

LAKELAND

INSTRUKCJA OBSŁUGI SZYBKOWARKI

3L



Model: 18435

5,5 l



Model: 18434

SZYBKOWAR LAKELAND

Dziękujemy za wybranie szybkowaru Lakeland.

Przed użyciem szybkowaru przeczytaj uważnie niniejszą instrukcję i zachowaj ją na przyszłość.

Oszczędzając znaczną ilość czasu i energii, tradycyjna metoda gotowania pod ciśnieniem przeżywa renesans w dzisiejszych kuchniach. Dzięki Lakeland Pressure Cooker, zdrowe i pyszne posiłki można przygotować od podstaw w ułamku czasu dzięki ciepłu i ciśnieniu pary, w tym domowe zupy, soczyste całe pieczone kurczaki, rozpływające się w ustach gulasze i zapiekanki, dania z makaronem i uwielbiane desery, takie jak puddingi gotowane na parze.

W Lakeland nasza wielokrotnie nagradzana firma rodzinna w dalszym ciągu oferuje tę samą doskonałą jakość, stosunek jakości do ceny i wyjątkową obsługę klienta, co w latach 60., gdy zakładaliśmy firmę.

Nasze produkty są starannie wybierane i dokładnie testowane, dzięki czemu możesz mieć pewność, że wszystko, co kupisz, będzie sprawiało przyjemność w użytkowaniu przez wiele lat.

ZAWARTOŚĆ

Cechy produktu.....	3
Środki ostrożności	4-6
Przeczytaj przed użyciem.....	7-9
Szybki start – Instrukcja użytkowania	10-11
Korzyści.....	12
Części/Funkcje.....	13-15
Gotowanie pod ciśnieniem w szczególach.....	16-20
Czyszczenie i konserwacja.....	21-22
Przewodnik po składnikach i czasie gotowania	23-26
Przepisy.....	27-32
Adaptacja własnych przepisów.....	33
Wskazówki i porady	34-35
Często zadawane pytania	36
Deklaracja zgodności WE	37
Informacje dotyczące recyklingu.....	37

CECHY PRODUKTU

1. System zamykania jedną ręką 2. Czerwony

zawór bezpieczeństwa

3. Zawór regulacji ciśnienia

4. Okno bezpieczeństwa 5.

Pokrywa z pierścieniem uszczelniającym

6. Uchwyty odporne na ciepło na garnku do gotowania 7. Garnek do gotowania

8. Dno typu „sandwich termiczny”

9. Podstawka

10. Dodatkowa szklana pokrywa



UWAGI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Przed pierwszym użyciem szybkowaru prosimy uważnie przeczytać niniejszą instrukcję i zachować ją na przyszłość.

Podczas korzystania z szybkowaru zawsze przestrzegaj tych środków ostrożności, aby uniknąć obrażeń ciała lub uszkodzenia urządzenia. Szybkowar należy używać wyłącznie zgodnie z przeznaczeniem w domu, zgodnie z opisem w niniejszej instrukcji obsługi.



Przeczytaj instrukcję użytkowania!



Należy przestrzegać symboli bezpieczeństwa i ostrzeżeń!

W naszym produkcie zastosowano następujące piktogramy:



OTWARTE



ZAMKNAĆ

Należy pamiętać, że niewłaściwe użytkowanie może spowodować uszkodzenie.

Przed pierwszym użyciem szybkowaru usuń wszelkie opakowania, etykiety i naklejki.



UWAGA: Torby plastikowe i opakowania mogą być niebezpieczne. Aby uniknąć ryzyka uduszenia, trzymaj je poza zasięgiem dzieci i niemowląt. Torby te nie są zabawkami.

1. Tego szybkowaru nie wolno używać osobom, które nie są z nim zaznajomione.
Jak z tego korzystać.
2. Szybkowaru nigdy nie wolno pozostawiać bez nadzoru, gdy znajduje się pod ciśnieniem.
3. **NIE WOLNO** pozwalać dzieciom przebywać w pobliżu szybkowaru, gdy jest on używany lub się nim bawi.
z szybkowarem.
4. Szybkowar nie jest przeznaczony do użytku przez osoby (w tym dzieci) ograniczone zdolności fizyczne, sensoryczne lub umysłowe, a także brak doświadczenia lub wiedzy, chyba że znajdują się pod nadzorem osoby odpowiedzialnej za ich bezpieczeństwo lub otrzymały od niej instrukcje dotyczące korzystania z urządzenia.
5. Używaj szybkowaru wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem, czyli gotowaniem pod ciśnieniem.
Tylko do użytku domowego, wewnątrz pomieszczeń.
6. Sprawdź, czy zawór bezpieczeństwa, zawór regulacji ciśnienia i pierścień uszczelniający są czyste.
i funkcjonalne przed każdym użyciem.
7. Proces gotowania generuje ciśnienie. Dlatego ważne jest, aby upewnić się, że
przed użyciem należy prawidłowo uszczelnić szybkowar oraz zapoznać się z instrukcją bezpieczeństwa i jej przestrzegać

instrukcji i wskazówek dotyczących użytkowania, gdyż niewłaściwe użytkowanie może spowodować obrażenia ciała lub uszkodzenie szybkowaru.

8. Ten szybkowar nie posiada wskaźnika ciśnienia. Proszę przestrzegać para wydobywająca się z zaworu regulacji ciśnienia – jest to znak, że wewnątrz garnka narasta ciśnienie.
9. NIE napełniaj szybkowaru mniejszą ilością niż określona w oznaczeniu „MIN”, np. płynem i gotowaną żywnością.
10. NIE przekraczać określonej maksymalnej ilości napełnienia „MAX”, np. płynów i żywności gotowanie. Podczas gotowania żywności, która zwiększa swoją objętość podczas gotowania, takiej jak ryż lub suszone warzywa, nie napełniaj szybkowaru do więcej niż połowy jego pojemności.
11. Używaj wyłącznie źródeł ciepła określonych w instrukcji użytkowania.
zachowaj optymalną wydajność energetyczną używaj patelni na palniku o odpowiedniej średnicy, a jeśli używasz kuchenki gazowej, dostosuj płomień tak, aby nie wychodził poza boki patelni. Przesuwane patelnie na płycie ceramicznej mogą porysować powierzchnię płyty.
12. Aby uniknąć ryzyka obrażeń lub pożaru, nie przykrywaj szybkowaru podczas użytkowania.
13. Szybkowaru nie wolno nigdy używać pod ciśnieniem do smażenia lub głębokiego smażenia żywności.
w oleju.
14. Szybkowaru nie wolno używać w piekarniku, ponieważ może to spowodować jego uszkodzenie. Nie używaj w piekarniku, w kuchence mikrofalowej lub pod grillem.
15. Dodatkowe wskazówki dotyczące przygotowywania specjalnych potraw można znaleźć w instrukcji użytkowania w części „PRZECZYTAJ PRZED PIERWSZYM UŻYCIEM”, strony 7–9.
16. Gdy garnek jest gorący, dotykaj go tylko za uchwyty. NIE pozwól, aby uchwyty wystawały ponad palniki lub przód płyty. Zawsze używaj suchych rękawic kuchennych lub ściereczki podczas obsługi garnka, ponieważ uchwyty mogą się nagrzać w trakcie i po gotowaniu. Zachowaj ostrożność podczas przenoszenia garnków zawierających gorący olej lub płyny.
17. Szybkowaru nigdy nie wolno otwierać siłą. Przed otwarciem szybkowaru upewnij się, że ciśnienie zostało całkowicie uwolnione. (Więcej informacji znajdziesz w instrukcji użytkowania, strona 11.
18. Podczas uwalniania pary trzymaj ręce, głowę i ciało z dala od obszar, w którym uwalniana jest para. Para może powodować oparzenia. Zawsze upewnij się, że czerwony wskaźnik ciśnienia spadł przed otwarciem pokrywy.
Zobacz stronę 13 „CZĘŚCI/FUNKCJE”.
19. NIE stawiaj gorących garnków na delikatnych powierzchniach, zawsze używaj podstawki.
20. Po ugotowaniu mięsa ze skórą (np. języka wołowego), która może puchnąć pod wpływem nacisku, nie nakłuwaj mięsa, gdy skóra jest napęczniała, gdyż możesz się poparzyć.
21. Podczas gotowania potraw o konsystencji ciasta delikatnie potrząśnij garnkiem przed otwarciem pokrywy, aby uniknąć wyrzucanie jedzenia.
22. NIE WOLNO myć pokrywy szybkowaru (ani żadnej jej części) w zmywarce.
do czyszczenia.

23. Stosuj wyłącznie oryginalne części zamienne, strona 37.
24. Zawsze sprawdzaj szybkowar pod kątem uszkodzeń przed użyciem. Jeśli wymagana jest wymiana lub naprawa, został uszkodzony, upuszczony lub zepsuty, nie używaj go. Skontaktuj się z działem obsługi klienta Lakeland pod numerem 015394 88100 (patrz ostatnia strona).
25. Wszelkie plamy na dnie garnka można łatwo usunąć cytryną lub octem. Aby usunąć osady kamienia wapiennego, postępuj zgodnie z instrukcjami na stronie 21.
26. Do czyszczenia szybkowaru nigdy nie używaj środków czyszczących ani drucianych gąbek stalowych.
27. Należy upewnić się, że instrukcja użytkowania jest przechowywana w należyтым porządku.
28. Garnka nie wolno używać do smażenia na głębokim tłuszczu, w oleju lub innym tłuszczu.
29. Nigdy nie pozostawiaj tłuszczu bez nadzoru. Należy pamiętać, że gorący tłuszcz może się zapalić. Nie gasić spalanie tłuszczu wodą – zamiast tego użyj odpowiedniego koca lub gaśnicy klasy F.
30. Nigdy nie używaj szybkowaru bez dodania wody lub innego płynu, ponieważ może to poważnie uszkodzić szybkowar. uszkodzić go.
31. Żywności nigdy nie należy gotować na sucho. Zawsze napełniaj garnek wystarczającą ilością jedzenia/ płyn do poziomu napełnienia 'MIN'. Nie pozostawiaj pustego garnka na gorącej kuchence ani nie dopuść do jego wygotowania. W przypadku wygotowania się garnka nie ruszaj go z kuchenki, dopóki nie ostygnie.
32. Mamy nadzieję, że korzystanie z szybkowaru sprawi Ci przyjemność i będziesz cieszyć się efektami.

PRZECZYTAJ PRZED PIERWSZYM UŻYCIEM

- Przed pierwszym użyciem umyj garnek gorącą wodą z mydłem i dokładnie osusz.
- Wszelkie białe ślady pojawiające się na dnie garnka po pierwszym użyciu są spowodowane bardzo wysoką zawartością kredy w wodzie.
- Te ślady można łatwo usunąć za pomocą octu i środka do usuwania kamienia. Nigdy nie używaj środków szorujących ani druczanych gąbek stalowych do czyszczenia. Dotyczy to również zewnętrznych powierzchni ze stali nierdzewnej.
- Sprawdź, czy zawór regulacji ciśnienia i sworzeń w zaworze bezpieczeństwa mogą być poruszać się swobodnie.
- Tego szybkowaru nie wolno używać osobom, które nie są zaznajomione z jego obsługą, aby go użyć.
- Należy zachować szczególną ostrożność podczas korzystania z szybkowaru w pobliżu dzieci.
- Szybkowaru należy używać wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem, czyli gotowaniem pod ciśnieniem. Można go używać tylko jako „normalnego” garnka do gotowania bez pokrywki. Nigdy nie używaj go w piekarniku ani kuchence mikrofalowej.
- Zawsze kontroluj szybkowar, gdy podgrzewasz go na najwyższym ustawieniu.
- W przypadku korzystania z kuchenki elektrycznej płyta grzewcza musi być mniejsza od średnicy płyty. garnek do gotowania lub tej samej wielkości.
- W przypadku korzystania z kuchenki gazowej, średnica płyty nie może przekraczać średnicy podstawy. Jeśli kuchenka gazowa płomień jest zbyt duży, może uszkodzić uchwyty.



- W przypadku korzystania z płyty ceramicznej dno garnka powinno być czyste i suche.
- Nigdy nie dotykaj gorącej zewnętrznej powierzchni szybkowaru podczas gotowania, ponieważ możesz się poparzyć.
- Jeśli szybkowar jest nadal gorący, należy go podnosić i przenosić tylko z zachowaniem szczególnej ostrożności. za uchwyty (nie za pokrywę).
- Nigdy nie należy używać szybkowaru bez płynu, ponieważ może to spowodować jego uszkodzenie. Szybkowar.



- Dla dowolnej ilości przygotowywanego jedzenia minimalna ilość niezbędnego płynu, łącznie z gotowaną potrawą, w garnku musi być napełniona przynajmniej w 1/3.

- Należy zwrócić uwagę na skalę ilości napełnienia wewnątrz garnka.
- Szybkowar nie wolno nigdy napełniać powyżej 2/3 pojemności; w przypadku żywności, która łatwo się rozpręży lub pieni (ryż, rośliny strączkowe), nie wolno napełniać go powyżej połowy pojemności. Proszę najpierw częściowo ugotować potrawę w otwartym szybkowarze, następnie zebrać pianę i zamknąć pokrywę.



- Szybkowar nie wolno nigdy używać pod ciśnieniem do smażenia lub głębokiego smażenia żywności w oleju.
- Kielbasy ze sztuczną osłonką muszą zostać przebite przed gotowaniem. Jeśli osłonka nie zostanie przebita, rozszerzy się pod wpływem ciśnienia i może pęknąć. Powstały rozprysk może spowodować oparzenia.
- Jeśli mięso było gotowane w skórce i spuchło po gotowaniu, pozwól na zmniejszenie się obrzęku zamiast przekłuwania skóry. W przeciwnym razie możesz się poparzyć.

- Nie gotuj żadnego jedzenia, które ma tendencję do tworzenia piany, takiego jak mus jabłkowy, rabarbar, makaron, płatki owsiane lub inne zboża. Ponieważ jedzenie to wiruje podczas gotowania, istnieje ryzyko, że zawór kontroli ciśnienia może zostać zablokowany.
- Jeśli zawartość jest papkowata, przed otwarciem szybkowaru należy delikatnie wstrząsnąć nim (usunąć ciśnienie).
- Podczas gotowania strumienie pary wydostają się pionowo ze środka naczynia. zawór regulacji ciśnienia po osiągnięciu temperatury gotowania.
- Uważaj, aby nie mieć kontaktu z gorącą parą.
- Podczas gotowania nie wolno dotykać układów bezpieczeństwa.
- Nie wolno otwierać szybkowaru na siłę, gdy znajduje się pod ciśnieniem.
- Przed otwarciem szybkowaru należy pozwolić mu ostygnąć. Para musi zostać całkowicie uwolniona, w przeciwnym razie garnek do gotowania nie będzie mógł zostać otwarty. Postępuj zgodnie z instrukcjami otwierania na stronie 19.
- Nie dokonuj żadnych zmian w urządzeniach zabezpieczających, ponieważ istnieje ryzyko oparzenia. Podczas uwalniania pary trzymaj ręce, głowę i ciało z dala od obszaru, w którym uwalniana jest para.
- Używaj wyłącznie oryginalnych akcesoriów, pokrywek i garnków przeznaczonych do tego celu. Szybkowar patrz strona 37.
- Nigdy nie używaj zdeformowanych lub uszkodzonych szybkowarów lub części akcesoriów.
- Jeśli konieczna jest naprawa, prosimy o kontakt z naszym działem obsługi klienta.

PRZED GOTOWANIEM



- Sprawdź, czy zawór bezpieczeństwa, regulator ciśnienia

Przed każdym użyciem należy sprawdzić, czy zawór i pierścień uszczelniający są czyste i działają prawidłowo.



- Należy zachować szczególną ostrożność, aby zapewnić możliwość przesuwania zaworu bezpieczeństwa znajdującego się na spodzie pokrywy.
- Przed każdym gotowaniem należy sprawdzić, czy sworzeń da się przesunąć (przeciwstawiając się naciskowi sprężyny).

SZYBKI START - INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA

1



1. Otwarcie:

Naciśnij przycisk  palcem wskazującym. Usłyszysz otwieranie się szczęk zaciskowych. Pojawią się strzałki kontrolne i można zdjąć pokrywę.

2. Zamknięcie:

Założ pokrywę na garnek do gotowania. Upewnij się, że szczęki zaciskowe są w pozycji otwartej, tzn. że strzałki kontrolne są widoczne. Następnie naciśnij przycisk palcem wskazującym, tak aby szczęki zaciskowe słyszalnie zaciśnęły się na krawędzi garnka do gotowania, a strzałki kontrolne (2a) nie były już widoczne.



1a



3. Dodawanie jedzenia:

Całkowita minimalna ilość płynu i jedzenia powinna stanowić co najmniej 1/3 objętości garnka (patrz strony 11 i 16)!

2



Teraz dodaj jedzenie, które chcesz ugotować. Napełnij garnek do gotowania maksymalnie do 1/2 w przypadku jedzenia, które będzie się rozszerzać lub pęknąć. Napełnij garnek do gotowania maksymalnie do 2/3 w przypadku wszystkich innych produktów. (Zobacz stronę 11).

Ilości napełnienia zawsze odnoszą się do żywności i płynu.

4. Ustawianie poziomu ciśnienia:

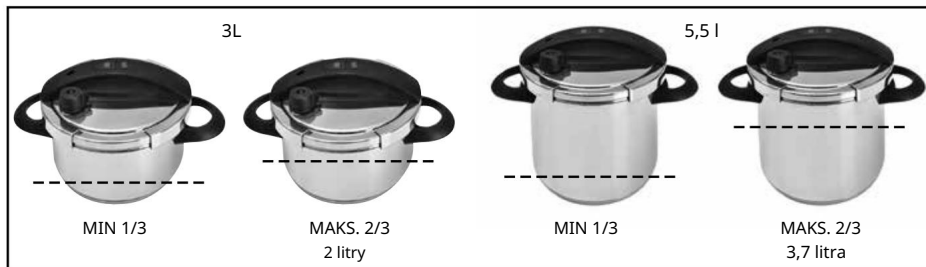
1 = Do stopniowego gotowania

2 = Do szybkiego gotowania

2a



3



5



5. Ustaw płytę grzewczą na najwyższą temperaturę.

6. Rozpoczyna się gotowanie pod ciśnieniem.

Gdy para wydostanie się z zaworu, ustaw płytę grzewczą na najniższy poziom. Czas gotowania zaczyna się teraz (patrz tabela na stronach 23/26).

6



7. Czas gotowania upłynął.

Wyłącz kuchenkę!

8. Powoli i stopniowo pozwól, aby para ulotniła się...

... lub postępuj zgodnie z instrukcją przepisu i poczekaj, aż ciśnienie zostanie uwolnione. Nie zmieniaj bezpośrednio z pozycji 2 do pozycji 1. Zamiast tego zmień najpierw w pozycji 2 do pozycji 1, odczekaj kilka sekund, a następnie zmień na pozycję 1.

Jeżeli używasz poziomu ciśnienia 1, możesz zmienić go bezpośrednio z pozycji 1 na 1.

Uwaga: Para jest bardzo gorąca (patrz strona 19).

Inne metody uwalniania ciśnienia opisano na stronie 20.

7



8



9. Otwieranie szybkowaru:

Jeśli nie wydobywa się już para, możesz otworzyć szybkowar. Pokrywą można zdjąć.

OSTRZEŻENIE: Nigdy nie otwieraj pokrywy na siłę.

KORZYŚCI

Ten szybkowar został wyprodukowany według niezwykle wysokich standardów, przy użyciu wyłącznie najlepszych materiałów, aby zagwarantować bezpieczeństwo i trwałość. Mamy nadzieję, że korzystanie z niego będzie dla Ciebie przyjemnością.

Ten szybkowar oferuje wiele zalet:

- Dwustopniowy, płynnie regulowany zawór regulacji ciśnienia.

Instrukcje podane w przepisach i tabelach czasów gotowania mogą być jedynie wartościami orientacyjnymi. Z tego powodu ten szybkowar ma zawór regulacji ciśnienia z dwoma poziomami ciśnienia. Zaletą tego zaworu jest to, że można go używać do regulacji ciśnienia wewnątrz garnka w zależności od ilości i wielkości gotowanej żywności.

Podstawowe ustawienia znajdziesz w tabeli czasów gotowania na końcu instrukcji.

- Będziesz gotować zdrowsze jedzenie.

Ponieważ jedzenie jest gotowane na parze w garnku beztlenowym, a czas gotowania jest krótszy, Twoje jedzenie jest przygotowywane w szczególnie delikatny sposób. Każda zaoszczędzona minuta oznacza, że zyskujesz ważne witaminy, składniki odżywcze i minerały.

- Będziesz gotować smaczniejsze potrawy.

Proces gotowania bez udziału tlenu gwarantuje zachowanie smaku i naturalnych kolorów warzyw.

- Gotowanie jest szybsze, oszczędza czas i energię.

Ten szybkowar skraca czas gotowania nawet o 70%. A Ty oszczędzasz energię: do 60% w przypadku potraw, których gotowanie zajmuje dużo czasu, oraz od 30% do 40% w przypadku potraw, których gotowanie zajmuje mniej czasu.

- Proces gotowania w dużym stopniu eliminuje zapachy i opary powstające podczas gotowania.

Jeśli będziesz dbać o swój szybkowar, gotowanie stanie się przyjemnością, a on sam posłuży Ci przez długi czas.

Z tego względu prosimy o dokładne i uważne przeczytanie instrukcji użytkownika.

CZĘŚCI/FUNKCJE

ZAWÓR REGULACJI CIŚNIENIA



Zawór regulacji ciśnienia służy do regulacji poziomu ciśnienia. Zawór automatycznie utrzymuje ciśnienie i temperaturę na wymaganym poziomie:

- Pozycja 2 – Do szybkiego gotowania (90 kPa) ok. 120°C.
- Pozycja 1 – Do stopniowego gotowania (60 kPa) w temperaturze ok. 113°C.
- Pozycja -  Do powolnego uwalniania ciśnienia.
- Pozycja -  Do wyjmowania i czyszczenia zaworu.

Maksymalne dopuszczalne ciśnienie dla tych szybkowarów: 2,7 bar / 270 kPa.

CZERWONY ZAWÓR BEZPIECZEŃSTWA

1. Zawór bezpieczeństwa:



Gdy w garnku narasta ciśnienie, widoczny staje się czerwony zawór bezpieczeństwa, a garnek zostaje zamknięty (nigdy nie otwieraj garnka na siłę).

2. Jeśli zawór bezpieczeństwa nie jest widoczny, garnek nie znajduje się już pod ciśnieniem i można go otworzyć.



Jeżeli z nieprzewidzianego powodu zawór regulacji ciśnienia nie uwolni pary prawidłowo i wewnątrz garnka powstanie nadmierne ciśnienie, zawór bezpieczeństwa otworzy się automatycznie zgodnie z ustalonymi wartościami, aby uwolnić nadmiar pary.

3. System otwierania i zamykania jedną ręką:



Szybkowar otwiera się i zamyka po prostu naciskając odpowiedni przycisk otwierania lub zamykania.



Jedną ręką zdejmij pokrywkę z garnka i załóż ją z powrotem na garnek w dowolnej pozycji.

OSTRZEŻENIE: Przed otwarciem garnka należy zawsze pozwolić na całkowite uwolnienie pary – nigdy nie otwieraj garnka na siłę!

4



4. Okno bezpieczeństwa:

Kolejnym elementem zapewniającym bezpieczeństwo jest okienko bezpieczeństwa w pokrywie. Jeżeli wewnątrz garnka panuje nadmierne ciśnienie, pierścień uszczelniający zostaje wypchnięty przez to okienko na zewnątrz, a para może się wydostać.

5



5. Pokrywa z pierścieniem uszczelniającym:

Pierścienie uszczelniające ulegają zużyciu i mogą wymagać wymiany.

Ważne: Należy używać wyłącznie oryginalnych pierścieni uszczelniających dostarczanych przez nas.

6



6. Uchwyty garnka odporne na ciepło.

(OSTRZEŻENIE: Nie nadaje się do stosowania w piekarniku).

7

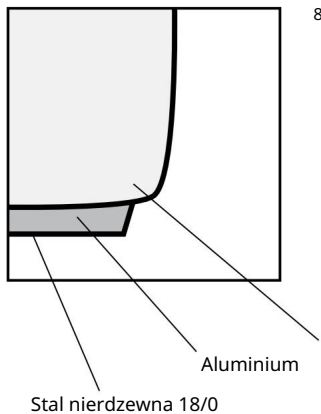


7. Szybkowar:

Ten szybkowar o ponadczasowym i atrakcyjnym wzornictwie został wykonany z wysokiej jakości, łatwej w pielęgnacji stali nierdzewnej 18/10. Myć tylko ręcznie.

Podczas codziennego gotowania garnek należy używać z pokrywką szklaną.

8



8. Dno typu „thermo-sandwich”:

Jest to wyjątkowo mocna podstawa, którą można stosować na wszystkich rodzajach kuchenek.

Jest niezwykle wytrzymały i gwarantuje optymalne właściwości grzewcze przy jednoczesnej oszczędności energii.



Gas



Electric



Solid Plate



Ceramic



Induction

Nadaje się do wszystkich typów kuchenek.

Stal nierdzewna 18/10

GOTOWANIE POD CIŚNIENIEM W SZCZEGÓŁACH

GOTOWANIE NA PARZE W SZYBKOWARACH

- Do garnka dodaj płyn potrzebny do wytworzenia pary (wodę, sos, bulion).
- **OSTRZEŻENIE:** Zawsze dodawaj odpowiednią ilość płynu. Garnek do gotowania nie może być zbyt gorący.
gotować na sucho.
- Teraz dodaj jedzenie, które chcesz ugotować.
- Płyn i jedzenie powinny wypełniać garnek do gotowania co najmniej do 1/3 jego objętości. Napełnij garnek do gotowania napełnić maksymalnie do połowy, jeśli chcesz, żeby jedzenie się rozszerzyło lub spieniło.
- Napełnij garnek do gotowania maksymalnie do 2/3, jeśli chcesz przygotować resztę jedzenia.
- Proszę zwrócić uwagę na skalę ilości napełnienia wewnątrz garnka.
- Sprawdź, czy jest wystarczająco dużo miejsca między potrawami, które gotujesz oraz pokrywę i zawory.





- Uwaga: Aby mieć pewność, że dno garnka nie jest skorodowane przez sól, należy dodawać sól tylko do wrzącej wody i mieszać.
- Teraz możesz przykryć garnek pokrywką.
- Następnie naciśnij  Naciśnij przycisk palcem wskazującym tak, aby szczęki zaciskowe słyszalnie zatrzasnęły się na brzegu garnka, a strzałki sterujące przestały być widoczne.



- Wkładka do podstawki: Umieść podstawkę wewnątrz garnka, jeśli chcesz podnieść jedzenie, takie jak kawałki mięsa, z dna garnka lub z płynu do gotowania. Podstawka może być również używana do trzymania żaroodpornych naczyń z dala od dna garnka.

USTAWIANIE POZIOMU CIŚNIENIA

1



1. Pozycja 1:

Do stopniowego gotowania, ok. 113°C (gotowanie żywności ekologicznej).

Do gotowania na parze delikatnych potraw, np. warzyw, ryb itp.

2



2. Pozycja 2:

Do szybkiego gotowania ok. 120°C (szybkie gotowanie).

Do gotowania i duszenia np. mięsa, zup, gulaszów itp.

Tabela czasów gotowania na stronach 23-26.

GOTOWANIE POD CIŚNIENIEM NAPRAWDĘ JEST TAKIE ŁATWE...

1



1. Wybierz zawór regulacji ciśnienia, aby wymagany poziom ciśnienia:

1 = Do stopniowego gotowania.

2 = Do szybkiego gotowania.

2



2. Ustaw płytę grzewczą na najwyższą temperaturę:

Ustaw szybkowar z wybranym poziomem ciśnienia na odpowiedniej kuchence.

W miarę wzrostu ciśnienia widoczny staje się czerwony zawór bezpieczeństwa. Teraz nie można już otworzyć szybkowaru.

3. W zależności od ilości napełnienia może to potrwać kilka minut przed osiągnięciem ustawionego poziomu ciśnienia. Poziom gotowania został osiągnięty, gdy para stale uchodzi z zaworu regulacji ciśnienia.

Dopiero od tego momentu zaczyna się czas gotowania.

Teraz należy ustawić płytę grzewczą na niską temperaturę. Zapobiegnie to niepotrzebnemu zużyciu energii i uniknie ryzyka, że garnek będzie suchy.

5



4. Czas gotowania dobiegł końca... Wyłącz kuchenkę!

5. Powoli i stopniowo pozwól, aby para ulotniła się... Obróć zawór regulacji ciśnienia z wybranego poziomu gotowania do poziomu. Na poziomie ciśnienia 2 najpierw zmniejsz ciśnienie do poziomu 1, a następnie odczekaj kilka sekund przed zmniejszeniem do poziomu. 

UWAGA! Wydobywająca się para jest bardzo gorąca – chroń się przed oparzeniami i poparzeniem, trzymając twarz, ciało i ramiona z dala od pary.

6



6. Otwórz szybkowar:

Jeśli nie wydobywa się już para, możesz otworzyć szybkowar. Pokrywę można zdjąć.

OSTRZEŻENIE: Nigdy nie otwieraj pokrywy na siłę.



Po zakończeniu gotowania źródło ciepła jest wyłączane, a ciśnienie w garnku musi zostać uwolnione. Aby to zrobić, zdejmij garnek z płyty i umieść go na odpowiedniej podstawie. Istnieją trzy sposoby uwolnienia ciśnienia:

1. Pozostaw szybkowar do ostygnięcia:

Poczekaj, aż czerwony zawór bezpieczeństwa całkowicie się schowa. Zaleca się stosowanie tej metody w przypadku potraw, które są rozgotowane lub wytwarzają dużo piany.



2. Powolne uwalnianie ciśnienia:

Powoli przekręć zawór regulacji ciśnienia do pozycji . 
Nie zmieniaj pozycji bezpośrednio z pozycji 2 do pozycji . 
Zamiast tego zmień najpierw pozycję z 2 na pozycję 1, odczekaj kilka sekund, a następnie zmień na pozycję . 

Jeżeli używasz poziomu ciśnienia 1, możesz zmienić go bezpośrednio z pozycji 1 na . 

OSTRZEŻENIE: Wydostawająca się para jest bardzo gorąca. Para wydostaje się w górę. Nie należy kłaść rąk na zaworze – należy odczekać, aż para przestanie wydostawać się na zewnątrz i wskaźnik ciśnienia przestanie być widoczny. Ta metoda nie nadaje się do żywności, która jest papkowata lub tworzy dużo piany.



3. Szybkie uwalnianie ciśnienia:

Trzymaj garnek pod kranem i pozwól, aby umiarkowanie zimna woda spływała po pokrywce – nie po plastikowych częściach – aż czerwony zawór bezpieczeństwa całkowicie się obniży. Nie umieszczaj garnka w wodzie. Jeśli zawór bezpieczeństwa całkowicie się obniży, garnek nie jest już pod ciśnieniem. Teraz ustaw zawór regulacji ciśnienia w pozycji .

 Jeśli para nie wydostaje się już na zewnątrz, możesz otworzyć szybkowar. Pokrywkę można podnieść.

OSTRZEŻENIE: Nigdy nie otwieraj pokrywy na siłę i nie dokonuj żadnych zmian w systemach bezpieczeństwa. Szybkowaru nie można otworzyć, dopóki nie zostanie on zdekompresowany.

CZYSZCZENIE I KONSERWACJA

- Przed czyszczeniem należy zawsze odczekać, aż szybkowar całkowicie ostygnie.
- Przed pierwszym użyciem i po każdym użyciu dokładnie umyj każdą część gorącą wodą z mydłem. Sprawdzaj okresowo wszystkie części.
- Nigdy nie zanurzaj pokrywki w wodzie ani żadnym innym płynie. Wytrzyj ją czystą, wilgotną szmatką, a następnie osusz przed przechowywaniem.
- Garnek należy umyć w ciepłej wodzie z mydłem, dokładnie opłukać i osuszyć.
- Aby usunąć wszelkie przypalone resztki jedzenia z garnka, przed rozpoczęciem czyszczenia należy namoczyć go na kilka minut w gorącej wodzie z mydłem.
- Nie należy używać żadnych środków ściernych, zasadowych lub chlorowanych ani wełny stalowej.
- UWAGA: Szybkowar należy myć tylko ręcznie.
- Przechowuj szybkowar z otwartą pokrywką, aby umożliwić cyrkulację powietrza.

CZYSZCZENIE I WYMIANA PIERŚCIENIA USZCZELNIAJĄCEGO



Wytrzyj pierścień uszczelniający, opłucz go pod ciepłą bieżącą wodą i osusz.

Przy normalnym użytkowaniu pierścień uszczelniający należy wymieniać co 1-2 lata, w zależności od liczby procesów gotowania, którym został poddany. Najpóźniej należy go wymienić, gdy stanie się twardy lub ciemny (brązowy kolor).

ZAWÓR BEZPIECZEŃSTWA



Oprócz pokrywki, wystarczy ją opłukać pod bieżącą wodą. Można użyć spiczastego przedmiotu, aby upewnić się, że porusza się swobodnie.



CZYSZCZENIE ZAWORU REGULACYJNEGO CIŚNIENIA

Sprawdź, czy zawór jest wolny od zanieczyszczeń i nie jest zablokowany.

Obróć pokrywę zaworów zgodnie z ruchem wskazówek zegara do pozycji „0”, a następnie naciśnij pokrywę zaworów w dół. Kolejny obrót ten , w kierunku słyszalnego kliknięcia potwierdzi, że pokrywę zaworów można teraz zwolnić. Aby ją zdjąć, pociągnij do góry.

Wyczyść pokrywę zaworów pod bieżącą wodą i załóż ją ponownie.



Wyczyść dolną część zaworu od wewnętrznej strony pokrywki. Delikatnie naciśnij koniec zaworu i sprawdź, czy można go normalnie podnieść i opuścić. Podczas wykonywania tej czynności upewnij się, że rowki na zaworze można włożyć do odpowiednich uchwyty.

Upewnij się, że rowki na zaworze można wsunąć w odpowiednie uchwyty.



Przechowuj czysty i suchy szybkowar w czystym, suchym i bezpiecznym miejscu. Nie zakładaj pokrywki na garnek do gotowania ani go nie zamykaj; zamiast tego możesz umieścić go do góry nogami na garnku do gotowania.

UCHWYTY

Regularnie sprawdzaj stabilność uchwytów. Jeśli uchwyty się poluzowały, dokręć je ponownie za pomocą zwykłego śrubokręta.

POKRYWKA

Nie myj pokrywki szybkowaru w zmywarce. Myj tylko ręcznie.



PRZEWODNIK PO SKŁADNIKACH I CZASY GOTOWANIA

Dzięki szybszemu gotowaniu potraw w szybkowarze zachowana zostaje większość ich wartości odżywczych, smaku i wilgoci.

Im drobniej pokroisz warzywa, tym krótszy będzie czas ich gotowania. Jeśli lubisz je chrupiące, czas gotowania będzie jeszcze krótszy. Im większa ilość, tym dłuższy czas gotowania.

Wskazówka: Lepiej, żeby czas gotowania był zbyt krótki, ponieważ zawsze można gotować je dłużej.

Ryż gotuje się w ciągu kilku minut, podczas gdy ciecierzycza, fasola i rośliny strączkowe, takie jak soczewica w zupach, również mają znacznie skrócony czas gotowania. Całego kurczaka, duże pieczenie i szarpaną wieprzowinę można ugotować w ułamku zwykłego czasu, a tańsze, tradycyjnie wolno gotowane kawałki mięsa można wykorzystać do gulaszów i zapiekanek, bez konieczności gotowania ich przez wiele godzin.

Nasze polecane przepisy pomogą Ci zapoznać się z obsługą szybkowaru, a także dadzą Ci pewność siebie potrzebną do dostosowywania ulubionych przepisów do gotowania pod ciśnieniem.

ŚWIEŻE WARZYWA

ŚWIEŻE WARZYWA MINUT		POZYCJA
Kalafior	3 - 7	1
Groszek zielony	3 - 5	1
Marchewki	3 - 7	1
Papryka faszerowana	6 - 8	1
Grzyby	6 - 8	1
Burak	15 - 25	1
Odmiany kapusty	5 - 15	1
Szpinak	3 - 4	1
Fasola	6 - 10	2
Ziemniaki	6 - 8	2
Ziemniaki w skórce	6 - 12	2
Seler korzeniowy	12 - 15	2

Umyj i obierz warzywa jak zwykle. Gotują się bardzo szybko w szybkowarze, zwykle na najwyższym ustawieniu. Czasy podane w tabeli gotowania są jedynie wskazówką; czas gotowania zależy od świeżości, przechowywania, wielkości i sposobu posiekania warzyw. Im drobniej pokroisz warzywa, tym krótszy będzie czas ich gotowania. Jeśli lubisz je chrupiące, czas gotowania będzie jeszcze krótszy. Im większa ilość, tym dłuższy będzie czas gotowania.

Gotowanie warzyw na parze nad wodą w garnku i gotowanie ich w wodzie

podaj nieco inne czasy gotowania. Cokolwiek wolisz, zawsze najlepiej jest niedogotować warzyw, ponieważ zawsze możesz je gotować trochę dłużej, jeśli zajdzie taka potrzeba. Gdy warzywa będą gotowe, natychmiast przerwij gotowanie, używając metody „szybkiego uwalniania”. Mrożone warzywa potrzebują pół minuty lub więcej dłużej niż czasy podane w tabeli.

MIĘSO

MIĘSO	PROTOKÓŁ	POZYCJA
Golonka wieprzowa	30 - 40	2
Gulasz	15 - 20	2
Mięso mielone	5 - 10	2
Kurczak	20 - 25	2
Cielęcina (paski)	6	2
Pieczona cielęcina	15 - 20	2
Potrawka z cielęciny	5	2
Noga indyka	25 - 35	2
Rostbef	40 - 50	2
Żeberka	10 - 12	2
Pieczona wieprzowina	25 - 30	2
Golonka wieprzowa	25 - 35	2
Noga z jelenia	25 - 30	2

Aby poprawić smak i kolor, zalecamy zrumienienie mięsa i kurczaka przed gotowaniem pod ciśnieniem. Mięso i kurczak są zwykle gotowane na najwyższym ustawieniu, a tabela czasów gotowania powyżej stanowi wskazówkę, przy czym czasy gotowania różnią się w zależności od wieku i miękkości, temperatury mięsa przed włożeniem do garnka, rozmiaru, grubości i wagi. Drogie kawałki mięsa wyschną i będą miały mdły smak, więc najlepiej ich unikać na rzecz bardziej ekonomicznych kawałków. Kurczaka łatwo przegotować, szczególnie filety bez kości.

Mięso najpierw zrumienić w garnku do gotowania z zdjętą pokrywką. Następnie dodać niezbędny płyn podczas odtłuszczania. Jeśli jakieś kawałki są za duże, pokroić je odpowiednio, zrumienić je pojedynczo, a następnie dokończyć gotowanie, układając je jeden na drugim.

RYBA

RYBA	PROTOKÓŁ	POZYCJA
Ryba gotowana na parze, ziemniaki 6 - 8		1
Ryba w sosie z białego wina 6 - 8		1
Skorupiak	4 - 6	1

Gotuj z odpowiednią ilością płynu do ilości ryby. Ponieważ wywar rybny przywiera, należy natychmiast zdjąć pokrywkę, gdy tylko wskaźnik ciśnienia całkowicie się cofnie.

RYŻ I INNE ZBOŻA

RYŻ I INNE PROTOKOŁY SŁODZINY		POZYCJA
Ryż arborio	6	2
Jęczmień	20	2
Brązowy ryż	20	2
Ryż biały	10	2

Gotowanie pod ciśnieniem daje dobre rezultaty w przypadku ryżu i innych zbóż. Jako wskazówka, na każdą filiżankę ziarna należy przeznaczyć 3 szklanki wody. Po ugotowaniu szybko odcedź nadmiar wody.

- Ziarna takie jak brązowy ryż i jęczmień gotuje się pod wysokim ciśnieniem, a następnie powolne uwalnianie ciśnienia (co umożliwia dalsze gotowanie) – i na koniec szybkie uwalnianie ciśnienia, aby zatrzymać gotowanie.
- Gotuje się także biały ryż, w tym średnioziarnisty i długoziarnisty, basmati i jaśminowy jak wyżej.
- Krótki ryż, taki jak Arborio, jest zwykle gotowany pod wysokim ciśnieniem, a następnie szybko uwalnienie ciśnienia zapobiegające przegotowaniu potrawy.

Wszystkie zboża potrzebują trochę tłuszczu, aby zapobiec pienieniu się podczas gotowania, więc dodaj około 1 łyżki masła lub oleju na każdą filiżankę zboża. Dopraw solą, jeśli chcesz. Pamiętaj, że ryż i większość zbóż prawie potrajają swoją objętość podczas gotowania, więc szybkiwar powinien być wypełniony tylko do połowy ziarnami i płynem do gotowania. Powyższa tabela czasów gotowania zawiera wskazówki dotyczące całkowitego czasu gotowania, który obejmuje początkowy czas przy wysokim ciśnieniu, a następnie powolne i/lub szybkie czasy uwalniania ciśnienia.

Strąki

Strąki	PROTOKÓŁ	POZYCJA
Czarna fasola	6	2
Fasola Borlotti	30	2
Fasola masłowa	40	2
Ciecierzycza	45	2
Soczewica	8	2
Fasola czerwona	30	2
Soja	35	2
Groch łuskany	20	2
Fasola biała	30	2

Suszone fasole, grochy i soczewice gotuje się pod najwyższym ciśnieniem, a następnie pozostawia do naturalnego uwolnienia ciśnienia z szybkaru. Strączki należy dokładnie umyć i odcedzić przed gotowaniem. Nie ma potrzeby wstępnego namaczania soczewicy, ale namoczenie strączków skróci ich czas gotowania o 5 do 10 minut, w zależności od odmiany. Pamiętaj, że strączki rozszerzają się podczas gotowania, więc nie przepełniaj szybkaru: jako wskazówka, wypełnij go tylko jedną trzecią strączkami i wodą. 1 łyżeczka masła lub oleju roślinnego na każde pół szklanki strączków, aby zapobiec pienieniu. Nie dodawaj soli, ponieważ spowoduje to, że strączki staną się twarde.

Powyższa tabela czasów gotowania oferuje wskazówki dotyczące czasu gotowania roślin strączkowych, które NIE były moczone przez noc. Kruchość po ugotowaniu będzie się różnić w zależności od wieku i zawartości wilgoci. Rośliny strączkowe mogą wydawać się dobrze przechowywane przez długi czas, ale z czasem wysychają. Najlepiej kupować je w małych ilościach i często, trzymać w lodówce lub, co jeszcze lepsze, moczyć je przez noc, odcedzić i zamrozić w porcjach, aby były gotowe do gotowania pod ciśnieniem.

MROŻONE ŻYWNOSĆ

Długi czas rozmrażania można skrócić do minut, ale zależy to od rodzaju i wielkości rozmrażanej żywności. Rozmrażanie w szybkarze jest dobre dla zachowania witamin, minerałów i smaku w jedzeniu.

PRZEPISY

Należy pamiętać, że wszystkie pomiary łyżkowe są standardowymi jednostkami metrycznymi, więc 1 łyżeczka to 5 ml, a 1 łyżka to 15 ml. Zalecamy użycie zestawu łyżek pomiarowych, aby uzyskać dokładne wyniki.

ZUPA Z SOCZEWICĄ - ilości na 3L (4 porcje) i 5,5L (6 porcji).

Składniki	3L	5,5 l
Oliwa z oliwek	1 łyżka stołowa	1½ łyżki stołowej
Wędzony boczek, pokrojony w kostkę	3 kromki	4 kromki
Cebula obrana i drobno posiekana	1 średni	1 duży
Marchewki, z usuniętymi wierzchołkami, oczyszczone i grubo posiekane	3	4
Ziemniaki oczyszczone, nieobrane i pokrojone w kostkę	1 średni (około 275g)	1 duży (około 350g)
Soczewica czerwona, dobrze umyta	125g	150g
Bulion warzywny lub szynkowy	1,25 litra	1,75 litra
Sól do smaku		

CO ROBISZ

Na małym ogniu delikatnie rozgrzej olej w garnku, dodaj boczek i smaż przez 3–4 minuty, aż tłuszcz zacznie się topić.

Dodaj posiekaną cebulę, zwiększ ogień do średniego i gotuj przez 2-3 minuty, aż cebula jest miękka i przezroczysta. Dodaj pozostałe warzywa i soczewicę i gotuj przez kolejne 2 minuty.

Wlej bulion, przykryj garnek pokrywką z zaworem regulującym ciśnienie ustawionym na wysokie i zablokuj pokrywkę. Ustaw wysoką temperaturę i doprowadź do ciśnienia, następnie zmniejsz temperaturę i gotuj przez 10 minut.

Wyłącz ogień. Zwolnij ciśnienie zgodnie z opisem na stronie 20, zdejmij pokrywkę i zmiksuj blenderem ręcznym. Spróbuj i popraw solą, jeśli chcesz.

WSKAZÓWKA: Danie można przygotować na bulionie warzywnym, ale bez boczku, dla wegetarian.

STRASZONA WIEPRZOWINA - ilości 3 l (4 porcje) i 5,5 l (6 porcji).

Składniki	3L	5,5 l
Sól	½ łyżki stołowej	1 łyżka stołowa
Miękki, ciemnobrązowy cukier	1 łyżka stołowa	2 łyżki stołowe
Wędzona słodka papryka	½ łyżki stołowej	1 łyżka stołowa
Pieczona łopatka wieprzowa bez kości, bez włókien, pokrojona na kawałki wielkości średnich ziemniaków	1kg	2kg
Woda	200ml	400ml

CO ROBISZ

W misce wymieszaj sól, cukier i paprykę, następnie dodaj wieprzowinę i dobrze wymieszaj. Umieść podstawkę na dnie garnka, następnie dodaj mięso i wodę.

Załącz pokrywę na garnek, ustaw zawór regulujący ciśnienie na wysokie i zablokuj pokrywę.

Podgrzej kuchenkę do wysokiej temperatury i doprowadź do ciśnienia, następnie zmniejsz ogień i gotuj przez 10 minut.

Wyłącz ogień. Zwolnij ciśnienie zgodnie z opisem na stronie 20, zdejmij pokrywę i wmieszaj resztę przyprawy. Za pomocą dwóch widelców rozdrobnij wieprzowinę na kawałki. Pozostaw na co najmniej 1 godzinę, najlepiej 3-4 godziny lub na całą noc przed podaniem.

PIECZONY KURCZAK - ilości na 3 l (4 porcje) i 5,5 l (6 porcji).

Składniki	3L	5,5 l
Cały kurczak, świeży lub rozmrożony	1,2 kg	1,5 kg
Sól i świeżo zmielony czarny pieprz lub 1 saszetka mieszanki przypraw do kurczaka		
Oliwa z oliwek	1 łyżka stołowa	2 łyżki stołowe
Rosół z kurczaka	450ml	700ml

CO ROBISZ

Posyp skórkę solą i pieprzem lub mieszanką przypraw.

Rozgrzej olej w garnku na średnim ogniu, dodaj kurczaka i smaż przez 3–4 minuty, następnie przewróć i powtarzaj czynność, aż cały ptak się zrumieni.

Wymij kurczaka za pomocą szczypiec lub widelców, umieść podstawkę na dnie garnka i włóż kurczaka z powrotem do garnka. Wlej bulion, przykryj garnek pokrywką z zaworem regulującym ciśnienie ustawionym na wysokie i zablokuj pokrywkę. Ustaw wysoką temperaturę i doprowadź do ciśnienia, a następnie zmniejsz temperaturę i gotuj przez 6 minut na każde 500 g kurczaka.

Wyłącz ogień. Zwolnij ciśnienie zgodnie z opisem na stronie 20 i zdejmij pokrywę. Oстрым nożem przebij udko kurczaka, aby upewnić się, że sok będzie czysty, a kurczak będzie w pełni ugotowany. Wymij kurczaka i pozwól mu odpocząć przed krojeniem lub umieść go w rozgrzanym piekarniku w temperaturze 200°C, gaz 6 przez 10 minut, aby skórka była chrupiąca. Pozostały wywar można przerobić na sos.

WSKAZÓWKA: Aby uzyskać pełną pieczeń, użyj metody „szybkiego uwalniania”, aby otworzyć szybkiokar 10 minut przed gotowaniem kurczaka i dodać warzywa, takie jak marchewki, brokuły i małe ziemniaki. Ponownie podnieś ciśnienie i gotuj przez 10 minut, a następnie zrób sos z soków.

LAMB BIRYANI - ilości na 3 l (4 porcje) i 5,5 l (6 porcji).

Składniki	3L	5,5 l
Ghee lub olej roślinny	25g /1 łyżka stołowa	50g/2 łyżki stołowe
Ryż basmati, dokładnie umyty	225g	350g
Całe goździki	2	3
Cebulę obrać, przekroić na pół i pokroić w cienkie plasterki	2 średnie	2 duże
Ząbki czosnku, obrane i posiekane	2	3
Noga lub łopatka jagnięca pokrojona w kostkę	700g	800g
Czarny pieprz w ziarnach	10	12
Korzeń imbiru starty, następnie wyciśnięty sok	30g	50g
Kminek mielony	1 łyżeczka	1½ łyżeczki
Proszek chili	1½ łyżeczki	2¼ łyżeczki
Kurkuma mielona	½ łyżeczki	¾ łyżeczki
Strąki kardamonu, rozdrobnione, bez łupinek	3	4
Kawałek laski cynamonu	kawałek 2cm	3cm
Kolendra mielona	½ łyżeczki	1 łyżeczka
Całe nasiona kolendry	½ łyżki stołowej	1 łyżka stołowa
Liść laurowy	1	2
Pomidory świeże, krojone	2	3
Sól	½ łyżeczki	1 łyżeczka
Woda	400ml	550ml

CO ROBISZ

Na średnim ogniu rozgrzej ghee lub olej w garnku do gotowania, dodaj ryż i goździki i gotuj przez około 2 minuty, mieszając. Wyjmij mieszankę z garnka i odstaw.

W garnku na średnim ogniu podsmaż cebulę i czosnek, dodaj jagnięcinę i smaż przez 5-10 minut, cały czas mieszając, aż całe mięso się zrumieni.

Dodaj wszystkie przyprawy, liść laurowy, pomidory i sól, gotuj przez 3-4 minuty, a następnie wlej wodę. Umieść pokrywkę na garnku z zaworem regulującym ciśnienie ustawionym na wysokie i zablokuj pokrywkę. Włącz wysoki ogień i doprowadź do ciśnienia, a następnie zmniejsz ogień i gotuj przez 15 minut.

Wyłącz ogień. Zwolnij ciśnienie, stosując metodę „szybkiego uwalniania”, jak opisano na stronie 20, zdejmij pokrywkę, dodaj ryż i dobrze wymieszaj. Dodaj 300 ml wody, załóż pokrywkę i ponownie podnieś ciśnienie, a następnie zmniejsz ogień i gotuj przez kolejne 12 minut. Zdejmij garnek z ognia, zwolnij ciśnienie, zdejmij pokrywkę i przenieś do ogrzanego naczynia do serwowania.

WSKAZÓWKA: Smakujce wyśmienicie z dodatkiem posiekanego ogórka, pomidora i cebuli.

MAKARON Z SEREM, KIEŁBASĄ I GRZYBAMI

- ilości zarówno dla 3L (4 porcje), jak i 5,5L (6 porcji).

Składniki	3L	5,5 l
Kiełbasy wieprzowe	4	6
Cebula obrana i drobno posiekana	1 średni	1 duży
Pieczarki kasztanowe, oczyszczone	100g	150g
Makaron	200g	300g
Rosół z kurczaka	300ml	400ml
Śmietana podwójna	125ml	200ml
Sól	½ łyżeczki	1 łyżeczka
Trochę świeżo zmielonego czarnego pieprzu		
Masło	15g	25g
Mleko	100ml	150ml
Ser cheddar, starty	100g	175g
Mozzarella starta	100g	150g

CO ROBISZ

Umieść kiełbaski, cebulę i pieczarki w garnku i gotuj na małym ogniu, aż zaczną brązowieć. Dodaj makaron, bulion, śmietanę, sól i pieprz.

Załącz pokrywkę na garnek, ustaw zawór regulujący ciśnienie na wysokie i zablokuj pokrywkę. Zwiększ ogień do wysokiego i doprowadź do ciśnienia, następnie zmniejsz ogień i gotuj przez 7 minut.

Wyłącz ogień. Zwolnij ciśnienie zgodnie z opisem na stronie 20 i zdejmij pokrywkę. Dodaj masło, mleko i starty ser, a następnie umieść w naczyniu do serwowania. Podawaj natychmiast lub umieść pod gorącym grillem na 3-4 minuty, aż będą chrupiące i złote.

CRÈME BRÛLÉE - ilości na 3 l (4 porcje) i 5,5 l (6 porcji).

Składniki	3L	5,5 l
Żółtka jaj z wolnego wybiegu	3	5
Cukier puder, plus odrobina do karmelizowanie wierzchu	50g	75g
Śmietana podwójna	300ml	450ml
Pełne mleko	30ml	50ml
Kilka kropli ekstraktu waniliowego		

CO ROBISZ

Umieść podstawkę na dnie garnka i wlej 300 ml wody.

W dużym dzbanku ubij żółtka z cukrem, następnie dodaj śmietanę, mleko i ekstrakt waniliowy.

Wlej mieszankę do 4 lub 6 foremek lub dużego żaroodpornego naczynia. Przykryj folią i umieść na podstawce – jeśli zajdzie taka potrzeba, możesz utworzyć dwie warstwy wewnątrz garnka, umieszczając dno foremki do ciasta z luźnym dnem lub inną podstawkę między warstwami.

Załącz pokrywkę na garnek, ustaw zawór regulujący ciśnienie na niskie i zablokuj pokrywkę.

Zwiększ ogień do wysokiego i zwiększ ciśnienie, następnie zmniejsz ogień i gotuj przez 6 minut w przypadku pojedynczych foremek lub 10 minut w przypadku dużego dania.

Wyłącz ogień i otwórz szybkiwar za pomocą metody „szybkiego uwalniania”.

Wyjmij desery i schłódź do momentu podania. Posyp odrobiną cukru pudru i karmelizuj pod gorącym grillem lub palnikiem przed podaniem.

ADAPTACJA WŁASNYCH PRZEPISÓW

Gdy już oswoisz się z szybkowarem, przygotowując niektóre z naszych polecanych przepisów, możesz chcieć dostosować niektóre ze swoich ulubionych potraw. Zalecamy wybranie przepisu z tej broszury, który jest podobny do Twojego i korzystanie z niego jako przewodnika. Te proste zasady mogą pomóc.

- Kurczak z kością wymaga 6 minut gotowania na 500 g; piersi bez kości potrzeba zaledwie 4-5 minut.
- Kawałki wołowiny w zapiekance przyrządza się w 10 minut, a pieczeń wołowa w zaledwie niecałą godzinę.
- Kotlety jagnięce można przygotować w zaledwie 4-6 minut, a golonka jagnięca zajmie około 25 minut.
- Gotuj rybę na niższym ustawieniu. Średniej wielkości filet zajmie tylko 2-3 minuty.
- Jabłka pokrojone na ćwiartki będą się gotować przez 2-3 minuty. Miękkie owoce, takie jak truskawki lub maliny potrzebują tylko 1-2 minut.
- Kapusta, czy to czerwona, zielona czy włoska, ugotuje się w 3-4 minuty. Pokrojona w plasterki marchewka wystarczy zaledwie 2 minuty, a młode ziemniaki będą gotowe w 5 minut.

WSKAZÓWKI I PORADY

- Przechowuj szybkowar z otwartą pokrywką, aby umożliwić cyrkulację powietrza.
- W razie wątpliwości wybierz krótszy czas gotowania. Zawsze możesz sprawdzić jedzenie i zostawić Gotować jeszcze chwilę.
- Płyn do gotowania nie musi być zwykłą wodą, alternatywą może być mleko, sos pomidorowy, bulionu lub mleka kokosowego.
- Krojenie podobnych produktów spożywczych, takich jak mięso lub warzywa, na kawałki o równej wielkości zapewni gotują się z tą samą prędkością.
- Gotowanie pod ciśnieniem wzmacnia smak ziół, przypraw, cebuli i czosnku, dlatego modyfikując ulubiony przepis, należy używać mniejszych ilości i wybierać świeże zioła zamiast suszonych.
- Jeśli gotowe danie jest zbyt wilgotne, postaw garnek na kuchence bez pokrywki, aby część płynu odparowała.
- Jeśli rozpoczęcie gotowania trwa długo:
 - Zasilanie jest zbyt słabe. Ustaw źródło ciepła na najwyższe ustawienie.
- Jeżeli czerwony zawór bezpieczeństwa nie podniósł się i podczas gotowania z zaworu nie wydobywa się para, gotowanie:

To normalne w pierwszych kilku minutach (gdy ciśnienie wzrasta). W przeciwnym razie sprawdź następujące rzeczy:

 - Sprawdź, czy źródło ciepła jest wystarczająco silne. Jeśli nie, zwiększ je.
 - Sprawdź, czy ilość płynu w garnku jest wystarczająca.
 - Sprawdź, czy zawór regulacji ciśnienia nie jest ustawiony w pozycji .  
 - Sprawdź, czy szybkowar jest prawidłowo zamknięty.
 - Sprawdź, czy pierścień uszczelniający lub krawędź garnka nie są uszkodzone.
- Jeżeli zawór bezpieczeństwa się podniósł i z zaworu regulacji ciśnienia nie wydostaje się para podczas gotowania:
 - Trzymaj szybkowar pod zimną wodą, aby uwolnić parę.
 - Otwórz garnek do gotowania. Wyczyść zawór regulacji ciśnienia i zawór bezpieczeństwa.
- Jeśli para wokół pokrywki się rozproszy, sprawdź następujące kwestie:
 - Sprawdź, czy pokrywa jest zamknięta.
 - Sprawdź, czy pierścień uszczelniający jest prawidłowo założony.
 - Sprawdź stan pierścienia uszczelniającego (i wymień go, jeśli to konieczne).
 - Sprawdź, czy pokrywa, zawór bezpieczeństwa i zawór regulacji ciśnienia są czyste.
 - Sprawdź, czy krawędź garnka jest w dobrym stanie.

- Jeżeli pokrywa nie otwiera się:
 - Sprawdź, czy zawór bezpieczeństwa jest całkowicie opuszczony. Jeśli nie, uwolnij parę.
 - W razie potrzeby ostudź garnek pod zimną wodą.
- Jeśli jedzenie nie jest ugotowane lub jest przypalone, sprawdź następujące rzeczy:
 - Sprawdź czas gotowania (czy nie jest za krótki lub za długi).
 - Sprawdź moc źródła ciepła.
 - Sprawdź, czy zawór regulacji ciśnienia jest ustawiony prawidłowo.
 - Sprawdź ilość płynu.
- Jeżeli uchwyty garnka są luźne:
 - Dokręć śruby za pomocą śrubokręta.

NAJCZĘŚCIEJ ZADAWANE PYTANIA

Pytanie: Dlaczego wskaźnik ciśnienia ciągle spada w trakcie gotowania?

Odpowiedź: Ciepło może być za niskie. Zwiększ ciepło lekko, aż wskaźnik wzrośnie i tam pozostaje.

Pytanie: Dlaczego szybkowar nie osiąga ciśnienia?

Odpowiedź: Pokrywa może być nieprawidłowo założona albo uszczelka może być luźna lub zużyta.

Zdjąć z ognia i, uważając, aby się nie poparzyć, sprawdzić, czy pokrywa jest prawidłowo zamknięta. Gdy szybkowar nie jest używany, sprawdzić, czy uszczelka wewnątrz pokrywy nie uległa zniszczeniu lub uszkodzeniu. Jeśli tak się stało, zadzwonić do działu obsługi klienta Lakeland pod numer 015394 88100.

Pytanie: Dlaczego z pokrywy wydobywa się dużo pary, a jedzenie również ucieka?

Odpowiedź: Ciśnienie mogło nie zostać całkowicie uwolnione przed próbą otwarcia pokrywy. Przed zdjęciem pokrywy upewnij się, że wskaźnik całkowicie opadł.

Pytanie: Dlaczego z zaworu ciśnieniowego wydostaje się jedzenie i powstaje dużo pary?

Odpowiedź: Albo garnek jest za pełny, albo temperatura jest za wysoka. Zmniejsz temperaturę i jeśli jeśli problem nadal występuje, zdejmij garnek z ognia, pozwól, aby ciśnienie spadło, zdejmij pokrywę i wyjmij trochę jedzenia.

Pytanie: Dlaczego jedzenie w garnku ulega przypaleniu?

Odpowiedź: Namocz garnek do gotowania na jakiś czas przed wypłukaniem. Nie używaj żadnych detergentów alkalicznych ani chlorowanych.

Pytanie: Jeden z systemów bezpieczeństwa został uruchomiony, co powinienem zrobić?

Odpowiedź: Wyłącz źródło ciepła. Pozwól szybkowarowi ostygnąć. Otwórz szybkowar. Sprawdź i wyczyść zawór regulacji ciśnienia, zawór bezpieczeństwa i pierścień uszczelniający. Przygotowując wszystkie potrawy, zawsze upewnij się, że dodajesz odpowiednią ilość płynu – szybkowar nigdy nie może gotować się na sucho. Upewnij się, że garnek do gotowania nigdy nie jest napełniony bardziej niż do poziomu „MAX”. Przeczytaj odpowiednie instrukcje w tej instrukcji użytkowania. Różne czasy gotowania zależą od jakości i wielkości jedzenia, więc poniższe czasy są jedynie przybliżone. Z czasem zdobędziesz wystarczające doświadczenie, aby dokładnie wiedzieć, jak długo gotować swoje potrawy. Mrożonej żywności nie trzeba rozmrażać z wyprzedzeniem. Wszystko, co musisz zrobić, to nieznacznie wydłużyć czas gotowania.

Pytanie: Jaki jest najlepszy sposób na przygotowanie zup i gulaszów z pieczonym mięsem?

Odpowiedź: Jeżeli czasy gotowania poszczególnych składników nie różnią się zbyt mocno (np. mięsa), i warzywa), mięso jest rumiane, a warzywa są dodawane podczas deglasowania. Jeśli czasy gotowania są bardzo różne, przerwij proces gotowania mięsa i dodaj warzywa na ostatnie kilka minut. Mięso i warzywa będą wtedy gotowane w tym samym czasie.

W przypadku zup i gulaszów upewnij się, że wszystkie potrawy, które tworzą pianę, są częściowo ugotowane w otwartym garnku, a następnie zbierz pianę przed zamknięciem pokrywy. Na koniec pozwól, aby para powoli się ulotniła lub aby szybkowar ostygł.

DEKLARACJA ZGODNOŚCI WE

DEKLARACJA ZGODNOŚCI WE dla szybkowarów

Badanie typu WE, moduł B (weryfikacja projektu)

Niniejszym oświadczamy, że wymienione poniżej szybkowary spełniają odpowiednie wymagania dotyczące zdrowia i bezpieczeństwa zawarte w dyrektywach UE na podstawie ich projektu i konstrukcji, jak również w projektach rozpowszechnianych przez nas.

Jeżeli w urządzeniach zostaną dokonane jakiegokolwiek zmiany nieuprawnione przez nas, niniejsza deklaracja traci ważność.

Typ urządzenia: Szybkowar „RUBY”

Odpowiednie dyrektywy UE: 2014/68/UE

Obowiązująca norma: EN 12778/09.05

B/R/K Sprzedaż GmbH

Peter Rommerskirchen, dyrektor zarządzający



RECYKLING

Opakowanie jest wykonane z materiałów nadających się do recyklingu. Prosimy o utylizację tych materiałów w sposób przyjazny dla środowiska i w odpowiednich pojemnikach do recyklingu. Jeśli produkt nie nadaje się już do użytku, należy zapytać odpowiedzialne stowarzyszenie zajmujące się utylizacją odpadów o niezbędne środki utylizacji.

WAŻNE! SERWIS I CZĘŚCI ZAMIENNE

W przypadku wymiany części należy używać wyłącznie ORYGINALNYCH części zamiennych przeznaczonych do tego szybkowaru.

Jeśli konieczna jest naprawa, prosimy o kontakt z działem obsługi klienta Lakeland pod numerem 015394 88100. Naprawy mogą być wykonywane wyłącznie przez osoby upoważnione.

Importer:

B/R/K Sales GmbH

Heinz-Fangman-Str. 2

42287 Wuppertal, Niemcy

Lakeland

Alexandra Buildings, Windermere, Cumbria, Wielka Brytania LA23 1BQ

Tel: +44(0)15394 88100 lakeland.co.uk