y 150 ml de agua.
- Seleccione el programa Cocinar a presión. Pulse el botón Reloj y ajústelo en **15 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar (la pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista).
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.

PT Strogonoff de vaca



30 min



X 4

700 g de carne vaca, porções • 2 cebolas, partidas • 250 g de cogumelos fatiados • 10 g de farinha • 1 colher de sopa de mostarda • 125 g natas • 50 ml de azeite • 20 g de manteiga • 3 pickles, cortados • 1 copo de vinho branco • sal e pimenta

- Coloque o azeite na panela.
- Selecione “Brown” (Dourar) e prima “Start” (iniciar).
- Quando apitar, adicione as cebolas e deixe cozinhar durante **5 minutos**.
- Depois, adicione os cogumelos e a carne e deixe cozer durante mais **5 -10 minutos**. Quando terminar, prima “Cancel” (Cancelar).
- Adicione todos os outros ingredientes e 150ml de água.
- Selecione “Pressure Cook” (Cozinhar à pressão). Prima “Clock” (Relógio) e defina-o para **15 minutos**. Feche a tampa e prima “Start” (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima “Cancel” (Cancelar) e abra a tampa.



FR Viande hachée en feuilles de chou



40 minutes

Nombre de
morceaux :

X 25

500 g de viande de porc hachée • 100 g de riz blanc • 3 cuillères à soupe d'huile • 2 oignons • 1 cuillère à soupe de purée de tomates • 500 ml de jus de tomate • 2 bocaux de choucroute • poivre moulu • 2 feuilles de laurier • 1 cuillère à soupe de thym • ½ cuillère à soupe de marjolaine • 1 cuillère à soupe de paprika doux • sel et poivre • jambon fumé • piment fort et polenta, pour servir

- Versez l'huile dans le bol de cuisson.
- Sélectionnez le programme Brunissement et appuyez sur Démarrer.
- Dès que le bip retentit, ajoutez les oignons et faites cuire **5 minutes**
- Ajouter le riz, 1 verre d'eau, le sel et les condiments et faites cuire encore **5 minutes**. Une fois terminé, appuyez sur Annuler.
- Ajoutez le jus obtenu de la viande hachée, ajoutez le thym, le sel et le poivre et mélangez.
- Détaillez la choucroute en fines lamelles et couvrez le fond du bol (à l'intérieur) avec la choucroute. Avec le mélange de

viande, formez environ 25 saucisses. Mettez-les dans le bol.

- Couvrez la viande avec le reste de la choucroute et le jambon fumé (tranché). Ajoutez les feuilles de laurier, le poivre moulu, le jus de tomate et 1 verre d'eau.
- Sélectionnez Cuisson sous pression. Appuyez sur Horloge et réglez-la sur **30 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.
- Servez avec du piment et de la polenta.

EN Minced meat in cabbage leaves



40 min

Number
of pieces:

X 25

500g pork meat, minced • 100g white rice • 3 tablespoon oil • 2 onions • 1 tablespoon tomato puree • 500ml tomato juice • 2 jars sauerkrauts • ground pepper • 2 bay leaves • 1 tablespoon thyme • ½ tablespoon marjoram • 1 tablespoon sweet paprika • salt and pepper • smoked ham • hot pepper and polenta, for serving

- Pour the oil in the cooking pot.
- Select Brown and press Start.
- When it beeps, add the onions and cook for **5 minutes**
- Add the rice, 1 glass of water, the salt and condiments and cook for another **5 minutes**. When finished, press Cancel.
- Add the obtained juice over the minced meat, add thyme, salt and pepper and mix.
- Cut the sauerkraut in small slices and cover the pot bottom (inside). Form the meat mixture into about 25 sausage shapes. And place them in the pot.

- Cover the shaped meat with sauerkraut and smoked ham (sliced). Add bay leaves, ground pepper, tomato juice and 1 glass of water.
- Select Pressure Cook. Press Clock and set it for **30 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.
- Serve with hot pepper and polenta.

NL Gehakt in koolbladeren



Aantal
stuk(s):
X 25

500g varkensgehakt • 100g witte rijst • 3 el olie • 2 uien • 1 el tomatenpuree • 500ml tomatensap • 2 potten zuurkool • gemalen peper • 2 laurierblaadjes • 1 el tijm • ½ el marjolein • 1 el zoete paprika • peper en zout • gerookte ham • hete peper en polenta, om te serveren

- Doe de olie in de binnenpan.
- Selecteer Aanbraden en druk op Start.
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, voeg de ui toe en laat **5 minuten** bakken.
- Doe de rijst, 1 glas water, het zout en de specerijen erbij en laat **5 minuten** verder bakken. Wanneer klaar, druk op Annuleren.
- Giet het verkregen sap over het gehakt, voeg de tijm, het zout en de peper toe en meng.
- Snij de zuurkool in dunne reepjes en bedek de bodem van de pan (binnenkant). Maak ongeveer 25 worstjes met het vleesmengsel. Leg ze in de pan.
- Bedek de worstjes met zuurkool en de plakjes gerookte ham. Voeg de laurierblaadjes, de gemalen peper, het tomatensap en 1 glas water toe.
- Selecteer Onder druk koken Druk op Klok en stel een tijd van **30 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.
- Serveer met hete peper en polenta.

IT Involtni di foglie di cavolo con carne macinata



Numero di
pezzi:
X 25

500 g di carne di maiale, macinata • 100 g di riso bianco • 3 CC di olio • 2 cipolle • 1 CC di passata di pomodoro • 500 ml di succo di pomodoro • 2 vasetti di crauti • Pepe macinato • 2 foglie di alloro • 1 CC di timo • ½ CC di maggiorana • 1 CC di paprica dolce • Sale e pepe • Prosciutto affumicato • Peperoncino e polenta, come accompagnamento

- Versare l'olio nella pentola di cottura.
- Selezionare la funzione Rosolatura e premere il pulsante Avvio.
- Al segnale acustico, aggiungere le cipolle e cuocere per **5 minuti**.
- Aggiungere il riso, 1 bicchiere di acqua, il sale e i condimenti e cuocere per altri **5 minuti**. Quindi premere il pulsante Annulla.
- Aggiungere il succo ottenuto alla carne macinata, aggiungere il timo, il sale e il pepe e mescolare.
- Tagliare i crauti a fette sottili e ricoprire il fondo interno della pentola. Formare circa 25 salsicce modellando la miscela di carne. Inserirle nella pentola.
- Cuocere le salsicce di carne con i crauti e il prosciutto affumicato (a fette). Aggiungere le foglie di alloro, il pepe macinato, il succo di pomodoro e 1 bicchiere di acqua.
- Selezionare la modalità Cottura a pressione. Premere il pulsante Timer e impostare **30 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.
- Servire con peperoncino e polenta.

DE Kohlrouladen



Anzahl der
Stücke:
X 25

500 g Schweinehack • 100 g weißer Reis • 3 EL Öl • 2 Zwiebeln • 1 EL Tomatenpüree • 500 ml Tomatensaft • 2 Gläser Sauerkraut • gemahlener Pfeffer • 2 Lorbeerblätter • 1 EL Thymian • ½ EL Majoran • 1 EL süßes Paprikapulver • Salz und Pfeffer • geräucherter Schinken • Chilischote und Polenta zum Servieren

- Öl in den Garbehälter gießen.
- Das Programm Brown (Anbraten) wählen und Start drücken.
- Wenn das Gerät ein akustisches Signal erzeugt, Zwiebeln hinzufügen und für **5 Minuten** garen.
- Reis, 1 Glas Wasser, Salz und Würze dazugeben und weitere **5 Minuten** garen. Nach Ablauf der Zeit, Cancel (Abbrechen) drücken.
- Den Kochsaft über das Hackfleisch geben, Thymian, Salz und Pfeffer hinzufügen und untermischen.
- Sauerkraut in kleine Stücke schneiden und den Behälterboden (innen) bedecken. Fleischmasse zu 25 Würstchen formen und in den Behälter geben.
- Das zu Würstchen geformte Fleisch mit Sauerkraut und geräuchertem Schinken (in Scheiben) bedecken. Lorbeerblätter, gemahlener Pfeffer, Tomatensaft und 1 Glas Wasser dazugeben.
- Pressure Cook (Druckgaren) auswählen. Clock (Uhr) drücken und auf **30 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.
- Mit der Chilischote und Polenta servieren.

ES Carne picada en hojas de col

 Número de unidades:
40 min X 25

500 g de carne picada de cerdo • 100 g de arroz • 3 cucharadas de aceite • 2 cebollas • 1 cucharada de pasta de tomate • 500 ml de zumo de tomate • 2 chucruts • Granos de pimienta • 2 hojas de laurel • 1 cucharada de tomillo • ½ cucharada de mejorana • 1 cucharada de pimentón dulce • Sal y pimienta • Jamón ahumado • Pimentón picante y polenta, para servir

- Eche el aceite en el bol de cocción.
- Seleccione el programa Dorar y pulse Iniciar.
- Cuando suene, añada las cebollas y cocine durante **5 minutos**.
- Añada el arroz, 1 vaso de agua, la sal y las especias y cocine durante otros **5 minutos**. Cuando haya terminado, pulse Cancelar.
- Añada el jugo obtenido de la carne picada, el tomillo, la sal y la pimienta y mezcle.
- Corte la col agria en pequeñas rodajas y cubra el fondo del bol (por dentro). Dele la forma de "sarmale" y colóquelo en el bol.
- Cubra el sarmale con la col agria y el jamón ahumado (en rodajas). Añada las hojas de laurel, los granos de pimienta, el zumo de tomate y 1 vaso de agua.
- Seleccione el programa Cocinar a presión. Pulse el botón Reloj y ajústelo en **30 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar. (La pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista.)
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.
- Sirva con pimentón picante y polenta.

PT Carne picada em folhas de repolho

 Número de peças:
40 min X 25

500 g de carne de porco, picada • 100 g de arroz • 3 colheres de sopa de azeite • 2 cebolas • 1 colher de sopa de polpa de tomate • 500 ml de sumo de tomate • 2 chucrutes • grãos de pimenta • 2 folhas de louro • 1 colher de sopa de tomilho • ½ colher de sopa de manjerona • 1 colher de sopa de pimentão doce • sal e pimenta • presunto • pimenta chili e polenta para servir

- Coloque o azeite na panela.
- Seleccione "Brown" (Dourar) e prima "Start" (iniciar).
- Quando apitar, adicione as cebolas e deixe cozinhar durante **5 minutos**.
- Adicione o arroz, 1 copo de água, o sal e os condimentos e deixe cozinhar durante mais **5 minutos**. Quando terminar, prima "Cancel" (Cancelar).
- Adicione o sumo obtido sobre a carne picada, junte o tomilho, o sal e a pimenta e misture.
- Corte o repolho azedo em pequenas fatias e cubra o fundo da panela (no interior). Molde o "sarmale" e coloque-o na panela.
- Cubra o sarmale com o repolho azedo e o presunto (fatiado). Adicione as folhas de louro, os grãos de pimenta, o sumo de tomate e 1 copo de água.
- Seleccione "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão). Prima "Clock" (Relógio) e defina-o para **30 minutos**. Feche a tampa e prima "Start" (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima "Cancel" (Cancelar) e abra a tampa.
- Sirva com pimenta chili e polenta.



FR Chou au jambon fumé



1 chou découpé • 2 oignons coupés • 2 gousses d'ail coupées • 1 poivron vert coupé • 300 g de jambon fumé • 150 ml de purée de tomates • 3 cuillères à soupe d'huile • 2 feuilles de laurier • thym • 1 cuillère à soupe de paprika doux • 300 ml d'eau • sel et poivre

- Versez l'huile dans le bol de cuisson.
- Sélectionnez le programme Brunissement et appuyez sur Démarrer.
- Dès que le bip retentit, ajoutez les oignons et la viande et faites cuire pendant **10 minutes**. Lorsque le minuteur émet un bip, appuyez sur Annuler.
- Ajoutez tous les autres ingrédients.
- Sélectionnez Cuisson sous pression. Appuyez sur Horloge et réglez-la sur **20 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.
- Servez avec du piment et de la polenta.

EN Cabbage with smoked ham



1 cabbage, sliced • 2 onions, sliced • 2 garlic cloves, sliced • 1 green pepper, sliced • 300g smoked ham • 150ml tomato puree • 3 tablespoon oil • 2 bay leaves • thyme • 1 tablespoon sweet paprika • 300ml water • salt and pepper

- Pour the oil in the cooking pot.
- Select Brown and press Start.
- When it beeps, add the onions and meat, and cook for **10 minutes**. When the timer beeps, press Cancel.
- Add all the other ingredients.
- Select Pressure Cook. Press Clock and set it for **20 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.
- Serve with polenta and hot pepper.

NL Kool met gerookte ham



1 kool, in stukjes • 2 ui, in stukjes • 2 teentjes knoflook, in stukjes • 1 groene paprika, in stukjes • 300g gerookte ham • 150ml tomatenpuree • 3 el olie • 2 laurierblaadjes • tijm • 1 el zoete paprika • 300ml water • peper en zout

- Doe de olie in de binnenpan.
- Selecteer Aanbraden en druk op Start.
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, voeg de ui en het vlees toe en laat **10 minuten** bakken. Wanneer de timer piept, druk op Annuleren.
- Andere ingrediënten:
- Selecteer Onder druk koken Druk op Klok en stel een tijd van **20 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.
- Serveer met hete peper en polenta.

IT Cavolo con prosciutto affumicato



30 min

X 6

1 cavolo, a fette • 2 cipolle, a fette • 2 spicchi d'aglio, a fette • 1 peperone verde, a fette • 300 g di prosciutto affumicato • 150 ml di passata di pomodoro • 3 CC di olio • 2 foglie di alloro • Timo • 1 CC di paprica dolce • 300 ml di acqua • Sale e pepe

- Versare l'olio nella pentola di cottura.
- Selezionare la funzione Rosolatura e premere il pulsante Avvio.
- Al segnale acustico, aggiungere le cipolle e la carne e cuocere per **10 minuti**. Al segnale acustico, premere il pulsante Annulla.
- Aggiungere tutti gli altri ingredienti.
- Selezionare la modalità Cottura a pressione. Premere il pulsante Timer e impostare **20 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.
- Servire con polenta e peperoncino.

DE Kohl mit geräuchertem Schinken



30 min

X 6

1 Kohlkopf, geschnitten • 2 Zwiebeln, geschnitten • 2 Knoblauchzehen, klein geschnitten • 1 grüne Paprika, klein geschnitten • 300 g geräucherter Schinken • 150 ml Tomatenpüree • 3 EL Öl • 2 Lorbeerblätter • Thymian • 1 EL süßes Paprikapulver • 300 ml Wasser • Salz und Pfeffer

- Öl in den Garbehälter gießen.
- Das Programm Brown (Anbraten) wählen und Start drücken.
- Wenn das Gerät ein akustisches Signal erzeugt, Zwiebeln und Fleisch hinzufügen und für **10 Minuten** garen. Wenn der Timer ertönt, Cancel (Abbrechen) drücken.
- Alle restlichen Zutaten dazugeben.
- Pressure Cook (Druckgaren) auswählen. Clock (Uhr) drücken und auf **20 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.
- Mit Polenta und Chilischote servieren.

ES Col con jamón ahumado



30 min

X 6

1 col cortada en rodajas • 2 cebollas cortadas en rodajas • 2 dientes de ajo cortados en rodajas • 1 pimiento verde cortado en rodajas • 300 g de jamón ahumado • 150 ml de pasta de tomate • 3 cucharadas de aceite • 2 hojas de laurel • Tomillo • 1 cucharada de pimentón dulce • 300 ml de agua • Sal y pimienta

- Eche el aceite en el bol de cocción.
- Seleccione el programa Dorar y pulse Iniciar.
- Cuando suene, añada las cebollas y la carne, y cocine durante **10 minutos**. Cuando suene el timbre del temporizador, pulse Cancelar.
- Añada el resto de ingredientes.
- Seleccione el programa Cocinar a presión. Pulse el botón Reloj y ajústelo en **20 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar (la pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista).
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.
- Sirva con polenta y pimentón picante.

Repolho com presunto



30 min



X 6

1 Repolho, fatiado • 2 cebolas, cortadas • 2 alhos, cortados • 1 pimento verde, fatiado • 300 g de presunto • 150 ml de polpa de tomate • 3 colheres de sopa de azeite • 2 folhas de louro • tomilho • 1 colher de sopa de pimentão doce • 300 ml de água • sal e pimenta

- Coloque o azeite na panela.
- Selecione “Brown” (Dourar) e prima “Start” (iniciar).
- Quando apitar, adicione as cebolas e a carne e deixe cozinhar durante **10 minutos**. Quando o temporizador apitar, prima “Cancel” (Cancelar).
- Adicione todos os outros ingredientes.
- Selecione “Pressure Cook” (Cozinhar à pressão). Prima “Clock” (Relógio) e defina-o para **20 minutos**. Feche a tampa e prima “Start” (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima “Cancel” (Cancelar) e abra a tampa.
- Sirva com polenta e pimenta chili.



FR Poulet aux champignons



700 g de viande de poulet, en cubes • 50 ml d'huile • 100 g de farine • 250 g de champignons, tranchés • 400 g de crème • 2 oignons, tranchés • Sel et poivre • Polenta, pour servir

- Versez l'huile dans le bol de cuisson.
- Sélectionnez le programme Brunissement et appuyez sur Démarrer.
- Dès que le bip retentit, ajoutez les oignons et faites cuire pendant **5 minutes**
- Puis, ajoutez le poulet et faites cuire pendant **5 minutes**, suivi des champignons - faites cuire encore pendant **7 à 10 minutes**.
- Ajoutez la farine et remuez constamment pendant **5 minutes**. Ajoutez la crème et continuez de remuer pendant encore **5 minutes**.
- Une fois terminé, appuyez sur Annuler.
- Sélectionnez Cuisson sous pression. Appuyez sur Horloge et réglez-la sur **15 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.
- Servez avec de la polenta.

EN Chicken with mushrooms



700g chicken meat, cubed • 50ml oil • 100g flour • 250g mushrooms, sliced • 400g cream • 2 onions, sliced • Salt and pepper • Polenta, for serving

- Pour the oil in the cooking pot.
- Select Brown and press Start.
- When it beeps, add the onions and cook for **5 minutes**.
- After, add the chicken and cook for **5 minutes**, following with the mushrooms – cooking for another **7-10 minutes**.
- Add the flour and stir continuously for **5 minutes**. Add the cream and continue to stir for another **5 minutes**.
- When finished, press Cancel.
- Select Pressure Cook. Press Clock and set it for **15 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.
- Serve with polenta.

NL Kip met champignons



45 min



X 4

700g kip, in blokjes • 50ml olie • 100g bloem • 250g paddenstoelen, in stukjes • 400g room • 2 uien, in stukjes • Peper en zout • Polenta, om te serveren

- Doe de olie in de binnenpan.
- Selecteer Aanbraden en druk op Start.
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, voeg de ui toe en laat **5 minuten** bakken.
- Doe de kip erbij en laat **5 minuten** verder bakken. Voeg vervolgens de champignons toe en laat opnieuw gedurende **7-10 minuten** bakken.
- Doe de bloem erbij en roer ononderbroken gedurende **5 minuten**. Giet de room erbij en roer opnieuw gedurende **5 minuten**.
- Wanneer klaar, druk op Annuleren.
- Selecteer Onder druk koken Druk op Klok en stel een tijd van **15 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.
- Serveer met polenta.

IT Pollo con funghi



45 min



X 4

700 g di carne di pollo, a cubetti • 50 ml di olio • 100 g di farina • 250 g di funghi, a fette • 400 g di panna • 2 cipolle, a fette • Sale e pepe • Polenta, come accompagnamento

- Versare l'olio nella pentola di cottura.
- Selezionare la funzione Rosolatura e premere il pulsante Avvio.
- Al segnale acustico, aggiungere le cipolle e cuocere per **5 minuti**.
- Quindi aggiungere il pollo e cuocere per **5 minuti**. Aggiungere i funghi e cuocere per altri **7-10 minuti**.
- Aggiungere la farina e mescolare continuamente per **5 minuti**. Aggiungere la panna e continuare a mescolare per altri **5 minuti**.
- Quindi premere il pulsante Annulla.
- Selezionare la modalità Cottura a pressione. Premere il pulsante Timer e impostare **15 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.
- Servire con polenta.

DE Huhn mit Pilzen



45 min



X 4

700 g Hühnerfleisch, gewürfelt • 50 ml Öl • 100 g Mehl • 250 g Pilze, klein geschnitten • 400 g Sahne • 2 Zwiebeln, klein geschnitten • Salz und Pfeffer • Polenta zum Servieren

- Öl in den Garbehälter gießen.
- Das Programm Brown (Anbraten) wählen und Start drücken.
- Wenn ein akustisches Signal zu hören ist, Zwiebeln hinzufügen und für **5 Minuten** garen.
- Anschließend das Hühnerfleisch dazugeben und für **5 Minuten** garen. Anschließend die Pilze hinzufügen und für weitere **7 bis 10 Minuten** garen.
- Mehl hineingeben und kontinuierlich für **5 Minuten** rühren. Sahne hinzufügen und noch einmal für **5 Minuten** rühren.
- Nach Ablauf der Zeit, Cancel (Abbrechen) drücken.
- Pressure Cook (Druckgaren) auswählen. Clock (Uhr) drücken und auf **15 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.
- Mit Polenta servieren.

ES Pollo con champiñones



700 g de carne de pollo cortada en dados • 50 ml de aceite • 100 g de harina • 250 g de champiñones cortados en rodajas • 400 g de nata • 2 cebollas cortadas en rodajas • Sal y pimienta • Polenta, para servir

- Eche el aceite en el bol de cocción.
- Seleccione el programa Dorar y pulse Iniciar.
- Cuando suene, añada las cebollas y cocine durante **5 minutos**.
- A continuación, añada la carne y cocine durante **5 minutos**, luego añada los champiñones y cocine durante otros **7-10 minutos**.
- Añada la harina y remueva constantemente durante **5 minutos**. Añada la nata y continúe removiendo durante otros **5 minutos**.
- Cuando haya terminado, pulse Cancelar.
- Seleccione el programa Cocinar a presión. Pulse el botón Reloj y ajústelo en **15 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar (la pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista).
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.
- Sirva con polenta.

PT Frango com cogumelos



700 g de carne de frango, cortada aos cubos • 50 ml de azeite • 100 g de farinha • 250 g de cogumelos, fatiados • 400 g de natas • 2 cebolas, cortadas • sal e pimenta • polenta para servir

- Coloque o azeite na panela.
- Seleccione "Brown" (Dourar) e prima "Start" (iniciar).
- Quando apitar, adicione as cebolas e deixe cozinhar durante **5 minutos**.
- Depois, adicione a carne e deixe cozinhar durante **5 minutos**, de seguida os cogumelos - deixe cozinhar durante mais **7-10 minutos**.
- Adicione a farinha e mexa continuamente durante **5 minutos**. Adicione as natas e continue a mexer durante mais **5 minutos**.
- Quando terminar, prima «Cancel» (Cancelar).
- Seleccione "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão). Prima «Clock» (Relógio) e defina-o para **15 minutos**. Feche a tampa e prima «Start» (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima «Cancel» (Cancelar) e abra a tampa.
- Sirva com polenta.



FR Boulettes de poulet à la hongroise



200g de farine • 3 cuillères à soupe d'huile • 4 oignons coupés • 2 poivrons verts coupés • 3 gousses d'ail coupées • 250 ml d'eau • 2 tomates, hachées • 2 feuilles de laurier • 2 cuillères à soupe de farine (facultatif) • 1 cuillère à soupe de paprika doux • sel et poivre • persil **Pour les boulettes** : 800g de viande de poulet désossée, 2 œufs, • 2 cuillères à soupe d'huile • sel

Boulettes

- Sélectionnez Mijoter. Appuyez sur Horloge. Réglez-la sur **10 minutes**.
- Ajoutez 1,5 l d'eau dans le bol. À l'aide d'une cuillère, formez les boulettes et placez-les dans le bol.
- Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.
- Retirez les boulettes et gardez-les au chaud (jetez l'eau).

Paprika

- Sélectionnez le programme Brunissement. Appuyez sur Démarrer. Lorsque le minuteur émet un bip, faites cuire les oignons pendant **5 minutes**.
- Ajoutez la viande et la farine (facultatif) et faites cuire encore pendant **5 minutes**. Lorsque le minuteur émet un bip, appuyez sur Annuler. Ajoutez le reste des ingrédients.
- Sélectionnez Cuisson sous pression. Appuyez sur Horloge et réglez-la sur **15 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.
- Ajoutez les boulettes et le persil, servez chaud.

EN Chicken meatballs Hungarian style



800g boneless chicken meat • 3 tablespoon oil • 4 onions, sliced • 2 green peppers, sliced • 3 garlic cloves, sliced • 250ml water • 2 tomatoes, chopped • 2 bay leaves • 2 tablespoon flour (optional) • 1 tablespoon sweet paprika • salt and pepper • parsley **For dumplings**: 2 eggs, • 200g flour • 2 tablespoon oil • salt

Dumplings

- Select Simmer. Press Clock. Set for **10 minutes**.
- Add in the pot 1.5l water. Using a spoon, form the dumplings and release them, one by one, in the pot.
- Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.
- Take out the dumplings and keep them warm. (throw away the water)

Paprika

- Select Brown. Press Start. When the timer beeps, cook the onions for **5 minutes**.
- Add the meat and flour (optional), cook for another **5 minutes**. When the timer beeps, press Cancel. Add the rest of the ingredients.
- Select Pressure Cook. Press Clock and set it for **15 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.
- Add the dumplings and the parsley, serve hot.

NL Hongaarse kipschotel



800g kip zonder botten • 3 el olie • 4 uien, in stukjes • 2 groene paprika's, in stukjes • 3 teentjes knoflook, in stukjes • 250ml water • 2 tomaten, gehakt • 2 laurierblaadjes • 2 el bloem (optioneel) • 1 el zoete paprika • peter en zout • **peterselie Voor de knoedels:** 2 eieren, • 200g bloem • 2 el olie • zout

Knoedels

- Selecteer Sudder en Druk op Klok. Stel een tijd van **10 minuten** in.
- Giet 1,5 L water in de pan. Vorm de knoedels met behulp van een lepel en doe ze, één voor één, in de pan.
- Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.
- Haal de knoedels uit en houd ze warm. (giet het water weg).

Paprika's

- Selecteer Aanbraden. Druk op start. Wanneer de timer piept, bak de ui gedurende **5 minuten**.
- Doe het vlees en de bloem (optioneel) erbij en laat **5 minuten** verder bakken. Wanneer de timer piept, druk op Annuleren. Voeg de rest van de ingrediënten toe.
- Selecteer Onder druk koken. Druk op Klok en stel een tijd van **15 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.
- Voeg de knoedels en de peterselie toe, en dien heet op.

IT Paprikash di pollo



800 g di carne di pollo disossata • 3 CC di olio • 4 cipolle, a fette • 2 peperoni verdi, a fette • 3 spicchi d'aglio, a fette • 250 ml di acqua • 2 pomodori, a pezzetti • 2 foglie di alloro • 2 CC di farina (facoltativa) • 1 CC di paprica dolce • Sale e pepe • Prezzemolo **Per gli gnocchi:** 2 uova • 200 g di farina • 2 CC di olio • Sale

Gnocchi

- Selezionare la funzione Stufato. Premere il pulsante Timer. Impostare **10 minuti**.
- Versare 1,5 l di acqua nella pentola. Con un cucchiaino, formare gli gnocchi e versarli, uno alla volta, nella pentola.
- Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.
- Prelevare gli gnocchi e mantenerli al caldo (gettare l'acqua).

Pollo

- Selezionare la funzione Rosolatura. Premere il pulsante Avvio. Al segnale acustico, aggiungere le cipolle e cuocere per **5 minuti**.
- Aggiungere la carne e la farina (facoltativa) e cuocere per altri **5 minuti**. Al segnale acustico, premere il pulsante Annulla. Aggiungere gli ingredienti rimanenti.
- Selezionare la modalità Cottura a pressione. Premere il pulsante Timer e impostare **15 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.
- Aggiungere gli gnocchi e il prezzemolo, servire caldo.

DE Paprikahuhn



800 g Hühnerfleisch, ohne Knochen • 3 EL Öl • 4 Zwiebeln, klein geschnitten • 2 grüne Paprika, klein geschnitten • 3 Knoblauchzehen, klein geschnitten • 250 ml Wasser • 2 Tomaten, gehackt • 2 Lorbeerblätter • 2 EL Mehl (optional) • 1 EL süßes Paprikapulver • Salz und Pfeffer • **Petersilie Für die Knödel:** 2 Eier • 200 g Mehl • 2 EL Öl • Salz

Knödel

- Simmer (Köcheln) auswählen Clock (Uhr) drücken Auf **10 Minuten** einstellen.
- 1,5 l Wasser in den Behälter gießen. Mit einem Löffel Knödel formen und einen nach dem anderen in den Behälter geben.
- Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.
- Knödel herausnehmen und warmhalten (Wasser weggießen).

Paprikas

- Brown (Anbraten) auswählen. Start drücken. Wenn der Timer ertönt, die Zwiebeln für **5 Minuten** garen.
- Fleisch und Mehl (optional) hinzugeben, noch einmal **5 Minuten** garen. Wenn der Timer ertönt, Cancel (Abbrechen) drücken. Rest der Zutaten hinzufügen.
- Pressure Cook (Druckgaren) auswählen. Clock (Uhr) drücken und auf **15 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.
- Knödel und Petersilie dazugeben, heiß servieren.

ES Paprikash de pollo



800 g de carne de pollo • 3 cucharadas de aceite • 4 cebollas cortadas en rodajas • 2 pimientos verdes cortados en rodajas • 3 dientes de ajo cortados en rodajas • 250 ml de agua • 2 tomates • 2 hojas de laurel • 2 cucharadas de harina (opcional) • 1 cucharada de pimentón dulce • Sal y pimienta • **Perejil Para los dumplings:** 2 huevos • 200 g de harina • 2 cucharadas de aceite • Sal

Dumplings

- Seleccione el programa Hervir a fuego lento. Pulse el botón Reloj. Ajústelo en **10 minutos**.
- Añada 1,5 l de agua en el bol. Con una cuchara, forme los dumplings y suéltelos, uno a uno, en el bol.
- Cierre la tapa y pulse Iniciar (la pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista).
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.
- Saque los dumplings y manténgalos calientes (tire el agua).

Paprikash

- Seleccione el programa Dorar. Pulse Iniciar. Cuando suene el timbre del temporizador, cocine las cebollas durante **5 minutos**.
- Añada la carne y la harina (opcional), y cocine durante otros **5 minutos**. Cuando suene el timbre del temporizador, pulse Cancelar. Añada el resto de ingredientes.
- Seleccione el programa Cocinar a presión. Pulse el botón Reloj y ajústelo en **15 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar (la pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista).
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.
- Añada los dumplings y el perejil y sívalos calientes.



PT Frango com paprica

800 g de carne de frango • 3 colheres de sopa de azeite • 4 cebolas, cortadas • 2 pimentos verdes, fatiados • 3 alhos, cortados • 250 ml de água • 2 tomates • 2 folhas de louro • 2 colheres de sopa de farinha (opcional) • 1 colher de sopa de pimentão doce • sal e pimenta • **salsa** • **Para bolinhos:** 2 Ovos • 200 g de farinha • 2 colheres de sopa de azeite • sal

Bolinhos

- Seleccione "Simmer" (Lume brando). Prima "Clock" (Relógio). Defina para **10 minutos**.
- Adicione 1,5 L de água à panela. Com uma colher, forme os bolinhos e deite-os, um a um, na panela.
- Feche a tampa e prima "Start" (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima "Cancel" (Cancelar) e abra a tampa.
- Retire os bolinhos e mantenha-os quentes. (Deite a água fora)

Paprica

- Seleccione "Brown" (Dourar). Prima « Start » (iniciar). Quando o temporizador apitar, coza as cebolas durante **5 minutos**.
- Adicione a carne e a farinha (opcional), deixe cozinhar durante mais **5 minutos**. Quando o temporizador apitar, prima « Cancel » (Cancelar). Adicione o resto dos ingredientes.
- Seleccione "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão). Prima « Clock » (Relógio) e defina-o para **15 minutos**. Feche a tampa e prima « Start » (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima « Cancel » (Cancelar) e abra a tampa.
- Adicione os bolinhos e a salsa, sirva quente.



FR Riz au lait



20 minutes

X 4

200 g de riz • 200 ml d'eau • 500 ml de lait • 100 g de sucre • sel • vanille • raisins secs

- Mettez tous les ingrédients dans le bol.
- Sélectionnez Cuisson sous pression. Appuyez sur la flèche vers le bas et réglez la pression sur Moyenne. Appuyez sur Horloge et réglez-la sur **15 à 20 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.

EN Rice with milk



20 min

X 4

200g rice • 200ml water • 500ml milk • 100g sugar • salt • vanilla • raisins

- Add all the ingredients in the pot.
- Select Pressure Cook. Press Arrow Down and set the pressure to Medium. Press Clock and set it for **15-20 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.

NL Rijst met melk



20 minutes

X 4

200g rijst • 200ml water • 500ml melk • 100g suiker • zout • vanille • rozijnen

- Doe alle ingrediënten in de pan.
- Selecteer Onder druk koken. Druk op de Pijl omlaag en stel de druk in op Medium. Druk op Klok en stel een tijd van **15-20 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.

IT Riso con latte



20 min



X 4

200 g di riso • 200 ml di acqua • 500 ml di latte • 100 g di zucchero • Sale • Vaniglia • Uvetta

- Versare tutti gli ingredienti nella pentola.
- Selezionare la modalità Cottura a pressione. Premere il pulsante Diminuzione e impostare la pressione sul livello medio. Premere il pulsante Timer e impostare **15-20 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.

DE Milchreis



20 min



X 4

200 g Reis • 200 ml Wasser • 500 ml Milch • 100 g Zucker • Salz • Vanille • Rosinen

- Alle Zutaten in den Garbehälter geben.
- Pressure Cook (Druckgaren) auswählen. Abwärts-Pfeil drücken und den Druck auf Medium stellen. Clock (Uhr) drücken und auf **15 bis 20 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.

ES Arroz con leche



20 min



X 4

200 g de arroz • 200 ml de agua • 500 ml de leche • 100 g de azúcar • Sal • Vainilla • Uvas pasas

- Añada todos los ingredientes en el bol.
- Seleccione el programa Cocinar a presión. Pulse la Flecha hacia abajo y ajuste la presión en Media. Pulse el botón Reloj y ajústelo en **15-20 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar (la pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista).
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.

PT Arroz doce



20 min



X 4

200 g de arroz • 200 ml de água • 500 ml de leite • 100 g de açúcar • sal • baunilha • uvas

- Coloque todos os ingredientes na panela.
- Selecione "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão). Prima "Arrow Down" (seta para baixo) e defina a pressão para "Medium" (Médio). Prima "Clock" (Relógio) e defina-o para **15-20 minutos**. Feche a tampa e prima "Start" (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima "Cancel" (Cancelar) e abra a tampa.



FR Confiture de pêche



30 minutes

X 4

1 kg de pêches en morceaux • 150 g de sucre • jus de 1 citron • essence de vanille • 50 ml d'eau

- Mettez tous les ingrédients dans le bol.
- Sélectionnez Cuisson sous pression. Appuyez sur la flèche vers le bas et réglez la pression sur Moyenne. Appuyez sur Horloge et réglez-la sur **10 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.
- Sélectionnez Mijoter. Appuyez sur Horloge et réglez-la sur **15 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.
- Si la confiture est trop liquide, sélectionnez le programme Brunissement pendant **10 minutes supplémentaires**.

EN Peach jam



30 min

X 4

1kg peaches, sliced • 150g sugar • juice from 1 lemon • vanilla essence • 50ml water

- Add all the ingredients in the pot.
- Select Pressure Cook. Push the Arrow Down and set the pressure at Medium. Press Clock and set it for **10 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.
- Select Simmer. Press Clock and set it for **15 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.
- If the jam is too liquid, select Brown for another **10 minutes**.

NL Perzikenjam



30 min

X 4

1 kg perziken, in stukjes • 150g suiker • sap van 1 citroen • vanille-extract • 50ml water

- Doe alle ingrediënten in de pan.
- Selecteer Onder druk koken. Druk op de Pijl omlaag en stel de druk in op Medium. Druk op Klok en stel een tijd van **10 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.
- Selecteer Sudder en Druk op Klok en stel een tijd van **15 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.
- Als de jam te vloeibaar is, selecteer Aanbraden gedurende **10 minuten**.

IT Marmellata di pesche



1 kg di pesche, a fette • 150 g di zucchero • Succo di 1 limone • Essenza di vaniglia • 50 ml di acqua

- Versare tutti gli ingredienti nella pentola.
- Selezionare la modalità Cottura a pressione. Premere il pulsante Diminuzione e impostare la pressione sul livello medio. Premere il pulsante Timer e impostare **10 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.
- Selezionare la funzione Stufato. Premere il pulsante Timer e impostare **15 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.
- Se la marmellata è troppo liquida, avviare la funzione Rosolatura per altri **10 minuti**.

DE Pfirsich-Marmelade



1 kg Pfirsiche, klein geschnitten • 150 g Zucker • Saft einer Zitrone • Vanilleessenz • 50 ml Wasser

- Alle Zutaten in den Garbehälter geben.
- Pressure Cook (Druckgaren) auswählen. Abwärts-Pfeil drücken und den Druck auf Medium regulieren. Clock (Uhr) drücken und auf **10 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.
- Simmer (Köcheln) auswählen. Clock (Uhr) drücken und auf **15 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.
- Falls die Marmelade zu flüssig ist, Brown (Anbraten) für noch einmal **10 Minuten** aktivieren.

ES Mermelada de melocotón



1 kg de melocotones cortados en rodajas • 150 g de azúcar • El zumo de 1 limón • Esencia de vainilla • 50 ml de agua

- Añada todos los ingredientes en el bol.
- Seleccione el programa Cocinar a presión. Pulse la flecha hacia abajo y ajuste la presión en Media. Pulse el botón Reloj y ajústelo en **10 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar (la pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista).
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.
- Seleccione el programa Hervir a fuego lento. Pulse el botón Reloj y ajústelo en **15 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar (la pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista).
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.
- Si la mermelada queda demasiado líquida, seleccione el programa Dorar y cocine durante otros **10 minutos**.



1 kg de pêsegos, fatiados • 150 g de açúcar • sumo de 1 limão • essência de baunilha • 50 ml de água

- Coloque todos os ingredientes na panela.
- Selecione "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão). Prima "Arrow Down" (Seta para baixo) e defina a pressão para "Medium" (Médio). Prima "Clock" (Relógio) e defina-o para **10 minutos**. Feche a tampa e prima "Start" (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima "Cancel" (Cancelar) e abra a tampa.
- Selecione "Simmer" (Lume brando). Prima "Clock" (Relógio) e defina-o para **15 minutos**. Feche a tampa e prima "Start" (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima "Cancel" (Cancelar) e abra a tampa.
- Se a compota estiver demasiado líquida, selecione "Brown" (Dourar) durante mais **10 minutos**.



FR Langue de bœuf aux olives



700 g de langue de bœuf • 1 carotte • 1 céleri • 1 panais • poivre moulu • 1 poireau • 2 cuillères à soupe d'huile • 150 ml de vin rouge • 1 feuille de laurier • 2 gousses d'ail • 200 g d'olives coupées • 1 verre de jus de tomate • 2 à 3 verres d'eau • persil • sel et poivre

- Versez la langue, l'eau, la carotte, le céleri, le panais et le poivre moulu dans le bol.
- Sélectionnez Cuisson sous pression. Appuyez sur Horloge et réglez-la sur **30 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle. Sortez la viande et les légumes et laissez-les refroidir.
- Sélectionnez le programme Brunissement. Appuyez sur Démarrer. Lorsque le minuteur émet un bip, faites cuire le poireau pendant **5 minutes**. Ajoutez le vin, l'ail, le jus de tomate, le sel et l'eau (ou le liquide dans lequel vous avez fait bouillir la viande) et faites cuire encore **5 minutes**.
- Ajoutez les olives et la viande (coupées en tranches), sélectionnez le programme Mijoter, appuyez sur Horloge et réglez-la sur **10 minutes**. Fermez le couvercle et appuyez sur Démarrer. (L'affichage tourne en rond et lancera le compte à rebours lorsqu'il sera prêt).
- Lorsque le minuteur émet un bip, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Appuyez sur Annuler et ouvrez le couvercle.

EN Beef tongue with olives



700g beef tongue • 1 carrot • 1 celery • 1 parsnip • ground pepper • 1 leek • 2 tablespoon oil • 150ml red wine • 1 bay leaf • 2 garlic cloves • 200g olives, sliced • 1 glass tomato juice • 2-3 glasses water • parsley • salt and pepper

- Add in the pot the tongue, water, carrot, celery, parsnip and ground pepper.
- Select Pressure Cook. Press Clock and set it for **30 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid. Take out the meat and vegetables and let them cool down.
- Select Brown. Press Start. When the timer beeps, cook the leek for **5 minutes**. Add the wine, garlic, tomato juice, salt and water (or liquid in which you boiled the meat) and cook for another **5 minutes**.
- Add the olives and meat (sliced), select Simmer, press Clock and set for **10 minutes**. Close the lid and press Start. (Display turns to circular rotation and will start counting down when ready)
- When the timer beeps, open the pressure valve and release the steam. Press Cancel and open the lid.

NL Rundertong met olijven



700g rundertong • 1 wortel • 1 selderij • 1 pastinaak • gemalen peper • 1 prei • 2 el olie • 150ml rode wijn • 1 laurierblaadje • 2 teentjes knoflook • 200g olijven, in stukjes • 1 glas tomatensap • 2-3 glazen water • peterselle • peper en zout

- Doe de rundertong, het water, de wortel, de selderij, de pastinaak en de gemalen peper in de pan.
- Selecteer Onder druk koken. Druk op Klok en stel een tijd van **30 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel. Haal het vlees en de groente uit en laat ze afkoelen.
- Selecteer Aanbraden. Druk op start. Wanneer de timer piept, kook de prei gedurende **5 minuten**. Doe de wijn, de knoflook, het tomatensap, het zout en het water (of de bouillon van het vlees) toe en laat **5 minuten** verder koken.
- Doe de olijven en het vlees (in stukjes) erbij, selecteer Sudderren, druk op Klok en stel de tijd op **10 minuten** in. Sluit het deksel en druk op Start. (De cirkel op het scherm draait rond en het aftellen van de tijd start).
- Wanneer een pieptoon wordt gehoord, open het drukventiel en geef de stoom vrij. Druk op Annuleren en open het deksel.

IT Lingua di bue con olive



700 g di lingua di bue • 1 carota • 1 sedano • 1 pastinaca • Pepe macinato • 1 porro • 2 CC di olio • 150 ml di vino rosso • 1 foglia di alloro • 2 spicchi d'aglio • 200 g di olive, a fette • 1 bicchiere di succo di pomodoro • 2-3 bicchieri di acqua • Prezzemolo • Sale e pepe

- Versare nella pentola la lingua, l'acqua, la carota, il sedano, la pastinaca e il pepe macinato.
- Selezionare la modalità Cottura a pressione. Premere il pulsante Timer e impostare **30 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio. Prelevare la carne e le verdure e lasciarle raffreddare.
- Selezionare la funzione Rosolatura. Premere il pulsante Avvio. Al segnale acustico, aggiungere il porro e cuocere per **5 minuti**. Aggiungere il vino, l'aglio, il succo di pomodoro, il sale e l'acqua (o il liquido di cottura della carne) e cuocere per altri **5 minuti**.
- Aggiungere le olive e la carne (a fette), selezionare la funzione Stufato, premere il pulsante Timer e impostare **10 minuti**. Chiudere il coperchio e premere il pulsante Avvio (sul display ruoterà un cerchio, quindi apparirà il conto alla rovescia).
- Al segnale acustico, aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Premere il pulsante Annulla e aprire il coperchio.

DE Rinderzunge mit Oliven



700 g Rinderzunge • 1 Karotte • 1 Sellerie • 1 Pastinake • gemahlener Pfeffer • 1 Lauch • 2 EL Öl • 150 ml Rotwein • 1 Lorbeerblatt • 2 Knoblauchzehen • 200 g Oliven, klein geschnitten • 1 Glas Tomatensaft • 2-3 Gläser Wasser • Petersilie • Salz und Pfeffer

- Zunge, Wasser, Karotte, Sellerie, Pastinake und gemahlener Pfeffer in den Behälter geben.
- Pressure Cook (Druckgaren) auswählen. Clock (Uhr) drücken und auf **30 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen. Fleisch und Gemüse herausnehmen und abkühlen lassen.
- Brown (Anbraten) auswählen. Start drücken. Wenn der Timer ertönt, den Lauch für **5 Minuten** garen. Wein, Knoblauch, Tomatensaft, Salz und Wasser (oder die Flüssigkeit, in der das Fleisch gegart wurde) hinzufügen und noch einmal für **5 Minuten** garen.
- Oliven und Fleisch (klein geschnitten) dazugeben, Simmer (Köcheln) wählen, Clock (Uhr) drücken und auf **10 Minuten** einstellen. Deckel schließen und Start drücken. (Display zeigt rotierenden Kreis und startet den Countdown, wenn bereit.)
- Wenn der Timer ertönt, Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Cancel (Abbrechen) drücken und den Deckel öffnen.

ES Lengua de ternera con aceitunas



700 g de lengua de ternera • 1 zanahoria • 1 apio • 1 chirivía • Granos de pimienta • 1 puerro • 2 cucharadas de aceite • 150 ml de vino tinto • 1 hoja de laurel • 2 dientes de ajo • 200 g de aceitunas cortadas en rodajas • 1 vaso de zumo de tomate • 2-3 vasos de agua • Perejil • Sal y pimienta

- Añada la carne, el agua, la zanahoria, el apio, la chirivía y los granos de pimienta en el bol.
- Seleccione el programa Cocinar a presión. Pulse el botón Reloj y ajústelo en **30 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar. (La pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista.)
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa. Saque la carne y las verduras y deje que se enfríen.
- Seleccione el programa Dorar. Pulse Iniciar. Cuando suene el timbre del temporizador, cocine el puerro durante **5 minutos**. Añada el vino, el ajo, el zumo de tomate, la sal y el agua (o el caldo de cocer la carne) y cocine durante otros **5 minutos**.
- Añada las aceitunas y la carne (en rodajas), seleccione el programa Hervir a fuego lento, pulse el botón Reloj y ajústelo en **10 minutos**. Cierre la tapa y pulse Iniciar (la pantalla cambiará a giro circular y comenzará la cuenta atrás cuando esté lista).
- Cuando suene el timbre del temporizador, abra la válvula de presión y libere el vapor. Pulse Cancelar y abra la tapa.

PT Língua de vitela com azeitonas



700 g de língua de vitela • 1 cenoura • 1 aipo • 1 cherovia • grãos de pimenta • 1 alho francês • 2 colheres de sopa de azeite • 150 ml de vinho tinto • 1 folha de louro • 2 alhos • 200 g de azeitonas, cortadas • 1 copo de sumo de tomate • 2-3 copos de água • salsa • sal e pimenta

- Na panela adicione a carne, a água, a cenoura, o aipo, a cherovia e a pimenta (grãos).
- Seleccione "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão). Prima "Clock" (Relógio) e defina-o para **30 minutos**. Feche a tampa e prima "Start" (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima "Cancel" (Cancelar) e abra a tampa. Retire a carne e os legumes e deixe-os arrefecer.
- Seleccione "Brown" (Dourar). Prima "Start" (iniciar) Quando o temporizador apitar, coza o alho francês durante **5 minutos**. Adicione o vinho, o alho, o sumo de tomate, o sal e a água (ou a água onde cozeu a carne) e deixe cozinhar durante mais **5 minutos**.
- Adicione as azeitonas e a carne (fatiada), seleccione "Simmer" (Lume brando). Prima "Clock" (Relógio) e defina para **10 minutos**. Feche a tampa e prima "Start" (iniciar). (O visor muda para rotação circular e começa a contagem decrescente quando estiver pronto).
- Quando o temporizador apitar, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Prima "Cancel" (Cancelar) e abra a tampa.



FR Soupe de pommes de terre



200 g d'oignons • 200 g de carotte • 150 g de céleri • 150 g de racine de panais • 300 g de pommes de terre • 8 gousses d'ail • 50 g de champignons séchés - à mettre dans l'eau pendant 1 heure • marjolaine • poivre fraîchement moulu • une cuillère à café de cumin • 4 feuilles de laurier • 50 g de saindoux • 1,5 litre d'eau

- Coupez les oignons en quartiers et les autres légumes en cubes.
- Sélectionnez le programme Brunissement et faites fondre le saindoux. Ajoutez tous les légumes, le cumin et une feuille de laurier ; faites rôtir jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Ajoutez les pommes de terre hachées et les champignons. Ajoutez l'eau et salez. Fermez le couvercle et sélectionnez le programme de Cuisson lente - minuteur : **20 minutes**.
- Ajoutez la marjolaine, le poivre et l'ail avec du sel.

EN Potato soup



200g of onion • 200g of carrot • 150g of celery • 150g of parsley root or parsnip • 300g of potatoes • 8 cloves of garlic • 50g of dried mushroom – that we put in water for 1 hour • marjoram • freshly ground pepper • one teaspoon of cumin • 4 bay leaves • 50g of lard • 1.5 litre of water

- Cut the onions on wedges and other vegetables in cubes.
- Select Brown program and melt the lard. Add all the vegetables, cumin and a bay leaf, roast until golden.
- Add the chopped potatoes and soaked mushrooms with the soaking liquid. Add with water and salt it. Close the lid and select Slow Cook program - timer: **20 minutes**.
- Add marjoram, pepper and garlic with salt.

NL Aardappelsoep



200g ui • 200g wortelen • 150g selderij • 150g peterseliewortel of pastinaak • 300g aardappelen • 8 teentjes knoflook • 50g gedroogde champignons, die we 1 uur in water laten weken • marjolein • vers gemalen peper • 1 tl komijn • 4 laurierblaadjes • 50g smout • 1,5 L water

- Snij de uien in stukjes en de andere groente in blokjes.
- Selecteer het programma Aanbraden en laat het smout smelten. Voeg alle groente, de komijn en een laurierblaadje toe en laat braden tot goudbruin.
- Doe de stukjes aardappel en de geweekte champignons samen met de weekvloeistof erbij. Voeg water toe en breng op smaak met zout. Sluit het deksel en selecteer het programma Langzaam garen- Timer: **20 minuten**.
- Voeg de marjolein, de peper en de knoflook met het zout toe.

IT Zuppa di patate



200 g di cipolla • 200 g di carota • 150 g di sedano • 150 g di radice di prezzemolo o pastinaca • 300 g di patate • 8 spicchi d'aglio • 50 g di funghi essiccati (immergerli in acqua per 1 ora) • Maggiorana • Pepe appena macinato • 1 cc di cumino • 4 foglie di alloro • 50 g di lardo • 1,5 litri di acqua

- Tagliare le cipolle a spicchi e le altre verdure a cubetti.
- Selezionare la funzione Rosolatura e fondere il lardo. Aggiungere tutte le verdure, il cumino e una foglia di alloro; cuocere finché non si dorano.
- Aggiungere le patate a pezzetti e i funghi ammorbiditi insieme al loro liquido. Aggiungere l'acqua e salare. Chiudere il coperchio e selezionare la funzione Cottura lenta - Tempo: **20 minuti**.
- Aggiungere la maggiorana, il pepe, l'aglio e il sale.

DE Kartoffelsuppe



200 g Zwiebeln • 200 g Karotte • 150 g Sellerie • 150 g Petersilienwurzel oder Pastinake • 300 g Kartoffeln • 8 Knoblauchzehen • 50 g getrocknete Pilze – die für 1 Stunde in Wasser eingeweicht werden • Majoran • frisch gemahlener Pfeffer • TL Kreuzkümmel • 4 Lorbeerblätter • 50 g Schweineschmalz • 1,5 l Wasser

- Zwiebeln in Spalten schneiden und die anderen Gemüse in Würfel.
- Das Programm Brown (Anbraten) auswählen und das Fett schmelzen. Das gesamte Gemüse, Gemüse, Kreuzkümmel und ein Lorbeerblatt dazugeben, goldbraun anbraten.
- Die klein geschnittenen Kartoffeln und eingeweichten Pilze mit der Flüssigkeit hinzufügen. Wasser und Salz dazugeben. Deckel schließen und Programm Slow Cook (Langsames Garen) auswählen, Timer auf **20 Minuten** einstellen.
- Majoran, Pfeffer und Knoblauch mit Salz hinzufügen.

ES Sopa de patata



200 g de cebollas • 200 g de zanahorias • 150 g de apio • 150 g de raíz de perejil • 300 g de patatas • 8 dientes de ajo • 50 g de champiñones secos (déjelos en agua durante 1 hora) • Mejorana • Pimienta recién molida • 1 cucharadita de comino • 4 hojas de laurel • 50 g de manteca de cerdo • 1,5 l de agua

- Corte las cebollas en gajos y el resto de verduras en dados.
- Seleccione el programa Dorar y derrita la manteca de cerdo. Añada todas las verduras, el comino y la hoja de laurel, y ase hasta que se doren.
- Añada las patatas cortadas en trozos muy pequeños y los champiñones hidratados con su infusión. Eche el agua y la sal. Cierre la tapa y seleccione el programa Cocinar a fuego lento - Temporizador: **20 minutos**.
- Añada la mejorana, la pimienta y el ajo con la sal.

PT Sopa de batata



20 min



X 4

200 g de cebolas • 200 g de cenouras • 150 g de aipo • 150 g de ramos de salsa • 300 g de batatas • 8 dentes de alho • 50 g de cogumelos secos (demolhados previamente durante 1 hora) • manjerona • pimenta moída recentemente • 1 colher de sobremesa de cominhos • 4 folhas de louro • 50 g de banha • 1,5 L de água

- Corte as cebolas em fatias e os outros legumes em cubos.
- Selecione o programa "Brown" (Dourar) e derreta a banha. Adicione todos os legumes, os cominhos e a folha de louro, deixe assar até dourar.
- Adicione as batatas cortadas e os cogumelos embebidos na sua infusão. Deite a água e o sal. Feche a tampa e selecione "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão)- temporizador: **20 minutos**.
- Adicione a manjerona, a pimenta e o alho com sal.



FR Poulet au paprika



15 minutes

X 4

4 blancs de poulet • 3 cuillères à soupe de paprika • 2 gros oignons • 3 cuillères à soupe de farine (pour l'option sans gluten, il est possible d'utiliser de la farine de maïs) • 1 litre de bouillon de poulet • 200 ml de crème à 33% (pour l'option sans lactose, il est possible de la remplacer par n'importe quelle crème sans lactose) • 50 g de beurre (ou d'huile) • sel

- Versez les oignons finement hachés dans le bol et sélectionnez le programme Brunissement. Faites rôtir jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Ajoutez le poulet en tranches et faites rôtir. Ajoutez ensuite le poivre, la farine et faites rôtir à nouveau.
- Versez le bouillon et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme de cuisson sous pression ; Minuteur : **15 minutes**.
- Ajoutez la crème et le sel. Sélectionnez le programme Brunissement et faites réduire à 120 degrés.

EN Chicken paprika



15 min

X 4

4 pieces of chicken breast • 3 tablespoon of paprika • 2 big onions • 3 tablespoon of flour (for gluten free option it is possible to use corn flour) • 1 litre of chicken broth or stock • 200 ml of 33% cream (for lactose-free it is possible to replace with any lactose-free cream) • 50g of butter (or oil) • salt

- Place the finely chopped onions into the cooking pot and select Brown program. Roast until golden.
- Add sliced chicken and roast. Then add pepper, flour and roast again.
- Pour the broth and close the lid. Select Pressure Cook program - timer: **15 minutes**.
- Add the cream and salt. Select browning program and reduce at 120 degrees.

NL Kip met paprika



15 min

X 4

4 stukken kippenborst • 3 el paprika • 2 grote uien • 3 el bloem (voor een versie zonder gluten, gebruik maïsbloem) • 1 L kippenbouillon • 200 ml 33% room (voor een lactosevrije versie, vervang door een lactosevrije room) • 50g boter (of olie) • zout

- Doe de fijngehakte ui in de binnenpan en selecteer het programma Aanbraden. Braad tot goudbruin.
- Voeg de stukjes kip toe en braad. Doe de peper en de bloem erbij en braad opnieuw.
- Giet de bouillon erbij en sluit het deksel. Selecteer het programma Onder druk koken - timer: **15 minuten**.
- Voeg de room en het zout toe. Selecteer het programma Aanbraden en laat het een ogenblik op 120 graden koken.

IT Pollo alla paprica



15 min



X 4

4 petti di pollo • 3 CC di paprica • 2 cipolle grandi • 3 CC di farina (per una variante senza glutine è possibile usare farina di mais) • 1 litro di brodo di pollo • 200 ml di panna con 33 % di grassi (è possibile usare una panna senza lattosio) • 50 g di burro (o olio) • Sale

- Versare le cipolle tritate finemente nella pentola di cottura e selezionare la funzione Rosolatura. Cuocere finché non sono dorate.
- Aggiungere il pollo a fette e cuocere. Quindi aggiungere la paprica, la farina e cuocere nuovamente.
- Versare il brodo e cuocere il coperchio. Selezionare la funzione Cottura a pressione - Tempo: **15 minuti**.
- Aggiungere la panna e il sale. Selezionare la funzione Rosolatura e cuocere a 120°C.

DE Hühnerfleisch mit Paprika



15 min



X 4

4 Hähnchenbrustfilet • 3 EL Paprikapulver • 2 große Zwiebeln • 3 EL Mehl (oder Maisstärke als glutenfreie Option) • 1 l Hühnerbrühe oder -fond • 200 ml Sahne (33 %, oder laktosefreie Sahne) • 50 g Butter (oder Öl) • Salz

- Die fein gehackten Zwiebeln in den Garbehälter legen und das Programm Brown (Anbraten) wählen. Goldbraun braten.
- Klein geschnittenes Hühnerfleisch dazugeben und braten. Dann Pfeffer, Mehl hinzufügen und erneut braten.
- Brühe in den Behälter gießen und den Deckel schließen. Das Programm Pressure Cook (Druckgaren) auswählen und den Timer auf **15 Minuten** einstellen.
- Sahne und Salz hinzufügen. Das Programm browning (Anbraten) auswählen und für eine Weile bei 120 Grad garen.

ES Paprika de pollo



15 min



X 4

4 pechugas de pollo • 3 cucharadas de pimentón • 2 cebollas grandes • 3 cucharadas de harina (para preparar esta receta sin gluten, se puede utilizar maicena) • 1 l de caldo de pollo • 200 ml de nata con el 33 % de materia grasa (para preparar esta receta sin lactosa, se puede sustituir por cualquier nata sin lactosa) • 50 g de mantequilla (o aceite) • Sal

- Eche las cebollas muy picadas en el bol de cocción y seleccione el programa Dorar. Ase hasta que se doren.
- Añada el pollo cortado en lonchas y ase. A continuación, añada la pimienta, la harina y ase de nuevo.
- Eche el caldo y cierre la tapa. Seleccione el programa Cocinar a presión - Temporizador: **15 minutos**.
- Añada la nata y la sal. Seleccione el programa Dorar y cocine un poco más a 120 grados.

PT Frango paprica



15 min



X 4

4 peitos de frango • 3 colheres de sopa de pimentão doce • 2 cebolas grandes • 3 colheres de farinha (para a opção sem glúten é possível usar farinha de milho) • 1 L de caldo de galinha • 200 ml de natas a 33% (para a opção sem lactose é possível substituir por natas sem lactose) • 50 g de manteiga (ou azeite) • sal

- Coloque as cebolas partidas finamente na panela de selecione o programa "Brown" (Dourar). Deixe assar até dourar.
- Adicione o franco fatiado e deixe assar. Depois adicione o pimentão e a farinha e deixe assar novamente.
- Deite o caldo e feche a tampa. Selecione o programa "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão) - temporizador: **15 minutos**.
- Adicione as natas e o sal. Selecione o programa "browning" (Dourar) e deixe cozer algum tempo a 120 graus.



FR Porc aux carottes



30 minutes



X 4

600 g de viande de porc • 400 g de carottes • 1 oignon • 50 g de saindoux • 3 cuillères de farine • 2 cuillères à soupe de sucre • 1 citron • 700 ml d'eau • Sel • ciboulette • 100 ml de crème

- Coupez les oignons et les carottes en rondelles.
- Sélectionnez le programme Brunissement, faites fondre le saindoux et ajoutez les légumes. Faites-les rôtir jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Ajoutez le sucre et faites-le caraméliser. Saupoudrez de farine, faites rôtir. Ajoutez ensuite la viande hachée et le sel, et faites rôtir à nouveau.
- Versez l'eau, fermez le couvercle et sélectionnez le programme de Cuisson sous pression - minuteur : **30 minutes**.
- Ajoutez le sel, le zeste de citron et le jus de citron avec la ciboulette. Adoucissez avec la crème.

EN Pork with carrots



30 min



X 4

600g of pork leg • 400g of carrots • 1 onion • 50g of lard • 3 spoons of flour • 2 tablespoon of sugar • 1 lemon • 700ml of water • Salt • Mace • 100ml of 33% unwhipped whipping cream (it is possible to use a lactose-free cream as well)

- Cut the onions and the carrots into circles.
- Select Brown program, melt the lard and add the veggies. Roast until golden.
- Add sugar and let it caramelize. Sprinkle with flour, let roast. Then add chopped meat and salt, roast again.
- Pour water, close the lid and select Pressure Cook program - timer: **30 minutes**.
- Add salt, lemon peel and lemon juice with the mace. Soften it with the cream.

NL Varkensvlees met wortelen



30 min



X 4

600g varkensham • 400g wortelen • 1 ui • 50g smout • 3 lepels bloem • 2 el suiker • 1 citroen • 700ml water • Zout • Folie • 100ml 33% niet opgeklopte slagroom (u kunt tevens lactosevrije room gebruiken)

- Snij de uien en wortelen in schijfjes.
- Selecteer het programma Aanbraden, laat het smout smelten en voeg de groente toe. Braad tot goudbruin.
- Doe de suiker erbij en laat het karamelliseren. Bestrooi met de bloem en laat braden. Voeg het gehakte vlees en zout toe, en laat verder braden.
- Giet het water erbij, sluit het deksel en selecteer het programma Onder druk koken - timer: **30 minuten**.
- Voeg het zout, de citroenschil en het citroensap samen met de folie toe. Maak het zachter met de room.

IT Maiale con carote



30 min



X 4

600 g di coscia di maiale • 400 g di carote • 1 cipolla • 50 g di lardo • 3 CC di farina • 2 CC di zucchero • 1 limone • 700 ml di acqua • Sale • Macis • 100 ml di panna da montare con 33% di grassi (è possibile usare della panna senza lattosio)

- Tagliare la cipolla e le carote a dischi.
- Seleziona la funzione Rosolatura, fondere il lardo e aggiungere le verdure. Cuocere finché non sono dorate.
- Aggiungere lo zucchero e farlo caramellare. Cospargere di farina e rosolare. Quindi aggiungere la carne macinata e il sale, e rosolare nuovamente.
- Versare l'acqua, chiudere il coperchio e selezionare la funzione Cottura a pressione - Tempo: **30 minuti**.
- Aggiungere il sale, la scorza e il succo del limone e il macis. Ammorbidire con la panna.

DE Schweinefleisch mit Karotten



30 min



X 4

600 g Schweinekeule • 400 g Karotten • 1 Zwiebel • 50 g Schweineschmalz • 3 Löffel Mehl • 2 EL Zucker • 1 Zitrone • 700 ml Wasser • Salz • Muskatblüte • 100 ml flüssige Schlagsahne (33%, oder laktosefreie Sahne)

- Zwiebeln und Karotten in runde Scheiben schneiden.
- Das Programm Brown (Anbraten) auswählen, Schweineschmalz schmelzen und Gemüse hinzufügen. Goldbraun braten.
- Zucker dazugeben und karamellisieren. Mit Mehl bestreuen und bräunen. Dann das klein geschnittene Fleisch und Salz hineingeben, erneut braten.
- Wasser in den Garbehälter gießen, Deckel schließen und das Programm Pressure Cook (Druckgaren) auswählen, den Timer auf **30 Minuten** einstellen.
- Salz, Zitronenschale und Zitronensaft mit der Muskatblüte dazugeben. Mit der Sahne aufweichen.

ES Cerdo con zanahorias



30 min



X 4

600 g de pierna de cerdo • 400 g de zanahorias • 1 cebolla • 50 g de manteca de cerdo • 3 cucharadas de harina • 2 cucharadas de azúcar • 1 limón • 700 ml de agua • Sal • Macis • 100 ml de nata con el 33% de materia grasa (también se puede utilizar una nata sin lactosa)

- Corte las cebollas y las zanahorias en círculos.
- Seleccione el programa Dorar, derrita la manteca de cerdo y añada las verduras. Ase hasta que se doren.
- Añada el azúcar y deje que se caramelicen. Espolvoree la harina y deje que se asen. A continuación, añada la carne picada y la sal, y ase de nuevo.
- Eche el agua, cierre la tapa y seleccione el programa Cocinar a presión - Temporizador: **30 minutos**.
- Añada la sal, la piel del limón y el zumo del limón con el macis. Suavice con la nata.

PT Porco com cenouras



30 min



X 4

600 g de perna de porco • 400 g de cenouras • 1 cebola • 50 g de banha • 3 colheres de sopa de farinha • 2 colheres de sopa de açúcar • 1 limão • 700 ml de água • sal • macis
• 100 ml de natas a 33% (também é possível usar natas sem lactose)

- Corte as cebolas e as cenouras em círculos.
- Selecione o programa "Brown" (Dourar), derreta a banha e adicione os vegetais. Deixe assar até dourar.
- Adicione açúcar e deixe-o caramelizar. Polvilhe com farinha, deixe assar. Depois adicione a carne cortada e o sal, deixe assar novamente.
- Deite água, feche a tampa e selecione "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão)- temporizador: **30 minutos**.
- Adicione sal, casca de limão e o sumo de limão com a macis. Suavize com as natas.



FR Boeuf en sauce à l'aneth



70 minutes

X 4

600 g de viande de bœuf • 100 g d'oignon • 4 cuillères à soupe de farine (pour l'option sans gluten, il est possible d'utiliser de la farine de maïs) • 80 g de beurre • 200 ml de crème à fouetter • Bouquet d'aneth • 2 citrons • 3 à 4 cuillères de sucre • sel • 4 feuilles de laurier • 8 grains de poivre entiers • 1,5 litres d'eau

- Coupez la viande de bœuf en gros cubes et mettez-les dans le bol. Ajoutez les épices, le sel, l'oignon et versez l'eau.
- Fermez le couvercle et sélectionnez le programme de cuisson sous pression - minuteur : **60 minutes**.
- Versez le bouillon dans un bol et retirez les épices.
- Sélectionnez le programme Brunissement et faites revenir la farine avec du beurre. Versez le bouillon dans le bol avec la viande et continuez à cuire pendant encore **10 minutes**.
- Ajoutez le sel, le sucre, le jus de citron, l'aneth haché et la crème.

EN Beef in a dill sauce



70 min

X 4

600g of beef neck • 100g of onion • 4 tablespoon of flour (for gluten-free version it is possible to use corn flour) • 80g of butter (possible to use oil as well) • 200ml of 33% unwhipped whipping cream (possible to substitute with gluten-free cream) • Bunch of dill • 2 lemons • 3-4 spoons of sugar • salt • 4 bay leaves • 6 allspice berries • 8 whole peppercorns • 1,5 litre of water

- Cut the beef neck into big cubes and put them in the cooking pot. Add spices, salt, onion and pour water.
- Close the lid and select Pressure Cook program - timer: **60 minutes**.
- Pour the broth into a bowl and remove the spices.
- Select Brown program and cook the flour with butter. Pour the broth back in the cooking pot with the meat and keep cooking for another **10 minutes**.
- Add salt, sugar, lemon juice, chopped dill and cream.

NL Rundvlees in een dillesaus



70 min

X 4

600g rundernek • 100g ui • 4 el bloem (voor de glutenvrije versie kan maïsbloem worden gebruikt) • 80g boter (olie is ook mogelijk) • 200ml 33% niet opgeklopte slagroom (u kunt tevens glutenvrije room gebruik) • Bosje dille • 2 citroenen • 3-4 lepels suiker • zout • 4 laurierblaadjes • 6 pimentbessen • 8 volledige peperkorrels • 1,5 L water

- Snij de rundernek in grote stukken en doe ze in de binnenpan. Doe de kruiden, het zout, de ui en het water erbij.
- Sluit het deksel en selecteer het programma Onder druk koken - timer: **60 minuten**.
- Giet de bouillon in een kom en verwijder de kruiden.
- Selecteer het programma Aanbraden en kook de bloem samen met de boter. Giet de bouillon opnieuw in de binnenpan samen met het vlees en laat **10 minuten** verder koken.
- Doe het zout, de suiker, het citroensap, de gehakte dille en de room erbij.

IT Manzo in salsa all'aneto



70 min



X 4

600 g di spalla di manzo • 100 g di cipolla • 4 CC di farina (per una variante senza glutine è possibile usare farina di mais) • 80 g di burro (o olio) • 200 ml di panna da montare con 33 % di grassi (è possibile usare della panna senza lattosio) • Mazzetto di aneto • 2 limoni • 3-4 cc di zucchero • Sale • 4 foglie di alloro • 6 bacche di pimento • 8 grani di pepe interi • 1,5 litri di acqua

- Tagliare la spalla di manzo a cubetti grandi e versarli nella pentola di cottura. Aggiungere le spezie, il sale, la cipolla e l'acqua.
- Chiudere il coperchio e selezionare la funzione Cottura a pressione - Tempo: **60 minuti**.
- Trasferire il brodo in un recipiente e rimuovere le spezie.
- Selezionare la funzione Rosolatura e cuocere la farina con il burro. Trasferire nuovamente il brodo nella pentola insieme alla carne e cuocere per altri **10 minuti**.
- Aggiungere il sale, lo zucchero, l'aneto tritato e la panna.

DE Rindfleisch in Dillsoße



70 min



X 4

600 g Rindernacken • 100 g Zwiebel • 4 EL Mehl (als glutenfreie Version durch Maisstärke ersetzen) • 80 g Butter (oder Öl) • 200 ml flüssige Schlagsahne (33 %) oder laktosefreie Sahne • 1 Bund Dill • 2 Zitronen • 3-4 Löffel Zucker • Salz • 4 Lorbeerblätter • 6 Pimentkörner • 8 Pfefferkörner • 1,5 l Wasser

- Rindernacken in große Würfel schneiden und in den Garbehälter legen. Gewürze, Salz, Zwiebeln und Wasser dazugeben.
- Deckel schließen und das Programm Pressure Cook (Druckgaren) auswählen, den Timer auf **60 Minuten** einstellen.
- Brühe in eine Schüssel abgießen und die Gewürze herausnehmen.
- Das Programm Brown (Anbraten) auswählen und das Mehl mit der Butter erhitzen. Brühe zurück in den Garbehälter mit dem Fleisch gießen und weitere **10 Minuten** garen.
- Salz, Zucker, Zitronensaft, den gehackten Dill und Sahne dazugeben.

ES Ternera en salsa de eneldo



70 min



X 4

600 g de cuello de ternera • 100 g de cebolla • 4 cucharadas de harina (para preparar esta receta sin gluten se puede utilizar maicena) • 80 g de mantequilla (también se puede utilizar aceite) • 200 ml de nata con el 33 % de materia grasa (se puede sustituir por nata sin lactosa) • Manojito de eneldo • 2 limones • 3-4 cucharadas de azúcar • Sal • 4 hojas de laurel • 6 granos de pimienta inglesa • 8 granos de pimienta • 1,5 l de agua

- Corte el cuello de ternera en dados grandes y échelos en el bol de cocción. Añada las especias, la sal y la cebolla y eche el agua.
- Cierre la tapa y seleccione el programa Cocinar a presión - Temporizador: **60 minutos**.
- Eche el caldo en un bol y saque las especias.
- Seleccione el programa Dorar y cocine la harina con la mantequilla. Vuelva a echar el caldo en el bol de cocción con la carne y siga cocinando durante otros **10 minutos**.
- Añada la sal, el azúcar, el zumo de limón, el eneldo picado y la nata.



600 g de pescoço de vitela • 100 g de cebolas • 4 colheres de sopa de farinha (para a versão sem glúten é possível usar farinha de milho) • 80 g de manteiga (também é possível usar azeite)
• 200 ml de natas a 33 % (é possível substituir por natas sem glúten) • ramo de endro • 2 limões • 3-4 colheres de sopa de açúcar • sal • 4 folhas de louro • 6 grãos de pimenta-da-jamaica
• 8 grãos de pimenta • 1,5 L de água

- Corte a carne em cubos grandes e coloque-os na panela de confeção. Adicione as especiarias, o sal, as cebolas e deite água.
- Feche a tampa e seleccione "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão) - temporizador: **60 minutos**.
- Deite o caldo numa taça e retire as especiarias.
- Seleccione o programa "Brown" (Dourar) e cozinhe a farinha com a manteiga. Volte a deitar o caldo na panela de confeção com a carne e deixe cozer durante mais **10 minutos**.
- Adicione sal, açúcar, sumo de limão, endro cortado e natas.



FR Ragoût de veau



600 g de veau • 2 oignons ou 400 g • 4 carottes ou 250 g • 1 poivron rouge ou 250 g • 1 poivron vert ou 250 g • 2 gousses d'ail • 200 g de sauce tomate • 20 ml de vin rouge • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • Sel et poivre

- Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans le bol. Sélectionnez le programme Brunissement et appuyez sur Démarrer.
- Lorsque la machine émet un bip, ajoutez l'ail haché, l'oignon et le poivron coupé. Faites sauter pendant **5 minutes**. Une fois les légumes cuits, appuyez sur Annuler.
- Ajoutez la viande (coupée en morceaux), les carottes coupées, le vin rouge et la sauce tomate.
- Salez et poivrez.
- Fermez le couvercle et sélectionnez le programme de

Cuisson sous pression, mode Fort et réglez le minuteur sur **20 minutes**. Appuyez sur Démarrer.

- Lorsqu'un bip sonore signale la fin du programme, tournez la soupape sur le couvercle pour laisser la vapeur s'échapper.
- Appuyez sur Annuler et ouvrez l'autocuiseur une fois la vapeur évacuée.
- Servez le ragoût chaud avec une garniture de légumes.

Conseil : Si vous voulez une sauce lisse et uniforme, retirez d'abord la viande puis mélangez les légumes avec le bouillon liquide.

EN Veal stew



600 g veal • 2 onions or 400 g • 4 carrots or 250 g • 1 red pepper or 250 g • 1 green pepper or 250 g • 2 cloves of garlic • 200 g tomato sauce • 20 ml red wine • 2 tablespoons of olive oil • Salt and pepper

- Pour 2 tablespoons of olive oil into the pot. Select the Brown program and press Start.
- When the machine beeps, add the chopped garlic, onion and sliced pepper. Let it sauté for **5 minutes**. Once the vegetables are cooked, press Cancel.
- Add the meat (chopped into bite-sized pieces), sliced carrots, red wine and tomato sauce.
- Season with salt and pepper.
- Close the lid and select the Pressure Cook program, High

mode, and set the timer for **20 minutes**. Press Start.

- When there is an audible beep signaling the end of the program, twist the valve on the lid to release the steam.
- Press Cancel and open the pressure cooker once the steam has dissipated.
- Serve the stew hot with a vegetable garnish.

Tip: If you want a smooth and uniform sauce, first remove the meat then blend the vegetables with the liquid stock.

NL Kalfsstoofpotje



600 g kalfsvlees • 2 uien of 400 g • 4 wortelen of 250 g • 1 rode paprika of 250 g • 1 groene paprika of 250 g • 2 teentjes knoflook • 200 g tomatensaus • 20 ml rode wijn • 2 el olijfolie • Peper en zout

- Giet 2 eetlepels olijfolie in de pan. Selecteer het programma Aanbraden en druk op Start.
- Wanneer u een piepton hoort, voeg de gehakte knoflook, ui en paprika in stukjes toe. Sauteer het gedurende **5 minuten**. Wanneer de groente gaar zijn, druk op Annuleren.
- Doe het vlees (in kleine stukjes gehakt), de schijfjes wortel, de rode wijn en de tomatensaus toe.
- Breng op smaak met peper en zout.
- Sluit het deksel, selecteer het programma Onder druk koken, Hoog en stel de timer in op **20 minuten**. Druk op start.

- Aan het einde van het programma hoort u een piepton. Draai vervolgens het ventiel op het deksel om de stoom vrij te geven.
- Druk op Annuleren en open de snelkookpan zodra alle stoom is vrijgegeven.
- Dien het stoofpotje met groenten op.

Tip: Voor een gladde en uniforme saus, verwijder eerst het vlees en mix vervolgens de groente samen met de vloeibare bouillon.

IT Stufato di vitello



600 g di vitello • 2 cipolle (400 g) • 4 carote (250 g) • 1 peperone rosso (250 g) • 1 peperone verde (250 g) • 2 spicchi d'aglio • 200 g di salsa di pomodoro • 20 ml di vino rosso • 2 CC di olio d'oliva • Sale e pepe

- Versare 2 CC di olio d'oliva nella pentola. Selezionare la funzione Rosolatura e premere il pulsante Avvio.
- Al segnale acustico, aggiungere l'aglio tritato, la cipolla e il peperone a fette. Saltare in padella per **5 minuti**. Quando le verdure sono cotte, premere il pulsante Annulla.
- Aggiungere la carne (tagliata a pezzetti), le carote a fette, il vino rosso e la salsa di pomodoro.
- Condire con sale e pepe.
- Chiudere il coperchio, selezionare la funzione Cottura a pressione, livello alto, premere il pulsante Timer e impostare **20 minuti**. Premere il pulsante Avvio.
- Al segnale acustico che indica il termine della cottura, ruotare la valvola sul coperchio per rilasciare il vapore.
- Premere il pulsante Annulla e aprire la pentola a pressione dopo la completa fuoriuscita del vapore.
- Servire lo stufato caldo accompagnato da verdure.

Suggerimento: per una salsa liscia e uniforme, rimuovere la carne, quindi mescolare le verdure con il brodo.

DE Kalbsragout



600 g Kalbsfleisch • 2 Zwiebeln oder 400 g • 4 Karotten oder 250 g • 1 rote Paprika oder 250 g • 1 grüne Paprika oder 250 g • 2 Knoblauchzehen • 200 g Tomatensoße • 20 ml Rotwein • 2 EL Olivenöl • Salz und Pfeffer

- 2 Esslöffel Olivenöl in den Garbehälter geben. Das Programm Brown (Anbraten) wählen und Start drücken.
- Wenn das Gerät ein akustisches Signal erzeugt, gehackten Knoblauch, Zwiebeln und klein geschnittene Paprika dazugeben. Für **5 Minuten** sautieren. Wenn das Gemüse gar ist, Cancel (Abbrechen) drücken.
- Das Fleisch (in mundgerechte Stücke geschnitten), klein geschnittene Karotten, Rotwein und Tomatensoße hinzufügen.
- Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Deckel schließen und das Programm Pressure Cook (Druckgaren), Modus High (hoch) auswählen und den Timer auf **20 Minuten** einstellen. Start drücken.
- Wenn ein Signalton am Ende des Garprogramms ertönt, das Ventil am Deckel drehen, um den Dampf abzulassen.
- Cancel (Abbrechen) drücken und den Schnellkochtopf öffnen, wenn sich der Dampf verflüchtigt hat.
- Ragout heiß mit einer Gemüsegarnerung servieren.

Tipp: Wenn Sie eine glatte und gleichmäßige Soße wünschen, nehmen Sie erst das Fleisch heraus und pürieren Sie dann das Gemüse mit dem Fond.

ES Estofado de ternera



600 g de ternera de guisar • 2 cebollas o 400 g • 4 zanahorias o 250 g • 1 pimiento rojo o 250 g • 1 pimiento verde o 250 g • 2 dientes de ajo • 200 g de tomate frito • 20 ml de vino tinto • 2 cucharadas de aceite de oliva • Sal y pimienta

- Verter 2 cucharadas de aceite de oliva en la olla. Programe Dorar y presione Iniciar.
- Cuando pite la máquina, incorporar los dientes de ajo picados, las cebollas y los pimientos troceados. Dejar que se rehuguen durante **5 minutos**. Una vez pochados los vegetales pulsar Cancelar.
- Añadir la carne cortada en trozos del tamaño de un bocado, las zanahorias cortadas en rodajas, el vino tinto y el tomate frito.
- Sazonar con sal y pimienta.
- Cerrar la máquina y programar Cocina a presión, seleccionando Alto en el temporizador durante **20 minutos**. Pulsar Iniciar.
- Cuando se oiga la señal acústica de final de programa, girar la válvula de la tapa para liberar el vapor.
- Pulsar Cancelar y abrir la tapa una vez que la máquina ya no suelte vapor.
- Servir el estofado muy caliente con las verduras de guarnición.

Truco: Si se quiere una salsa lisa y homogénea, retirar los trozos de carne y triturar las verduras con el caldo.

PT Guisado de vitela



25 min



X 4

600 g de vitela • 2 cebolas ou 400 g • 4 cenouras ou 250 g • 1 pimento vermelho ou 250 g • 1 pimento verde ou 250 g • 2 dentes de alho • 200 g de polpa de tomate • 20 ml de vinho tinto • 2 colheres de sopa de azeite • sal e pimenta

- Deite 2 colheres de sopa de azeite na panela. Selecione o programa "Brown" (Dourar) e prima «Start» (iniciar).
 - Quando a máquina apitar, adicione o alho picado, a cebola e os pimentos partidos. Deixe saltear durante **5 minutos**. Quando os legumes estiverem cozidos, prima «Cancel» (Cancelar).
 - Adicione a carne (cortada em porções pequenas), cenouras cortadas, vinho tinto e polpa de tomate.
 - Tempere com sal e pimenta.
 - Feche a tampa e selecione o programa "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão), modo «High» (Alto), e defina o temporizador para **20 minutos**. Prima «Start» (iniciar).
 - Quando ouvir um som a sinalizar o fim do programa, rode a válvula na tampa para libertar o vapor.
 - Prima «Cancel» (Cancelar) e abra a panela de pressão quando o vapor tiver dissipado.
 - Sirva o guisado quente guarnecido de legumes.
- Dica:** Se quiser um molho macio e uniforme, primeiro retire a carne, depois misture os legumes com o caldo líquido.



FR Moules marinières



1 kg de moules • 100 g d'oignon • 2 gousses d'ail • 100 g de poivron rouge • 10 g de paprika • 2 feuilles de laurier • 10 g de persil • 20 ml de vin blanc • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • Sel et poivre

- Nettoyez les moules.
 - Pelez et hachez l'ail, l'oignon et le poivron.
 - Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans le bol. Sélectionnez le programme Brunissement et appuyez sur Démarrer.
 - Lorsque la machine émet un bip, ajoutez les légumes hachés. Faites sauter pendant **5 minutes** ou jusqu'à ce qu'ils soient cuits.
 - Ajoutez les moules nettoyées, les feuilles de laurier, le vin blanc et le paprika.
 - Fermez le couvercle et sélectionnez le programme de Cuisson sous pression, mode moyen et réglez le minuteur sur **5 minutes**. Appuyez sur Démarrer.
 - Lorsqu'un bip sonore signale la fin du programme, tournez la soupape sur le couvercle pour laisser la vapeur s'échapper.
 - Appuyez sur Annuler et ouvrez l'autocuiseur une fois la vapeur évacuée.
 - Retirez les moules et mettez-les dans un plat. Couvrez-les avec le bouillon de cuisson.
 - Saupoudrez de persil fraîchement haché juste avant de servir.
- Conseil :** Pour une saveur plus épicée, ajoutez du paprika fort au lieu du doux ou une pincée de piment.

EN Mussels a la marinera



1 kg mussels • 100 g onion • 2 garlic cloves • 100 g red pepper • 10 g paprika • 2 bay leaves • 10 g parsley • 20 ml white wine • 2 tablespoons of olive oil • Salt and peppera

- Clean the mussels, removing the beards and rubbing the shells with a scourer to remove any barnacles.
 - Peel and chop the garlic, onion and pepper.
 - Pour 2 tablespoons of olive oil into the pot. Select the Brown program and press Start.
 - When the machine beeps, add the chopped vegetables. Sauté for **5 minutes** or until they are cooked.
 - Add the cleaned mussels, bay leaves, white wine and paprika.
 - Close the lid and select the Pressure Cook program, Medium mode, and set the timer for **5 minutes**. Press Start.
 - When there is an audible beep signaling the end of the program, twist the valve on the lid to release the steam.
 - Press Cancel and open the pressure cooker once the steam has dissipated.
 - Remove the mussels and place them in a dish. Cover them with the cooking broth.
 - Sprinkle with freshly chopped parsley just before serving.
- Tip:** For a spicier flavor, add hot paprika instead of sweet or a pinch of chili pepper.

NL Mosselen a la marinera



10 min



X 4

1 kg mosselen • 100 g ui • 2 teentjes knoflook • 100 g rode paprika • 10 g paprikapoeder • 2 laurierblaadjes • 10 g peterselie • 20 ml witte wijn • 2 el olijfolie • Peper en zout

- Reinig de mosselen, verwijder de mosselbaard en schuur de schelpen met een schuursponsje om eventuele zeepokken te verwijderen.
 - Schil en hak de knoflook, de ui en de paprika.
 - Giet 2 eetlepels olijfolie in de pan. Selecteer het programma Aanbraden en druk op Start.
 - Wanneer u een pieptoon hoort, voeg de gehakte groente toe. Sauteer gedurende **5 minuten** of tot gaar.
 - Doe de schoongemaakte mosselen, de laurierblaadjes, de witte wijn en het paprikapoeder toe.
 - Sluit het deksel, selecteer het programma Onder druk koken, Medium en stel de timer in op **5 minuten**. Druk op start.
 - Aan het einde van het programma hoort u een pieptoon. Draai vervolgens het ventiel op het deksel om de stoom vrij te geven.
 - Druk op Annuleren en open de snelkookpan zodra alle stoom is vrijgegeven.
 - Verwijder de mosselen en doe ze in een schaal. Bedek ze met de kookbouillon.
 - Bestrooi met vers gehakte peterselie niet voor het opdienen.
- Tip:** Voor een meer pikante smaak, gebruik een pikante in plaats van een zoete paprika of voeg een snufje chilipeper toe.

IT Cozze alla marinara



10 min



X 4

1 kg di cozze • 100 g di cipolla • 2 spicchi d'aglio • 100 g di peperone rosso • 10 g di paprica • 2 foglie d'alloro • 10 g di prezzemolo • 20 ml di vino bianco • 2 CC di olio d'oliva • Sale e pepe

- Pulire le cozze rimuovendo il bisso e eventuali cirripedi dal guscio con una spugnetta abrasiva.
 - Sbucciare e tritare l'aglio, la cipolla e il peperone.
 - Versare 2 CC di olio d'oliva nella pentola. Selezionare la funzione Rosolatura e premere il pulsante Avvio.
 - Al segnale acustico, aggiungere le verdure tritate. Saltare in padella per **5 minuti** o finché non sono cotte.
 - Aggiungere le cozze pulite, le foglie di alloro, il vino bianco e la paprica.
 - Chiudere il coperchio, selezionare la funzione Cottura a pressione, livello medio, premere il pulsante Timer e impostare **5 minuti**. Premere il pulsante Avvio.
 - Al segnale acustico che indica il termine della cottura, ruotare la valvola sul coperchio per rilasciare il vapore.
 - Premere il pulsante Annulla e aprire la pentola a pressione dopo la completa fuoriuscita del vapore.
 - Prelevare le cozze e trasferirle su un piatto. Ricoprile di brodo di cottura.
 - Cospargerle con del prezzemolo tritato appena prima di servire.
- Segnalo:** per un sapore più piccante, usare paprica piccante o una presa di peperoncino.

DE Muscheln à la Marinara



10 min



X 4

1 kg Muscheln • 100 g Zwiebeln • 2 Knoblauchzehen • 100 g rote Paprika • 10 g Paprikapulver • 2 Lorbeerblätter • 10 g Petersilie • 20 ml Weißwein • 2 EL Olivenöl • Salz und Pfeffer

- Muscheln putzen, Muschelbart entfernen und mit einem Topfreiniger etwaige Seepocken von der Schale entfernen.
 - Knoblauch und Zwiebeln schälen und hacken, Paprika klein schneiden.
 - 2 Esslöffel Olivenöl in den Garbehälter geben. Das Programm Brown (Anbraten) wählen und Start drücken.
 - Wenn ein akustisches Signal ertönt, das gehackte Gemüse dazugeben. Für **5 Minuten** sautieren oder bis das Gemüse gar ist.
 - Die geputzten Muscheln, Lorbeerblätter, Weißwein und Paprikapulver hinzufügen.
 - Deckel schließen und das Programm Pressure Cook (Druckgaren), Modus Medium auswählen und den Timer auf **5 Minuten** einstellen. Start drücken.
 - Wenn ein Signalton am Ende des Garprogramms ertönt, das Ventil am Deckel drehen, um den Dampf abzulassen.
 - Cancel (Abbrechen) drücken und den Schnellkochtopf öffnen, wenn sich der Dampf verflüchtigt hat.
 - Muscheln herausnehmen und in eine Schale legen. Mit der kochenden Brühe übergießen.
 - Vor dem Servieren mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.
- Tip:** Ersetzen Sie das süße Paprikapulver durch scharfes, um mehr Schärfe zu erhalten.

ES Mejillones a la marinera



10 min

X 4

1 kg de mejillones • 100 g de cebolla • 2 dientes de ajo • 100 g de pimiento rojo • 10 g de pimentón • 2 hojas de laurel • 10 g de perejil • 20 ml de vino blanco • 2 cucharas de aceite de oliva • Sal y pimienta

- Limpiar los mejillones, retirando las barbas y frotando las conchas con un estropajo para quitar todas las impurezas.
- Pelar y picar los ajos, las cebollas y los pimientos.
- Verter 2 cucharadas de aceite de oliva en la olla. Programar Dorar y presionar Iniciar.
- Cuando pite la máquina, añadir las verduras picadas. Rehogar durante **5 minutos** o hasta que queden pochadas.
- Añadir los mejillones limpios, las hojas de laurel, el vino blanco y el pimentón.
- Cerrar la tapa y programar Cocina a presión, seleccionando el modo Medio en el temporizador **5 minutos**. Presionar Iniciar.
- Cuando se oiga la señal acústica de final de programa, girar la válvula de la tapa para liberar el vapor.
- Pulsar Cancelar y abrir la tapa una vez que la máquina ya no suelte vapor
- Retirar los mejillones y pasarlos a una fuente. Cubrirlos con el caldo de cocción.
- Espolvorear con perejil fresco picado justo antes de servir.

Truco: Para un sabor más especiado, añadir pimentón picante en lugar de dulce o una pizca de guindilla.

PT Mexilhões à marinera



10 min

X 4

1 kg de mexilhões • 100 g de cebolas • 2 dentes de alho • 100 g de pimentos vermelhos • 10 g pimentão doce • 2 folhas de louro • 10 g de salsa • 20 ml de vinho branco • 2 colheres de sopa de azeite • sal e pimenta

- Limpe os mexilhões, retire as barbas e esfregue as cascas com um esfregão para retirar todas as impurezas.
- Descasque e corte o alho, a cebola e o pimento.
- Deite 2 colheres de sopa de azeite na panela. Selecione o programa "Brown" (Dourar) e prima «Start» (iniciar).
- Quando a máquina apitar, adicione os legumes cortados. Deixe saltear durante **5 minutos** ou até estarem cozidos.
- Adicione os mexilhões limpos, as folhas de louro, o vinho branco e o pimentão doce.
- Feche a tampa e selecione o programa "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão), modo "Medium" (Médio), e defina o temporizador para **5 minutos**. Prima «Start» (iniciar).
- Quando ouvir um som a sinalizar o fim do programa, rode a válvula na tampa para libertar o vapor.
- Prima «Cancel» (Cancelar) e abra a panela de pressão quando o vapor tiver dissipado.
- Retire os mexilhões e coloque-os num prato. Cubra-os com o caldo de cozedura.
- Antes de servir polvilhe com salsa fresca cortada.

Dica: Para um sabor mais apimentado, adicione pimentão picante em vez de doce ou uma pitada de pimenta-malagueta.



FR

Merlu aux palourdes



10 minutes



X 4

600 g de merlu • 200 g de palourdes • 100 g d'oignon ou ½ oignon • 100 g de poireau • 2 gousses d'ail • 10 g de persil • 20 ml de vin blanc • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • Sel et poivre

- Pelez et hachez l'ail, l'oignon et le poireau.
- Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans le bol. Sélectionnez le programme Brunissement et appuyez sur Démarrer.
- Lorsque la machine émet un bip, ajoutez l'ail haché, l'oignon et le poireau.
- Appuyez sur Démarrer. Remuez pendant **5 minutes** jusqu'à ce qu'ils soient cuits. Appuyez sur Annuler.
- Ajoutez les palourdes (nettoyées), le vin blanc et les morceaux de merlu (assaisonnés).
- Fermez le couvercle et sélectionnez le programme de Cuisson sous pression, le mode moyen et réglez le minuteur sur **5 minutes**. Appuyez sur Démarrer.
- Lorsqu'un bip sonore signale la fin du programme, tournez la soupape sur le couvercle pour laisser la vapeur s'échapper.
- Appuyez sur Annuler et ouvrez l'autocuiseur une fois la vapeur évacuée.
- Servez les morceaux de poisson avec les palourdes ouvertes sur le dessus.
- Rectifiez l'assaisonnement, si nécessaire, et saupoudrez de persil fraîchement haché.

Conseil : Si vous préférez éviter le vin, vous pouvez le remplacer par du bouillon de poisson. Cette recette convient pour tout autre poisson blanc.

EN

Hake with clams



10 min



X 4

600 g hake • 200 g clams • 100 g onion or ½ onion • 100 g leek • 2 garlic cloves • 10 g parsley • 20 ml white wine • 2 tablespoons of olive oil • Salt and pepper

- Peel and chop the garlic, onion and leek.
- Pour 2 tablespoons of olive oil into the pot. Select the Brown program and press Start.
- When the machine beeps, add the chopped garlic, onion and leek.
- Press Start. Stir for **5 minutes** until they are cooked. Press Cancel.
- Add the clams (cleaned), white wine and pieces of hake (seasoned).
- Close the lid and select the Pressure Cook program, Medium mode, and set the timer for **5 minutes**. Press Start.
- When there is an audible beep signaling the end of the program, twist the valve on the lid to release the steam.
- Press Cancel and open the pressure cooker once the steam has dissipated.
- Serve the pieces of fish with the open clams on top.
- Add more seasoning, if required, and sprinkle with freshly chopped parsley.

Tip: If you do not wish to use wine, you can substitute it with fish stock. This recipe can also be used with any other white fish.

NL Heek met kokkels



600 g heek • 200 g kokkels • 100 g of ½ ui • 100 g prei • 2 teentjes knoflook • 10 g peterselie • 20 ml witte wijn • 2 el olijfolie • Peper en zout

- Schil en hak de knoflook, de ui en de prei.
- Giet 2 eetlepels olijfolie in de pan. Selecteer het programma Aanbraden en druk op Start.
- Wanneer u een pieptoon hoort, voeg de gehakte knoflook, ui en prei toe.
- Druk op start. Roer **5 minuten** tot ze gaar zijn. Druk op Annuleren.
- Voeg de (schoongemaakte) kokkels, de witte wijn en de (gekruiden) stukken heek toe.
- Sluit het deksel, selecteer het programma Onder druk koken, Medium en stel de timer in op **5 minuten**. Druk op start.

- Aan het einde van het programma hoort u een pieptoon. Draai vervolgens het ventiel op het deksel om de stoom vrij te geven.
 - Druk op Annuleren en open de snelkookpan zodra alle stoom is vrijgegeven.
 - Serveer de stukken vissen met de open kokkels erop.
 - Indien gewenst, breng op smaak met peper en zout en bestrooi met vers gehakte peterselie
- Tip:** U kunt tevens visbouillon in plaats van witte wijn gebruiken. Dit recept kan tevens worden gebruikt met andere witte vissoorten.

IT Nasello con vongole



600 g di nasello • 200 g di vongole • ½ cipolla (100 g) • 100 g di porro • 2 spicchi d'aglio • 10 g di prezzemolo • 20 ml di vino bianco • 2 CC di olio d'oliva • Sale e pepe

- Sbucciare e tritare l'aglio, la cipolla e il porro.
- Versare 2 CC di olio d'oliva nella pentola. Selezionare la funzione Rosolatura e premere il pulsante Avvio.
- Al segnale acustico, aggiungere l'aglio, la cipolla e il porro tritati.
- Premere il pulsante Avvio. Mescolare per **5 minuti** finché non sono cotti. Premere il pulsante Annulla.
- Aggiungere le vongole (pulite), il vino bianco e il nasello a pezzi (condito).
- Chiudere il coperchio, selezionare la funzione Cottura a pressione, livello medio, premere il pulsante Timer e impostare **5 minuti**. Premere il pulsante Avvio.

- Al segnale acustico che indica il termine della cottura, ruotare la valvola sul coperchio per rilasciare il vapore.
 - Premere il pulsante Annulla e aprire la pentola a pressione dopo la completa fuoriuscita del vapore.
 - Servire i pezzi di pesce con le vongole aperte in cima.
 - Aggiungere del condimento, se necessario, e cospargere di prezzemolo appena tritato.
- Suggerimento:** al posto del vino è possibile usare il brodo di pesce. Questa ricetta può essere usata con qualsiasi tipo di pesce bianco.

DE Seehecht mit Venusmuscheln



600 g Seehecht • 200 g Venusmuscheln • 100 g Zwiebeln oder ½ Zwiebel • 100 g Lauch • 2 Knoblauchzehen • 10 g Petersilie • 20 ml Weißwein • 2 EL Olivenöl • Salz und Pfeffer

- Knoblauch, Zwiebel und Lauch schälen und hacken.
- 2 Esslöffel Olivenöl in den Garbehälter geben. Das Programm Brown (Anbraten) wählen und Start drücken.
- Wenn das Gerät ein akustisches Signal erzeugt, gehackten Knoblauch, Zwiebeln und Lauch dazugeben.
- Start drücken. Für **5 Minuten** umrühren, bis alles gar ist. Cancel (Abbrechen) drücken.
- Venusmuscheln (geputzt), Weißwein und Seehechtstücke (gewürzt) dazugeben.
- Deckel schließen und das Programm Pressure Cook (Druckgaren), Modus Medium auswählen und den Timer auf **5 Minuten** einstellen. Start drücken.

- Wenn ein Signalton am Ende des Garprogramms ertönt, das Ventil am Deckel drehen, um den Dampf abzulassen.
 - Cancel (Abbrechen) drücken und den Schnellkochtopf öffnen, wenn sich der Dampf verflüchtigt hat.
 - Die Fischstücke mit den darauf verteilten Muscheln servieren.
 - Gegebenenfalls nachwürzen und mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.
- Tip:** Wenn Sie keinen Wein verwenden möchten, können Sie den Wein durch Fischfond ersetzen. Dieses Rezept kann mit jeder anderen Weißfischart zubereitet werden.

ES Merluza con almejas



600 g de merluza • 200 g de almejas • 100 g de cebolla o ½ cebolla • 100 g de puerro • 2 dientes de ajo • 10 g de perejil • 20 ml de vino blanco • 2 cucharadas de aceite de oliva • Sal y pimienta

- Pelar y trocear el ajo, la cebolla y el puerro.
- Verter 2 cucharadas de aceite de oliva en la olla. Programar Dorar y presionar Iniciar.
- Cuando pite la máquina, añadir el ajo, la cebolla y el puerro picados.
- Pulsar à Start. Remover, durante **5 minutos** hasta que queden pochadas. Pulsar Cancelar.
- Incorporar las almejas limpias, el vino blanco y las rodajas de merluza salpimentadas.
- Cerrar la olla y programar Cocina a presión seleccionando el modo Medio en el temporizador **5 minutos**. Pulsar Iniciar.

- Cuando se oiga la señal acústica de final de programa, girar la válvula de la tapa para liberar el vapor.
- Pulsar Cancelar y abrir la tapa una vez que la máquina ya no suelte vapor
- Servir las rodajas de pescado con las almejas abiertas encima.
- Rectificar el punto de sal y pimienta y espolvorear con perejil fresco picado.

Truco: Si no se desea utilizar vino, se puede sustituir por la misma cantidad de caldo de pescado. Esta receta se puede hacer con cualquier otro pescado blanco.

PT Pescada com amêijoas



600 g de pescada • 200 g de amêijoas • 100 g de cebolas ou ½ cebola • 100 g alho francês • 2 dentes de alho • 10 g de salsa • 20 ml de vinho branco • 2 colheres de sopa de azeite • sal e pimenta

- Descasque e corte o alho, a cebola e o alho francês.
- Deite 2 colheres de sopa de azeite na panela. Seleccione o programa "Brown" (Dourar) e prima «Start» (iniciar).
- Quando a máquina apitar, adicione o alho picado, a cebola e o alho francês.
- Prima «Start» (iniciar). Mexa durante **5 minutos** até estarem cozidos. Prima «Cancel» (Cancelar).
- Adicione as amêijoas (limpas), o vinho branco e as porções de pescada (temperadas).
- Feche a tampa e seleccione o programa "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão), modo "Medium" (Médio), e defina o temporizador para **5 minutos**. Prima «Start» (iniciar).

- Quando ouvir um som a sinalizar o fim do programa, rode a válvula na tampa para libertar o vapor.
- Prima «Cancel» (Cancelar) e abra a panela de pressão quando o vapor tiver dissipado.
- Sirva as porções de peixe com as amêijoas abertas por cima.
- Adicione mais tempero, se necessário, e polvilhe com salsa fresca cortada.

Dica: Se não quiser usar vinho, pode substituí-lo por caldo de peixe. Esta receita também pode ser usada com qualquer outro peixe branco.



FR

Seiche aux pommes de terre



15 minutes



X 4

800 g de seiche • 100 g d'oignon ou ½ oignon • 400 g de pommes de terre • 100 g de poivron vert • 2 gousses d'ail • 10 g de persil • 30 ml d'eau • 8 brins de safran • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • Sel et poivre

- Pelez et coupez les gousses d'ail, l'oignon et les poivrons en petits morceaux.
 - Nettoyez la seiche et coupez-la en petits morceaux.
 - Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans le bol. Sélectionnez le programme Brunissement et appuyez sur Démarrer.
 - Lorsque la machine émet un bip, ajoutez l'ail haché, l'oignon et les poivrons, ainsi que le safran.
 - Remuez de temps en temps pour que tous les ingrédients cuisent uniformément pendant environ **5 minutes**.
 - Une fois terminé, appuyez sur Annuler.
 - Ajoutez les morceaux de seiche ainsi que les pommes de terre (épluchées et coupées). Couvrez d'eau et salez.
 - Fermez le couvercle et sélectionnez le programme de Cuisson sous pression, mode Fort et réglez le minuteur sur **10 minutes**. Appuyez sur Démarrer.
 - Lorsqu'un bip sonore signale la fin du programme, tournez la soupape sur le couvercle pour laisser la vapeur s'échapper.
 - Appuyez sur Annuler et ouvrez l'autocuiseur une fois la vapeur évacuée.
 - Servez la seiche avec les pommes de terre et saupoudrez de persil fraîchement haché **à la dernière minute**.
- Conseil :** Cette recette peut également être préparée avec des rondelles de calamars à la place de la seiche. Ajoutez un peu de paprika ou de safran pour une saveur plus épicée.

EN

Cuttlefish with potatoes



15 min



X 4

800 g cuttlefish • 100 g onion or ½ onion • 400 g potatoes • 100 g green pepper • 2 garlic cloves • 10 g parsley • 30 ml water • 8 strands of saffron • 2 tablespoons of olive oil • Salt and pepper

- Peel and cut the garlic cloves, onion and peppers into small pieces.
 - Clean the cuttlefish and cut it into bite-sized pieces.
 - Pour 2 tablespoons of olive oil into the pot. Select the Brown program and press Start.
 - When the machine beeps, add the chopped garlic, onion and peppers, along with the saffron.
 - Stir from time to time so that all of the ingredients cook uniformly, for approximately **5 minutes**.
 - Once finished, press Cancel.
 - Add the pieces of cuttlefish as well as the potatoes (peeled and sliced). Cover with water and season with salt.
 - Close the lid and select the Pressure Cook program, High mode, and set the timer for **10 minutes**. Press Start.
 - When there is an audible beep signaling the end of the program, twist the valve on the lid to release the steam.
 - Press Cancel and open the pressure cooker once the steam has dissipated.
 - Serve the cuttlefish with the potatoes and sprinkle with freshly chopped parsley at the last minute.
- Tip:** This recipe can also be used with calamari rings instead of cuttlefish. Add a little paprika or saffron for a spicier flavour.

NL Inktvis met aardappelen



15 min



X 4

800 g inktvis • 100 g of ½ ui • 400 g aardappelen • 100 g groene paprika • 2 teentjes knoflook • 10 g peterselie • 30 ml water • 8 saffraandrazen • 2 el olijfolie • Peper en zout

- Schil en snij de teentjes knoflook, de ui en de paprika's in stukjes.
- Maak de inktvis schoon en snij ze in stukjes.
- Giet 2 eetlepels olijfolie in de pan. Selecteer het programma Aanbraden en druk op Start.
- Wanneer u een pieptoon hoort, voeg de gehakte knoflook, ui en paprika's samen met de saffraan toe.
- Roer regelmatig zodat alle ingrediënten gelijkmatig gedurende **5 minuten** worden gekookt.
- Wanneer klaar, druk op Annuleren.
- Doe de inktvis en de aardappelen (geschild en in stukken gesneden) erbij. Bedek met water en breng op smaak met zout.

- Sluit het deksel, selecteer het programma Onder druk koken, Hoog en stel de timer in op **10 minuten**. Druk op start.
- Aan het einde van het programma hoort u een pieptoon. Draai vervolgens het ventiel op het deksel om de stoom vrij te geven.
- Druk op Annuleren en open de snelkookpan zodra alle stoom is vrijgegeven.
- Serveer de inktvis met de aardappelen en bestrooi met vers gehakte peterselie net voor het serveren.

Tip: Dit recept kan tevens worden gebruikt met inktvisringen in plaats van inktvis. Voeg een beetje paprikapoeder of saffraan toe voor een pikantere smaak.

IT Seppie con patate



15 min



X 4

800 g di seppie • ½ cipolla (100 g) • 400 g di patate • 100 g di peperone verde • 2 spicchi d'aglio • 10 g di prezzemolo • 30 ml di acqua • 8 pistilli di zafferano • 2 CC di olio d'oliva • Sale e pepe

- Sbucciare gli spicchi d'aglio, la cipolla e il peperone e tagliarli a piccoli pezzi.
- Lavare le seppie e tagliarle a pezzetti.
- Versare 2 CC di olio d'oliva nella pentola. Selezionare la funzione Rosolatura e premere il pulsante Avvio.
- Al segnale acustico, aggiungere l'aglio, la cipolla e il peperone tritati, insieme allo zafferano.
- Mescolare di tanto in tanto affinché tutti gli ingredienti si cuociano uniformemente, per circa **5 minuti**.
- Quindi premere il pulsante Annulla.
- Aggiungere le seppie a pezzetti e le patate (sbucciate e a fette). Coprire con acqua e salare.

- Chiudere il coperchio, selezionare la funzione Cottura a pressione, livello alto, premere il pulsante Timer e impostare **10 minuti**. Premere il pulsante Avvio.
- Al segnale acustico che indica il termine della cottura, ruotare la valvola sul coperchio per rilasciare il vapore.
- Premere il pulsante Annulla e aprire la pentola a pressione dopo la completa fuoriuscita del vapore.
- Servire le seppie con le patate e cospargerle di prezzemolo appena tritato.

Suggerimento: È possibile usare anelli di calamari al posto delle seppie. Aggiungere un po' di paprika o zafferano per un sapore più piccante.

DE Tintenfisch mit Kartoffeln



15 min



X 4

800 g Tintenfisch • 100 g Zwiebeln oder ½ Zwiebel • 400 g Kartoffeln • 100 g grüne Paprika • 2 Knoblauchzehen • 10 g Petersilie • 30 ml Wasser • 8 Safranfäden • 2 EL Olivenöl • Salz und Pfeffer

- Knoblauchzehen und Zwiebeln schälen und zusammen mit der Paprika in kleine Stücke schneiden.
- Tintenfisch säubern und in mundgerechte Stücke schneiden.
- 2 Esslöffel Olivenöl in den Garbehälter geben. Das Programm Brown (Anbraten) wählen und Start drücken.
- Wenn das Gerät ein akustisches Signal erzeugt, gehackten Knoblauch, Zwiebeln und klein geschnittene Paprika mit dem Safran dazugeben.
- Für ca. **5 Minuten** garen und hin und wieder umrühren, damit alle Zutaten gleichmäßig gar werden.
- Am Ende des Garvorgangs Cancel (Abbrechen) drücken.

- Tintenfischstücke und Kartoffeln (geschält und klein geschnitten) dazugeben. Mit Wasser bedecken und salzen.
- Deckel schließen und das Programm Pressure Cook (Druckgaren), Modus High (hoch) auswählen und den Timer auf **10 Minuten** einstellen. Start drücken.
- Wenn ein Signalton am Ende des Garprogramms ertönt, das Ventil am Deckel drehen, um den Dampf abzulassen.
- Cancel (Abbrechen) drücken und den Schnellkochtopf öffnen, wenn sich der Dampf verflüchtigt hat.
- Tintenfisch mit den Kartoffeln kurz vor dem Servieren mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.

Tipp: Dieses Rezept kann auch mit Calamari-Ringen zubereitet werden. Für einen würzigeren Geschmack etwas Paprikapulver oder Safran hinzufügen.

ES Sepia con patatas



15 min

X 4

800 g de sepia • 100 g de cebolla o ½ cebolla • 400 g de patatas • 100 g de pimiento verde • 2 dientes de ajo • 10 g de perejil • 30 ml de agua • 8 hebras de azafrán • 2 cucharadas de aceite de oliva • Sal y pimienta

- Pelar y cortar los dientes de ajo, la cebolla y los pimientos en trozos pequeños.
- Limpiar y cortar la sepia en trozos del tamaño de un bocado.
- Verter 2 cucharadas de aceite de oliva en la olla. Programar Dorar y presionar Iniciar.
- Cuando pite la máquina, añadir el ajo, la cebolla y los pimientos picados con el azafrán.
- Remover de vez en cuando para que se pochén todos los ingredientes por igual, durante **5 minutos** aproximadamente.
- Una vez terminado este proceso, pulsar Cancelar.
- Incorporar los trozos de sepia, las patatas peladas y troceadas. Cubrir con agua y salar al gusto.

- Colocar la tapa y programar Cocina a presión en modo Alto en el temporizador **10 minutos**.
- Cuando se oiga la señal acústica de final de programa, girar la válvula de la tapa para liberar el vapor.
- Pulsar Cancelar y abrir la tapa una vez que la máquina ya no suelte vapor.
- Servir la sepia con patatas guisadas y espolvorear con perejil fresco picado en el último momento.

Truco: Esta receta se puede elaborar con anillas de calamar en lugar de sepia. Añade un poco de pimentón o azafrán para un sabor más especiado.

PT Chocos com batatas



15 min

X 4

800 g de chocos • 100 g de cebolas ou ½ cebola • 400 g de batatas • 100 g de pimentos verdes • 2 dentes de alho • 10 g de salsa • 30 ml de água • 8 fios de açafrão • 2 colheres de sopa de azeite • sal e pimenta

- Descasque e corte os dentes de alho, a cebola e os pimentos em porções pequenas.
- Limpe os chocos e corte-os em porções pequenas.
- Deite 2 colheres de sopa de azeite na panela. Seleccione o programa “Brown” (Dourar) e prima «Start» (iniciar).
- Quando a máquina apitar, adicione o alho, a cebola e os pimentos cortados, juntamente com o açafrão.
- Vá mexendo para que todos os ingredientes cozam uniformemente, durante aproximadamente **5 minutos**.
- Quando terminar, prima «Cancel» (Cancelar).

- Adicione as porções de chocos, bem como as batatas (descascadas e fatiadas). Cubra com água e tempere com sal.
- Feche a tampa e seleccione o programa “Pressure Cook” (Cozinhar à pressão), modo «High» (Alto), e defina o temporizador para **10 minutos**. Prima «Start» (iniciar).
- Quando ouvir um som a sinalizar o fim do programa, rode a válvula na tampa para libertar o vapor.
- Prima «Cancel» (Cancelar) e abra a panela de pressão quando o vapor tiver dissipado.
- Sirva os chocos com batatas e polvilhe com salsa fresca cortada imediatamente antes de servir.

Dica: Esta receita também pode ser usada com calamares em vez de chocos. Adicione um pouco de pimentão doce ou açafrão para um sabor mais apimentado.



FR Cheesecake



27 minutes

X 4

4 biscuits sablés écrasés • 2 cuillères à soupe de beurre fondu • 230 g de fromage frais • ½ verre de sucre ou de sucre en poudre • 2 œufs, légèrement battus • ½ verre de crème

Ustensiles: Dessous de plat • 6 ramequins beurrés • Emballage plastique ou papier d'aluminium, pouvant être utilisé à haute température haute température.

- Dans un bol, mélangez les biscuits écrasés et le beurre. Répartissez le mélange uniformément parmi les ramequins et pressez le mélange au fond des ramequins. Placez les ramequins dans le bol. Sélectionnez le programme de Cuisson à 175 °C - Minuteur : **10 minutes**. Laissez refroidir.
- Mélangez tous les ingrédients restants dans un deuxième bol jusqu'à ce que la consistance devienne lisse, puis versez ce mélange dans les ramequins préparés. Couvrez chaque

ramequin d'un film plastique ou d'une feuille. Versez 1 verre d'eau dans le bol et mettez le dessous de plat dans le bol de cuisson. Placez les ramequins (nombre en fonction de la taille des ramequins) sur le trépied. Sélectionnez le programme de cuisson sous pression ; Minuteur : **17 minutes**.

- Une fois la cuisson terminée, relâchez la pression. Ouvrez le couvercle.
- Laissez refroidir avant de servir.

EN Cheesecake



27 min

X 4

4 whole Graham crackers or 4 digestive biscuits, crushed • 2 tbsp butter, melted • 230 g Cream cheese • ½ cup sugar or caster sugar • 2 egg, lightly beaten • ½ cup Sour cream

Ustensils: Trivet • 6 ramekins, buttered • Plastic wrap or foil, which can be used at a high temperature

- In a bowl, mix crushed graham crackers and butter. Divide the graham cracker mixture evenly among the ramekins and press the mixture into the bottom of the ramekins. Place the ramekins into the cooking pot. Select Bake program at 175 °C. Timer: **10 minutes**. Let it cool.
- Combine all remaining ingredients in a second bowl until smooth, then pour this mixture into the prepared ramekins. Cover each ramekin with plastic wrap or foil. Pour 1 cup

of water into the cooking pot and place the trivet into the cooking pot. Place the ramekins (number depending on the size of the ramekins) on the trivet. Select Pressure Cook program, Low - Timer: **17 minutes**.

- Once it is done cooking, release the pressure. Open the lid.
- Let it cool before serving.

NL Kwarktaart



27 minutes

X 4

4 volledige Graham crackers of 4 beschuiten, geplet • 2 el boter, gesmolten • 230 g kwark • ½ beker suiker of griessuiker • 2 eieren, licht opgeklopt • ½ beker zure room

Keukengerei: Onderzetter • 6 schaalpjes, beboterd • Plastic folie, geschikt voor hoge temperaturen

- Meng de geplette Graham crackers en de boter in een kom. Verdeel het Graham crackersmengsel gelijkmatig over de schaalpjes en druk het mengsel stevig tegen de bodem van de schaalpjes aan. Plaats de schaalpjes in de binnenpan. Selecteer het programma Bakken op 175 °C. Timer: **10 minuten**. Laat afkoelen.
- Meng alle resterende ingrediënten in een tweede kom tot glad en giet dit mengsel in de bereide schaalpjes. Dek

elk schaalpje af met plastic folie. Giet 1 beker water in de binnenpan en plaats de onderzetter in de binnenpan. Plaats de schaalpjes (aantal is afhankelijk van hun grootte) op de onderzetter. Selecteer het programma Onder druk koken, Laag - Timer: **17 minuten**.

- Aan het einde van het kookproces, geef de druk vrij. Open het deksel.
- Laat het afkoelen alvorens te serveren.

IT Cheesecake



4 cracker Graham integrali o 4 biscotti digestivi, schiacciati • 2 CC di burro, fuso • 230 g di formaggio spalmabile • ½ tazza di zucchero o zucchero semolato • 2 uova, leggermente sbattute • ½ tazza di panna acida

Utensili: Supporto • 6 pirottini, imburrati • Pellicola di plastica o alluminio, adatta alle alte temperature

- In un recipiente, mescolare i cracker Graham schiacciati e il burro. Suddividere la miscela di cracker nei pirottini e schiacciarla sul fondo dei pirottini. Inserire i pirottini nella pentola di cottura. Selezionare la funzione Cottura al forno a 175°C - Tempo: **10 minuti**. Lasciare raffreddare.
- Mescolare accuratamente tutti gli ingredienti rimanenti in un secondo recipiente, quindi versare la miscela nei pirottini. Coprire ciascun pirottino con della pellicola di plastica o alluminio. Versare una 1 tazza di acqua nella pentola di cottura e inserire il supporto nella pentola. Posizionare i pirottini (il numero dipende dalla loro dimensione) sul supporto. Selezionare la funzione Cottura a pressione, livello basso - Tempo: **17 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione. Aprire il coperchio.
- Lasciare raffreddare prima di servire.

DE Käsekuchen



4 ganze Graham-Cracker oder 4 Vollkornkekse, zerstoßen • 2 EL Butter, geschmolzen • 230 g Frischkäse • ½ Messbecher Zucker oder Streuzucker • 2 Eier, leicht geschlagen • ½ Messbecher Schmand

Utensilien: Untersetzer • 6 Auflaufförmchen, mit Butter eingefettet • Folie, hitzebeständig

- Zerstoßene Graham Cracker in einer Schüssel mit Butter mischen. Graham Cracker-Mischung gleichmäßig in die Auflaufförmchen verteilen und die Mischung am Boden der Förmchen andrücken. Auflaufförmchen in den Garbehälter stellen. Das Programm Bake (Backen) bei 175 °C auswählen und den Timer auf **10 Minuten** einstellen. Abkühlen lassen.
- Alle restlichen Zutaten in einer zweiten Schüssel zu einer glatten Masse vermischen, diese dann in die vorbereiteten Auflaufformen geben. Jedes Auflaufförmchen mit Folie bedecken. 1 Messbecher Wasser in den Garbehälter gießen und den Untersetzer in den Garbehälter stellen. Auflaufförmchen (Anzahl hängt von der Größe der Förmchen ab) auf den Untersetzer stellen. Das Programm Pressure Cook (Druckgaren), Low (niedrig) auswählen und den Timer auf **17 Minuten** einstellen.
- Nach Ablauf des Garvorgangs Druck ablassen. Deckel öffnen.
- Vor dem Servieren abkühlen lassen.

ES Tarta de queso



4 galletas Graham enteras trituradas • 2 cucharadas de mantequilla derretida • 230 g de queso crema • ½ taza de azúcar • 2 huevos ligeramente batidos • 120 g de crema agria
Utensilios: Trébede • 6 ramequines engrasados con mantequilla • Papel film o de aluminio, que puede utilizarse a altas temperaturas

- En un bol, mezcle las galletas Graham trituradas y la mantequilla. Reparta la mezcla de las galletas Graham equitativamente en los ramequines y presione la mezcla en el fondo de los ramequines. Coloque los ramequines en el bol de cocción. Seleccione el programa Asar a 175 °C Temporizador: **10 minutos**. Deje que se enfríen.
- Mezcle el resto de ingredientes en un segundo bol hasta que quede una pasta fina y, a continuación, eche esta mezcla en los ramequines preparados. Cubra cada ramequín con papel film o de aluminio. Eche 1 taza de agua en el bol de cocción y coloque el trébede en el bol de cocción. Coloque los ramequines (el número dependerá del tamaño de estos) sobre el trébede. Seleccione el programa Cocinar a presión, Baja - Temporizador: **17 minutos**.
- Cuando haya terminado la cocción, libere la presión. Abra la tapa.
- Deje que se enfríen antes de servir.

PT Cheesecake



27 min



X 4

4 Bolachas integrais, esmagadas • 2 colheres de sopa de manteiga, derretida • 230 g de queijo creme • ½ caneca de açúcar • 2 ovos, levemente batidos • ½ caneca de natas ácidas

Utensílios: Tripé • 6 formas, untadas • película aderente ou papel de alumínio, que possa ser usado a uma temperatura elevada.

- Numa taça, misture as bolachas esmagadas e a manteiga. Divida a mistura das bolachas uniformemente entre as formas e pressione a mistura no fundo das formas. Coloque as formas na panela de confeção. Selecione o programa «Bake» (Assar) a 175 °C Temporizador: **10 minutos**. Deixe arrefecer.
- Misture todos os restantes ingredientes numa segunda taça até uniformizar, depois deite esta mistura nas formas preparadas. Cubra cada forma com plástico aderente ou papel de alumínio. Deite 1 caneca de água na panela de confeção e coloque o tripé na panela de confeção. Coloque as formas (o número depende do tamanho das formas) no tripé. Selecione o programa "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão), Temporizador - «Low» (Baixo): **17 minutos**.
- Quando estiver cozido, solte a pressão. Abra a tampa.
- Deixe arrefecer antes de servir.



FR Jarrets d'agneau braisés



25-30 minutes

X 4-6

2 tomates hachées • 6 jarrets d'agneau, parés à la française (demandez à votre boucher de le faire pour vous) • ¼ verre de farine blanche, assaisonnée d'une généreuse pincée de sel et de poivre • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • 1 oignon, haché • 3 carottes, coupées en tranches épaisses • 1 gousse d'ail, pelée • 1 cuillère à soupe d'origan frais haché • zeste râpé d'un citron • ¾ d'un verre de vin rouge • ¼ de verre de bouillon de bœuf ou de bouillon de légumes • sel et poivre noir fraîchement moulu. Pour une sauce plus épaisse : 1 cuillère à soupe de farine blanche mélangée à 2 cuillères à soupe d'eau froide (facultatif)

- Essuyez les jarrets avec un chiffon propre et humide, puis passez-les dans la farine assaisonnée, en secouant tout excès. Sélectionnez le programme Brunissement. Faites chauffer la moitié de l'huile dans le bol de cuisson et faites dorer deux jarrets à la fois. Retirez les et réservez-les.
- Ajoutez le reste d'huile avec l'oignon, la carotte et l'ail dans le bol et faites revenir pendant **5 minutes**, en remuant de temps en temps. Ajoutez les tomates, l'origan, le zeste de citron, le vin et le bouillon et portez à ébullition en remuant bien pendant quelques minutes. Remettez les jarrets d'agneau dans le bol et assaisonnez-les bien. Versez une partie de la sauce et des légumes sur les jarrets.
- Fermez le couvercle et verrouillez-le. Sélectionnez le programme de cuisson sous pression, Fort - Minuteur : **20 à 25 minutes** (selon l'épaisseur des jarrets). Relâchez la pression et ouvrez le couvercle. Retirez délicatement les jarrets d'agneau du bol - la viande doit être très tendre et l'os doit presque se détacher. Si vous souhaitez que la sauce soit un peu plus épaisse, sélectionnez le programme Mijoter et incorporez une pâte de farine et d'eau en la versant peu à peu jusqu'à obtenir un épaississement.

EN Braised lamb shanks



25-30 min

X 4-6

2 tomatoes, chopped • 6 lamb shanks • french-trimmed (ask your butcher to do this for you) • ¼ cup plain flour, seasoned with a generous pinch of salt and pepper • 2 tbsp olive oil • 1 onion, chopped • 3 carrots, thickly sliced • 1 garlic clove, peeled • 1 tbsp chopped fresh oregano • grated rind of • 1 lemon • ¾ cup red wine • ¼ cup beef stock or vegetable stock • salt and freshly ground black pepper **For a thicker sauce:** 1 tbsp plain flour mixed with 2 tbsp cold water (optional)

- Wipe the shanks with a clean, damp cloth, then toss them through the seasoned flour, shaking off any excess. Select Brown program. Heat half the oil in the cooking pot and brown the shanks two at a time. Remove and set aside.
- Add the remaining oil with the onion, carrot and garlic to the cooking pot and Brown for **5 minutes**, stirring occasionally. Add the tomatoes, oregano, lemon rind, wine and stock and bring to a boil, stirring well for a few minutes. Return the lamb shanks to the cooking pot and season well. Spoon some of the sauce and vegetables over the shanks.
- Close the lid and lock it. Select Pressure Cook program, High - Timer: **20-25 minutes** (depending on the thickness of the shank). Release pressure and open the lid. Carefully remove the lamb shanks from the cooking pot – the meat should be very tender and almost falling off the bone. If you would like the gravy a little thicker, select Simmer program and stir in a paste of flour and water a little at a time until thickened.

NL Gebraden lamsschenkel



2 tomaten, • 6 stukken lamsschenkel (mooi in stukken gesneden, vraag uw slager om dit te doen) • ¼ beker gewone bloem, op smaak gebracht met een groot snuffje peper en zout • 2 el olijfolie • 1 ui, gehakt • 3 wortelen, dik gesneden • 1 teentje knoflook, geschild • 1 el vers gehakte oregano • geraspte schil van 1 citroen • ¾ beker rode wijn • ¼ beker runder- of groentebouillon • zout en zwarte peper, vers gemalen Voor een dikkere saus: 1 el gewone bloem gemend met 2 el koud water (optioneel)

- Veeg de schenkels met een schone, vochtige doek droog en doe ze vervolgens door de gekruide bloem. Verwijder het teveel aan bloem. Selecteer het programma Aanbraden. Verwarm de helft van de olie in de binnenpan en braad twee schenkels per keer. Verwijder en zet opzij.
- Doe de resterende olie met de ui, de wortel en de knoflook in de binnenpan en braad gedurende **5 minuten**. Roer regelmatig door. Voeg de tomaten, de oregano, de citroenschil, de wijn en de bouillon toe, breng aan de kook en roer grondig gedurende enkele minuten.

Doe de lamsschenkels opnieuw in de pan en breng op smaak. Breng de saus en de groente met behulp van een lepel over de schenkels aan.

- Sluit het deksel en vergrendel het. Selecteer het programma Onder druk koken, Hoog - Timer: **20-25 minuten** (afhankelijk van de dikte van de schenkel). Geef de druk vrij en open het deksel. Verwijder de lamsschenkels voorzichtig uit de binnenpan. Het vlees moet zeer mals zijn en bijna van het bot loskomen. Als u een iets dikkere jus wilt, selecteer het programma Sudder en voeg al roerend wat bloem en water toe tot de gewenste dikte wordt bereikt.

IT Stinchi di agnello brasati



2 pomodori, a pezzetti • 6 stinchi di agnello tagliati alla francese (chiedere in macelleria) • ¼ tazza di farina, condita con una presa abbondante di sale e pepe • 2 CC di olio d'oliva • 1 cipolla, tritata • 3 carote, a fette spesse • 1 spicchio d'aglio, sbucciato • 1 CC di origano fresco tritato • Scorza di 1 limone • ¾ tazza di vino rosso • ¼ tazza di brodo di manzo o di verdura • Sale e pepe appena macinato Per una salsa più densa: 1 CC di farina miscelata a 2 CC di acqua fredda (facoltativo)

- Pulire gli stinchi con un panno umido e pulito, quindi passarli nella farina condita, scuotendoli per eliminare la farina in eccesso. Selezionare la funzione Rosolatura. Riscaldare metà dell'olio nella pentola di cottura e rosolare due stinchi alla volta. Rimuoverla e metterla da parte.
- Versare nella pentola di cottura l'olio rimanente insieme alla cipolla, la carota e l'aglio, quindi avviare la funzione Rosolatura per **5 minuti**, mescolando di tanto in tanto. Aggiungere i pomodori, l'origano, la scorza di limone, il vino e il brodo e portare a ebollizione, mescolando accuratamente per qualche minuto. Trasferire nuovamente gli stinchi nella pentola di cottura e condire. Versare parte della salsa e delle verdure sugli stinchi.

- Chiudere il coperchio e bloccarlo. Selezionare la funzione Cottura a pressione, livello alto - Tempo: **20-25 minuti** (a seconda dello spessore degli stinchi). Rilasciare la pressione e aprire il coperchio. Rimuovere con attenzione gli stinchi dalla pentola di cottura. La carne deve essere molto tenera, e deve quasi staccarsi dall'osso. Per ottenere una salsa più densa, selezionare la funzione Stufato e aggiungere una miscela di farina e acqua poco alla volta.

DE Geschmorte Lammkeule



2 Tomaten, klein gehackt • 6 Lammkeulen, French-Cut (lassen Sie Ihren Schlachter das Fleisch zuschneiden) • ¼ Messbecher Mehl, großzügig mit einer Prise Salz und Pfeffer gewürzt • 2 EL Olivenöl • 1 Zwiebel, gehackt • 3 Karotten, in dicke Scheiben geschnitten • 1 Knoblauchzehe, geschält • 1 EL frisch gehackter Oregano • geriebene Schale einer Zitrone • ¾ Messbecher Rotwein • ¼ Messbecher Rinder- oder Gemüsefond • Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer. Für eine dickere Soße: 1 EL Mehl, gemischt mit 2 EL kaltem Wasser (optional)

- Lammkeulen mit einem sauberen, feuchten Tuch abwischen, dann in dem gewürzten Mehl wälzen. Überschüssiges Mehl abschütteln. Das Programm Brown (Anbraten) wählen. Die Hälfte des Öls im Garbehälter erhitzen und jeweils zwei Lammkeulen gleichzeitig braten. Herausnehmen und beiseitestellen.
- Das restliche Öl mit der Zwiebel, der Karotte und dem Knoblauch in den Garbehälter geben und für **5 Minuten** braten, gelegentlich umrühren. Tomaten, Oregano, Zitronenschale, Wein und Fond hinzufügen und aufkochen lassen. Einige Minuten kräftig umrühren. Lammkeulen in den Garbehälter zurücklegen und gut würzen. Etwas von der Soße und dem Gemüse auf die Keulen löffeln.

- Deckel schließen und verriegeln. Das Programm Pressure Cook (Druckgaren), High (hoch) wählen und den Timer auf **20 bis 25 Minuten** (je nach Dicker der Keulen) einstellen. Druck ablassen und den Deckel öffnen. Lammkeulen vorsichtig aus dem Garbehälter nehmen - das Fleisch sollte sehr weich sein und sich schon fast vom Knochen lösen. Wenn die Soße etwas dicker sein soll, das Programm Simmer (Köcheln) wählen und nach und nach eine Paste aus Mehl und Wasser unterrühren, bis die Soße andickt.

ES Estofado de pierna de cordero



25-30 min X 4-6

2 tomates picados • 6 piernas de cordero cortado al estilo francés (pida a su carnicero que lo corte por usted) • ¼ taza de harina normal sazónada con una generosa pizca de sal y pimienta • 2 cucharadas de aceite de oliva • 1 cebolla picada • 3 zanahorias cortadas en rodajas gruesas • 1 diente de ajo pelado • 1 cucharada de orégano fresco • La ralladura de la piel de 1 limón • ¾ taza de vino tinto • ¼ taza de caldo de ternera o de pollo • Sal y pimienta negra recién molida.

Para una salsa más espesa: 1 cucharada de harina normal mezclada con 2 cucharadas de agua fría (opcional)

- Limpie las piernas de cordero con un paño húmedo y limpio. A continuación, enháínelas con la harina sazónada quitándoles el exceso de harina. Seleccione el programa Dorar. Caliente la mitad del aceite en el bol de cocción y dore las piernas de cordero de dos en dos. Reserve.
- Añada el aceite restante con la cebolla, la zanahoria y el ajo en el bol de cocción y seleccione el programa Dorar durante **5 minutos**, removiendo de vez en cuando. Añada los tomates, el orégano, la piel del limón, el vino y el caldo; y llévelo a ebullición, removiendo bien durante unos minutos. Vuelva a colocar las piernas de cordero en el bol de cocción y sazónelas al gusto. Eche un poco de salsa y verduras sobre las piernas de cordero.
- Cierre la tapa y bloquéela. Seleccione el programa Cocinar a presión, Alta - Temporizador: **20-25 minutos** (dependiendo del grosor de las piernas de cordero). Libere la presión y abra la tapa. Con cuidado, saque las piernas de cordero del bol de cocción (la carne deberá estar muy tierna y casi despegándose del hueso). Si desea que la salsa quede un poco más espesa, seleccione el programa Hervir a fuego lento y remueva con una mezcla de harina y agua poco a poco hasta que se haya espesado.

PT Refogado de pernas de borrego



25-30 min X 4-6

2 Tomates, cortados • 6 pernas de borrego cortadas à moda francesa (solicite ao seu talhante para o fazer) • ¼ de caneca de farinha de trigo, temperada com uma pitada generosa de sal e pimenta • 2 colheres de sopa de azeite • 1 cebola, cortada • 3 cenouras, cortadas grosseiramente • 1 dente de alho, descascado • 1 colher de sopa de orégãos frescos cortados • casca ralada de 1 limão • ¾ de caneca de vinho tinto • ¼ de caneca de caldo de carne ou caldo de legumes • sal e pimenta preta moída recentemente

Para um molho mais espesso: 1 colher de sopa de farinha de trigo misturada com 2 colheres de sopa de água fria (opcional)

- Limpe as pernas com um pano limpo e húmido, depois passe-as pela farinha temperada, retirando o excesso. Seleccione o programa "Brown" (Dourar). Aqueça metade do azeite na panela de confeção e aloure duas pernas de cada vez. Retire e deixe de lado.
- Adicione o restante azeite com a cebola, a cenoura e o alho à panela de confeção e seleccione o programa "Brown" (Dourar) durante **5 minutos**, mexendo ocasionalmente. Adicione os tomates, os orégãos, a casca de limão, o vinho e o caldo e deixe ferver, mexendo bem durante alguns minutos. Coloque de novo as pernas de borrego na panela de confeção e tempere bem.
- Derrame algum molho e legumes na panela de confeção por cima das pernas.
- Feche a tampa e trave-a. Seleccione o programa "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão), Temporizador - «Low» (Baixo): **20-25 minutos** (dependendo da grossura da canela). Liberte a pressão e abra a tampa. Retire cuidadosamente as pernas de borrego da panela de confeção - a carne deve estar muito tenra e praticamente a soltar-se do osso. Se gostar do molho um pouco mais espesso, seleccione o programa «Simmer» (Lume brando) e mexa um pouco numa pasta de farinha e água até engrossar.



FR Risotto aux champignons



3 cuillères à soupe d'huile d'olive • 1 oignon, haché finement • 1 verre ½ de riz arborio • 2 verres de champignons coupés en fines lamelles • 3 verres de bouillon de volaille • 1 verre de vin blanc • 3 cuillères à soupe de beurre • ½ verre de parmesan râpé • Sel • Poivre noir fraîchement moulu

- Sélectionnez le programme Brunissement, versez l'huile dans le bol de cuisson, ajoutez l'oignon et faites-le dorer pendant **4 minutes**. Ajouter le riz et les champignons et faites-les revenir pendant **1 minute** supplémentaire. Ajoutez le vin et le bouillon, fermez le couvercle et verrouillez-le.
- Sélectionnez le programme Riz (ou le programme de Cuisson sous pression, Fort) - Minuteur : **6 minutes**.
- Une fois la cuisson terminée, relâchez la pression.
- Ouvrez l'autocuiseur. Sélectionnez le programme Mijoter, ajoutez le beurre et le parmesan. Faites cuire encore **3 minutes**, en remuant constamment.
- Servez immédiatement.

EN Mushroom risotto



3 tbsp olive oil • 1 onion, finely chopped • 1 ½ cup arborio rice • 2 cups mushrooms, thinly sliced • 3 cups chicken stock • 1 cup white wine • 3 tbsp. butter • ½ cup grated parmesan cheese • Kosher salt • freshly ground black Pepper

- Select Brown program, place the oil into the cooking pot, add onion and brown for **4 minutes**. Add the rice and mushrooms, and brown for **1 minute** more. Add wine and stock, close the lid and lock it.
- Select Rice program (or Pressure Cook program, High) - Timer: **6 minutes**.
- Once it is done cooking, release the pressure.
- Open the pressure cooker. Select Simmer program, add the butter and parmesan. Cook for an additional **3 minutes**, stirring constantly.
- Serve immediately.

NL Risotto met champignons



3 el olijfolie • 1 ui, fijn gehakt • 1 ½ beker arboriorijst • 2 bekers champignons, in dunne schijfjes • 3 bekers kippenbouillon • 1 beker witte wijn • 3 el boter • ½ beker geraspte Parmezaanse kaas • keukenzout • zwarte peper, vers gemalen

- Selecteer het programma Aanbraden, doe de olie in de binnenpan, voeg de ui toe en laat gedurende **4 minuten** braden. Doe de rijst en champignons erbij en laat **1 minuut** verder braden. Voeg de wijn en de bouillon toe, sluit het deksel en vergrendel het.
- Selecteer het programma Rijst (of Onder druk koken, Hoog) - Timer: **6 minuten**.
- Aan het einde van het kookproces, geef de druk vrij.
- Open de snelkookpan. Selecteer het programma Sudderend, en voeg de boter en Parmezaanse kaas toe. Laat **3 minuten** verder koken en roer continu.
- Dien onmiddellijk op.

IT Risotto ai funghi



10 min



X 4

3 CC di olio d'oliva • 1 cipolla, tritata finemente • 1 ½ tazza di riso arborio • 2 tazze di funghi, a fette sottili • 3 tazze di brodo di pollo • 1 tazza di vino bianco • 3 CC di burro • ½ tazza di parmigiano grattugiato • Sale grosso • Pepe nero appena macinato

- Selezionare la funzione Rosolatura, versare l'olio nella pentola di cottura, aggiungere la cipolla e rosolare per **4 minuti**. Aggiungere il riso e i funghi e rosolare per **1 minuto**. Aggiungere il vino e il brodo, chiudere il coperchio e bloccarlo.
- Selezionare la funzione Riso (o Cottura a pressione, livello alto) - Tempo: **6 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione.
- Aprire il coperchio. Selezionare la funzione Rosolatura, aggiungere il burro e il parmigiano. Cuocere per altri **3 minuti**, mescolando costantemente.
- Servire immediatamente.

DE Pilz-Risotto



10 min



X 4

3 EL Olivenöl • 1 Zwiebel, fein gehackt • 1 ½ Messbecher Arborio-Reis • 2 Messbecher Pilze, in dünne Scheiben geschnitten • 3 Messbecher Hühnerfond • 1 Messbecher Weißwein • 3 EL Butter • ½ Messbecher geriebener Parmesan • kosheres Salz • frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

- Das Programm Brown (Anbraten) auswählen, Öl in den Garbehälter geben, Zwiebel hinzufügen und für **4 Minuten** braten. Reis und Pilze dazugeben und für noch einmal **1 Minute** erhitzen. Wein und Fond hinzufügen, Deckel schließen und verriegeln.
- Das Programm Rice (Reis) (oder Pressure Cook, High) wählen und den Timer auf **6 Minuten** einstellen.
- Nach Ablauf des Garvorgangs Druck ablassen.
- Schnellkochtopf öffnen. Das Programm Simmer (Köcheln) auswählen, Butter und Parmesan hinzufügen. Noch einmal für **3 Minuten** unter kontinuierlichem Rühren kochen.
- Sofort servieren.

ES Risotto de champiñones



10 min



X 4

3 cucharadas de aceite de oliva • 1 cebolla muy picada • 1 ½ tazas de arroz arbóreo • 2 tazas de champiñones cortados en rodajas finas • 3 tazas de caldo de pollo • 1 taza de vino tinto • 3 cucharadas de mantequilla • ½ taza de queso parmesano rallado • Sal kosher • Pimienta negra recién molida

- Seleccione el programa Dorar, eche el aceite en el bol de cocción, añada la cebolla y dore durante **4 minutos**. Añada el arroz y los champiñones y dore durante **1 minuto** más. Añada el vino y el caldo, cierre la tapa y bloquéela.
- Seleccione el programa Arroz (o el programa Cocinar a presión, Alta) - Temporizador: **6 minutos**.
- Cuando haya terminado la cocción, libere la presión.
- Abra la olla a presión. Seleccione el programa Hervir a fuego lento y añada la mantequilla y el queso parmesano. Cocine durante otros **3 minutos**, removiendo constantemente.
- Sirva inmediatamente.



3 colheres de sopa de azeite • 1 cebola, cortada finamente • 1 ½ caneca de arroz Arbório • 2 canecas de cogumelos, finamente fatiados • 3 canecas de caldo de galinha • 1 caneca de vinho branco • 3 colheres de sopa de manteiga • ½ caneca de queijo parmesão ralado • sal Kosher • pimenta preta fresca partida

- Selecione o programa "Brown" (Dourar), coloque o azeite na panela de confeitão, adicione a cebola e deixe alourar durante **4 minutos**. Adicione o arroz e os cogumelos e deixe alourar durante mais **1 minuto**. Adicione o vinho e o caldo, feche a tampa e trave-a.
- Selecione o programa «Rice» (Arroz) (ou o programa "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão), "High" (Alto) - Temporizador: **6 minutos**.
- Quando estiver cozido, solte a pressão.
- Abra a panela de pressão. Selecione o programa «Simmer» (Lume brando), adicione a manteiga e o parmesão. Deixe cozer durante mais **3 minutos**, mexendo constantemente.
- Sirva imediatamente.



FR Risotto à la courge



10 minutes

X 4

3 verres de courge • 1 verre ½ de riz arborio • 1 cuillère à soupe de beurre • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • 1 petit oignon finement haché • ½ verre de vin blanc sec • 3 verres ½ de bouillon de poulet ou de légumes • 1 cuillère à café de feuilles de sauge séchées • Sel • Poivre noir fraîchement moulu • 3 cuillères à soupe de parmesan fraîchement râpé • 2 cuillères à soupe de persil plat fraîchement haché

- Épluchez et épépinez la courge et coupez-la en cubes de 1 cm.
- Sélectionnez le programme Brunissement. Faites chauffer le beurre et l'huile dans le bol et ajoutez la courge et faites cuire pendant **3 minutes**.
- Ajoutez le riz et remuez pour l'amalgamer à la courge. Ajoutez le vin et remuez pendant **1 minute**. Ajoutez le bouillon, assaisonnez légèrement et fermez le couvercle puis verrouillez-le. Sélectionnez le programme Riz (ou le programme de Cuisson sous pression, Fort) - Minuteur : **6 minutes**.
- Une fois la cuisson terminée, relâchez la pression.
- Ouvrez le couvercle et incorporez la sauge. Sélectionnez le programme Mijoter pendant environ **4 minutes**, en remuant constamment jusqu'à ce que le riz soit tendre et devienne épais et crémeux.
- Incorporez le parmesan et assaisonnez-le selon votre goût. Servez immédiatement avec du persil.

EN Butternut squash risotto



10 min

X 4

3 cups butternut squash • 1 ½ cup arborio rice • 1 tbsp butter • 2 tbsp olive oil • 1 small onion finely chopped • ½ cup dry white wine • 3 ½ cups chicken or vegetable stock • 1 tsp dried sage leaves • Kosher salt • freshly ground black pepper • 3 tbsp freshly grated parmesan cheese • 2 tbsp fresh chopped flat leaf parsley

- Peel and de-seed the squash, and cut into 1 cm cubes.
- Select Brown program. Heat the butter and oil in the cooking pot and add the squash and cook for **3 minutes**.
- Add the rice and stir to combine with the squash. Add the wine and stir for **1 minute**. Add the stock, season lightly and close the lid and lock it. Select Rice program (or Pressure Cook program, High) - Timer: **6 minutes**.
- Once it is done cooking, release the pressure.
- Open the lid and stir in the sage. Select Simmer program setting for about **4 minutes**, stirring continuously until the rice is tender and becomes thick and creamy.
- Stir in the parmesan cheese and season to taste. Serve immediately topped with parsley.

NL Risotto met butternut pompoen



10 min



X 4

3 bekere butternut pompoen • 1 ½ beker arboriorijst • 1 el boter • 2 el olijfolie • 1 kleine ui, fijn gehakt • ½ beker droge witte wijn • 3 ½ bekere kippen- of groentebouillon • 1 tl gedroogde salieblaadjes • keukenzout • zwarte peper, vers gemalen • 3 el vers geraspte Parmezaanse kaas • 2 el vers gehakte bladpeterselie

- Schil de pompoen, verwijder de zaadjes en snij in blokjes van 1 cm.
- Selecteer het programma Aanbraden. Verwarm de boter en olie in de binnenpan, voeg de pompoen toe en laat **3 minuten** bakken.
- Doe de rijst erbij en roer alles grondig door. Giet de wijn in de pan en roer gedurende **1 minuut**. Doe de bouillon erbij, breng lichtjes op smaak, sluit het deksel en vergrendel het. Selecteer het programma Rijst (of Onder druk koken, Hoog) - Timer: **6 minuten**.
- Aan het einde van het kookproces, geef de druk vrij.
- Open het deksel en voeg de salie al roerend toe. Selecteer het programma gedurende ongeveer **4 minutes** en blijf roeren totdat de rijst zacht, dik en romig wordt.
- Voeg de Parmezaanse kaas al roerend toe en breng naar wens op smaak. Bestrooi met peterselie en dien onmiddellijk op.

IT Risotto alla zucca



10 min



X 4

3 tazze di zucca dolce • 1 ½ tazza di riso arborio • 1 CC di burro • 2 CC di olio d'oliva • 1 cipolla piccola, tritata finemente • ½ tazza di vino bianco secco • 3 ½ tazze di brodo di pollo o di verdura • 1 cc di foglie di salvia essiccate • Sale grosso • Pepe nero appena macinato • 3 CC di parmigiano grattugiato finemente • 2 CC di prezzemolo appena tritato

- Sbucciare la zucca, rimuovere i semi e tagliarla a cubetti di 1 cm.
- Selezionare la funzione Rosolatura. Riscaldare il burro e l'olio nella pentola di cottura, aggiungere la zucca e cuocere per **3 minuti**.
- Aggiungere il riso e mescolarlo con la zucca. Aggiungere il vino e mescolare per **1 minuto**. Aggiungere il brodo, condire leggermente, chiudere il coperchio e bloccarlo. Selezionare la funzione Riso (o Cottura a pressione, livello alto) - Tempo: **6 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione.
- Aprire il coperchio e aggiungere la salvia. Avviare la funzione Stufato per circa **4 minuti**, mescolando continuamente finché il riso non è tenero e cremoso.
- Aggiungere il parmigiano e condire a piacere. Servire immediatamente cosperso di prezzemolo.

DE Kürbis-Risotto



10 min



X 4

3 Messbecher Butternusskürbis • 1 ½ Messbecher Arborio-Reis • 1 EL Butter • 2 EL Olivenöl • 1 kleine Zwiebel, fein gehackt • ½ Messbecher trockener Weißwein • 3 ½ Messbecher Hühner- oder Gemüsegond • 1 L getrocknete Salbeiblätter • koscheres Salz • frisch gemahlener schwarzer Pfeffer • 3 EL frisch geriebener Parmesan • 2 EL glatte Petersilie, frisch gehackt

- Kürbis schälen, Kerne entfernen und in 1 cm große Würfel schneiden.
- Das Programm Brown (Anbraten) wählen. Butter und Öl im Garbehälter erhitzen und den Kürbis hineingeben. Für **3 Minuten** garen.
- Reis dazugeben und unter Rühren mit dem Kürbis vermischen. Wein hinzufügen und für **1 Minute** umrühren. Fond in den Behälter gießen, leicht würzen, den Deckel schließen und verriegeln. Das Programm Rice (Reis) (oder Pressure Cook, High) wählen und den Timer auf **6 Minuten** einstellen.
- Nach Ablauf des Garvorgangs Druck ablassen.
- Deckel öffnen und Salbei unterrühren. Das Programm Simmer (Köcheln) wählen und auf **4 Minuten** einstellen. Kontinuierlich rühren, bis der Reis weich ist und dick und sämig wird.
- Parmesan einrühren und nach Geschmack würzen. Sofort mit Petersilie bestreut servieren.

ES Risotto de calabaza moscada



10 min

X 4

3 tazas de calabaza moscada • 1 ½ tazas de arroz arbóreo • 1 cucharada de mantequilla • 2 cucharadas de aceite de oliva • 1 cebolla pequeña muy picada • ½ taza de vino blanco seco • 3 ¼ tazas de caldo de pollo o de verduras • 1 cucharadita de hojas de salvia seca • Sal kosher • Pimienta negra recién molida • 3 cucharadas de queso parmesano recién rallado • 2 cucharadas de perejil de hoja plana recién picado

- Pele y quite las semillas de la calabaza, y córtela en dados de 1 cm.
- Seleccione el programa Dorar. Caliente la mantequilla y el aceite en el bol de cocción, añada la calabaza y cocine durante **3 minutos**.
- Añada el arroz y remueva para mezclarlo con la calabaza. Añada el vino y remueva durante **1 minuto**. Añada el caldo, sazone ligeramente, cierre la tapa y bloquéela. Seleccione el programa Arroz (o el programa Cocinar a presión, Alta) - Temporizador: **6 minutos**.
- Cuando haya terminado la cocción, libere la presión.
- Abra la tapa y remueva con la salvia. Seleccione el programa Hervir a fuego lento y cocine durante **4 minutos**, removiendo constantemente hasta que el arroz se ablande y quede espeso y cremoso.
- Remueva con el queso parmesano y sazone al gusto. Sirva inmediatamente con el perejil por encima.

PT Risotto de abóbora butternut



10 min

X 4

3 canecas de abóbora butternut • 1 ½ caneca de arroz Arbório • 1 colher de sopa de manteiga • 2 colheres de sopa de azeite • 1 cebola pequena picada finamente • ½ caneca de vinho branco seco • 3 ¼ canecas de caldo de galinha ou de legumes • 1 colher de sobremesa de folhas de sálvia fresca • sal Kosher • pimenta fresca partida • 3 colheres de sopa de queijo parmesão ralado recentemente • 2 colheres de sopa de salsa de folha lisa cortada

- Descasque e retire as sementes da abóbora e corte-a em cubos de 1 cm.
- Seleccione o programa "Brown" (Dourar). Aqueça a manteiga e o azeite na panela de confeção e adicione a abóbora deixando cozer durante **3 minutos**.
- Adicione o arroz e mexa para misturar com a abóbora. Adicione o vinho e mexa durante **1 minuto**. Adicione o caldo, tempere ligeiramente, feche a tampa e trave-a. Seleccione o programa «Rice» (Arroz) (ou o programa "Pressure Cook" (Cozinhar à pressão), "High" (Alto)) - Temporizador: **6 minutos**.
- Quando estiver cozido, solte a pressão.
- Abra a tampa e adicione a sálvia. Seleccione a configuração do programa «Simmer» (Lume brando) para aproximadamente **4 minutos**, mexendo continuamente até o arroz estar tenro e se tornar espesso e cremoso.
- Misture o queijo parmesão e tempere a gosto. Sirva imediatamente com a salsa por cima.

FR Flocons d'avoine à l'ananas et à la menthe



5 minutes



X 4

2 verres de flocons d'avoine à cuisson rapide ou à l'ancienne • 2 verres ½ d'eau • 3 cuillères à soupe de sucre • ½ cuillère à café de cannelle • Une pincée de sel • ½ verre de lait • 1 verre d'ananas haché • 2 cuillères à soupe de feuilles de menthe fraîche

- Préparez tous les ingrédients. Mélangez les flocons d'avoine, le sucre, la cannelle, le sel et l'eau dans le bol de cuisson.
- Fermez le couvercle et la soupape de pression.
- Sélectionnez le programme Flocons d'avoine - Minuteur : **5 minutes**.
- Une fois la farine d'avoine cuite, relâchez la pression avant d'ouvrir le couvercle. Ouvrez le couvercle, ajoutez le lait et mélangez bien.
- Placez les flocons d'avoine dans 4 bols et garnissez-les d'ananas et de menthe.

EN Oatmeal with pineapple and mint



5 min



X 4

2 cups quick-cooking or old-fashioned rolled oats • 2 ½ cups of water • 3 tbsp sugar • ½ tsp cinnamon • Pinch of salt • ½ cup milk • 1 cup chopped pineapple • 2 tbsp fresh mint leaves

- Prepare all the ingredients. Combine rolled oats, sugar, cinnamon, salt and water in the cooking pot.
- Close the lid and the pressure valve.
- Select Oatmeal program - Timer: **5 minutes**.
- When the Oatmeal is done cooking, release the pressure before opening the lid. Open the lid, add the milk and stir well.
- Set the oatmeal in 4 bowls and top with the pineapple and mint.

NL Havermoutpap met ananas en munt



5 min



X 4

2 bekertjes snelkook-havermout of traditionele havermout • 2 ½ bekertjes water • 3 tl suiker • ½ tl kaneel • Snufje zout • ½ beker melk • 1 beker gehakte ananas • 2 el verse muntblaadjes

- Maak alle ingrediënten klaar. Meng de havermout, de suiker, het kaneel, het zout en het water in de binnenpan.
- Sluit het deksel en het drukventiel.
- Selecteer het programma Havermout - Timer: **5 minuten**.
- Wanneer de havermout is gekookt, geef eerst de druk vrij alvorens het deksel te openen. Open het deksel, doe de melk erbij en roer grondig door.
- Giet de havermout in 4 koppen en werk af met stukjes ananas en munt.

IT Zuppa d'avena con ananas e menta



5 min



X 4

2 tazze di fiocchi d'avena a cottura rapida o tradizionale • 2 ½ tazze di acqua • 3 CC di zucchero • ½ cc di cannella • Presa di sale • ½ tazza di latte • 1 tazza di ananas a pezzetti • 2 CC di foglie di menta fresche

- Preparare tutti gli ingredienti. Versare nella pentola di cottura i fiocchi d'avena, lo zucchero, la cannella, il sale e l'acqua.
- Chiudere il coperchio e la valvola della pressione.
- Selezionare la funzione Porridge - Tempo: **5 minuti**.
- Al termine della cottura, rilasciare la pressione prima di aprire il coperchio. Aprire il coperchio, aggiungere il latte e mescolare.
- Versare la zuppa in 4 ciotole e cospargerla di ananas e menta.

DE Haferbrei mit Ananas und Minze



5 min



X 4

2 Messbecher schnellkochende oder klassische Haferflocken • 2 ½ Messbecher Wasser • 3 EL Zucker • ½ TL Zimt • Prise Salz • ½ Messbecher Milch • 1 Messbecher klein geschnittene Ananas • 2 EL frische Minzblätter

- Alle Zutaten vorbereiten. Haferflocken, Zucker, Zimt, Salz und Wasser im Garbehälter mischen.
- Deckel und Druckventil schließen.
- Das Programm Oatmeal (Haferbrei) auswählen und Timer auf **5 Minuten** einstellen.
- Wenn der Haferbrei fertig ist, bitte vor dem Öffnen des Deckels den Druck ablassen. Deckel öffnen, Milch dazu gießen und gut umrühren.
- Haferbrei auf vier Schälchen verteilen, darauf die Ananas und Minze geben.

ES Avena con piña y menta



5 min



X 4

2 tazas de copos de avena rápidos de cocinar o tradicionales • 2 ½ tazas de agua • 3 cucharadas de azúcar • ½ cucharadita de canela • 1 pizca de sal • ½ taza de leche • 1 taza de piña cortada en trocitos muy pequeños • 2 cucharadas de hojas de menta fresca

- Prepare todos los ingredientes. Mezcle los copos de avena, el azúcar, la canela, la sal y el agua en el bol de cocción.
- Cierre la tapa y la válvula de presión.
- Seleccione el programa Avena - Temporizador: **5 minutos**.
- Cuando se haya terminado de cocinar la avena, libere la presión antes de abrir la tapa. Abra la tapa, añada la leche y remueva bien.
- Reparta la avena en 4 boles y eche por encima la piña y la menta.

PT

Papa de aveia com ananás e hortelã



5 min



X 4

2 canecas de flocos de aveia de confeção rápida ou tradicionais • 2 ½ canecas de água • 3 colheres de sopa de açúcar • ½ colher de sobremesa de canela • pitada de sal • ½ caneca de leite • 1 caneca de ananás cortado • 2 colheres de sopa de folhas de hortelã fresca

- Prepare todos os ingredientes. Misture os flocos de aveia, o açúcar, a canela, o sal e a água na panela de confeção.
- Feche a tampa e a válvula de pressão.
- Selecione o programa "Oatmeal" (aveia) - Temporizador: **5 minutos**.
- Quando a aveia estiver pronta, liberte a pressão antes de abrir a tampa. Abra a tampa, adicione o leite e misture bem.
- Coloque a aveia em 4 taças e ponha o ananás e a hortelã por cima.



FR Avoine concassée



• ½ verre d'avoine concassée • 2 verres d'eau • Une pincée de sel

- Mettez les ingrédients dans le bol de cuisson. Fermez le couvercle et la soupape de pression.
- Sélectionnez le programme Flocons d'avoine et réglez le minuteur : **15 minutes**.
- Une fois la farine d'avoine cuite, laissez refroidir l'avoine (sans relâcher la pression) pendant **10 minutes**.
- Après ce temps, ouvrez la soupape de pression et laissez la vapeur s'échapper. Ouvrez le couvercle, mélangez l'avoine et laissez reposer pendant **5 minutes** pour absorber l'eau.

Conseil : garnissez de lait, de fruits frais ou séchés, de noix ou de granola hachés et de votre édulcorant préféré - sucre brun ou blanc, sirop d'érable ou sirop d'agave.

EN Steel cuts oats



• ½ cup steel cut oats • 2 cups water • Pinch of salt

- Combine ingredients in the cooking pot. Close the lid and the pressure valve.
- Select Oatmeal program and increase to **15 minutes**.
- When the Oatmeal is done cooking, Let the oats cool down (without releasing the pressure) for **10 minutes**.
- After this time, open the pressure valve and release the steam. Open the lid, stir oats and stand for **5 minutes** to absorb the water.

Tip: top with milk, fresh or dried fruit, chopped nuts or granola, and your favorite sweetener - brown or white sugar, maple syrup, or agave syrup.

NL Havergrutten



• ½ beker havergrutten • 2 bekere water • Snufje zout

- Meng de ingrediënten in de binnenpan. Sluit het deksel en het drukventiel.
- Selecteer het programma Havermout en verhoog tot **15 minuten**.
- Wanneer de havermout is gekookt, laat de havermout afkoelen gedurende **10 minuten** (zonder de druk vrij te geven).
- Open vervolgens het drukventiel en geef de stoom vrij. Open het deksel, roer de havermout en laat **5 minuten** met rust om het water te absorberen.

Tip: werk af met melk, vers of gedroogd fruit, gehakte noten of granola en uw favoriete zoetstof - bruine of witte suiker, esdoornsiroop of agavesiroop.

IT Avena irlandese



20 min



X 4

• ½ tazza di avena irlandese • 2 tazze di acqua • Presa di sale

- Versare gli ingredienti nella pentola di cottura. Chiudere il coperchio e la valvola della pressione.
 - Avviare la funzione Porridge per **15 minuti**.
 - Al termine della cottura, lasciare che l'avena si raffreddi (senza rilasciare la pressione) per **10 minuti**.
 - Quindi aprire la valvola della pressione e rilasciare il vapore. Aprire il coperchio, mescolare l'avena e lasciare riposare per **5 minuti** affinché assorba l'acqua.
- Suggerimento:** servire con latte, frutta fresca o secca, noci tritate o muesli e il proprio dolcificante preferito (zucchero bianco o di canna, sciroppo d'acero o sciroppo d'agave).

DE Hafergrütze



20 min



X 4

• ½ Messbecher Haferschrot • 2 Messbecher Wasser • Prise Salz

- Zutaten im Schnellkochtopf vermischen. Deckel und Druckventil schließen.
- Das Programm Oatmeal (Haferbrei) auswählen und auf **15 Minuten** erhöhen.
- Wenn die Hafergrütze fertig ist, für **10 Minuten** abkühlen lassen (ohne den Druck abzulassen).
- Anschließend das Druckventil öffnen und den Dampf ablassen. Deckel öffnen, Haferschrot umrühren und für **5 Minuten** stehen lassen, damit der Hafer das Wasser absorbiert.

Tipp: Geben Sie Milch, frisches oder getrocknetes Obst, gehackte Nüsse oder Müsli und Ihr bevorzugtes Süßmittel - brauner oder weißer Zucker, Ahornsirup oder Agavensirup - auf die Grütze.

ES Avena cortada en acero



20 min



X 4

• ½ taza de avena cortada en acero • 2 tazas de agua • 1 pizca de sal

- Mezcle los ingredientes en el bol de cocción. Cierre la tapa y la válvula de presión.
- Seleccione el programa Avena y aumente el tiempo hasta **15 minutos**.
- Cuando se haya terminado de cocinar la avena, deje que se enfríe (sin liberar la presión) durante **10 minutos**.
- Una vez transcurrido este tiempo, abra la válvula de presión y libere el vapor. Abra la tapa, remueva la avena y cocine durante **5 minutos** para que absorba el agua.

Sugerencia: eche por encima leche, fruta seca o fresca, nueces picadas o cereales y su endulzante favorito (azúcar blanquilla o moreno, sirope de arce o de agave).

PT Papa de aveia grossa



20 min



X 4

½ caneca de aveia grossa • 2 canecas de água • pitada de sal

- Misture os ingredientes na panela de confeção. Feche a tampa e a válvula de pressão.
 - Selecione o programa “Oatmeal” (Aveia) e aumente para **15 minutos**.
 - Quando a aveia estiver cozida, deixe as papas de aveia arrefecer (sem libertar a pressão) durante **10 minutos**.
 - Após este tempo, abra a válvula de pressão e liberte o vapor. Abra a tampa, misture as papas de aveia e aguarde **5 minutos** para absorver a água.
- Dica:** junte leite, fruta fresca ou seca, nozes ou granola cortada e o seu adoçante favorito - açúcar amarelo ou branco, xarope de açúcar ou xarope de agave.

Guide de cuisson pour le riz ET LA FARINE D'AVOINE / PORRIDGE

	Poids	Recommandé Volume d'eau	Temps (minutes)
Riz blanc - Basmati	200 g (1 verre)	300 ml (1 verre ½)	9
	400 g (2 verres)	600 ml (3 verres)	9
	600 g (3 verres)	750 ml (4 verres ½)	9
Riz brun	300 g (2 verres)	500 ml (2 verres ½)	15
Farine d'avoine ou flocons d'avoine	250 g (1 verre)	400 ml (1 verre ½)	6
Avoine concassée	250 g (1 verre)	500 ml (2 verres)	6

Guide de cuisson pour les légumes FRAIS

	Méthode de cuisson	Préparation	Temps (minutes)
Pomme	Vapeur	Entier	6
Asperges	Vapeur		5
Aubergine	Vapeur	Tranches	6
Betterave	Immersion	Tranches	25 à 40
Brocolis	Vapeur	Bouquets	6
Chou (vert)	Vapeur ou immersion	Tranches ou feuilles	10 à 25
Carottes	Vapeur	Tranches	9
Chou-fleur	Vapeur	Bouquets	5
Céleri	Vapeur	Tranches	9
Pommes de terre	Immersion	Tranches	12

COOKING GUIDE FOR RICE AND OATMEAL/PORRIDGE

	Weight	Recommended quantity water	Time (minutes)
White rice - Basmati	200 g (1 cup)	300 ml (1 ½ cup)	9
	400 g (2 cups)	600 ml (3 cups)	9
	600 g (3 cups)	750 ml (4 ½ cups)	9
Brown rice	300 g (2 cups)	500 ml (2 ½ cups)	15
Oatmeal or rolled porridge oats	250 g (1 cup)	400 ml (1 ⅔ cup)	6
Steel Cut Oatmeal	250 g (1 cup)	500 ml (2 cups)	6

COOKING GUIDE FOR FRESH VEGETABLES

	Cooking method	Preparation	Time (minutes)
Apple	Steamed	Whole	6
Asparagus	Steamed		5
Eggplant (Aubergine)	Steamed	Slices	6
Beets (Beetroot)	Immersion	Slices	25 to 40
Broccoli	Steamed	Florets	6
Cabbage (green)	Steamed or Immersion	Slices or leaves	10 to 25
Carrots	Steamed	Slices	9
Cauliflower	Steamed	Florets	5
Celery	Steamed	Slices	9
Potatoes	Immersion	Slices	12

kookgids voor rijst EN HAVERMOUT(PAP)

	Gewicht	Aanbevolen hoeveelheid water	Tijd (minuten)
Witte rijst - Basmati	200 g (1 beker)	300 ml (1 ½ beker)	9
	400 g (2 bekens)	600 ml (3 bekens)	9
	600 g (3 bekens)	750 ml (4 ½ bekens)	9
Bruine rijst	300 g (2 bekens)	500 ml (2 ½ bekens)	15
Havermout(pap)	250 g (1 beker)	400 ml (1½ beker)	6
Havergrutten	250 g (1 beker)	500 ml (2 bekens)	6

kookgids voor VERSE groente

	Kookmethode	Bereiding	Tijd (minuten)
Appel	Gestoomd	Volledig	6
Asperges	Gestoomd		5
Aubergine	Gestoomd	Schijfjes	6
Biet (Beetwortel)	Onderdompeling	Schijfjes	25 tot 40
Broccoli	Gestoomd	Roosjes	6
Kool (groen)	Gestoomd of onderdompeling	Schijfjes of bladeren	10 tot 25
Wortelen	Gestoomd	Schijfjes	9
Bloemkool	Gestoomd	Roosjes	5
Selderij	Gestoomd	Schijfjes	9
Aardappelen	Onderdompeling	Schijfjes	12

Guida di cottura per riso e porridge

	Peso	Quantità di acqua raccomandata	Tempo (minuti)
Riso bianco - Basmati	200 g (1 tazza)	300 ml (1 ½ tazza)	9
	400 g (2 tazze)	600 ml (3 tazze)	9
	600 g (3 tazze)	750 ml (4 ½ tazze)	9
Riso integrale	300 g (2 tazze)	500 ml (2 ½ tazze)	15
Avena o fiocchi d'avena	250 g (1 tazza)	400 ml (1½ tazza)	6
Avena irlandese	250 g (1 tazza)	500 ml (2 tazze)	6

Guida di cottura per verdure fresche

	Modalità di cottura	Preparazione	Tempo (minuti)
Mela	Al vapore	Intera	6
Asparagi	Al vapore		5
Melanzana	Al vapore	Fette	6
Barbabietola	Immersione	Fette	Da 25 a 40
Broccoli	Al vapore	Infiorescenze	6
Cavolo (verde)	Al vapore o immersione	Fette o foglie	Da 10 a 25
Carote	Al vapore	Fette	9
Cavolfiore	Al vapore	Infiorescenze	5
Sedano	Al vapore	Fette	9
Patate	Immersione	Fette	12

Kochanleitung für Reis UND HAFERBREI/PORRIDGE

	Gewicht:	Empfohlen Wassermenge	Zeit (Minuten)
Weißer Reis - Basmati	200 g (1 Messbecher)	300 ml (1 ½ Messbecher)	9
	400 g (2 Messbecher)	600 ml (3 Messbecher)	9
	600 g (3 Messbecher)	750 ml (4 ½ Messbecher)	9
Brauner Reis	300 g (2 Messbecher)	500 ml (2 ½ Messbecher)	15
Hafermehl oder Haferflocken	250 g (1 Messbecher)	400 ml (1 ½ Messbecher)	6
Hafereschrot	250 g (1 Messbecher)	500 ml (2 Messbecher)	6

Kochanleitung für FRISCHES Gemüse

	Garmethode	Vorbereitung	Zeit (Minuten)
Apfel	Gedämpft	Im Ganzen	6
Spargel	Gedämpft		5
Aubergine	Gedämpft	Scheiben	6
Rote Bete	In Wasser kochend	Scheiben	25 bis 40
Broccoli	Gedämpft	Kleine Röschen	6
Kohl (grün)	Gedämpft oder in Wasser kochend	Scheiben oder Blätter	10 bis 25
Karotten	Gedämpft	Scheiben	9
Blumenkohl	Gedämpft	Kleine Röschen	5
Sellerie	Gedämpft	Scheiben	9
Kartoffeln	In Wasser kochend	Scheiben	12

GUÍA DE COCCIÓN PARA EL ARROZ

	Peso	Cantidad de agua recomendada	Tiempo (minutos)
Arroz blanco - Basmati	200 g (1 taza)	300 ml (1 ½ taza)	9
	400 g (2 tazas)	600 ml (3 tazas)	9
	600 g (3 tazas)	750 ml (4 ½ tazas)	9
Arroz integral	300 g (2 tazas)	500 ml (2 ½ tazas)	15
Avena	250 ml (1 taza)	400 ml (1 ⅔ taza)	6
Avena cortada en acero	250 ml (1 taza)	500 ml (2 tazas)	6

GUÍA DE COCCIÓN PARA LAS VERDURAS

	Método de cocción	Preparación	Tiempo (minutos)
Manzanas	Cocinar al vapor	Enteras	6
Espárragos	Cocinar al vapor		5
Berenjena	Cocinar al vapor	En rodajas	6
Remolacha	Cocer	En rodajas	25 a 40
Brócoli	Cocinar al vapor	Cogollos	6
Col (verde)	Cocinar al vapor o cocer	Rodajas u hojas	10 a 25
Zanahorias	Cocinar al vapor	En rodajas	9
Coliflor	Cocinar al vapor	Cogollos	5
Apio	Cocinar al vapor	En rodajas	9
Patatas	Cocer	En rodajas	12

GUIA DE CONFEÇÃO PARA O ARROZ

	Peso	Quantidade de água recomendada	Tempo (minutos)
Arroz branco - Basmati	200 g (1 caneca)	300 ml (1 ½ caneca)	9
	400 g (2 canecas)	600 ml (3 canecas)	9
	600 g (3 canecas)	750 ml (4 ½ canecas)	9
Arroz integral	300 g (2 canecas)	500 ml (2 ½ canecas)	15
Aveia	250 ml (1 caneca)	400 ml (1 ⅔ caneca)	6
Aveia grossa	250 ml (1 caneca)	500 ml (2 canecas)	6

GUIA DE CONFEÇÃO PARA FRUTAS E LEGUMES

	Método de cozedura	Preparação	Tempo (minutos)
Maçã	Vapor	Inteiros	6
Espargos	Vapor		5
Beringela	Vapor	Cortados	6
Beterraba	Imersão	Cortados	25 a 40
Brócolos	Vapor	Flores	6
Repolho (verde)	Vapor ou imersão	Fatias ou folhas	10 a 25
Cenouras	Vapor	Cortados	9
Couve-flor	Vapor	Flores	5
Aipo	Vapor	Cortados	9
Batatas	Imersão	Cortados	12



Tefal[®]
www.tefal.com