

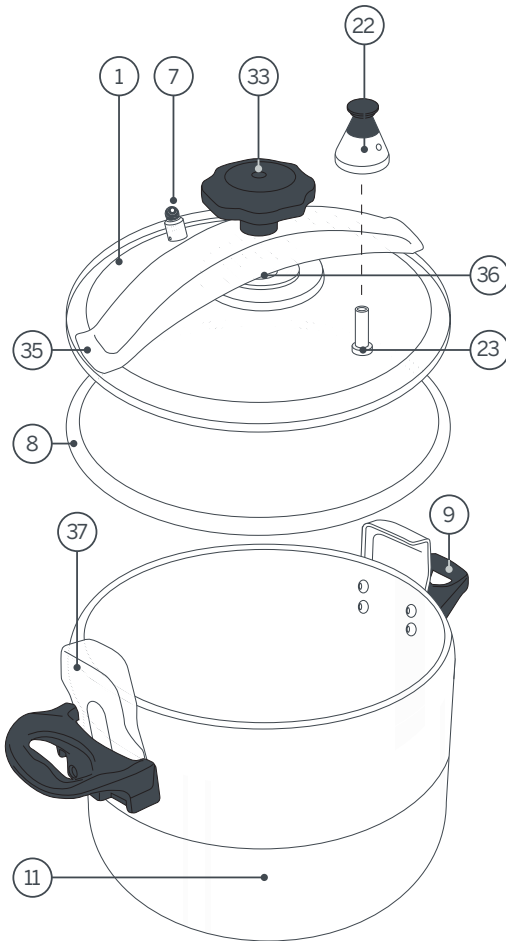
Chef Extremen

- ▣ Olla a presión rápida
- ▣ Fast pressure cooker
- ▣ Autocuiseur rapide
- ▣ Panela de pressao rápida



FAGOR 

Vuelve al hogar



- 1. Tapa
- 33. Pomo
- 22. Válvula giratoria
- 35. Ballesta
- 36. Conjunto cono + husillo
- 7. Válvula de seguridad
- 23. Chimenea
- 8. Junta de silicona
- 37. Orejones
- 9. Asas laterales
- 11. Cuerpo olla a presión

- 1. Lid
- 33. Knob
- 22. Working valve
- 35. Clamp bar
- 36. Knob safety bolt
- 7. Safety valve
- 23. Steam pipe
- 8. Silicone seal
- 37. Side clamps
- 9. Side handle
- 11. Body

- 1. Couvercle
- 33. Bouton de serrage
- 22. Soupape de fonctionnement
- 35. Étrier
- 36. Ensemble cône + vis
- 7. Soupape de sécurité
- 23. Conduit d'évacuation de vapeur
- 8. Joint en silicone
- 37. Oreillons
- 9. Poignées latérales.
- 11. Cuve de l'autocuiseur

- 1. Tampa
- 33. Botão de aperto
- 22. Válvula de trabalho
- 35. Travessão
- 36. Conjunto cone + parafuso central
- 7. Válvula de segurança
- 23. Ponto de exaustão
- 8. Junta de silicone
- 37. Garras
- 9. Asas laterais
- 11. Corpo da panela de pressão

Manual de uso

Precauciones básicas de seguridad	4
Recomendaciones del fabricante	5
Introducción	6
Componentes y dispositivos de seguridad	7
Cocinando con la olla a presión Fagor	8
Limpeza y cuidado	12
Instrucciones básicas para cocinar	13

Instruction manual

Basic safety precautions	16
Manufacturer's recommendations	17
Introduction	18
Safety components and devices	19
Cooking with a Fagor pressure cooker	20
Cleaning and care	24
Basic cooking instructions	25

Manuel d'utilisation

Précautions de sécurité élémentaires	28
Recommandations du fabricant	29
Introduction	30
Composants et dispositifs de sécurité	31
Cuisiner avec l'autocuiseur Fagor	32
Nettoyage et entretien	36
Conseils élémentaires pour cuisiner	37

Manual de instruções

Precauções básicas de segurança	40
Recomendações do fabricante	41
Introdução	42
Componentes e dispositivos de segurança	43
Cozinhar com a panela de pressão da Fagor	44
Limpeza e cuidado	48
Instruções básicas para cozinhar	49

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 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 a presión. Su uso indebido puede originar quemaduras. Asegúrese de que la olla esté bien cerrada antes de hacerla funcionar.
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 abra la olla a presión antes de que esta se haya enfriado y toda la presión haya bajado. Si hubiera dificultad en mover las asas, eso indica que en la olla aún hay a presión. Retire el regulador de presión y deje correr agua fría sobre la olla para enfriarla y reducir la presión interna. Cualquier presión en el interior de la olla puede ser peligrosa.
12. No utilice esta olla para freír a presión con aceite.
13. Cuando se alcance la presión normal de funcionamiento, reduzca la potencia del fuego, así evitará que se evapore todo el líquido que crea el vapor.
14. **GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES.**

Recomendaciones del fabricante

Para disfrutar al máximo de su nueva olla a presión Fagor, lea detenidamente estas recomendaciones antes de empezar a usarla, y sígala 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 cierre rota o desgastada. Revise la junta de cierre antes de cada uso, para asegurarse de que es flexible y no tiene ninguna fisura o desgarro. Si necesita reemplazarla, vaya a la sección de limpieza y cuidado de este manual.
3. Este producto cocina bajo presión; un uso incorrecto del mismo puede producir lesiones por quemaduras. Asegúrese de que la unidad esté bien cerrada antes de utilizarla.
4. Si utiliza una cocina de gas, ajuste la llama y coloque la olla a presión en el centro del quemador con el fin de evitar que la llama se extienda más allá de la base de la olla. De esta manera, ahorrará energía y prevendrá el deterioro de las asas laterales y la junta de silicona.
5. Antes de empezar a cocinar, asegúrese de que la junta de silicona esté en buenas condiciones y en su posición correcta, así como de que la válvula giratoria y la válvula de seguridad están libres de restos de comida que puedan obstruirlas. Consulte las instrucciones más detalladas en este manual.
6. Asegúrese de que la olla esté bien cerrada antes de empezar a cocinar. Mientras esté bajo presión, mueva la unidad con extrema precaución. No toque las superficies calientes. Utilice las asas. Si es necesario, utilice manoplas para horno.
7. Una vez que la presión de trabajo haya sido alcanzada, baje el fuego para evitar que todo el líquido generado en el interior se evapore. Esto evitará que la olla a presión siga funcionando en seco.
8. Tras eliminar la presión, levante la tapa de la olla inclinando la cara superior hacia usted, dejando que los restos de vapor que queden dentro de la olla escapen por la parte más alejada de 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. **ATENCIÓN: SOLO UTILICE RECAMBIOS ORIGINALES DE ACUERDO CON EL MODELO CORRESPONDIENTE. EL USO DE CUALQUIER RECAMBIO O PARTE NO ORIGINAL ES PELIGROSO, PUES FORMAN PARTE DEL SISTEMA DE SEGURIDAD DE LA OLLA. LOS RECAMBIOS NO ORIGINALES INHABILITAN LA GARANTÍA DEL FABRICANTE.**

Introducción

Gracias por comprar una olla a presión Fagor. Apreciamos la confianza que ha depositado en nuestra empresa, eligiendo una de nuestras ollas a presión. Estamos seguros de que esta olla a presión le brindará un excelente servicio durante años.

La olla a presión aporta muchas ventajas respecto a los métodos de cocción tradicionales. Lo primero y más importante, es que 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 conservar mejor el color y el sabor, 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 y grueso calibre, las ollas a presión de Fagor están diseñadas pensando en su funcionalidad y seguridad, ya que cumplen con todas las normas de seguridad internacionales.

Las ollas a presión de Fagor están fabricadas, en parte, con acero inoxidable, y el acabado final en brillo se consigue a través de procesos mecánicos. Además de estar fabricadas de una manera respetuosa con el medioambiente, las ollas a presión ahorran energía. Cocinar con una olla a presión le ahorrará hasta un 70% del tiempo de cocinado, en comparación con los métodos tradicionales. Al cocinar en menos tiempo se consume menos energía. Además al cocinar a alta temperatura y mayor velocidad, retiene mejor las vitaminas y minerales de los alimentos, haciendo sus comidas más saludables. La olla a presión de Fagor, será probablemente la pieza más eficiente en su cocina.

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 dispositivos de seguridad

La olla a presión Fagor ha sido diseñada con tres dispositivos de seguridad. Por favor, familiarícese con estos importantes sistemas de seguridad y la forma en que funcionan antes de utilizar la olla por primera vez:

Válvula giratoria (22). Una vez que la olla haya alcanzado la presión de trabajo, dicha válvula libera el vapor sobrante manteniendo constante la presión de trabajo en su interior. Le sugerimos que tenga precaución y se proteja las manos cuando opere con la válvula de trabajo, ésta podría estar caliente debido a la característica salida de vapor.

Válvula de seguridad (7). Si por alguna circunstancia la válvula de trabajo se obstruyese o no funcionase, y se produjera un aumento de presión en la olla, esta válvula de seguridad entraría en funcionamiento, dejando salir el vapor y equilibrando la presión. Si esto ocurre, deberá retirar la olla de la fuente de calor con calma, esperar a que la olla pierda la presión para abrirla y proceder a la limpieza de la válvula de trabajo con abundante agua, jabón neutro y una varilla fina.

Ballesta (35). En el caso de que los sistemas de seguridad anteriores hubiesen dejado de funcionar, la ballesta permitirá que la tapa de la olla se abra lo suficiente para liberar el exceso de presión dentro de la olla. En este caso, lleve la olla a un **Servicio Técnico Autorizado** para su revisión. No utilice la olla hasta que el problema haya sido subsanado.

Características adicionales

- 1** La olla a presión está fabricada en aluminio extrafuerte, se recomienda el uso en cocinas que utilicen el gas como fuente de calor. No son aptas para su funcionamiento en focos de inducción.
- 2** La olla libera vapor en su funcionamiento, por tanto, utilice la cantidad de agua adecuada durante la cocción. Con el aporte adecuado de calor, la olla a presión funciona por sí sola.
- 3** Cocinando con esta olla a presión, se preserva un mayor porcentaje de minerales (Mg, Fe, Ca, etc.) y vitaminas (A y C) que en la cocina tradicional.

Cocinando con la olla a presión Fagor

Antes de utilizarla por primera vez

Antes de usar la olla por primera vez, retire los adhesivos que ésta pueda llevar. Si quedan restos de adhesivo se podrán eliminar con un paño o papel empapado en alcohol.

Lave bien la pieza con jabón neutro y agua tibia, usando una esponja o paño suave para eliminar los posibles restos de aceites, lubricantes y compuestos de fabricación y pulido. Llene la olla con agua a 2/3 de su capacidad, cierre y colóquela sobre la fuente de calor. Deje trabajar durante 10 ó 15 minutos a contar desde el momento que alcance la presión de trabajo. Transcurrido este tiempo, retirela del fuego y deje liberar completamente la presión antes de abrir la olla. Deseche el líquido con precaución.

Lave de nuevo la pieza con agua tibia y jabón neutro. Enjuague bien con abundante agua tibia y seque inmediatamente con un paño suave para evitar manchas de cal.

Dependiendo de la dureza del agua o de los alimentos y condimentos utilizados para cocinar, es normal que la parte que quede cubierta por el líquido o en contacto con los alimentos adquiera una coloración más oscura. Esto no afectará a los alimentos ni al funcionamiento de su olla a presión Fagor.

Como agregar alimentos y líquidos

1 Nunca llene la olla más de dos tercios (2/3) de su capacidad, esto incluye los líquidos e ingredientes sólidos añadidos a la olla (Fig. 1). Como líquido puede usar: agua, caldo, vino o cualquier otro tipo de líquido para cocinar, excepto aceite. Puede utilizar aceite para dorar la carne o pochar la cebolla antes de añadir el agua, el resto de ingredientes y cerrar la olla. **EL ACEITE NO DEBE SER EL ÚNICO LÍQUIDO EN EL QUE SE COCINE.**

2 Cuando prepare alimentos que se expanden durante el proceso de cocción, como el arroz, cereales o alimentos deshidratados, no llene o sobrepase el nivel "1/2" del cuerpo de la olla (Fig. 2). Si excede los niveles de llenado de la olla, los dispositivos de seguridad podrían deteriorarse, aumentando el riesgo de sufrir quemaduras.

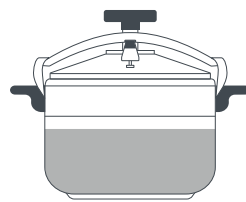


Fig.1

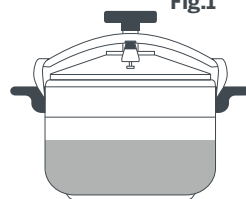
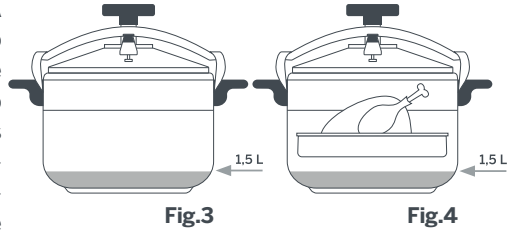


Fig.2

3 SIEMPRE AGREGUE LÍQUIDO A LA OLLA A PRESIÓN. Para cualquier tipo de cocción en la olla a presión, siempre se necesita añadir un mínimo de 1,5 L de líquido aproximadamente. De esta forma evitaremos que la olla se quede sin líquidos y que los ingredientes se quemen o se adhieran a la misma. Utilizar menos cantidad de líquido puede dañar o sobrecalentar la olla a presión (Fig. 3).



4 Cuando utilice su olla para cocinar al vapor, añada como mínimo 1,5 L de litro de caldo o agua. Coloque los ingredientes en un cestillo (venta por separado) (Fig. 4).

5 Tenga en cuenta que algunos alimentos como la cebada, las frutas y las pastas, producen espuma y, durante la cocción, podrían bloquear los sistemas de liberación de presión (válvulas giratoria y de seguridad), estos alimentos no deben cocinarse en una olla a presión.

6 Para prevenir daños en el aluminio es importante añadir la sal una vez que el contenido de la olla comience a hervir, esto ayudará a que se disuelva completamente. Una vez transcurrido el tiempo de cocción, evite que los alimentos permanezcan en la olla por mucho tiempo ya que los componentes ácidos de los alimentos y la sal pueden causar corrosión si están en contacto con el aluminio durante un periodo prolongado de tiempo.

ATENCIÓN: LAS OLLAS A PRESIÓN NO SON FREIDORAS; NO INTENTE FREÍR BAJO PRESIÓN.

Control de las válvulas

Las válvulas son dispositivos de seguridad. Antes de usar su olla compruebe siempre que las válvulas de seguridad no estén obstruidas ya que esto podría anular su función.

1. Chimenea (23). Retire la tapa y la válvula giratoria. Compruebe desde el interior de la tapa que la chimenea esté completamente limpia. De lo contrario, límpiela con una varilla fina (Fig. 5a).

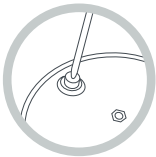


Fig.5a

2. Válvula de seguridad (7). Compruebe que la válvula de seguridad funcione correctamente presionando dicha válvula con una varilla fina desde la parte interna de la tapa (Fig. 5b). Para un correcto funcionamiento, debería deslizarse libremente de arriba abajo. En caso de estar bloqueada no use la olla, debe llevarla a un **Servicio Técnico Autorizado** para su revisión.



Fig.5b

Cómo cerrar la tapa y empezar a cocinar

1 Asegúrese de que la junta de silicona se halla perfectamente encajada en su lugar, dentro del anillo interior que bordea la tapa.

2 Con el pomo situado en su posición inferior (rotándolo en sentido contrario a las agujas del reloj) (Fig. 6) coloque la tapa sobre el cuerpo (Fig. 7) acoplando los extremos de la ballesta a cada orejón y asegúrese de que queda bien encajada deslizando los dedos alrededor de la misma.

3 Gire el pomo en el sentido de las agujas del reloj (Fig. 8). Proceda al cierre definitivo girando el pomo entre 1, 1/2 y 2 vueltas hasta que la ballesta se mantenga fija bajo los orejones y la tapa quede completamente cerrada.

4 Coloque la válvula giratoria sobre la chimenea (Fig. 9).

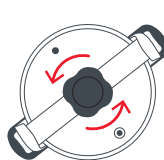


Fig.6

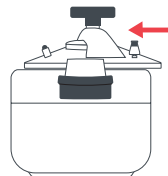


Fig.7

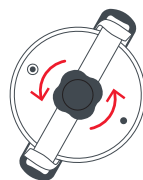


Fig.8

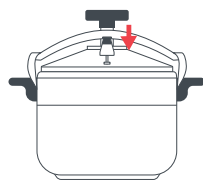


Fig.9

Cocina bajo presión

1. Coloque los ingredientes que vaya a utilizar dentro de la olla, ciérrela y coloque la válvula giratoria correctamente sobre la chimenea. A continuación, ponga la olla a presión sobre la fuente de calor al máximo de potencia.

2. Después de un tiempo, la presión acumulada en el interior de la olla comenzará a hacer girar la válvula giratoria y el vapor comenzará a ser expulsado. En ese momento deberá reducir la intensidad del calor, para poder así mantener una constante pero ligera liberación de vapor.

3. A partir de este momento deberán empezar a contarse los tiempos de cocción. (**Ver tabla orientativa de tiempos de cocción**).

4. Durante la cocción es **NORMAL** observar pequeñas cantidades de vapor saliendo de la válvula de seguridad.

5. Si utiliza una cocina de gas, ajuste la llama y coloque la olla a presión en el centro del quemador con el fin de evitar que la llama se extienda más allá de la base de la olla. De esta manera, ahorrará energía y prevendrá el deterioro de las asas laterales y de la junta de silicona.

Tenga en cuenta lo siguiente:

- Nunca deje una olla vacía sobre una fuente de calor.
- Si notase algún problema durante la cocción, retire la olla de la fuente de calor y déjela enfriar completamente.

- Para evitar daños en su olla a presión, cocine con al menos la cantidad mínima de agua o líquido recomendado. **NUNCA DEJE LA OLLA AL FUEGO SIN LIQUIDO.**
- **NUNCA TRATE DE ABRIR LA OLLA CON PRESIÓN EN SU INTERIOR.**
- **NUNCA UTILICE ESTA OLLA PARA FREÍR CON ACEITE BAJO PRESIÓN.**

Cómo eliminar la presión después de cocinar

Compruebe siempre la receta del plato en preparación, para 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 del quemador y deje que la presión disminuya naturalmente. Dependiendo de la cantidad de comida y de líquido, esto le puede llevar entre 10 y 15 minutos. Una vez que la olla se haya enfriado, retire la válvula giratoria para liberar la presión (Fig. 10). Si todavía queda algo de presión en el interior de la olla, esta será expulsada a través de la chimenea.

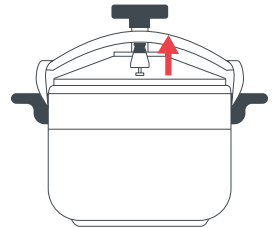


Fig.10

2. Eliminar la presión enfriando la olla con agua fría

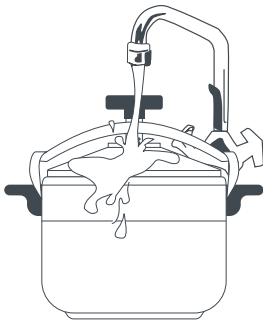


Fig.11

Con la olla en el fregadero, deje correr agua fría sobre la tapa (Fig. 11). Una vez haya bajado la presión, retire la válvula giratoria (Fig. 10) y espere a que el vapor se haya disipado completamente. Este método se utiliza cuando es necesario liberar la presión lo antes posible. Principalmente en la preparación de verduras, mariscos u otros alimentos delicados que se cocinan en exceso con facilidad.

Una vez que la presión ha sido liberada, abra la olla girando el pomo en sentido contrario a las agujas del reloj hasta que la ballesta quede en la posición más baja que pueda llegar (Fig. 6). Deslice la tapa horizontalmente hasta retirarla completamente. (Fig. 7). Abra la olla a presión con precaución. Mantenga la cara y el cuerpo a cierta distancia ya que aún puede quedar vapor caliente de la cocción dentro de la olla.

Una vez que la presión ha sido liberada completamente, mueva la olla suavemente antes de abrir la tapa, especialmente tras la cocción de arroces, purés, alimentos con alto contenido en grasa o salsas. Esto evitará que dichos alimentos le salpiquen cuando abra la tapa.

ATENCIÓN: NUNCA DEBE SUMERGIR LA OLLA A PRESIÓN EN AGUA, NO FUERCE LA TAPA DE LA OLLA A PRESIÓN PARA ABRIRLA.

Limpieza y cuidado

Para garantizar una larga vida de los productos de aluminio Fagor, recomendamos seguir estos sencillos consejos de limpieza y mantenimiento.

El menaje de aluminio NO es apto para el lavado en lavavajillas automáticos ni en lavavajillas industriales. Los detergentes aquí utilizados contienen productos químicos que dañan el aluminio, provocando decoloraciones y corrosiones irreversibles.

Deje atemperar sus ollas antes de cada lavado. Los cambios bruscos de temperatura pueden causar deformaciones y daños irreparables en la base, lo que provocará que el calor deje de distribuirse uniformemente.

Después de cada uso lave la pieza a mano con jabón neutro y agua tibia, usando una esponja o un paño suave. Aclare con abundante agua y seque la pieza inmediatamente para evitar la aparición de manchas de cal.

Para eliminar manchas difíciles o restos de comida, simplemente debe hervir agua y limón en una proporción de 4 a 1 durante 4 ó 5 min. Después lave de forma convencional. En caso de que los alimentos se adhieran o se quemen, no utilice rasquetas, utensilios punzantes o esponjas metálicas, pueden rallar el fondo.

Nunca utilice lejía ni productos que contengan cloro o sosa como, limpiadores de horno que puedan dañar el acabado de la superficie de aluminio.

Manipule y almacene cuidadosamente el menaje de aluminio. Tenga en cuenta que el aluminio no es tan resistente como el acero inoxidable y un exceso de peso o golpes fuertes pueden deformar la pieza. Al almacenar

las piezas, coloque las tapas hacia arriba para evitar la acumulación de olores en el interior.

Tapa. No lave la tapa de la olla o cualquiera de sus componentes en el lavavajillas. Limpie el orificio de la chimenea (23) con una varilla fina y la válvula de seguridad, presionándola con la misma varilla desde el interior de la tapa.

Cuerpo. Dependiendo de los alimentos y condimentos utilizados para cocinar, así como del contenido mineral del agua usada en la cocción, podrían aparecer manchas e incluso llegar a oscurecerse el fondo de la olla, esto no afectará a sus alimentos ni al funcionamiento de la olla a presión. Para su limpieza puede hervir en la olla durante 10 minutos una solución de agua y una cuarta parte de jugo de limón y luego proceder a la limpieza con un jabón neutro y un estropajo, aclarando con abundante agua. Nunca deje en el interior del cuerpo de la olla, salsa de tomate, agua salada ni ningún otro alimento, pues esto puede producir corrosión.

Junta de silicona. La junta está compuesta de una silicona de gran resistencia. Lávela con agua tibia y jabón cada vez que lave la tapa.

Pomo. Si usa la olla con frecuencia, le recomendamos que revise de vez en cuando el pomo de su olla por si la baquelita hubiese podido sufrir algún desgaste. Si observa alguna rotura o grieta será necesario sustituirlo.

ATENCIÓN: La junta de silicona se considera gastada cuando la olla empieza a perder vapor. La junta de silicona debe sustituirse aproximadamente cada 12-18 meses para asegurar el correcto funcionamiento de la olla a presión.

Instrucciones básicas para cocinar

En esta sección encontrará las instrucciones básicas para cocinar los alimentos que más comúnmente se preparan en ollas a presión. Esta olla alcanza una presión de 50 kPa.

Los tiempos deben empezar a contarse desde el momento en el que el vapor comience a salir por la válvula, momento en el que además reducimos la potencia o intensidad de calor.

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 podrán variar según el gusto de cada uno.

Vegetales	Tiempo cocción	Nivel de llenado máx Volumen de líquido
Acelgas, hojas	02 - 04 min	Nivel ½ / 1500 ml
Acelgas, pencas	06 - 10 min	Nivel ½ / 1500 ml
Alcachofas medianas	10 - 14 min	Nivel ½ / 1750 ml
Apio	04 - 06 min	Nivel ½ / 1500 ml
Brócoli en cuartos	03 - 05 min	Nivel ½ / 1500 ml
Calabaza troceada	06 - 10 min	Nivel ½ / 1500 ml
Calabacín troceado	06 - 08 min	Nivel ½ / 1500 ml
Cardo troceado	24 - 28 min	Nivel ½ / 1750 ml
Cebolla	06 - 08 min	Nivel ½ / 1500 ml
Coles de Bruselas	06 - 08 min	Nivel ½ / 1500 ml
Coliflor troceada	02 - 03 min	Nivel ½ / 1500 ml
Espárragos blancos	06 - 08 min	Nivel ½ / 1750 ml
Espárragos verdes	04 - 06 min	Nivel ½ / 1500 ml
Mazorca de maíz	06 - 08 min	Nivel ½ / 1500 ml
Guisantes	04 - 06 min	Nivel ½ / 1500 ml
Repollo	08 - 10 min	Nivel ½ / 1500 ml
Judías verdes, vainas	06 - 08 min	Nivel ½ / 1500 ml
Lombarda, col morada	08 - 10 min	Nivel ½ / 1500 ml
Patatas enteras	10 - 12 min	Nivel ½ / 1750 ml

Patatas troceadas	08 - 10 min	Nivel ½ / 1500 ml
Puerro entero	06 - 08 min	Nivel ½ / 1500 ml
Remolacha entera	10 - 12 min	Nivel ½ / 1750 ml
Tomate entero	08 - 10 min	Nivel ½ / 1500 ml

Legumbres	Tiempo cocción	Nivel de llenado máx Volumen de líquido
Alubias blancas	24 - 28 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Alubias verdinas	20 - 26 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Alubias pintas	20 - 26 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Alubias fabes	24 - 28 mins	Nivel ½ / Hasta cubrir
Habas	14 - 16 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Lentejas sin remojo	12 - 14 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Garbanzos	35 - 40 min	Nivel ½ / Hasta cubrir
Azuki	14 - 16 min	Nivel ½ / Hasta cubrir

Arroces (1 taza)	Tiempo cocción	Proporción peso Volumen
Arroz bomba	8 - 10 min	900 gr / 1650 ml
Arroz carnalorí	8 - 10 min	900 gr / 1650 ml
Arroz basmati	7 - 9 min	900 gr / 1500 ml
Arroz integral	16 - 20 min	900 gr / 2400 ml
Risotto	8 - 10 min	900 gr / 2 025 ml
Arroz sushi	8 - 10 min	900 gr / 1200 ml

Frutas y postres	Tiempo cocción	Nivel de llenado máx Volumen de líquido
Albaricoques	6 - 8 min	Nivel ½ / 1500 ml
Melocotones	6 - 8 min	Nivel ½ / 1500 ml
Peras	10 - 12 min	Nivel ½ / 1500 ml
Manzanas	10 - 12 min	Nivel ½ / 1500 ml
Castañas	10 - 12 min	Nivel ½ / 1750 ml
Membrillo	14 - 16 min	Nivel ½ / 1750 ml
Flanes	10 - 12 min	Flanera / Hasta cubrir ¾

Carnes	Tiempo cocción	Nivel de llenado máx Volumen de líquido
Vaca o buey, asado	35 - 40 min	Nivel máx. / Hasta cubrir $\frac{3}{4}$
Vaca o buey, carrilleras	32 - 36 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Vaca o buey, troceado	30 - 34 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Vaca o buey, rabo	45 - 50 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Vaca o buey, callos	45 - 50 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / Hasta cubrir
Ternera, estofado	20 - 24 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Ternera, zancarrón troceado	44 - 48 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Ternera, redondo entero	24 - 28 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / Hasta cubrir $\frac{3}{4}$
Cerdo, troceado	26 - 30 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Cerdo, solomillo	08 - 10 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Cordero, manitas	30 - 34 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / Hasta cubrir
Pollo entero	18 - 22 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / Hasta cubrir $\frac{3}{4}$
Pollo troceado	12 - 16 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Gallina en cuartos	28 - 32 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Cordero estofado	24 - 28 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Conejo troceado	14 - 16 min	Nivel máx. / Hasta cubrir
Mariscos y pescados	Tiempo cocción	Nivel de llenado máx Volumen de líquido
Calamares	12 - 16 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Pulpo	12 - 16 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Langosta, bogavante	8 - 10 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Centollo, buey de mar	8 - 10 min	Nivel máx / 1500 ml
Langostinos, gambas	2 - 3 min	Nivel máx / 1300 ml
Carabineros	2 - 3 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / 1300 ml
Pescado en lomos < 200 gr	6 - 8 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Pescado en porciones	4 - 6 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / 1300 ml
Pescado en filetes	2 - 4 min	Nivel $\frac{1}{2}$ / 1300 ml

Basic safety precautions

This is an EC certified product. Most kitchenware manufacturers recommend applying the following safety measures for domestic use.

Basic safety precautions must always be followed when using pressure cookers.

1. Read all the instructions.
2. Don't touch hot surfaces. Use the handles.
3. Pay special attention when using the pressure cooker in front of children.
4. Don't place the pressure cooker in a hot oven.
5. Take extreme precaution when moving a pressure cooker containing hot liquid.
6. Never use a pressure cooker for any purpose other than that designed.
7. This product uses pressure to cook. Incorrect use may cause burns. Make sure the cooker is securely closed before operating it.
8. Don't fill the cooker more than 2/3 its total capacity. When cooking food which swells during cooking like rice and pulse vegetables, do not pass half the capacity when filling. Overfilling may cause obstruction of the steam exit ducts causing excess pressure.
9. Bear in mind some foods like: apple purée, blueberries, pearl barley, oat flour or other cereals, split peas, noodles, macaroni, rhubarb or spaghetti may form froth, bubbles and obstruct the pressure control system (steam outlet). These foods must not be cooked in a pressure cooker.
10. Prior to each use, always check the pressure evacuation valves are free from obstructions.
11. Do not open the pressure cooker until it has cooled down and all the pressure has been released. If the handles are difficult to move, this means that the cooker still has pressure inside it. Remove the pressure regulator and run cold water over the cooker to cool it and reduce the internal pressure. Any pressure that remains in the cooker may be dangerous.
12. Don't use the cooker to fry with oil under pressure.
13. On achieving normal operating pressure, reduce the heat, thereby preventing all the steam creating liquid from evaporating.
14. **KEEP THESE INSTRUCTIONS.**

Manufacturer's recommendations

To get the best use out of your new Fagor pressure cooker, read and follow these recommendations carefully before you use it.

1. Make sure you keep children away from the pressure cooker while it is cooking.
2. Never use the pressure cooker if the gasket is broken or worn. Check the gasket before each use, to ensure it is flexible and has no fissures or tears. If it needs to be replaced, consult the cleaning and care section of this manual.
3. This product cooks at high pressure; incorrect use could cause injury due to burns. Make sure the unit is tightly closed before using it.
4. If you are using a gas cooker, adjust the flame and place the pressure cooker in the centre of the burner to prevent the flame from extending beyond the base of the cooker. This will save energy and prevent damage to the handles on the sides and the silicone rubber gasket.
5. Before starting to cook, make sure that the silicone rubber gasket is in good condition and in the correct position, and that the rotary pressure valve and safety valve have no traces of food that could block them. Consult the more detailed instructions set out in this manual.
6. Ensure that the pressure cooker is properly closed before starting to cook. Move the unit with extreme care while it has pressure inside it. Do not touch the hot surfaces. Use the handles. If necessary, use a pot holder.
7. Once the operating pressure has been reached, lower the flame to prevent all the liquid generated inside it from evaporating. This will stop the pressure cooker from boiling dry.
8. After releasing the pressure, lift the lid, inclining the upper part towards you, and let out all traces of steam that may be left inside the cooker through the part that is farthest away from you.
9. Pressure cookers should not be used for medical purposes, for example, sterilisation. These cookers are not designed to reach the temperature that is required for complete sterilisation.
10. Do not allow anyone who is not familiar with this instruction manual to use the pressure cooker.
11. **WARNING: USE ONLY ORIGINAL SPARE PARTS, DEPENDING ON THE RESPECTIVE MODEL. IT IS DANGEROUS TO USE SPARE PARTS THAT ARE NOT ORIGINALS, AS THEY FORM PART OF THE COOKER'S SAFETY SYSTEM. THE USE OF NON-ORIGINAL SPARE PARTS INVALIDATES THE MANUFACTURER'S WARRANTY.**

Introduction

Thank you for purchasing this Fagor pressure cooker. We appreciate the trust you have placed in our company by selecting one of our pressure cookers. We are sure that this pressure cooker will give you excellent service for many years.

Pressure cookers offer many advantages over traditional cooking methods. The first, and most important, is that they cook the food in a much shorter time, in most cases, in one-third of the time that is normally required. As the time required to cook the food is shorter, it usually has a better colour and taste, as well as retaining all the vitamins and minerals that are normally evaporated or diluted when cooking with more water and for a longer time. Fagor's pressure cookers are made from high quality aluminium and designed to provide serviceability and safety, as they comply with all the international safety regulations.

Cooking with a pressure cooker saves up to 70% of cooking time compared to traditional methods. As the cooking takes place in less time, less energy is used. In addition to cooking at high temperatures and greater speeds, the vitamins and minerals of the food are retained, which makes for healthier meals. This Fagor pressure cooker will most likely be the most efficient element in your kitchen.

Before starting to cook, it is important that you read this manual carefully and make sure you understand how to use, care for and maintain your Fagor pressure cooker, in order to be able to continue to use it for many more years.

Safety components and devices

The Fagor pressure cooker is designed with three safety devices. Please familiarise yourself with these important safety systems and the way in which they work before using the pressure cooker for the first time:

Rotating valve (22). When the cooker has reached the operating pressure, the valve will release the excess steam, maintaining the operating pressure inside it constant. We recommend you take care to protect your hands when touching the valve, as it could become hot when the steam is released.

Safety valve (7). If, for any reason, the valve becomes blocked or does not work and the pressure inside the cooker increases, the safety valve will start to operate, letting out the steam and balancing the pressure. If this occurs, remove the cooker from the heat, wait until the pressure inside the cooker has dropped, open it and clean the operating valve with a neutral soap and water using a thin rod.

Clamp bar (35). If the above safety systems do not work, the clamp bar will allow the cooker lid to be opened wide enough to release the excess pressure in the cooker. In this case, take the cooker to an **Authorised Technical Service** to have it inspected. Do not use the cooker until the problem has been solved.

Additional features

- 1** The pressure cooker is made from extra strong aluminium, and its use is recommended for gas cookers. It is not recommended to use it on induction hobs.
- 2** The cooker releases steam during cooking, and so you should use the appropriate quantity of water during cooking. The pressure cooker will operate on its own with the correct amount of heat.
- 3** Cooking with this pressure cooker means that a higher percentage of minerals (Mg, Fe, Ca, etc.) and vitamins (A y C) are retained than in traditional cooking.

Cooking with the Fagor pressure cooker

Before using it for the first time

Before using the cooker for the first time, remove any stickers that might be present on its surface. Traces of adhesive can be removed with a cloth or paper towel soaked in alcohol.

Wash the cooker well with a neutral soap and lukewarm water using a sponge or a soft cloth to eliminate all traces of oil, grease, manufacturing and polishing residue. Fill the cooker with water up to 2/3 of its capacity, close it and place it on the heat source. Leave on the heat for 10 to 15 minutes from the time it reaches the operating pressure. Then remove it from the heat and release all the steam before opening the cooker. Carefully dispose of the liquid.

Wash the cooker again with a neutral soap and lukewarm water. Rinse it thoroughly with warm water and dry immediately with a soft cloth to prevent limescale stains from forming.

Depending on the water hardness or the food and seasoning used for cooking, it is normal for the part covered by the liquid or in contact with food to turn a darker colour. This will not affect the food or the operation of your Fagor pressure cooker.

How to add food and liquids

1 Never fill the cooker more than two-thirds (2/3) of its volume; this includes liquids and solid ingredients added to the cooker (Fig. 1). The following liquids may be used: water, stock, wine or any other liquid used for cooking, except oil. Oil may be used to brown meat or poach onion before adding water, other ingredients and closing the cooker. **DO NOT USE OIL AS THE ONLY LIQUID FOR COOKING.**

2 When preparing foods that expand during cooking, such as rice, grains or dehydrated food, do not fill or exceed the "1/2" level of the cooker body (Fig. 2). If you exceed the cooker filling levels, the safety devices may be damaged, increasing the risk of suffering burns.

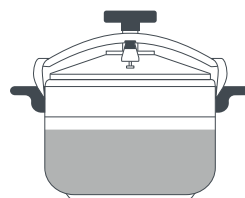


Fig.1

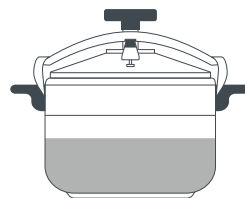
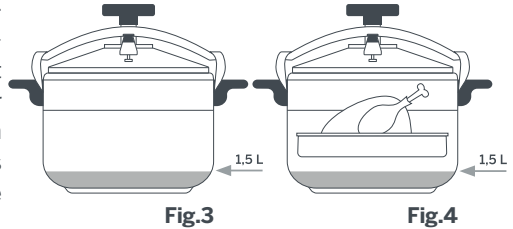


Fig.2

3 ALWAYS ADD LIQUID TO THE PRESSURE COOKER. For any cooking operation with the pressure cooker, always add at least 1.5 L of liquid. This will prevent the cooker from boiling dry and the ingredients from burning or sticking to the cooker. Using less water could damage or overheat the pressure cooker (Fig. 3).



4 When using the cooker to steam food, add at least 1.5 L of stock or water. Place the ingredients in a basket (sold separately) (Fig. 4).

5 Bear in mind that some foods, such as barley, fruit and pasta, produce foam and during the cooking, they could block the pressure release systems (rotary and safety valve). These foods must not be cooked in a pressure cooker.

6 To prevent damage to the aluminium, it is important to add salt when the content of the cooker starts to boil. This will help it dissolve completely. Once the cooking time is up, do not leave the food in the cooker for very long, as the acid components of the food and the salt could cause corrosion if they remain in contact with the aluminium for very long.

| **WARNING: PRESSURE COOKERS ARE NOT FRYERS; DO NOT ATTEMPT TO FRY UNDER PRESSURE.**

Valve control

The valves are safety devices. Before using the cooker, always check that the safety valves are not blocked as this could impair their function.

1. Vent (23). Remove the lid and the rotary valve. Check insides the lid that the vent is completely clean. Otherwise, clean it with a thin rod (Fig. 5a).

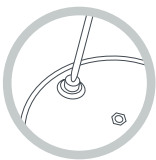


Fig.5a

2. Safety value (7). Check that the safety valve functions correctly by pressing the valve with a thin rod from the interior part of the lid (Fig. 5b). It should slide from top to bottom if it functions correctly. If it is blocked, do not use the cooker. Take it to an **Authorised Technical Service** for inspection.



Fig.5b

1 Make sure that the silicone rubber sealing ring fits perfectly inside the inner ring around the lid.

2 With the knob in the lower position (rotating in an anti-clockwise direction) (Fig. 6), place the lid on the body (Fig. 7), coupling the ends of the clamp bar to each lug and make sure that it is properly inserted by sliding your fingers around it.

3 Turn the knob clockwise (Fig. 8). Close it firmly by turning the knob between 1, 1/2 and 2 turns until the clamp bar is fixed below the lugs and the lid is completely closed.

4 Place the rotary valve on the vent (Fig. 9).

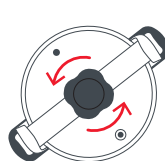


Fig.6

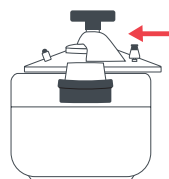


Fig.7

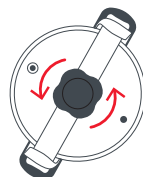


Fig.8

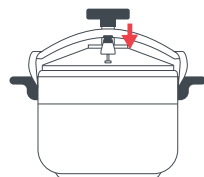


Fig.9

Pressure cooking

1. Place the ingredients you are going to use inside the cooker, close it and place the rotary valve correctly on the vent. Then place the pressure cooker on the heat source at maximum power.
2. After a certain time, the pressure that builds up inside the cooker will make the rotary valve turn and steam will start to come out. When this occurs, lower the heat in order to maintain a constant but gentle release of steam.
3. Then start calculating the cooking time. (See chart with approximate cooking times).
4. During the cooking operation, it is NORMAL to see small quantities of steam escaping from the safety valve.
5. If you are using a gas cooker, adjust the flame and place the pressure cooker in the centre of the burner to prevent the flame from extending beyond the base of the cooker. This will save energy and prevent damage to the handles on the sides and the silicone rubber sealing ring.

Remember:

- Never leave an empty cooker on a heat source.
- If you detect a problem while cooking, remove the cooker from the heat source and let it cool down completely.
- To prevent damage to the cooker, add the minimum recommended quantity of water or liquid. **NEVER LEAVE THE COOKER ON THE HEAT SOURCE WITHOUT ANY LIQUID.**

- DO NOT TRY TO OPEN THE COOKER WHEN THERE IS PRESSURE INSIDE IT.
- DO NOT USE THE COOKER TO DEEP FRY WITH OIL.

How to release the pressure after cooking

Always check the recipe you are preparing, to determine whether the pressure cooker must be left to cool down on its own or whether a fast cooling method must be used. You can use either of these two methods to release the pressure:

1. Allow the pressure to be released naturally

To do this, remove the cooker from the heat and allow the pressure inside it to drop slowly. Depending on the quantity of food and liquid, this may take between 10 and 15 minutes. When the cooker has cooled down, remove the rotary valve to release the pressure (Fig. 10). If there is still any pressure left inside the cooker, it will be expelled through the vent.

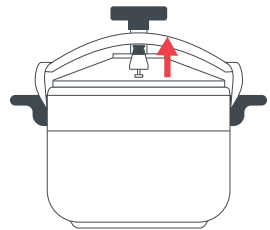
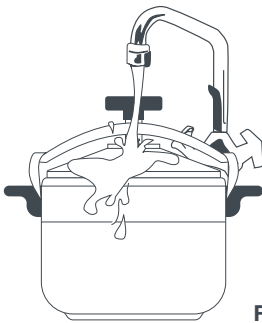


Fig.10

2. Release the pressure by cooling the cooker with cold water



Put the cooker in the sink and run cold water over the lid (Fig. 11). Once the pressure has dropped, remove the rotary valve (Fig. 10) and wait for the steam to dissipate completely. This method is used when it is necessary to release the pressure as quickly as possible. It is mainly used when preparing vegetables, seafood or other delicate foods that could easily be overcooked.

Once the pressure has been released, open the cooker by turning the knob in an anticlockwise direction until the clamp bar is in the lowest possible position (Fig. 6). Slide the lid horizontally to remove it completely. (Fig. 7). Open the cooker carefully, keeping your face and body at a certain distance, as hot steam from the cooking process may still be present in the cooker.

Fig.11

When the pressure has been released completely, shake the cooker gently before removing the lid, especially after cooking rice, purées and foods that contain grease or sauce. This will prevent those foods from splashing you when you open the lid.

| WARNING: NEVER FORCE THE LID OPEN

Cleaning and care

To guarantee the long life of Fagor aluminium products, we recommend following these simple cleaning and maintenance tips.

Aluminium kitchenware MUST NOT be washed in an automatic or an industrial dishwasher. The detergents used in the above machines contain chemicals that damage aluminium, causing irreversible discoloration and corrosion.

The cookers must be left to cool down before each wash. Sudden changes in temperature could cause deformations and irreparable damage to the base, making it impossible for the heat to be evenly distributed.

After each use, wash the element by hand with a neutral soap and lukewarm water, using a sponge or a soft cloth. Rinse it with abundant water and dry it immediately to prevent the formation of limescale stains.

To remove difficult stains or traces of food, boil 4 parts water and 1 part lemon juice for 4 or 5 minutes. Then wash in the normal way. In the case of adhered or burnt food, do not use scrapers, sharp implements or metal sponges, as they could scratch the base.

Do not use bleach or any other product that contains chlorine or caustic soda such as oven cleaners, which could damage the aluminium surface finish.

Aluminium kitchenware must be handled and stored with care. Bear in mind that aluminium is not as resistant as stainless steel, and excess weight or heavy blows could deform the part. When storing the elements, place the

lids facing upward to prevent the accumulation of foul odours inside them.

Lid. Do not wash the cooker lid or any of its components in the dishwasher. Clean the opening of the vent (23) and the safety valve with a thin rod, pressing the rod into it from inside the lid.

Body. Depending on the foods and seasoning used for cooking, and the mineral content of the water used for cooking, stains could form, and the base of the cooker could darken. This has no effect on the foods or the operation of the pressure cooker. To remove them, boil a solution of 4 parts water and 1 part lemon juice in the cooker for 10 minutes and then wash with a neutral soap and a scouring pad, and rinse with abundant water. Never leave tomato sauce, salted water or any other food inside the cooker, as this could cause corrosion.

Silicone rubber sealing ring. The ring is made of high-resistance silicone rubber. Wash it with lukewarm water and soap every time you wash the lid.

Knob. If you use the cooker often, we recommend you check the knob from time to time, in case the bakelite surface is worn. If you observe any cracks or fissures, it must be replaced.

WARNING: The silicone rubber sealing ring is considered worn when steam the cooker starts to lose steam. It must be replaced approximately every 12-18 months to ensure the correct operation of the pressure cooker.

Basic cooking instructions

This section sets out the basic instructions for cooking the foods that are most often cooked in a pressure cooker. This cooker reaches a pressure of 50 kPa.

The cooking time must be counted from the time the steam starts to emerge from the valve, when the power or heat intensity must also be lowered. **These times are provided for guidance purposes, and may vary, depending on the freshness and quality of the food, how it is cut and the water used. So, they may vary, depending on the taste of each person.**

Vegetales	Approximate cooking time	Max. fill level Liquid volume
Swiss chards, leaves	02 - 04 min	Level ½ / 1500 ml
Swiss chards, main ribs	06 - 10 min	Level ½ / 1500 ml
Medium artichokes	10 - 14 min	Level ½ / 1750 ml
Celery	04 - 06 min	Level ½ / 1500 ml
Broccoli, chopped	03 - 05 min	Level ½ / 1500 ml
Pumpkin, chopped	06 - 10 min	Level ½ / 1500 ml
Zucchini, chopped	06 - 08 min	Level ½ / 1500 ml
Thistle, chopped	24 - 28 min	Level ½ / 1750 ml
Onion	06 - 08 min	Level ½ / 1500 ml
Brussels sprouts	06 - 08 min	Level ½ / 1500 ml
Cauliflower, chopped	02 - 03 min	Level ½ / 1500 ml
White asparagus	06 - 08 min	Level ½ / 1750 ml
Green asparagus	04 - 06 min	Level ½ / 1500 ml
Corncob	06 - 08 min	Level ½ / 1500 ml
Peas	04 - 06 min	Level ½ / 1500 ml
Cabbage	08 - 10 min	Level ½ / 1500 ml
Green beans, pods	06 - 08 min	Level ½ / 1500 ml
Red and white cabbage	08 - 10 min	Level ½ / 1500 ml
Potatoes, whole	10 - 12 min	Level ½ / 1750 ml

Potatoes, quartered	08 - 10 min	Level ½ / 1500 ml
Leek, whole	06 - 08 min	Level ½ / 1500 ml
Beetroot, whole	10 - 12 min	Level ½ / 1750 ml
Tomatos, whole	08 - 10 min	Level ½ / 1500 ml
Beans and pulse vegetables	Approximate cooking time	Max. fill level Liquid volume
White beans	24 - 28 min	Level ½ / Until covered
Verdina beans	20 - 26 min	Level ½ / Until covered
Pinto beans	20 - 26 min	Level ½ / Until covered
Fabes beans	24 - 28 min	Level ½ / Until covered
Soft broad beans	14 - 16 min	Level ½ / Until covered
Lentils (without soaking)	12 - 14 min	Level ½ / Until covered
Chickpeas	35 - 40 min	Level ½ / Until covered
Adzuki beans	14 - 16 min	Level ½ / Until covered
Grains (1 cup)	Approximate cooking time	Weight Volume
Bomba rice	8 - 10 min	900 gr / 1650 ml
Carnalori rice	8 - 10 min	900 gr / 1650 ml
Basmati rice	7 - 9 min	900 gr / 1500 ml
Brown rice	16 - 20 min	900 gr / 2400 ml
Risotto	8 - 10 min	900 gr / 2 025 ml
Sushi rice	8 - 10 min	900 gr / 1200 ml
Fruits and desserts	Approximate cooking time	Max. fill level Liquid volume
Apricots	6 - 8 min	Level ½ / 1500 ml
Peaches	6 - 8 min	Level ½ / 1500 ml
Pears	10 - 12 min	Level ½ / 1500 ml
Apples	10 - 12 min	Level ½ / 1500 ml
Chestnuts	10 - 12 min	Level ½ / 1750 ml
Quince	14 - 16 min	Level ½ / 1750 ml
Crème caramel	10 - 12 min	Flan mould / Up to cover ¾

Beef and poultry	Approximate cooking time	Nivel de llenado máx Volumen de líquido
Cow or ox, stewed	35 - 40 min	Max. Level / Up to cover $\frac{3}{4}$
Cow or ox, cheeks	32 - 36 min	Max. Level / Up to cover
Cow or ox, chopped meat	30 - 34 min	Max. Level / Up to cover
Cow or ox, tail	45 - 50 min	Max. Level / Up to cover
Cow or ox, tripe	45 - 50 min	Level $\frac{1}{2}$ / Up to cover
Beef, stewed	20 - 24 min	Max. Level / Up to cover
Veal, chopped shank	44 - 48 min	Max. Level / Up to cover
Veal, round	24 - 28 min	Level $\frac{1}{2}$ / Up to cover $\frac{3}{4}$
Pork, chopped	26 - 30 min	Max. Level / Up to cover
Pork, sirloin	08 - 10 min	Level $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Lamb, hands	30 - 34 min	Level $\frac{1}{2}$ / Up to cover
Whole chicken	18 - 22 min	Level $\frac{1}{2}$ / Up to cover $\frac{3}{4}$
Chicken, chopped	12 - 16 min	Max. Level / Up to cover
Hen, chopped	28 - 32 min	Max. Level / Up to cover
Lamb stew	24 - 28 min	Max. Level / Up to cover
Rabbit, chopped	14 - 16 min	Max. Level / Up to cover
Shellfish and fish	Approximate cooking time	Max. fill level Liquid volume
Squids	12 - 16 min	Level $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Octopus	12 - 16 min	Level $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Lobster	8 - 10 min	Level $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Spider crab, Edible crab	8 - 10 min	Max. Level / 1500 ml
Prawns	2 - 3 min	Max. Level / 1300 ml
Shrimp	2 - 3 min	Level $\frac{1}{2}$ / 1300 ml
Fish loins < 200 gr	6 - 8 min	Level $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Sliced fish	4 - 6 min	Level $\frac{1}{2}$ / 1300 ml
Fish, fillets	2 - 4 min	Level $\frac{1}{2}$ / 1300 ml

Précautions de sécurité élémentaires

Ce produit est certifié CE. La plupart des fabricants d'ustensiles de cuisine destinés à un usage ménager recommande d'appliquer les mesures de sécurité suivantes.

L'utilisation d'autocuiseurs implique le respect de précautions élémentaires de sécurité.

1. Veuillez lire attentivement les instructions.
2. Ne touchez jamais les surfaces chaudes. Utilisez les manches ou les poignées.
3. En présence d'enfants, l'autocuiseur doit être utilisé sous surveillance.
4. Ne mettez jamais l'autocuiseur dans un four chaud.
5. Redoublez de prudence lorsque vous déplacez un autocuiseur qui contient des liquides chauds.
6. N'utilisez jamais l'autocuiseur à des fins autres que celles pour lesquelles il a été conçu.
7. Ce produit cuisine avec de la pression. Une mauvaise utilisation peut provoquer des brûlures. Assurez-vous que l'autocuiseur est fermé correctement avant de l'utiliser.
8. Ne remplissez pas l'autocuiseur au-delà des 2/3 de sa capacité totale. Pour cuire des aliments qui se dilatent, comme le riz ou les légumes secs, ne remplissez jamais plus de la moitié de l'autocuiseur. Un remplissage excessif peut boucher les soupapes et provoquer un excès de pression.
9. Certains aliments comme la compote de pomme, les myrtilles, l'orge perlée, la farine d'avoine et d'autres céréales, les pois, les nouilles, les macaronis, la rhubarbe ou les spaghettis peuvent produire de l'écume ou éclabousser et boucher les dispositifs de libération de la pression. Ces aliments ne doivent pas être cuits dans un autocuiseur.
10. Assurez-vous toujours que le dispositif de libération de la pression ne soit pas bouché avant d'utiliser l'autocuiseur.
11. N'ouvrez jamais l'autocuiseur avant qu'il n'ait refroidi et que la pression interne ait été évacuée. Une résistance des poignées indique qu'il reste de la pression dans l'autocuiseur. Retirez le régulateur de pression et faites couler de l'eau froide sur l'autocuiseur pour le refroidir et réduire la pression interne. Toute pression à l'intérieur de l'autocuiseur peut être dangereuse.
12. N'utilisez pas l'autocuiseur pour frire des aliments dans l'huile.
13. Réduisez la chaleur lorsque la pression a atteint son maximum pour que le liquide soit évacué sous forme de vapeur.
14. **CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS.**

Recommandations du fabricant

Pour tirer le meilleur rendement de votre nouvel autocuiseur Fagor, veuillez lire attentivement ces recommandations avant de l'utiliser et appliquez-les rigoureusement.

1. Assurez-vous qu'il n'y a pas d'enfants à proximité de l'autocuiseur lorsque vous l'utilisez.
2. N'utilisez jamais l'autocuiseur si le joint est cassé ou abîmé. Vérifiez le joint de fermeture avant chaque utilisation, pour vous assurer qu'il est souple et ne présente aucune fissure ni déchirure. S'il doit être remplacé, lisez la section de nettoyage et entretien de cette notice.
3. Ce produit permet de cuisiner à pression ; une mauvaise utilisation peut provoquer des brûlures. Assurez-vous que l'appareil est fermé correctement avant de l'utiliser.
4. Si vous utilisez une cuisinière au gaz, réglez les flammes et posez l'autocuiseur au centre du brûleur afin d'éviter que les flammes s'étendent au-delà de la base de la cuve. Vous pourrez ainsi économiser de l'énergie et éviter d'abîmer les poignées latérales et le joint en silicone.
5. Avant la cuisson, assurez-vous que le joint en silicone est en bon état et sur la bonne position, et que la soupape pivotante et celle de sécurité ne présentent aucun reste de nourriture susceptible de les boucher. Consultez les instructions détaillées fournies dans cette notice.
6. Assurez-vous que l'autocuiseur est fermé correctement avant de commencer la cuisson. Tant que l'appareil est sous pression, bougez-le avec précaution. Ne touchez jamais les surfaces chaudes. Utilisez les poignées. Si nécessaire, portez des maniques.
7. Une fois la pression de travail atteinte, baissez le feu pour éviter l'évaporation de tout le liquide produit à l'intérieur. Cela évitera que l'autocuiseur fonctionne à sec.
8. Après avoir éliminé la pression, soulevez le couvercle de l'autocuiseur en inclinant la face supérieure vers vous et en laissant que la vapeur restée dans l'autocuiseur s'échappe par la partie la plus éloignée de vous.
9. Les autocuiseurs ne doivent pas être utilisés à des fins médicales, par exemple pour la stérilisation. Ces autocuiseurs ne sont pas conçus pour atteindre la température nécessaire à une stérilisation complète.
10. N'autorisez pas les personnes non familiarisées à cette notice d'instructions à utiliser l'autocuiseur.
11. **ATTENTION : UTILISEZ DES PIÈCES DE RECHANGE ORIGINALES, QUI CORRESPONDENT AU MODÈLE. L'UTILISATION DE PIÈCES DE RECHANGE OU DE PIÈCES DÉTACHÉES QUI NE SONT PAS ORIGINALES IMPLIQUENT UN DANGER, PUISQUE LESDITES PIÈCES FONT PARTIE INTÉGRANTE DU SYSTÈME DE SÉCURITÉ DE L'APPAREIL. LES PIÈCES DE RECHANGE QUI NE SONT PAS ORIGINALES ANNULENT LA GARANTIE DU FABRICANT.**

Introducción

Merci d'avoir choisi un autocuiseur Fagor. Merci de la confiance que vous portez à notre marque et d'avoir choisi l'un de nos autocuiseurs. Nous sommes convaincus que cet autocuiseur vous offrira un excellent service pendant de longues années.

L'autocuiseur implique de très nombreux avantages comparés aux méthodes de cuisson traditionnelles. Le premier, et le plus important d'entre eux, est qu'il cuisine les aliments beaucoup plus vite, en général en un tiers du temps habituel. Or, en réduisant le temps de cuisson des aliments, vous conservez leur couleur et leur saveur, mais aussi leurs vitamines et minéraux qui ont tendance à s'évaporer ou se diluer pendant la cuisson à l'eau, beaucoup plus longue. Les autocuiseurs Fagor, fabriqués en aluminium d'excellente qualité, sont conçus pour être fonctionnels et sûrs, puisqu'ils remplissent toutes les normes internationales de sécurité.

La cuisson à l'autocuiseur vous permettra de gagner du temps (environ 70 %) comparé à d'autres méthodes traditionnelles. Et qui dit gain de temps, dit gain d'énergie ! En outre, la cuisson à des températures élevées et plus rapidement permet de préserver les vitamines et les minéraux des aliments et donc de préparer des repas plus sains. L'autocuiseur Fagor deviendra l'ustensile incontournable de votre cuisine.

Avant d'utiliser votre autocuiseur Fagor, lisez attentivement cette notice et assurez-vous d'avoir compris son fonctionnement, mais aussi la façon de le nettoyer et de le conserver, afin d'en profiter pendant de nombreuses années.

Composants et dispositifs de sécurité

L'autocuiseur Fagor est doté de trois dispositifs de sécurité. Veuillez vous familiariser à ces importants systèmes de sécurité et à leur mode de fonctionnement avant la première utilisation de l'autocuiseur :

Soupape pivotante (22). Lorsque l'autocuiseur a atteint la pression de travail, cette soupape libère l'excès de vapeur en maintenant la pression de travail constante à l'intérieur. Soyez prudent et protégez vos mains lorsque vous manipulez la soupape de fonctionnement : celle-ci peut être chaude à cause de la libération de vapeur.

Soupape de sécurité (7). Si pour un motif quelconque, la soupape de travail est obstruée ou ne fonctionne pas, et que la pression monte à l'intérieur de l'autocuiseur, cette soupape de sécurité se mettra en route et libérera la vapeur pour équilibrer la pression. Si cela se produit, vous devez retirer calmement l'autocuiseur de la source de chaleur, attendre que l'autocuiseur évacue toute la pression pour pouvoir l'ouvrir et nettoyer la soupape de fonctionnement avec de l'eau, un savon neutre et une tige fine.

Étrier (35) Si les systèmes de sécurité mentionnés précédemment cessent de fonctionner, l'étrier permettra d'ouvrir suffisamment le couvercle de l'autocuiseur pour libérer l'excès de pression à l'intérieur de l'autocuiseur. Si cela se produit, portez l'autocuiseur au **Service Après-vente Agréé**, pour une révision. N'utilisez pas l'autocuiseur tant que le problème n'a pas été corrigé.

Caractéristiques additionnelles

- 1** L'autocuiseur est fabriqué en aluminium extra fort ; nous vous recommandons de l'utiliser sur des cuisinières à gaz. Il n'est pas apte pour l'induction.
- 2** L'autocuiseur libère de la vapeur ; vous devez donc utiliser la quantité de liquide adéquate pendant la cuisson. Avec l'apport de chaleur adéquat, l'autocuiseur fonctionne seul.
- 3** En cuisinant avec cet autocuiseur, les aliments conservent mieux leurs minéraux (Mg, Fe, Ca, etc.) et vitamines (A et B) qu'avec une cuisson traditionnelle.

Cuisiner avec l'autocuiseur Fagor

Avant la première utilisation

Avant la première utilisation, retirez les autocollants. Les éventuels restes d'autocollants peuvent être retirés avec un chiffon ou du papier absorbant imbibé d'alcool.

Lavez bien la pièce avec de l'eau tiède et du savon neutre, en utilisant une éponge ou un chiffon doux pour éliminer d'éventuels restes de graisses, lubrifiants et composés de fabrication et ponçage. Remplissez l'autocuiseur aux 2/3 de sa capacité, fermez-le et placez-le sur la source de chaleur. Laissez fonctionner pendant 10 ou 15 minutes à compter du moment où la pression de fonctionnement est atteinte. À l'issue de ce laps de temps, retirez l'autocuiseur du feu et attendez que la pression ait été complètement libérée avant d'ouvrir l'autocuiseur. Jetez le liquide avec précaution.

Lavez à nouveau la pièce avec de l'eau tiède et un savon neutre. Rincez abondamment à l'eau tiède et séchez immédiatement avec un chiffon doux pour éviter les taches de calcaire.

En fonction de la dureté de l'eau ou des aliments et des condiments utilisés pour cuisiner, il est normal que la partie recouverte de liquide ou en contact avec les aliments se teinte d'une couleur plus foncée. Cela n'affecte pas les aliments et ne nuit pas au fonctionnement de votre autocuiseur Fagor.

Comment ajouter des aliments et des liquides

1 Ne remplissez jamais l'autocuiseur au-delà des deux tiers (2/3) de sa capacité. Cette consigne s'applique aux liquides et aux ingrédients solides ajoutés dans l'appareil (Fig. 1). Vous pouvez utiliser les liquides suivants : eau, bouillon, vin ou tout autre liquide pour cuisiner, sauf de l'huile. Vous pouvez utiliser de l'huile pour saisir la viande ou faire revenir les oignons avant d'ajouter le liquide, les autres ingrédients et fermer l'autocuiseur. **L'HUILE NE DOIT JAMAIS ÊTRE LE SEUL LIQUIDE DE CUISSON.**

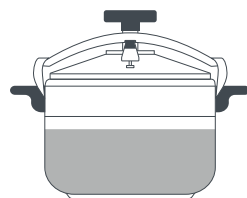


Fig.1

2 Si vous préparez des aliments qui se dilatent pendant la cuisson, comme le riz, les céréales ou les aliments déshydratés, ne remplissez pas ou ne dépassez pas la marque de niveau " 1/2 " gravée à l'intérieur de la cuve de l'autocuiseur (Fig. 2). En dépassant les niveaux de remplissage de l'autocuiseur, vous risquez d'endommager les dispositifs de sécurité et d'augmenter le risque de brûlures.

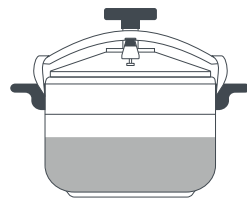
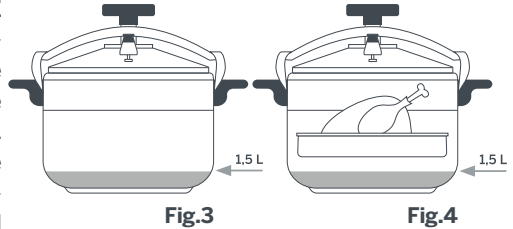


Fig.2

3 AJOUTEZ TOUJOURS DU LIQUIDE DANS L'AUTOCUISEUR

Il faut toujours ajouter un minimum de liquide dans l'autocuiseur, quel que soit le type de cuisson utilisé, soit environ 1,5 litre. Vous éviterez ainsi que l'autocuiseur ne contienne plus de liquide et que les ingrédients brûlent ou restent collés au fond de la cuve. En utilisant une quantité insuffisante de liquide, vous risquez d'endommager ou de surchauffer l'autocuiseur (Fig. 3).



4 Si vous utilisez l'autocuiseur pour cuisiner à la vapeur, ajoutez au moins 1,5 l de bouillon ou d'eau. Placez les ingrédients dans un panier (vendu séparément) (Fig. 4).

5 N'oubliez pas que certains aliments comme l'orge, les fruits et les pâtes forment de l'écume pendant la cuisson et peuvent bloquer les systèmes de libération de pression (souples pivotante et de sécurité) ; ces aliments ne doivent pas être cuits dans un autocuiseur.

6 Pour ne pas abîmer l'aluminium vous devez ajouter du sel lorsque le contenu de l'autocuiseur commence à bouillir ; ainsi il se dissoudra complètement. À la fin de la cuisson, évitez de laisser les aliments dans l'autocuiseur trop longtemps car leurs composants acides et le sel peuvent provoquer la corrosion lorsqu'ils sont au contact de l'aluminium de façon prolongée.

ATTENTION : LES AUTOCUISEURS NE SONT PAS DES FRITEUSES. N'ESSAYEZ PAS DE FRIRE DES ALIMENTS À PRESSION.

Vérification des soupapes

Les soupapes sont des dispositifs de sécurité. Avant d'utiliser votre autocuiseur, vérifiez toujours que les soupapes de sécurité ne sont pas bouchées, car cela peut annuler leur fonction.

1. Conduit d'évacuation de vapeur (23).

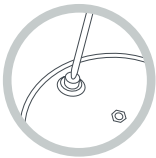


Fig.5a

Retirez le couvercle et la soupape pivotante. Vérifiez depuis la partie interne du couvercle que le conduit d'évacuation de vapeur est bien propre. Si ce n'est pas le cas, nettoyez-le avec une tige fine (Fig. 5a).

2. 2. Soupape de sécurité (7).



Fig.5b

Assurez-vous que la soupape de sécurité fonctionne correctement en appuyant sur celle-ci à l'aide d'une tige fine, depuis l'intérieur du couvercle (Fig. 5b).

Pour un bon fonctionnement, elle devrait coulisser librement de haut en bas. Si elle est bloquée, n'utilisez pas l'autocuiseur et portez-le au **Service Après-vente Agréé**, pour une révision.

Comment fermer le couvercle et commencer la cuisson

1 Assurez-vous que le joint en silicone est parfaitement emboîté, dans l'anneau intérieur qui borde le couvercle.

2 Avec le bouton de serrage placé sur la position inférieure (tournez-le dans le sens contraire aux aiguilles d'une montre) (Fig. 6), posez le couvercle sur la cuve (Fig. 7) en emboîtant les extrémités de l'étrier dans les oreillons et assurez-vous que tout s'emboîte correctement en passant vos doigts tout autour.

3 Tournez le bouton de serrage dans le sens des aiguilles d'une montre (Fig. 8). Fermez l'autocuiseur en tournant le bouton de serrage entre 1, 1/2 et 2 tours, jusqu'à ce que l'étrier soit fixé sous les oreillons et que le couvercle soit complètement fermé.

4 Placez la soupape pivotante sur le conduit d'évacuation (Fig. 9)

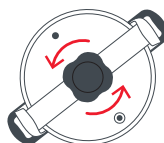


Fig.6

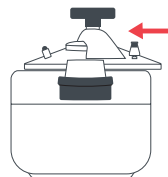


Fig.7

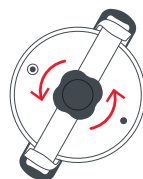


Fig.8

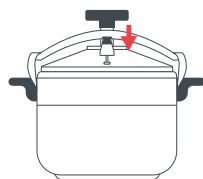


Fig.9

Cuisiner à pression

1. Verser les ingrédients de votre recette dans l'autocuiseur, fermez-le et mettez la soupape pivotante sur le conduit d'évacuation. Posez l'autocuiseur sur une source de chaleur à la puissance maximale.

2. Au bout d'un certain temps, la pression accumulée à l'intérieur de l'autocuiseur fera pivoter la soupape et la vapeur commencera à s'échapper de l'appareil. Vous devez alors baisser la puissance de la chaleur pour maintenir une libération de la vapeur légère, mais constante.

3. Commencez alors à compter le temps de cuisson. (Voir tableau indicatif des temps de cuisson).

4. Pendant la cuisson, un léger échappement de vapeur est NORMAL au niveau de la soupape de sécurité.

5. Si vous utilisez une cuisinière au gaz, réglez les flammes et posez l'autocuiseur au centre du brûleur afin d'éviter que les flammes s'étendent au-delà de la base de la cuve. Vous pourrez ainsi économiser de l'énergie et éviter d'abîmer les poignées latérales et le joint en silicone.

Tenez compte de ce qui suit :

- Ne laissez jamais l'autocuiseur vide sur une source de chaleur.
- Si vous détectez un problème pendant la cuisson, retirez l'autocuiseur de la source de chaleur et laissez-le refroidir complètement.
- Pour éviter d'abîmer votre autocuiseur, ne cuisinez jamais avec moins de la quantité

d'eau ou de liquide minimum recommandé. ne laissez jamais l'autocuiseur sur le feu sans liquide à l'intérieur.

- N'ESSAYEZ JAMAIS D'OUVRIRE L'AUTOUCUISEUR LORSQU'IL Y A DE LA PRESSION À L'INTÉRIEUR.
- N'UTILISEZ JAMAIS L'AUTOUCUISEUR POUR FRIRE À PRESSION DES ALIMENTS AVEC DE L'HUILE.

Comment éliminer la pression après la cuisson

Vérifiez toujours la recette du plat préparé pour déterminer si l'autocuiseur doit être refroidi naturellement ou si vous devez utiliser une méthode de refroidissement rapide. Vous pouvez choisir entre l'une de ces deux méthodes pour libérer la pression :

1. Éliminer la pression de forme naturelle

Pour utiliser cette méthode, retirez l'autocuiseur du brûleur et attendez que la pression diminue naturellement. Cela peut durer 10 à 15 minutes, en fonction de la quantité d'aliments et de liquide. Une fois l'autocuiseur refroidi, retirez la soupape pivotante pour libérer la pression (Fig. 10). S'il reste de la pression à l'intérieur de l'autocuiseur, elle sera expulsée par le conduit d'évacuation.

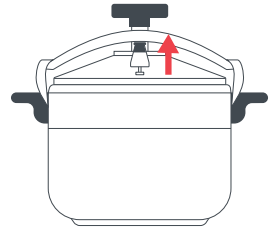


Fig.10

2. Éliminer la pression en refroidissant l'autocuiseur à l'eau froide

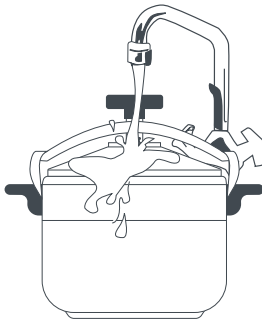


Fig.11

Mettez l'autocuiseur dans l'évier et faites couler de l'eau froide sur le couvercle (Fig. 11). Lorsque la pression a baissé, retirez la soupape pivotante (Fig. 10) et attendez que la vapeur se soit entièrement dissipée. Utilisez cette méthode lorsque vous voulez libérer la pression le plus vite possible. Cela concerne principalement les légumes, les fruits de mer et autres aliments délicats que vous ne souhaitez pas cuire en excès.

Une fois la pression libérée, ouvrez l'autocuiseur en faisant pivoter le bouton de serrage dans le sens contraire aux aiguilles d'une montre, jusqu'à ce que l'étrier soit sur sa position la plus basse (Fig. 6). Faites glisser le couvercle horizontalement pour le retirer complètement. (Fig. 7). Ouvrez l'autocuiseur avec précaution, en gardant une certaine distance entre votre corps, votre visage et l'appareil, car celui-ci peut encore contenir de la vapeur chaude. Une fois la pression entièrement expulsée, bougez doucement l'autocuiseur avant d'ouvrir le couvercle, en particulier après la cuisson de riz, purées, aliments gras ou sauces. Il y a un risque de projection au moment de l'ouverture du couvercle.

| ATTENTION : NE FORCEZ JAMAIS LE COUVERCLE POUR L'OUVRIRE

Nettoyage et entretien

Pour prolonger la durée de vie des produits en aluminium de Fagor, nous vous recommandons de suivre les conseils de nettoyage et d'entretien suivants.

Les ustensiles en aluminium NE SONT PAS adaptés pour aller au lave-vaisselle, ni dans les plonges industrielles. Les détergents de ces machines contiennent des produits chimiques qui abîment l'aluminium, provoquant des problèmes de décoloration et de corrosion irréversibles.

Laissez refroidir votre autocuiseur avant de le laver. Les changements brusques de températures peuvent provoquer des déformations et des dommages irréparables sur la base, ce qui empêcherait par la suite la distribution homogène de la chaleur.

Lavez la pièce à la main après chaque utilisation, avec un savon neutre, de l'eau tiède et une éponge ou une lingette en microfibre douces. Rincez abondamment à l'eau et séchez la pièce immédiatement pour éviter la formation de taches de calcaire.

Pour éliminer les taches difficiles ou les restes de nourriture, il vous suffit de faire bouillir de l'eau avec du citron, dans une proportion de 4 pour 1 pendant 4 ou 5 minutes, puis de laver l'autocuiseur de la façon habituelle. En présence d'aliments brûlés ou collés, n'utilisez pas d'éponges en métal, d'objets pointus, ni de spatules en métal qui risquent de rayer le fond.

N'utilisez jamais de javel ni de produits contenant du chlore ou de la soude, comme c'est le cas des nettoyants pour fours, qui peuvent endommager la finition de la surface en aluminium. Les ustensiles de cuisine en aluminium doivent être manipulés et conservés avec précaution. L'aluminium n'est pas aussi résistant que l'acier inoxydable et un excès de poids ou de forts chocs

peuvent endommager la pièce. Lorsque vous rangez les pièces, placez le couvercle tête en haut pour éviter la formation d'odeurs à l'intérieur.

Couvercle. Ne lavez pas le couvercle de l'autocuiseur ni ses composants au lave-vaisselle. Nettoyez le trou du conduit d'évacuation (23) avec une tige fine et la soupape de sécurité en exerçant une pression dessus avec la même tige, depuis l'intérieur du couvercle.

Cuve. Des tâches peuvent apparaître dans le fond, ou celui-ci peut prendre une couleur foncée selon les aliments et condiments employés pour cuisiner, ou la teneur en minéraux de l'eau de cuisson, mais cela n'affecte pas les aliments ni le bon fonctionnement de l'autocuiseur. Il vous suffira de faire bouillir un mélange d'eau additionnée de jus de citron (un quart de la solution) pendant 10 minutes, puis de nettoyer l'autocuiseur avec un savon neutre et une éponge et de rincer abondamment. Pour éviter la formation de corrosion, ne laissez jamais de la sauce tomate, de l'eau salée ou tout autre aliment dans la cuve de l'autocuiseur.

Joint en silicone. Le joint est fabriqué avec du silicone très résistant. Lavez-le à l'eau tiède et au savon chaque fois que vous lavez le couvercle.

Bouton de serrage. Si vous utilisez votre autocuiseur fréquemment, nous vous recommandons de vérifier régulièrement l'état de la bakélite du bouton de serrage. Remplacez-le s'il est cassé ou fissuré.

ATTENTION : considérez que le joint en silicone est usé lorsque l'autocuiseur commence à perdre de la vapeur. Le joint en silicone doit être remplacé tous les 12-18 mois pour garantir le bon fonctionnement de l'autocuiseur.

Conseils élémentaires pour cuisiner

Cette section contient des conseils élémentaires pour cuisiner les aliments préparés habituellement dans les autocuiseurs. Cet autocuiseur atteint une pression de 55 kPa.

Commencez à compter le temps à partir du moment où la vapeur s'échappe par la soupape. C'est d'ailleurs à ce moment que vous devez réduire la puissance ou l'intensité de la source de chaleur. **Ces temps sont indiqués à titre indicatif et peuvent varier en fonction de la fraîcheur et de la qualité des aliments, du type de découpe, de l'eau utilisée, mais aussi du goût de chacun.**

Légumes	Temps de cuisson approx.	Niveau de remplissage max Volume liquide
Blettes, feuilles	02 - 04 min	Niveau ½ / 1500 ml
Bette à carde	06 - 10 min	Niveau ½ / 1500 ml
Artichaut, taille moyenne effeuillé	10 - 14 min	Niveau ½ / 1750 ml
Céleri	04 - 06 min	Niveau ½ / 1500 ml
Brocolis, fleurettes	03 - 05 min	Niveau ½ / 1500 ml
Citrouille, en morceaux	06 - 10 min	Niveau ½ / 1500 ml
Courgette, en morceaux	06 - 08 min	Niveau ½ / 1500 ml
Chardons, en morceaux	24 - 28 min	Niveau ½ / 1750 ml
Oignons	06 - 08 min	Niveau ½ / 1500 ml
Choux de Bruxelles	06 - 08 min	Niveau ½ / 1500 ml
Chou-fleur haché	02 - 03 min	Niveau ½ / 1500 ml
Asperges blanches	06 - 08 min	Niveau ½ / 1750 ml
Asperges vertes	04 - 06 min	Niveau ½ / 1500 ml
Épi de maïs	06 - 08 min	Niveau ½ / 1500 ml
Petits pois	04 - 06 min	Niveau ½ / 1500 ml
Chou	08 - 10 min	Niveau ½ / 1500 ml
Haricots verts, gousses	06 - 08 min	Niveau ½ / 1500 ml
Lombarda, chou violet	08 - 10 min	Niveau ½ / 1500 ml
Pommes de terre entières	10 - 12 min	Niveau ½ / 1750 ml

Pommes de terre hachées	08 - 10 minutos	Niveau ½ / 1 500 ml
Poireau entier	06 - 08 minutos	Niveau ½ / 1 500 ml
Betterave entière	10 - 12 minutos	Niveau ½ / 1 750 ml
Tomate entière	08 - 10 minutos	Niveau ½ / 1 500 ml

Légumes	Temps de cuisson approx.	Niveau de remplissage max Volume liquide
Haricots blancs	24 - 28 minutos	Niveau ½ / Couvrir
Haricots verdinas	20 - 26 minutos	Niveau ½ / Couvrir
Haricots rouges	20 - 26 minutos	Niveau ½ / Couvrir
Haricots fabes	24 - 28 minutos	Niveau ½ / Couvrir
Fèves	14 - 16 minutos	Niveau ½ / Couvrir
Lentilles	12 - 14 minutos	Niveau ½ / Couvrir
Pois chiches	35 - 40 minutos	Niveau ½ / Couvrir
Azuki	14 - 16 minutos	Niveau ½ / Couvrir

Grains (1 tasse)	Temps de cuisson approx.	Poids Volume
Riz bomba	8 - 10 minutos	900 gr / 1 650 ml
Riz carnalorí	8 - 10 minutos	900 gr / 1 650 ml
Riz basmati	7 - 9 minutos	900 gr / 1 500 ml
Riz, complet	16 - 20 minutos	900 gr / 2 400 ml
Risotto	8 - 10 minutos	900 gr / 2 025 ml
Riz sushi	8 - 10 minutos	900 gr / 1 200 ml

Fruits et desserts	Temps de cuisson approx.	Niveau de remplissage max Volume liquide
Abricots	6 - 8 minutos	Niveau ½ / 1 500 ml
Pêches	6 - 8 minutos	Niveau ½ / 1 500 ml
Poires	10 - 12 minutos	Niveau ½ / 1 500 ml
Pommes	10 - 12 minutos	Niveau ½ / 1 500 ml
Châtaignes	8 - 10 minutos	Niveau ½ / 1 750 ml
Coing	14 - 16 minutos	Niveau ½ / 1 750 ml
Flan	10 - 12 minutos	Moule à flan / Couvrir ¾

Viande bovine et de volaille	Temps de cuisson approx.	Niveau de remplissage max Volume liquide
Viande de bœuf/veau, rôtie	35 / 40 min	Niveau ½ / Couvrir ¾
Joues de bœuf	32 / 36 min	Niveau max. / Couvrir
Viande de bœuf/veau, en morceaux	30 / 34 min	Niveau max. / Couvrir
Queue de vache	45 - 50 min	Niveau max. / Couvrir
Ragoût de boeuf	20 / 24 min	Niveau max. / Couvrir
Nerveux gîte de boeuf, en morceaux	44 / 48 min	Niveau max. / Couvrir
Rond de gîte de bœuf	24 / 28 min	Niveau ½ / Couvrir ¾
Porc, jambon, en morceaux	26 / 30 min	Niveau max. / Couvrir
Porc, côtelettes	8 / 10 min	Niveau ½ / 1500 ml
Mouton, gigot	30 / 34 min	Niveau ½ / Couvrir
Poulet, entier	18 / 22 min	Niveau ½ / Couvrir ¾
Poulet, en morceaux	12 / 16 min	Niveau max. / Couvrir
Poule , en morceaux	28 / 32 min	Niveau max. / Couvrir
Agneau braisé	24 / 28 min	Niveau max. / Couvrir
Lapin, en morceaux	14 / 16 min	Niveau max. / Couvrir
Fruits de mer et poissons	Temps de cuisson approx.	Niveau de remplissage max Volume liquide
Calmars	12 - 16 minutos	Niveau ½ / 1500 ml
Poulpe	12 - 16 minutos	Niveau ½ / 1500 ml
Langouste, homard	8 - 10 minutos	Niveau ½ / 1500 ml
Crabe, bœuf de mer	8 - 10 minutos	Niveau máx / 1500 ml
Crevettes	2 - 3 minutos	Niveau máx / 1300 ml
Carabineros	2 - 3 minutos	Niveau ½ / 1300 ml
Pescado en lomos < 200 gr	6 - 8 minutos	Niveau ½ / 1500 ml
Portion de poisson	4 - 6 minutos	Niveau ½ / 1300 ml
Poisson, filet	2 - 4 minutos	Niveau ½ / 1300 ml

Precauções básicas de segurança

Este é um produto com certificado CE. A maioria dos fabricantes de utensílios de cozinha para uso doméstico recomenda a implementação das seguintes medidas de segurança. Quando se utilizam panelas de pressão, devem ser sempre cumpridas precauções básicas de segurança.

1. Leia todas as instruções.
2. Não toque nas superfícies quentes. Utilize as pegas ou as asas.
3. É necessária uma vigilância atenta quando se utiliza a panela de pressão na presença de crianças.
4. Não coloque a panela de pressão num forno quente.
5. Deve aplicar um extremo cuidado ao mover uma panela com líquidos quentes.
6. Nunca use a panela de pressão para outra utilização além daquela para a qual foi criada.
7. Este produto cozinha sob pressão. A sua utilização inadequada pode originar queimaduras. Certifique-se de que a panela de pressão está bem fechada antes de a utilizar.
8. Não encha a panela de pressão além de 2/3 da sua capacidade total. Quando cozinhar alimentos que aumentam de volume durante a cozedura, como o arroz e os legumes, ao encher a panela, não ultrapasse a metade da capacidade. O enchimento em demasia pode apresentar um risco de obstrução nas vias de saída de vapor e provocar um excesso de pressão.
9. Tenha em consideração que certos alimentos, como a compota de maçã, os arandos, a cevada perolada, a farinha de aveia ou outros cereais, ervilhas partidas, aletria, macarrão, ruibarbo ou esparguetes, podem formar espuma e borbulhas e obstruir o sistema de controlo de pressão (saída de vapor). Estes alimentos não devem ser cozinhados numa panela de pressão.
10. Antes de cada utilização, confirme sempre se as válvulas de evacuação da pressão estão desimpedidas de qualquer obstrução.
11. Não abra a panela de pressão antes de ter arrefecido e de toda a pressão ter descido. Se tiver dificuldade em mover as asas, isso indica que ainda existe pressão na panela. Retire o regulador de pressão e deixe correr água fria sobre a panela para a arrefecer e reduzir a pressão interna. Toda a pressão no interior da panela pode ser perigosa.
12. Não utilize a panela para fritar à pressão com óleo.
13. Quando alcançar a pressão normal de funcionamento, reduza a potência do fogo, para assim evitar que se evapore todo o líquido que cria o vapor.
14. **GUARDE ESTAS INSTRUÇÕES.**

Recomendações do fabricante

Para desfrutar ao máximo da sua nova panela de pressão da Fagor, leia atentamente estas recomendações antes de a começar a usar e siga-as com cuidado.

1. Certifique-se de que mantém a panela de pressão fora do alcance das crianças quando estiver a cozinhar.
2. Nunca utiliza a panela de pressão com uma junta de vedação danificada ou desgastada. Examine a junta de vedação antes de cada utilização, para garantir que se mantém flexível e não tem qualquer fissura ou rasgos. Se for necessário proceder à substituição, aceda à secção de limpeza e cuidado deste manual.
3. Este produto cozinha sob pressão. Uma utilização incorreta do produto pode provocar ferimentos devido a queimaduras. Certifique-se de que a panela está bem fechada antes de a utilizar.
4. Se usar um fogão a gás, ajuste a chama e coloque a panela de pressão no centro do queimador com o objetivo de evitar que a chama se propague para além da base da panela. Dessa forma, economiza energia e evita a deterioração das asas laterais e da junta de silicone.
5. Antes de começar a cozinhar, certifique-se de que a junta de silicone está em boas condições e na posição correta; certifique-se também de que a válvula rotativa e a válvula de segurança estão livres de restos de alimentos que as possam obstruir. Consulte as instruções mais detalhadas neste manual.
6. Certifique-se de que a panela de pressão está bem fechada antes de começar a cozinhar. Quando estiver sob pressão, desloque a panela com extremo cuidado. Não toque nas superfícies quentes. Utilize as asas. Se necessário, use luvas de forno.
7. Quando a pressão desejada for atingida, baixe o calor para evitar que se evapore todo o líquido criado no interior. Isto impedirá que a panela de pressão continue a funcionar em seco.
8. Depois de eliminar a pressão, levante a tampa da panela inclinando a superfície superior na sua direção para permitir que os restos de vapor que permaneçam dentro da panela se libertem pela parte mais afastada de si.
9. As panelas de pressão não devem ser usadas para propósitos médicos ou medicinais, por exemplo para esterilizar. Estas panelas de pressão não estão concebidas para alcançar a temperatura necessária para uma esterilização completa.
10. Não permita a utilização da panela de pressão a pessoas que não estejam familiarizadas com este manual de instruções.
11. **ATENÇÃO: UTILIZE APENAS PEÇAS DE SUBSTITUIÇÃO ORIGINAIS, DE ACORDO COM O MODELO CORRESPONDENTE. A UTILIZAÇÃO DE QUALQUER PEÇA DE SUBSTITUIÇÃO OU ACESSÓRIO NÃO ORIGINAL É PERIGOSO, DADO QUE FAZEM PARTE DO SISTEMA DE SEGURANÇA DA PANELA DE PRESSÃO. AS PEÇAS DE SUBSTITUIÇÃO NÃO ORIGINAIS INVALIDAM A GARANTIA DO FABRICANTE.**

Introdução

Obrigado por comprar uma panela de pressão da Fagor. Agradecemos a confiança que depositou na nossa empresa, escolhendo uma das nossas panelas de pressão. Temos a certeza de que esta panela de pressão lhe irá proporcionar um excelente serviço durante anos.

A panela de pressão oferece muitas vantagens sobre os métodos de cozedura tradicionais. A primeira e mais importante é que cozinha os alimentos em muito menos tempo, na maioria dos casos, num terço do tempo normalmente necessário. Ao reduzir o tempo para cozinhar os alimentos, estes tendem a conservar melhor a cor e o sabor, além das vitaminas e minerais, que geralmente evaporam ou se diluem ao cozinhar com mais água e durante mais tempo. Fabricadas em alumínio de alta qualidade, as panelas de pressão da Fagor estão concebidas tendo em conta a funcionalidade e a segurança, cumprindo todos os padrões internacionais de segurança.

Cozinhar com uma panela de pressão permite economizar até 70% do tempo de cozedura, comparativamente aos métodos tradicionais. Cozinhar em menos tempo consome menos energia. Além disso, ao cozinhar a alta temperatura e maior rapidez, retém melhor as vitaminas e minerais dos alimentos, tornando as suas refeições mais saudáveis. A panela de pressão da Fagor será provavelmente a peça mais eficiente na sua cozinha.

Antes de começar a cozinhar, é importante que leia atentamente este manual e que compreenda o funcionamento, os cuidados e a manutenção da sua panela de pressão da Fagor, para poder desfrutar dela por muitos anos.

Componentes e dispositivos de segurança

A panela de pressão da Fagor foi concebida com três dispositivos de segurança. Familiarize-se com estes sistemas de segurança importantes e a forma como funcionam antes de utilizar a panela de pressão pela primeira vez:

Válvula rotativa (22). Quando a panela atinge a pressão de funcionamento, a referida válvula liberta o excesso de vapor mantendo constante a pressão ideal no interior. Sugerimos que tenha o devido cuidado e que proteja as mãos quando manusear a válvula de trabalho, dado que esta pode estar quente devido à saída de vapor característica.

Válvula de segurança (7). Se, por alguma circunstância, a válvula de trabalho ficar obstruída ou não funcionar e, assim, se produza um aumento de pressão na panela, esta válvula de segurança entrará em funcionamento, libertando o vapor e equilibrando a pressão. Se esta situação ocorrer, deverá retirar a panela de pressão da fonte de calor com calma, esperar que perca a pressão para abrir a tampa e proceder à limpeza da válvula de trabalho com água abundante, detergente neutro e uma vareta fina.

Travessão (35). Na eventualidade dos sistemas de segurança anteriores terem deixado de funcionar, o travessão permitirá que a tampa da panela se abra o suficiente para libertar o excesso de pressão dentro da panela. Neste caso, leve a panela a um **Serviço Técnico Autorizado** para proceder a uma inspeção da panela de pressão. Não utilize a panela de pressão enquanto o problema não for resolvido.

Características adicionais

1 A panela de pressão é fabricada em alumínio extraforte, recomendado para o uso em fogões que utilizem o gás como fonte de calor. As panelas não são adequadas para funcionar em fontes de indução.

2 A panela liberta vapor durante o funcionamento, pelo que deve usar a quantidade certa de água durante a cozedura. Com a utilização adequada de calor, a panela de pressão funciona por si só.

3 Ao cozinhar com esta panela de pressão, preserva-se uma maior percentagem de minerais (Mg, Fe, Ca, etc.) e vitaminas (A e C) que na cozinha tradicional.

Cozinhar com a panela de pressão da Fagor

Antes de utilizar pela primeira vez

Antes de usar a panela de pressão pela primeira vez, retire os autocolantes que possam estar aplicados. Se restarem resíduos do produto adesivo, podem ser eliminados com um pano ou papel embebido em álcool.

Lave bem a peça com detergente neutro e água tépida, usando uma esponja ou pano suave para eliminar os possíveis resíduos de óleos, lubrificantes e compostos de fabrico e polimento. Encha a panela com água até 2/3 da sua capacidade, feche e coloque-a sobre a fonte de calor. Deixe a funcionar durante 10 ou 15 minutos a contar desde o momento em que é obtida a pressão de regulação. Depois de decorrido este tempo, retire a panela do fogo e deixe libertar completamente a pressão antes de abrir a panela. Retire o líquido da panela com precaução.

Lave de novo a peça com água morna e detergente neutro. Passe por água morna abundante e seque imediatamente com um pano suave para evitar manchas de calcário.

Dependendo da dureza da água ou dos alimentos e condimentos utilizados para cozinhar, é normal que a parte que fique coberta pelo líquido ou em contacto com os alimentos adquira uma coloração mais escura. Isto não produz qualquer efeito nos alimentos nem no funcionamento da sua panela de pressão da Fagor.

Como acrescentar alimentos e líquidos

1 Nunca encha a panela mais de dois terços (2/3) da sua capacidade. Isto inclui os líquidos e ingredientes sólidos acrescentados na panela (Fig. 1). Como líquido, pode usar: água, caldo, vinho ou qualquer outro tipo de líquido para cozinhar, exceto óleo. Pode utilizar óleo para dourar a carne ou escalfar a cebola antes de acrescentar a água, os restantes ingredientes e fechar a panela. **O ÓLEO NÃO DEVE SER O ÚNICO LÍQUIDO UTILIZADO PARA COZINHAR.**

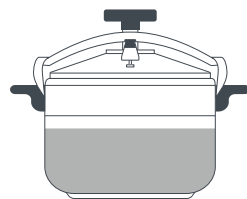


Fig.1

2 Quando preparar alimentos que se expandam durante o processo de cozedura, como o arroz, cereais ou alimentos desidratados, nunca encha nem ultrapasse o nível "1/2" no corpo da panela (Fig. 2). Se forem excedidos os níveis de enchimento da panela de pressão, os dispositivos de segurança podem ficar deteriorados, aumentando o risco de ocorrência de queimaduras.

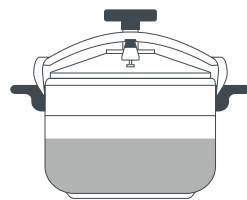
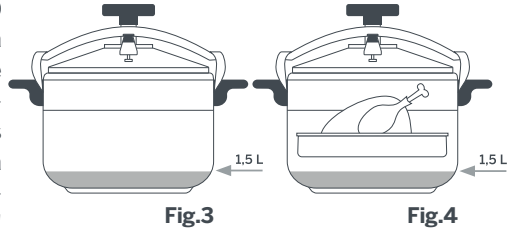


Fig.2

3 ACRESCENTE SEMPRE LÍQUIDO NA PANELA DE PRESSÃO.

Para qualquer tipo de cozedura na panela de pressão, é sempre necessário acrescentar um mínimo aproximado de 1,5 litros de líquido. Desta forma, evita-se que a panela fique sem líquido e que os ingredientes fiquem queimados ou "colados" à panela de pressão. A utilização de uma menor quantidade de líquido pode danificar ou sobreaquecer a panela de pressão (Fig. 3).



4 Quando utilizar a sua panela de pressão para cozinhar a vapor, adicione o mínimo de 1,5 litros de caldo ou água. Coloque los ingredientes num cesto (vendido separadamente) (Fig. 4).

5 Recorde que alguns alimentos como a cevada, frutas e massas produzem espuma e, durante a cozedura, podem bloquear os sistemas de libertação da pressão (válvula rotativa e de segurança), Estes alimentos não devem ser cozinhados em panelas de pressão.

6 Para impedir danos no alumínio, é importante acrescentar o sal quando o conteúdo da panela começar a ferver, o que ajudará a que se dissolva completamente. Depois de decorrido o tempo de cozedura, evite que os alimentos permaneçam muito tempo na panela de pressão, dado que os componentes ácidos dos alimentos e o sal podem causar corrosão se estiverem em contacto com o alumínio durante um período prolongado de tempo.

ATENÇÃO: AS PANELAS DE PRESSÃO NÃO SÃO FRITADEIRAS. NÃO TENTE FRITAR SOB PRESSÃO.

Controlo das válvulas

As válvulas são dispositivos de segurança. Antes de usar a sua panela, verifique sempre se as válvulas de segurança estão entupidas, dado que pode impossibilitar a respetiva função.

1. **Ponto de exaustão (23).** Retire a tampa e a válvula rotativa. Verifique no interior da tampa se o ponto de exaustão está completamente limpo. Caso contrário, limpe com uma vareta fina (Fig. 5a).

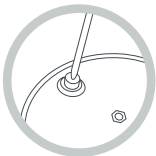


Fig.5a

2. **Válvula de segurança (7).** Verifique se a válvula de segurança funciona corretamente, pressionando a válvula com uma vareta fina do lado de dentro da tampa (Fig. 5b). Para um funcionamento adequado, deverá deslizar livremente de cima para baixo. Se a válvula estiver bloqueada, não use a panela e leve-a a um Serviço Técnico Autorizado para inspeção.



Fig.5b

Como fechar a tampa e começar a cozinhar

1 Certifique-se de que a junta de silicone fica perfeitamente encaixada na devida posição, dentro do aro interior que rodeia a tampa.

2 Com o botão de aperto na sua posição inferior (rode no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio) (Fig. 6), coloque a tampa sobre o corpo (Fig. 7) ligando os extremos do travessão a cada uma das garras e certifique-se de que fica bem encaixada, deslizando os dedos em redor da tampa..

3 Rode o botão de aperto no sentido dos ponteiros do relógio (Fig. 8). Proceda ao fecho definitivo rodando o botão de aperto entre 1 e 1/2 e 2 voltas, até o travessão ficar bem fixo por baixo das garras e a tampa ficar completamente fechada.

4 Coloque a válvula rotativa sobre o ponto de exaustão (Fig. 9).

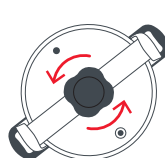


Fig.6

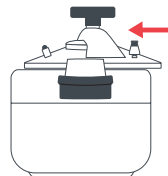


Fig.7

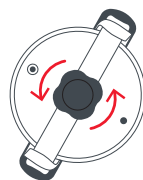


Fig.8

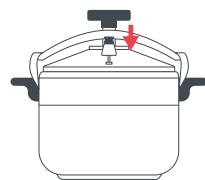


Fig.9

Cozinhar sob pressão

1. Coloque os ingredientes que vai utilizar dentro da panela, feche-a e coloque a válvula rotativa corretamente no ponto de exaustão. De seguida, coloque a panela de pressão na fonte de calor na potência máxima.
2. Depois de um tempo, a pressão acumulada no interior da panela começa a fazer rodar a válvula rotativa e o vapor começa a ser libertado. Nesse momento, deve reduzir a intensidade do calor, para poder manter uma constante, mas ligeira, libertação de vapor.
3. A partir deste momento, devem começar a contar-se os tempos de cozedura (consultar a tabela de orientação dos tempos de cozedura).
4. Durante a cozedura, é NORMAL observar pequenas quantidades de vapor que saem da válvula de segurança.
5. Se usar um fogão a gás, ajuste a chama e coloque a panela de pressão no centro do queimador com o objetivo de evitar que a chama se propague para além da base da panela. Dessa forma, economiza energia e evita a deterioração das asas laterais e da junta de silicone.

Tenha em devida consideração o seguinte:

- Nunca deixe uma panela de pressão vazia sobre uma fonte de calor.
- Se for observado algum problema durante a cozedura, retire a panela de pressão da fonte de calor e deixe arrefecer completamente.

- Para evitar danos na sua panela de pressão, cozinhe com, pelo menos, a quantidade mínima de água ou líquido recomendada. **NUNCA DEIXE A PANELA NO FOGO SEM LÍQUIDO.**
- **NUNCA TENTE ABRIR A PANELA COM PRESSÃO NO INTERIOR.**
- **NUNCA UTILIZE A PANELA PARA FRITAR COM ÓLEO SOB PRESSÃO.**

Como eliminar a pressão depois de cozinhar

Verifique sempre a receita do prato em preparação, para determinar se a panela de pressão deve arrefecer naturalmente ou se deve usar um método de arrefecimento rápido. Pode escolher um destes dois métodos para libertar a pressão:

1. Eliminar a pressão de forma natural

Para utilizar este método, retire a panela de pressão do queimador e deixe a pressão diminuir naturalmente. Dependendo da quantidade de comida e líquido, pode demorar entre 10 e 15 minutos. Depois da panela arrefecer, remova a válvula rotativa para libertar a pressão (Fig. 10). Se ainda permanecer alguma pressão dentro da panela, será libertada pelo ponto de exaustão.

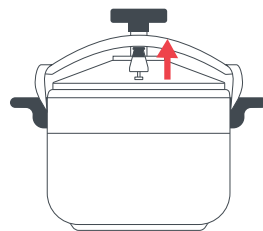
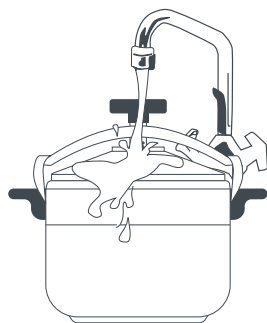


Fig.10

2. Eliminar a pressão arrefecendo a panela com água fria



Com a panela na banca, deixe a água fria escorrer sobre a tampa (Fig. 11). Quando a pressão baixar, remova a válvula rotativa (Fig. 10) e aguarde que o vapor se dissipe completamente. Este método é usado quando é necessário libertar a pressão o mais rápido possível. Principalmente na preparação de vegetais, mariscos ou outros alimentos delicados que facilmente se cozinham em demasia.

Depois da pressão ser libertada, abra a panela rodando o botão de aperto no sentido anti-horário até o travessão ficar na posição mais baixa possível (Fig. 6). Deslize a tampa horizontalmente até a retirar completamente. (Fig. 7). Abra a panela de pressão com cuidado, mantenha o rosto e o corpo afastados, dado que ainda pode permanecer algum volume de vapor quente dentro da panela.

Fig.11 manecer algum volume de vapor quente dentro da panela.

Depois da pressão ter sido completamente libertada, mova a panela suavemente antes de abrir a tampa, especialmente depois de cozinhar arroz, purés, alimentos com elevado teor de gordura ou molhos. Isto impedirá que esses alimentos salpiquem quando abrir a tampa.

| ATENÇÃO: NUNCA FORCE A TAMPA PARA A ABRIR.

Limpeza e cuidado

Os utensílios de alumínio **NÃO** são adequados para lavagem em máquinas de lavar louça automáticas ou industriais. Os detergentes aí usados contêm produtos químicos que danificam o alumínio, causando descolorações irreversíveis e corrosão.

Deixe a panela arrefecer antes de cada lavagem. As mudanças repentinas de temperatura podem causar deformações e danos irreparáveis na base, o que fará com que o calor deixe de se distribuir uniformemente.

Depois de cada utilização, lave a peça à mão com um detergente neutro e água morna, usando uma esponja ou um pano macio. Passe por água abundante e seque a peça imediatamente para evitar o aparecimento de manchas de calcário.

Para eliminar manchas difíceis ou restos de comida, basta ferver água e limão na proporção de 4 para 1 por 4 ou 5 minutos. Depois, lave de forma convencional. No caso dos alimentos "colarem" ou queimarem, não use raspadores, utensílios afiados ou esponjas de metal, pois podem arranhar o fundo.

Nunca utilize lixívia nem produtos que contenham cloro ou soda, como os produtos de limpeza de fornos que possam danificar o acabamento da superfície de alumínio.

Manuseie e guarde os utensílios de alumínio com cuidado. Recorde que o alumínio não é tão resistente quanto o aço inoxidável e o excesso de peso ou pancadas fortes podem deformar a peça. Ao guardar as peças, coloque as tampas viradas para cima, para evitar a acumulação de odores no interior.

Tampa. Não lave a tampa da panela ou qualquer um dos seus componentes na máquina de lavar louça. Limpe o orifício do ponto de exaustão (23) com uma vareta fina e a válvula de segurança, pressionando-a com a mesma vareta por dentro da tampa.

Corpo. Dependendo dos alimentos e condimentos usados para cozinhar, bem como do teor mineral da água usada na cozedura, podem aparecer manchas e até o escurecimento do fundo da panela, o que não afeta os alimentos nem o funcionamento da panela de pressão. Para a limpeza, pode ferver na panela durante 10 minutos uma solução de água e uma quarta parte de sumo de limão e depois proceder à limpeza com um detergente neutro e uma esponja de aço, enxaguando com bastante água. Nunca deixe dentro do corpo da panela restos de molho de tomate, água salgada ou qualquer outro alimento, pois isso pode causar corrosão.

Junta de silicone. A junta é composta por um silicone de grande resistência. Lave-a com detergente e água morna sempre que lavar a tampa.

Botão de aperto. Se usa a panela com frequência, recomendamos que inspecione regularmente o botão de aperto, para verificar se a baquelite sofreu algum desgaste. Se notar alguma quebra ou fissura, será necessário substituí-lo.

ATENÇÃO: A junta de silicone é considerada desgastada quando a panela começa a perder vapor. A junta de silicone deve ser substituída aproximadamente a cada 12 a 18 meses para garantir o bom funcionamento da panela de pressão.

Instruções básicas para cozinhar

Nesta secção, encontrará as instruções básicas para cozinhar os alimentos mais vulgarmente preparados em panelas de pressão. Esta panela atinge uma pressão de 55 kPa. Os tempos devem começar a ser contados a partir do momento em que o vapor começa a sair pela válvula e em que também deve ser reduzida a potência ou a intensidade do calor.

Estes tempos são indicativos e podem variar de acordo com a frescura e a qualidade dos alimentos, o tipo de corte, a água utilizada e, em última análise, podem variar de acordo com o gosto de cada um.

Vegetais	Tempo aprox. cozedura	Nível máx. de preenchimento Volume líquido
Acelga, folhas	02 - 04 min	Nível ½ / 1500 ml
Acelgas, talos	06 - 10 min	Nível ½ / 1500 ml
Alcachofra média	10 - 14 min	Nível ½ / 1750 ml
Aipo	04 - 06 min	Nível ½ / 1500 ml
Brócolos, brotos	03 - 05 min	Nível ½ / 1500 ml
Abóbora, pedaços	06 - 10 min	Nível ½ / 1500 ml
Abobrinha, pedaços	06 - 08 min	Nível ½ / 1500 ml
Cardo picado	24 - 28 min	Nível ½ / 1750 ml
Cebolas	06 - 08 min	Nível ½ / 1500 ml
Couve de Bruxelas	06 - 08 min	Nível ½ / 1500 ml
Couve-flor, florescimentos	02 - 03 min	Nível ½ / 1500 ml
Espargos, brancos	06 - 08 min	Nível ½ / 1750 ml
Espargos, verdes	04 - 06 min	Nível ½ / 1500 ml
Milho, em maçaroca	06 - 08 min	Nível ½ / 1500 ml
Ervilhas	04 - 06 min	Nível ½ / 1500 ml
Repolho	08 - 10 min	Nível ½ / 1500 ml
Feijão verde, inteiro	06 - 08 min	Nível ½ / 1500 ml
Lombarda- repolho roxo	08 - 10 min	Nível ½ / 1500 ml
Batatas inteiras	10 - 12 min	Nível ½ / 1750 ml

Batatas, pedaços	08 - 10 min	Nível ½ / 1500 ml
Alho-porro, inteiro	06 - 08 min	Nível ½ / 1500 ml
Beterraba, inteira	10 - 12 min	Nível ½ / 1750 ml
Tomates, inteiros	08 - 10 min	Nível ½ / 1500 ml

Legumes	Tempo aprox. cozedura	Nível máx. de preenchimento Volume líquido
Feijão branco	24 - 28 min	Nível ½ / Até coberto
Feijão verde	20 - 26 min	Nível ½ / Até coberto
Feijão rajado	20 - 26 min	Nível ½ / Até coberto
Feijão (faves)	24 - 28 min	Nível ½ / Até coberto
Favas	14 - 16 min	Nível ½ / Até coberto
Lentilhas	12 - 14 min	Nível ½ / Até coberto
Grão de bico	35 - 40 min	Nível ½ / Até coberto
Azuki	14 - 16 min	Nível ½ / Até coberto

Grãos (1 chávena)	Tempo aprox. cozedura	Relação de peso Volume
Arroz variedade Bomba	8 - 10 min	900 gr / 1650 ml
Arroz c variedade Arnalorí	8 - 10 min	900 gr / 1650 ml
Arroz, variedade Basmati	7 - 9 min	900 gr / 1500 ml
Arroz variedade Integral	16 - 20 min	900 gr / 2400 ml
Risotto	8 - 10 min	900 gr / 2025 ml
Arroz variedade Sushi	8 - 10 min	900 gr / 1200 ml

Frutas e sobremesas	Tempo aprox. cozedura	Nível máx. de preenchimento Volume líquido
Damascos	6 - 8 min	Nível ½ / 1500 ml
Pêssegos	6 - 8 min	Nível ½ / 1500 ml
Peras	10 - 12 min	Nível ½ / 1500 ml
Maçãs	10 - 12 min	Nível ½ / 1500 ml
Castanhas	8 - 10 min	Nível ½ / 1750 ml
Marmelo	14 - 16 min	Nível ½ / 1750 ml
Crems	10 - 12 min	Flanera / Até coberto ¾

Carne de bovino e aves	Tempo aprox. cozedura	Nível máx. de preenchimento Volume líquido
Carne de bovino/vitela, assada	35 - 40 min	Nível máx. / Hasta cubrir $\frac{3}{4}$
Bochecas de vaca ou boi	32 - 36 min	Nível máx. / Até coberto
Bovino/vitela, cubos	30 - 34 min	Nível máx. / Até coberto
Rabo de vaca ou boi	45 - 50 min	Nível máx. / Até coberto
Tripas de vaca ou boi	45 - 50 min	Nível $\frac{1}{2}$ / Até coberto
Vitela, estufado	20 - 24 min	Nível máx. / Até coberto
Chambão de vitela em cubos	44 - 48 min	Nível máx. / Até coberto
Vitela, toda a volta	24 - 28 min	Nível $\frac{1}{2}$ / Até coberto $\frac{3}{4}$
Porco pedaços	26 - 30 min	Nível máx. / Até coberto
Porco, assado	08 - 10 min	Nível $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Cordeiro, pezinhos	30 - 34 min	Nível máx. / Até coberto
Frango do campo, inteiro	18 - 22 min	Nível $\frac{1}{2}$ / Até coberto $\frac{3}{4}$
Frango do campo, pedaços	12 - 16 min	Nível máx. / Até coberto
Galinha en cuartos	28 - 32 min	Nível máx. / Até coberto
Cordeiro assado	24 - 28 min	Nível máx. / Até coberto
Coelho, pedaços	14 - 16 min	Nível máx. / Até coberto
Mariscos e peixes	Tempo aprox. cozedura	Nível máx. de preenchimento Volume líquido
Lulas	12 - 16 min	Nível $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Polvo	12 - 16 min	Nível $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Lagosta	8 - 10 min	Nível $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Centollo, buey de mar	8 - 10 min	Nível máx. / 1500 ml
Camarões	2 - 3 min	Nível máx. / 1300 ml
Carabineiros	2 - 3 min	Nível $\frac{1}{2}$ / 1300 ml
Peixe com lombo <200 gr	6 - 8 min	Nível $\frac{1}{2}$ / 1500 ml
Porção de peixe	4 - 6 min	Nível $\frac{1}{2}$ / 1300 ml
Peixe, filete	2 - 4 min	Nível $\frac{1}{2}$ / 1300 ml

FAGOR 
Vuelve al hogar