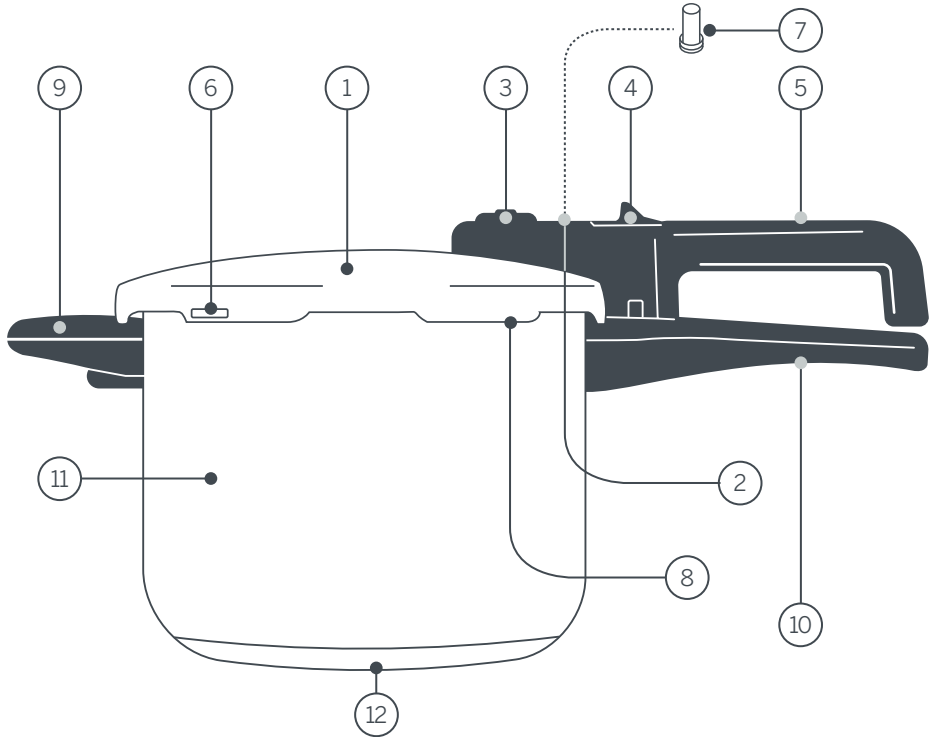


# Level

- ▣ Olla a presión super-rápida
- ▣ Super fast pressure cooker
- ▣ Autocuiseur ultra-rapide
- ▣ Panela de pressao super-rápida



**FAGOR**   
*Vuelve al hogar*



1. Tapa

2. Sensor de presión

3. Válvula de trabajo

4. Pulsador apertura-cierre automático

5. Mango tapa

6. Ventana de seguridad

7. Válvula de seguridad

8. Junta de silicona

9. Asa lateral

10. Mango cuerpo

11. Cuerpo

12. Fondo termodifusor

## Índice

Precauciones básicas de seguridad	4
Recomendaciones del fabricante	5
Introducción	6
Componentes y características	7
Sistemas de seguridad de la olla a presión	10
Cocinando con la olla a presión Fagor	11
Antes de utilizarla por primera vez	11
Cómo agregar alimentos y líquidos	11
Cómo cerrar la tapa y empezar a cocinar	12
Cómo eliminar la presión después de cocinar	13
Limpieza y cuidado	14
Limpieza de la válvula de trabajo	15
Tiempos de cocción	16
Vegetales	16
Frígoles y legumbres	17
Frutas	18
Granos	18
Mariscos y pescados	18
Carne de vacuno y ave	19

## Precauciones básicas de seguridad

Este es un producto certificado CE. La mayoría de los fabricantes de productos de menaje para uso doméstico recomienda la puesta en práctica de las siguientes medidas de seguridad.

Cuando se usen ollas a presión, siempre deben de cumplirse precauciones básicas de seguridad.

1. Lea todas las instrucciones.
2. No toque las superficies calientes. Utilice los mangos o asas.
3. Es necesaria una atenta vigilancia cuando se utiliza la olla a presión en presencia de niños.
4. No coloque la olla a presión en el interior de un horno caliente.
5. Se debe tener extrema precaución al mover una olla conteniendo líquidos calientes.
6. Nunca utilice la olla a presión para un uso diferente para el cual ha sido pensada.
7. Este producto cocina bajo presión. Su uso indebido puede originar quemaduras. Asegúrese de que la olla esté bien cerrada antes de hacerla funcionar bajo presión.
8. No llene la olla por encima de 2/3 de su capacidad total. Cuando cocine alimentos que se hinchan durante la cocción como el arroz y las legumbres, al llenar, no sobrepase la mitad de la capacidad. El sobrellenado puede causar riesgo de obstrucción en los conductos de salida de vapor y obtenerse exceso de presión.
9. Tenga en cuenta que ciertos alimentos, como la compota de manzana, los arándanos, la cebada perlada, la harina de avena u otros cereales, los guisantes partidos, fideos, macarrones, ruibarbo o espaguetis, pueden formar espuma y borbotear, y obstruir el sistema de control de presión (salida de vapor). Estos alimentos no deben ser cocinados en una olla a presión.
10. Antes de cada uso, compruebe siempre que las válvulas de evacuación de presión están libres de obstrucciones.
11. No intente abrir la olla hasta de que la presión interior haya disminuido completamente. Ante cualquier duda o dificultad, lea atentamente el apartado **“Como liberar la presión después de cocinar”** incluido en este manual.
12. No utilice esta olla para freír a presión con aceite.
13. Cuando se alcance la presión normal de funcionamiento reduzca la intensidad del calor a potencia media -baja. Reducirá el consumo de energía, evitará un consumo excesivo del líquido de cocción y la posibilidad de que los ingredientes se quemen.
14. **GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES.**

**ATENCIÓN: Nunca fuerce la apertura de la olla;** en ese momento, una mínima presión en el interior de la olla puede llegar a ser peligrosa.

## Recomendaciones del fabricante

**Para disfrutar al máximo de su nueva olla a presión Fagor, lea detenidamente estas recomendaciones antes de empezar a usarla, y sígalas con cuidado.**

1. Asegúrese de mantener fuera del alcance de los niños la olla a presión mientras se esté cocinando.
2. No utilice nunca la olla a presión con una junta de silicona (8) rota o desgastada. Revísela antes de cada uso, para asegurarse de que es flexible y no tiene ninguna fisura o desgarro. Si necesita reemplazarla, lea atentamente el apartado “**Limpieza y cuidado**” incluido en este manual.
3. Para reducir el riesgo de quemaduras y accidentes, los mangos de la olla deben estar situados de tal manera que no sobresalgan por el borde de la cocina ni de las superficies adyacentes.
4. Cuando cocine con la olla a presión de Fagor, asegúrese que la ventana de seguridad (6) esté orientada hacia la parte interior de la cocina, alejada de usted. Esto reducirá el riesgo de quemaduras en el caso que la olla tenga que evacuar presión a través de la ventana de seguridad.
5. Es muy importante no llenar la olla a más de dos tercios de su capacidad con comida y líquidos. Al cocinar granos u otros alimentos que se expanden durante la cocción, no llene la olla a más de la mitad de su capacidad. Se producirá un exceso de vapor si la olla está demasiado llena.
6. Antes de empezar a cocinar, asegúrese que la junta de silicona (8) esté en buenas condiciones y en posición correcta, así como de que la válvula de trabajo (3) y la válvula de seguridad (7) estén libres de restos de comida que puedan obstruirla. Consulte las instrucciones más detalladas en este manual.
7. Asegúrese que la olla esté bien cerrada antes de empezar a cocinar bajo presión. Los mangos deben estar alineados. En caso que la olla no esté bien cerrada, la olla no generará presión.
8. Tras eliminar la presión, al abrir la olla, separe la tapa (1) con cuidado para evitar que los posibles restos de vapor que puedan quedar en la olla se dirijan hacia usted.
9. Las ollas a presión no deben ser usadas para fines médicos, por ejemplo para esterilizar. Estas ollas no están diseñadas para alcanzar la temperatura necesaria para una esterilización completa.
10. No permita a nadie que no esté familiarizado con este manual de instrucciones utilizar la olla a presión.
11. No intervenga en ningún componente de seguridad de su olla a presión más allá de la limpieza y mantenimiento aconsejados en este manual.
12. Ante cualquier problema o avería en los sistemas de seguridad, póngase en contacto con un **servicio técnico autorizado** por la marca Fagor.
13. **ATENCIÓN: NO UTILICE LA OLLA A PRESIÓN EN UNA COCINA DE PROPANO AL AIRE LIBRE O EN UNA COCINA INDUSTRIAL. ESTA OLLA A PRESIÓN ESTÁ DISEÑADA EXCLUSIVAMENTE PARA USO DOMÉSTICO.**

## Introducción

El uso de la olla a presión aporta muchas ventajas respecto a los métodos de cocción tradicionales. Lo primero y más importante, cocina los alimentos en mucho menos tiempo, en la mayoría de los casos en un tercio del tiempo requerido habitualmente. Al reducirse el tiempo para cocinar los alimentos; estos tienden a preservar mejor las texturas, colores y sabores originales, así como las vitaminas y minerales, que habitualmente se evaporan o diluyen al cocinar con más agua y durante más tiempo.

Fabricadas en acero inoxidable 18/10 de alta calidad, las ollas a presión de Fagor están diseñadas pensando en su funcionalidad y seguridad, ya que cumplen con todas las normas de seguridad internacionales.

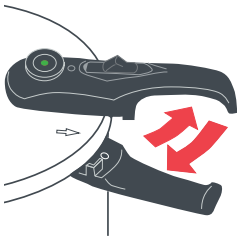
La válvula de trabajo (3) incorporada en su modelo de olla a presión Fagor, hace que determinar la presión correcta y el mantenimiento de la misma sea más fácil que nunca. Esta válvula indica cuándo disminuir o aumentar la intensidad de la cocina, para mantener el nivel de presión deseado. Sabemos que una vez haya utilizado una olla a presión Fagor, ésta se convertirá en la pieza de cocina más importante que haya tenido.

Antes de que empiece a cocinar, es importante que lea detenidamente este manual y que se asegure de comprender el funcionamiento, cuidado y mantenimiento de su olla a presión Fagor, para que pueda disfrutarla durante muchos años.

## Componentes y características

**Tapa (1).** Fabricada de acero inoxidable de alta calidad. Es necesario que la tapa (1) esté cerrada correctamente para que la olla alcance la presión de trabajo suficiente. Para colocar fácilmente la tapa (1), alinee la marca ↓ que está al lado izquierdo del mango tapa (5), con la marca • grabada en el mango cuerpo (10) de la olla. (Fig. 1)

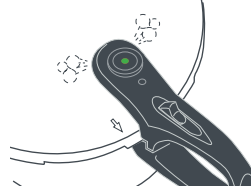
**ATENCIÓN: no forzar nunca el cierre o apertura de la olla.**



**Fig.1**

**Sensor de presión (2).** Permite visualizar la existencia de presión en el interior de la olla. A medida que se calienta el líquido de cocción se va generando presión en el interior de la olla y el sensor de presión (2) se levanta automáticamente. Mientras esto ocurre podrá observarse una salida de vapor lateral a través del mango superior (5) de la tapa (Fig. 2). Si el sensor de presión (2) está levantado, esto indica la existencia de presión. El pulsador apertura / cierre automático (4) queda bloqueado e impide la apertura de la tapa. Si la olla no está correctamente cerrada, el sensor de presión (2) no se elevará y la olla nunca tomará presión. Si la olla está correctamente cerrada y el sensor de pre-

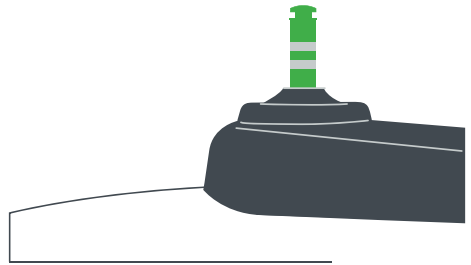
sión (2) no está levantado, eso indica que no existe presión dentro de la olla y podemos abrir la olla de forma segura.



**Fig.2**

**Válvula de trabajo (3).** Mantiene el nivel de presión estable en 90 kPa. A medida que se genera presión en el interior de la olla, empezará a asomar primero un anillo y después un segundo anillo (Fig. 3).

En ese momento la olla ha alcanzado la presión correcta de cocción, entonces, deberá reducir la intensidad de la fuente de calor a una potencia media - baja que permita mantener la presión estable mostrando siempre el segundo anillo. En caso de mantener la intensidad del calor al máximo, la presión seguirá aumentando y la válvula de trabajo (3) le avisará liberando abundante vapor. Si esto ocurriese, no se alarme y simplemente disminuya la intensidad de la fuente de calor.

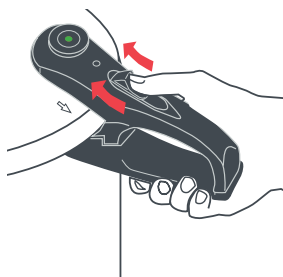


**Fig.3**

#### **Pulsador apertura / cierre automático (4).**

Para cerrar la olla; coloque la tapa (1) como se indica en el apartado anterior "Tapa (1)", gire el mango tapa (5) en el sentido de las agujas del reloj hasta escuchar un "clic", en ese momento el pulsador apertura / cierre automático (4) retrocederá y la tapa (1) estará correctamente cerrada.

Para abrir la olla; asegúrese que el indicador de presión (2) ha descendido, deslice el pulsador apertura / cierre automático (4) hacia delante, tal y como se indica en la (Fig. 4) y gire el mango tapa (5) en el sentido contrario a las agujas del reloj.



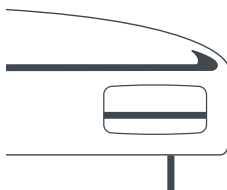
**Fig.4**

**ATENCIÓN: no forzar nunca el cierre o apertura de la olla**

**Mango tapa (5).** El mango tapa (5) de la olla está fabricado en baquelita ignífuga de máxima calidad. Alberga gran cantidad de sistemas de seguridad y controles de presión por lo que no es aconsejable que sea manipulado por el usuario. En caso de rotura o reposición de válvulas y demás sistemas de seguridad es necesario que contacte con un **servicio técnico autorizado por Fagor**.

**Ventana de seguridad (6).** Conjuntamente con la junta de silicona (8), forma parte

de los sistemas de seguridad que incorpora su olla Fagor. Si la válvula de trabajo (3) o la válvula de seguridad (7) están obstruidas debido a, por ejemplo, un llenado excesivo de la olla y se produce una sobrepresión en su interior, el vapor será liberado a través de la ventana de seguridad (6) ubicada en el borde de la tapa (1) (Fig. 5).



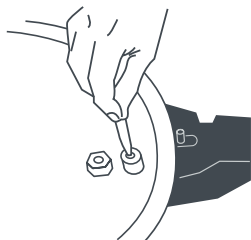
**Fig.5**

**ATENCIÓN:** El vapor liberado a través de la ventana de seguridad (6) estará muy caliente y puede causar lesiones graves. Ante la posibilidad que la ventana de seguridad (6) expulse la sobrepresión, debe colocar siempre dicha ventana en una posición tal que no apunte hacia usted o hacia cualquier objeto que pueda estropearse por el vapor o líquidos expulsados.

**Válvula de seguridad (7).** Está alojada en el interior del sensor de presión (2) aunque actúa independientemente. Ante un exceso de presión producido por la obstrucción de la válvula de trabajo (3), este sistema de seguridad entrará en acción liberando vapor para disminuir la sobrepresión interior de la olla. Si en algún momento la válvula de seguridad (7) actuase, retire con calma la olla de la fuente de calor y deje que descienda totalmente la presión. Compruebe la limpieza y funciona-



miento de la válvula de trabajo (3) (Fig. 6). Si el problema persiste, acuda a un **servicio técnico autorizado Fagor** para que procedan a revisar su olla.

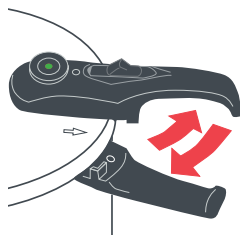


**Fig.6**

**Junta de silicona (8).** Fabricada en silicona alimentaria antibacteriana. Proporciona un sellado hermético al cierre de la olla y junto con la ventana de seguridad (6) forma parte de uno de los sistemas que hacen de su olla a presión una de las más seguras del mercado. Recomendamos la sustitución de la junta de silicona (8) cada 12 o 18 meses dependiendo de la frecuencia de uso y siempre asegurándose que es un repuesto original Fagor.

**Asa lateral (9).** El asa lateral (9) de la olla a presión está fabricada en baquelita ignífuga termoaislante. Proporciona mayor agarre y estabilidad en el momento de transportar la olla a presión.

**Mango cuerpo (10).** El mango cuerpo (10) de la olla está fabricado en baquelita ignífuga termoaislante. Facilita el agarre y transporte de la olla. Así mismo ajusta con el mango tapa asegurando el cierre de la olla cuando se gira la tapa en el sentido de las agujas del reloj.



**Fig.7**

**Cuerpo (11).** Está fabricado en acero inoxidable 18/10 de alta calidad y grueso calibre, disponible en diferentes volúmenes de capacidad para adaptarse a las necesidades de cada hogar.

**Fondo termodifusor (12).** Todas las ollas a presión súper rápidas de Fagor que están fabricadas en acero inoxidable 18/10 incorporan este fondo difusor térmico (12) de tres capas, acero inoxidable 18/10 interior, aluminio intermedio que favorece la rápida conducción del calor y lo distribuye de forma equitativa, y acero inoxidable magnético exterior que permite el uso de la olla en placas de inducción. Este dispositivo colabora enormemente en el ahorro de energía, evita deformaciones y mejora el rendimiento en cocina de nuestro menaje, a la vez que lo hace apto para todo tipo de fuentes de calor.

## Sistemas de seguridad de la olla a presión

**Pulsador apertura / cierre automático (4).** Este sistema de seguridad actúa en dos ocasiones, al cierre y a la apertura de la olla. Cuando la olla a presión esté correctamente cerrada, este sistema de seguridad bloqueará el cierre de la tapa de forma automática. Para abrir la olla será necesario deslizar el pulsador apertura / cierre automático (4) hacia delante, y como medida de seguridad, esta acción únicamente será posible hacerla si la olla no contiene presión alguna en su interior.

**Sensor de presión (2).** Cuando la olla a presión este sobre una fuente de calor y comience a tomar temperatura, este sistema de seguridad detecta la más mínima presión interior y bloquea automáticamente la apertura de la olla. Una vez retirada la olla de la fuente de calor, y aunque hayan transcurrido algunos minutos, si el sensor de presión (2) está levantado nos indica que la olla aún contiene presión en su interior. Nunca debemos de forzar la apertura de la olla a presión.

**Válvula de trabajo (3).** Es uno de los sistemas de seguridad principales de la olla a presión. Regula la presión interior de la olla manteniéndola estable en los rangos establecidos. Para ello es necesario que una vez veamos aparecer el segundo anillo, bajemos la intensidad del calor a potencia media - baja. Si por descuido, una vez que aparece el segundo anillo, seguimos manteniendo la intensidad del calor al máximo, la válvula de trabajo (3) liberará el excedente de vapor para regular la sobrepresión interior. Mantenga este sistema de seguridad limpio y revise su buen funcionamiento con cierta frecuencia (ver apartado "Limpieza de la válvula de trabajo").

**Válvula de seguridad (7).** Esta válvula de seguridad entra en funcionamiento cuando se produce una sobrepresión en el interior de la olla y por alguna circunstancia como suciedad o bloqueo por exceso de llenado, la válvula de trabajo (3) no ha actuado anteriormente. Si esta incidencia tiene lugar, no se alarme, retire la olla con calma de la fuente de calor y deje reposar hasta que el sensor de presión desciende y le permita abrir la olla. Compruebe que la válvula de trabajo está limpia, que funciona correctamente y no se ha superado el nivel de llenado máximo recomendado. Si el problema persiste, lleve la olla a un **servicio de asistencia técnico autorizado por Fagor**.

**Ventana de seguridad (6)** Asociada a la ventana de seguridad (6) se encuentra la junta de silicona (8), ambas forman parte de este sistema de seguridad definitivo que actúa cuando los anteriormente descritos están bloqueados u obstruidos. Una sobrepresión en el interior de la olla provocará que la junta de silicona (8) se dilate y asome por la ventana de seguridad liberando rápidamente el exceso de presión. Si en algún momento esto ocurriese, retire con precaución la olla de la fuente de calor y deje reposar hasta que el sensor de presión descienda. Lleve la olla a un **servicio de asistencia técnico autorizado por Fagor** para que realicen una revisión de todos los sistemas de seguridad.

## Cocinando con la olla a presión Fagor

**NOTA:** las ollas a presión Fagor tienen que utilizarse en cocinas domésticas. No están indicadas para uso en cocinas industriales.

### Antes de utilizarla por primera vez

Antes de utilizar la olla a presión por primera vez, retire los adhesivos que ésta pueda llevar, lave todas las partes y componentes con agua tibia y jabón neutro, usando una esponja o paño suave para eliminar los posibles restos de aceites, lubricantes y compuestos de fabricación. Llene la olla con agua 2/3 de su capacidad, cierre y colóquela sobre la fuente de calor. Deje trabajar durante 10 o 15 minutos a contar desde el momento que alcance la presión de trabajo. Transcurrido este tiempo, retírela de la fuente de calor y deje liberar completamente la presión antes de abrir. Deseche el líquido con precaución. Lave nuevamente la olla con agua fría y jabón neutro, aclare y seque con un paño.

### Como agregar alimentos y líquidos

**1** En su olla a presión Fagor usted puede realizar todos los pasos previos que una receta precise; sofreír, rehogar, dorar, saltear, etc. Estas elaboraciones se pueden hacer utilizando únicamente aceite u otra grasa y siempre con la tapa abierta. A la hora de cocinar a presión, siempre es necesario incorporar al menos una cantidad mínima de líquido para generar vapor. **EL ACEITE NO DEBE DE SER EL ÚNICO LÍQUIDO EN EL QUE SE COCINE.** Para cocciones cortas de 15 minutos o menos recomendamos añadir al menos 300 ml. Para cocciones prolongadas de más de 25 minutos la cantidad mínima recomendada es de 500 ml. **NUNCA COCINE CON MENOS AGUA.** Como líquido puede usar agua, caldo, vino o cualquier otro tipo de líquido para cocinar.

**ATENCIÓN:** Las ollas a presión NO son freidoras; no intente freír bajo presión.

**2** Nunca llene la olla por encima de 2/3 de su volumen total, esto hace referencia tanto para ingredientes sólidos como líquidos. Cuando cocine alimentos que pueden aumentar de tamaño y/o producir espuma durante la cocción, tales como arroz, legumbres o cereales, llene solo hasta la mitad.

**3** Para cocinar al vapor dentro de su olla a presión, recomendamos incorporar al menos entre 500 y 750 ml de líquido. A continuación introduzca **cestillo\*** y sobre éste disponga los ingredientes. Puede encontrar más información, recetas y consejos sobre la cocción al vapor visitando la página web de Fagor **[www.fagorcookware.com](http://www.fagorcookware.com)**.

\* No incluido en todos los modelos de olla a presión Fagor, es posible adquirirlo por separado.

## Cómo cerrar la tapa y empezar a cocinar

**1** Realice una comprobación rutinaria de los principales sistemas de seguridad para asegurarse que todos funcionan correctamente.

**El sensor de presión (2);** mirando por la parte inferior del mango superior (5) verá un tope, pulse suavemente con un objeto punzante, en ese momento el pulsador apertura / cierre automático (4) retrocederá. Compruebe que el sensor de presión (2) se mueve libremente.

**La válvula de seguridad (7);** incorporada en el sensor de presión (2) se encuentra la válvula de seguridad (7), pulse con un objeto punzante sobre ésta (Fig.8) y compruebe que el resorte no está bloqueado, notará una pequeña resistencia del muelle interior.

**La válvula de trabajo (3);** es el embolo rojo con anillas, sujete y tire de él hacia el exterior, notará una pequeña resistencia y verá salir los anillos indicadores de presión, al soltar, el embolo recuperará su posición inicial rápidamente (Fig.9).

**La junta de silicona (8);** extraiga y examine la junta de silicona (8) en busca de grietas o roturas, así mismo verifique que se encuentra completamente limpia. Reponga correctamente.

**2** Realizada la comprobación rutinaria, cierre la olla haciendo coincidir la marca ↓ que está al lado izquierdo del mango tapa (5), con la marca • grabada en el mango cuerpo (10) de la olla. (Fig. 1), gire el mango tapa (5) en el sentido de las agujas del reloj hasta escuchar un "clic", en ese momento el pulsador apertura / cierre automático (4) retrocederá y la tapa (1) estará correctamente cerrada.

**3** El modelo de olla a presión Fagor que usted ha adquirido es apto para todo tipo de cocinas; gas, eléctrica, cerámica e inducción. Disponga la olla a presión centrada sobre la fuente de calor. Si utiliza una cocina a gas o eléctrica, elija el quemador que más se ajuste al diámetro de su olla. En cocinas de gas, impida que las llamas suban por el cuerpo (11) de la olla o entren en contacto con las asas (9) y mangos (5 y 10). Además de ahorrar energía, evitará decoloraciones del acero inoxidable y daños en los herrajes.

**4** Como ya hemos explicado en apartados anteriores, usted puede realizar todos los pasos previos que considere necesarios antes de cerrar la olla, sofreír, rehogar, dorar, saltear, etc. A continuación, una vez incorporado el líquido de cocción y cerrada la olla, siga habitualmente los siguientes pasos:

**Eleve la intensidad de la fuente de calor a potencia máxima.**

**Al cabo de unos minutos subirá el sensor de presión (2),** indicando que la olla empieza a

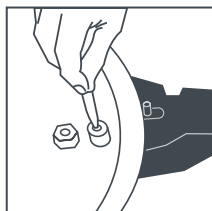


Fig.8

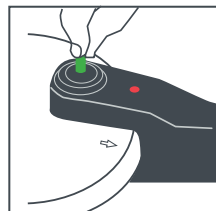


Fig.9

tomar presión. Continúe manteniendo la intensidad al máximo.

**Cuando aparezcan el segundo anillo en la válvula de trabajo (3)**, en ese momento la olla ha alcanzado la presión de trabajo. Descienda la intensidad de la fuente de calor a potencia media - baja, **en este momento comienza el tiempo de cocción**.

**5** Si en algún momento durante el cocinado, la válvula de trabajo (3) libera vapor de una forma intensa e imprevista, no se alarme. Disminuya aún más la intensidad del calor hasta mantener el nivel de presión de trabajo adecuado indicado por el segundo anillo de la válvula de trabajo (3).

**6** Si la presión disminuye ocultando el segundo anillo de la válvula de trabajo (3), suba la intensidad de la fuente de calor hasta que vuelva a su posición.

**7 Nunca debe sacudir** la olla a presión **mientras esté en proceso de cocción**. Esto provocará que la válvula de trabajo despidan vapor y consecuentemente disminuirá la presión.

**8** Cuando cocine elaboraciones espesas o con alto contenido de grasa (purés, cremas, legumbres), extreme la precaución al abrir la olla a presión. Siga el procedimiento indicado en el apartado "Apertura de la olla" para evitar que posibles burbujas de vapor le salpiquen al quitar la tapa y le puedan producir quemaduras. Jamás intente abrir la olla forzándola cuando aún tenga presión.

**ATENCIÓN:** No forzar nunca la apertura o cierre de la olla

## Cómo eliminar la presión después de cocinar

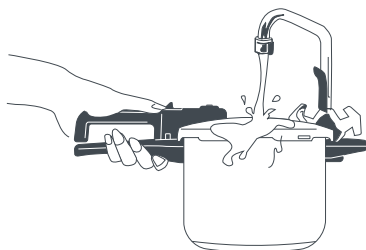
Dependiendo del ingrediente principal del plato en preparación, tendrá que determinar si la olla a presión se debe enfriar naturalmente o se debe usar un método de enfriado rápido. Puede elegir entre uno de estos dos métodos para liberar la presión:

### 1. Eliminar la presión de forma natural

Para utilizar este método, retire la olla a presión de la fuente de calor y deje reposar hasta que la presión disminuya naturalmente. Durante este proceso, la válvula de trabajo (3) empezará a bajar y los anillos blancos irán desapareciendo. Una vez que el sensor de presión (2) desciende, podemos proceder a abrir la olla con total seguridad (ver punto 3 de este apartado). Dependiendo del volumen de llenado de la olla, esto puede llevar entre 10 y 15 minutos.

## 2. Eliminar la presión enfriando la olla con agua fría

Este método se usa para disminuir la presión de la olla lo más rápido posible, como sucede cuando se cocina la mayoría de los vegetales y mariscos. Esto se logra llevando la olla a presión al fregadero y dejando correr agua fría del grifo sobre la tapa (1) hasta que desaparezca el vapor y descienda el sensor de presión (2). Entonces podrá proceder a la apertura de la olla de forma segura (ver punto 3 de este apartado). Cuando coloque la olla en el fregadero, inclínela para que el agua fría baje por los laterales de la olla, lejos del mango superior (5) y de los sistemas de seguridad (Fig. 10).

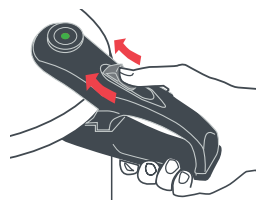


**Fig.10**

**NOTA:** Tenga mucho cuidado cuando mueva la olla a presión. No toque la superficie de acero inoxidable, utilice los mangos y asas, use protección si fuese necesario.

## 3. Apertura de la olla

Asegúrese que el sensor de presión (2) ha descendido, deslice el pulsador apertura / cierre automático (4) **hacia delante**, y gire el mango superior (5) en el sentido contrario a las agujas del reloj. Nunca abra la olla orientada hacia su cara, ya que puede haber vapor muy caliente en el interior. Para evitar el riesgo de quemaduras, deje que las gotas de agua condensada caigan de la tapa (1) a la olla.



## Limpieza y cuidado

**1. La olla a presión Fagor** que usted acaba de adquirir está fabricada de acero inoxidable 18/10 de alta calidad.

**2. Después de cada uso**, la olla a presión debe lavarse. El cuerpo (11) puede meterse en el lavaplatos, pero la tapa (1) debe lavarse con agua tibia y jabón neutro. Si lava la olla a mano, no utilice esponjas de metal o limpia-

dores abrasivos, ya que estos pueden rayar el acabado pulido espejo del exterior.

**3. Para eliminar manchas rebeldes** o alguna decoloración del interior, pruebe vertiendo una parte de vinagre disuelta en cuatro partes de agua en el interior de la olla. Sin tapar la olla, lleve la mezcla a ebullición y deje cocer durante unos minutos. A continuación lave siguiendo los consejos descritos en el punto anterior.

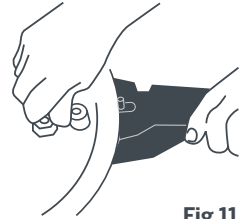
**4. Seque la olla limpia** siempre con un paño seco, limpio y suave después de haberla lavado, para que su olla mantenga la apariencia y brillo original durante el paso del tiempo.

**5. Para aumentar la vida útil de la junta de silicona (8)**, lave la tapa (1) con agua tibia y jabón suave para lavar vajillas, enjuáguela y séquela. Para asegurar la correcta estanqueidad de la olla, es conveniente cambiar la junta de silicona (8) cada 12-18 meses dependiendo de la frecuencia de uso. Igualmente se aconseja sustituir la arandela de silicona del sensor de presión (2) con la misma periodicidad.

**6. No guarde la olla con la tapa (1) puesta.** Sólo ponga la tapa (1) invertida sobre la olla a presión, así evitará la formación de malos olores en su interior y alargará la vida de la junta de silicona (8).

**8. Piezas de repuesto.** Utilice solamente piezas de repuesto originales. El uso de piezas no autorizadas puede provocar un mal funcionamiento de la unidad y anulará cualquier protección de garantía proporcionada por el fabricante.

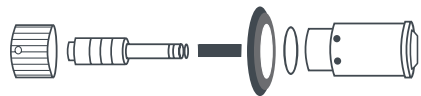
Una vez efectuada la limpieza, proceda a su montaje en la misma forma, colocando todos sus componentes (Fig. 12).



**Fig.11**

Cuando la olla se usa con frecuencia, recomendamos desmontar la válvula de trabajo (3) y proceder a su limpieza al menos una vez al mes.

Si Ud. prefiere no desmontar la válvula puede proceder a su limpieza colocando la olla cerrada con el fuego al máximo, y en su interior 4 partes de agua y una parte de vinagre. Una vez comience a salir vapor a través de la válvula, mantenga durante 5 minutos; lo que producirá la auto limpieza de la válvula de trabajo (3).



**Fig.12**

## Limpeza de la válvula indicadora de presión

Después de cada uso, revise la válvula de trabajo (3) para comprobar que no hay restos de ningún tipo.

Es conveniente limpiar el interior de la válvula de vez en cuando y especialmente si los alimentos cocinados producen espuma o son grasos. Para ello suelte la tuerca principal (Fig. 11) y extraiga todo el mecanismo.

## Tiempos de cocción

En esta sección encontrará los tiempos de cocción recomendados en función del ingrediente principal a cocinar. Los tiempos deben empezar a contarse desde el momento en el que la válvula de trabajo (3) muestra su segundo anillo y será también el instante de bajar la intensidad de la fuente de calor a potencia media - baja. Dichos tiempos son orientativos y podrán variar según la frescura y calidad de los alimentos, el tipo de corte, el agua utilizada y en definitiva habrá que adaptarlos al gusto particular de cada uno.

<b>Vegetales</b>	<b>Tiempo cocción aprox.</b>	<b>Nivel de llenado máx. Volumen de líquido mín.</b>
Acelgas hojas	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Acelgas pencas	04 - 06 min	Nivel ½ / 250 ml
Alcachofas entera	08 - 12 min	Nivel ½ / 250 ml
Apio	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Batata, boniato entera	06 - 08 min	Nivel ½ / 250 ml
Batata, boniato troceada	04 - 06 min	Nivel ½ / 250 ml
Berenjena troceada	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Brócoli en cuartos	00 - 01 min	Nivel ½ / 250 ml
Calabaza troceada	02 - 04 min	Nivel ½ / 250 ml
Calabacín troceado	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Cardo troceado	12 - 16 min	Nivel ½ / 300 ml
Cebolla	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Champiñones enteros	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Coles de Bruselas	02 - 04 min	Nivel ½ / 250 ml
Coliflor troceada	00 - 01 min	Nivel ½ / 250 ml
Espárragos blancos	02 - 04 min	Nivel ½ / 300 ml
Espárragos verdes	00 - 02 min	Nivel ½ / 300 ml
Mazorca de maíz	04 - 06 min	Nivel ½ / 300 ml
Guisantes	00 - 01 min	Nivel ½ / 250 ml



<b>Vegetales</b>	<b>Tiempo cocción aprox.</b>	<b>Nivel de llenado máx. Volumen de líquido mín.</b>
Habitas frescas	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Repollo troceado	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Judías verdes	02 - 04 min	Nivel ½ / 250 ml
Lombarda, col morada	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Patatas enteras	04 - 06 min	Nivel ½ / 250 ml
Patatas troceadas	02 - 04 min	Nivel ½ / 250 ml
Patatas laminadas	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Puerro entero	02 - 04 min	Nivel ½ / 250 ml
Remolacha entera	06 - 10 min	Nivel ½ / 250 ml
Remolacha troceada	02 - 04 min	Nivel ½ / 250 ml
Tirabeque	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
Tomate entero	04 - 06 min	Nivel ½ / 250 ml
Tomate troceado	02 - 04 min	Nivel ½ / 250 ml
Zanahoria entera	02 - 04 min	Nivel ½ / 250 ml
Zanahoria troceada	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml
<b>Fríjoles y legumbres</b>	<b>Tiempo cocción aprox.</b>	<b>Nivel de llenado máx. Volumen de líquido mín.</b>
Alubias blancas	16 - 20 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Alubias verdinas	16 - 20 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Alubias pintas	18 - 22 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Alubias fabes	14 - 18 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Habas	08 - 10 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Lentejas sin remojo	10 - 12 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Garbanzos	28 - 32 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Azuki	16 - 20 min	Nivel ½ / Hasta cubrir

<b>Frutas</b>	<b>Tiempo cocción aprox.</b>	<b>Nivel de llenado máx. Volumen de líquido mín.</b>
Albaricoques	00 - 02 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Melocotones	00 - 02 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Peras	02 - 04 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Manzanas	02 - 04 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Castañas	06 - 08 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Membrillo	08 - 10 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Flanes	06 - 08 min	Flanera / Hasta cubrir <sup>3</sup> / <sub>4</sub>
<b>Granos</b>	<b>Tiempo cocción aprox.</b>	<b>Nivel de llenado máx. Volumen de líquido mín.</b>
Arroz bomba	04 - 06 min	300 g / 550 ml
Arroz carnalorí	06 - 08 min	300 g / 675 ml
Arroz basmati	00 - 02 min	300 gr / 500 ml
Arroz integral	06 - 08 min	300 g / 800 ml
Arroz largo	04 - 06 min	300 g / 550 ml
Arroz jazmin	00 - 02 min	300 g / 500 ml
<b>Mariscos y pescados</b>	<b>Tiempo cocción aprox.</b>	<b>Nivel de llenado máx. Volumen de líquido mín.</b>
Calamares	06 - 08 min	Nivel ½ / 250 ml
Pulpo	08 - 10 min	Nivel ½ / 250 ml
Langosta, bogavante	04 - 06 min	Nivel ½ / 250 ml
Centollo, Buey de mar	04 - 06 min	Nivel ½ / 250 ml
Langostinos, gambas	04 - 06 min	Nivel ½ / 250 ml
Carabineros	00 - 01 min	Nivel ½ / 250 ml
Pescado en lomos < 200 gr	02 - 04 min	Nivel ½ / 250 ml
Pescado en porciones	00 - 02 min	Nivel ½ / 250 ml

<b>Carne de vacuno y ave</b>	<b>Tiempo cocción aprox.</b>	<b>Nivel de llenado máx. Volumen de líquido mín.</b>
Vaca o buey, carrilleras	24 - 28 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Vaca o buey, troceado	24 - 28 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Vaca o buey, rabo	32 - 36 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Vaca o buey, callos	34 - 38 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Ternera, estofado	28 - 32 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Ternera, lengua	22 - 26 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Ternera, redondo entero	20 - 24 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Ternera, roast beef	10 - 14 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Cerdo, carrilleras	18 - 20 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Cerdo, troceado	20 - 24 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Cerdo, solomillo	04 - 06 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Pollo entero	16 - 18 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Pollo troceado	08 - 10 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Gallina en cuartos	18 - 20 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Cordero estofado	14 - 16 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Cordero manitas	20 - 22 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Conejo troceado	10 - 12 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Faisán	12 - 14 min	Nivel ½ / Hasta cubrir

**FAGOR**   
*Vuelve al hogar*