

**tescoma®**

*President*



Recipes / Recepty / Ricette / Recetas / Receitas / Rezepte  
Recettes / Przepisy / Recepty / Receptek / Рецепты / Рецепти

<b>en</b>	Recipes.....	4
<b>cs</b>	Recepty .....	16
<b>it</b>	Ricette.....	28
<b>es</b>	Recetas .....	40
<b>pt</b>	Receitas.....	52
<b>de</b>	Rezepte .....	64
<b>fr</b>	Recettes.....	76
<b>pl</b>	Przepisy.....	88
<b>sk</b>	Recepty .....	100
<b>hu</b>	Receptek .....	112
<b>ru</b>	Рецепты .....	124
<b>uk</b>	Рецепти.....	136

## ELECTRIC PRESSURE COOKER PRESIDENT

## CHARACTERISTICS

Electric pressure cooker PRESIDENT can be used for quickly, safely, comfortably and economically preparing many popular dishes. It has the following PROGRAMMES FOR PRESSURE COOKING: poultry, meat/stew, legumes, rice, side dish, soup, porridge, and the following SPECIAL PROGRAMMES: sauce, slow cook, fry, steam, preserving, cake, yogurt. When cooking in these programmes, you can select low or high pressure; you can also set cooking intensity and duration in any of the programmes. Thanks to the **Keep warm** function, you do not have to warm food cooked in Electric pressure cooker PRESIDENT before serving it at a later time.

## PRESSURE PROGRAMMES



Poultry  
Drůbež

## POULTRY

Programme for thermal treatment of poultry.

## MARINATED CHICKEN



Fry  
Smažení

intensity

More



Poultry  
Drůbež

intensity

More

pressure

High

duration

35 min



**Ingredients:** 1 whole chicken, 3 slices butter, 2 tbsp. water

**Ingredients for marinade:** 1 tbsp. all purpose seasoning, 1 tbsp. oil, 1 tbsp. soy sauce, 2 tbsp. sweet chili sauce, salt, black pepper

**Recipe:** Blend all the ingredients for marinade. Rinse chicken, season with salt, brush in marinade and leave to marinate for 24 hours in a covered container in the refrigerator. Start the **Fry** programme, place three slices of butter into the cooking pot, leave to melt and roast the whole chicken. Add two tbsp. water and set the lid on. Start the **Poultry** programme, set cooking intensity to **More** and adjust the time of the **Cooking** cycle to **35 min**. The marinated chicken is ready to be served when the cooking cycle has ended.



Meat | Stew  
Maso | Dušení

## MEAT/STEW

Programme for thermal treatment of beef, pork, poultry, lamb, venison, etc.

## BEEF GOULASH



Fry  
Smažení

intensity

More



Meat | Stew  
Maso | Dušení

intensity

Normal

pressure

High

duration

35 min



**Ingredients:** 1 kg stewing beef steak cut into chunks, 800 g cut onions, 100 g pork fat, 200 ml oil, 6 cloves garlic, 1 tbsp. caraway seeds, 1 tbsp. plain flour, 1 tbsp. ground sweet pepper, 2 tsp. marjoram, 2 bay leaves, 2 tsp. salt, 1 tsp. icing sugar, ground black pepper

**Recipe:** Put 100 ml oil into the cooking pot, add pork fat and cut onions. Start the **Fry** programme, set cooking intensity to **More**. **Remove the onions** when fried and set aside. Put the remaining 100 ml oil into the cooking pot and wait until the oil is heated. Add caraway seeds to the meat cut to approximately 3 x 3 cm chunks, sauté in the heated oil, sprinkle with sweet red pepper, season with salt and black pepper and add the fried onions. Whip a tablespoon of flour in 500 ml water and add it to the sautéed meat. Thoroughly stir the mixture and end the **Fry** programme. Add bay leaf and pressed garlic to the sautéed meat. Set the lid onto the pressure cooker, start the **Meat/Stew** programme and cook goulash. Open the pressure cooker after the **Cooking** cycle has ended and season the goulash with marjoram and sugar before serving.





## LEGUMES

Programme for cooking beans, lentils, peas, chickpeas, etc.

**Notice:** When preparing legumes in Electric pressure cooker PRESIDENT, fill the cooking pot with food including water **up to one third of the volume of the cooking pot as a maximum!**

### LENTILS

	intensity	pressure	duration
	Normal	High	5 min



**Recipe:** Rinse lentils and soak in cold water one hour before cooking. Rinse the lentils again after soaking, place into the cooking pot and pour in water in the ratio 1 : 1. Set the lid onto the pressure cooker, start the **Legumes** programme, adjust the time of the **Cooking** cycle to 5 minutes and cook the lentils.

### PEAS

	intensity	pressure	duration
	Normal	High	10 min



**Recipe:** Rinse peas and soak in cold water 6 hours before cooking. Rinse the peas again after soaking, place into the cooking pot and pour in water in the ratio 1 : 1. Set the lid onto the pressure cooker, start the **Legumes** programme, adjust the time of the **Cooking** cycle to 10 minutes and cook the peas.

### BEANS

	intensity	pressure	duration
	Normal	High	30 min



**Recipe:** Rinse the beans and soak them over night in cold water. Rinse the beans again after soaking, place into the cooking pot and pour in water in the ratio 1 : 1. Set the lid onto the pressure cooker, start the **Legumes** programme and cook the beans.

### CHICKPEAS

	intensity	pressure	duration
	More	High	40 min



**Recipe:** Rinse chickpeas and soak over night in cold water. Rinse the chickpeas again after soaking, place into the cooking pot and pour in water in the ratio 1 : 2 (chickpeas : water). Set the lid onto the pressure cooker, start the **Legumes** programme, set cooking intensity to **More** and cook the chickpeas.



## RICE

Programme for preparing rice.

### STEAMED RICE



intensity

Normal

pressure

Low

duration

12 min



**Recipe:** Place 4 to 16 measuring cups of rice, rinse with water several times and strain. Add the required amount of water so that the water level reaches the mark corresponding to the number of measuring cups with rice placed into the pressure cooker as shown in the right section of the scale (**cup**). Season with salt as required and stir using the rice ladle. Set the lid onto the pressure cooker, start the **Rice** programme and cook. **Useful hint:** For a firmer rice cooked to “al dente”, set cooking intensity to **Less**, for a softer rice set cooking intensity to **More**; see the table with an overview of programmes in the Instructions for use.

### CHAMPIGNON RISOTTO



intensity

Less



intensity

More

pressure

Low

duration

15 min



**Ingredients:** 4 measuring cups of rice, 4 large sliced champignons, 1 finely chopped onion, 2 cloves garlic, 30 ml olive oil, 30 g butter, strong vegetable stock, fresh thyme leaves, finely grated parmesan

**Recipe:** Place into the cooking pot finely chopped onion, pressed garlic, butter and oil. Start the **Fry** programme, set intensity to **Less** and lightly simmer the onion and garlic. Add rinsed rice, chopped champignons and add stock up to the “**cup 4**” mark. Blend the ingredients in the cooking pot well and set the lid onto the pressure cooker. Start the **Rice** programme, set cooking intensity to **More** and cook the risotto. Garnish the risotto with fresh thyme leaves and finely grated parmesan before serving.





Side dish  
Přílohy

## SIDE DISH

Programme for preparing boiled potatoes, sweet potatoes, vegetables, pasta, etc.

### POTATOES

---



Side dish  
Přílohy

**intensity**  
Less

**pressure**  
High

**duration**  
2 min



Place potatoes into the cooking pot, pour in water and add salt. Start the **Side dish** programme, set cooking intensity to **Less** and cook the potatoes. **Notice:** You can prolong the cooking time depending on the kind of potatoes being cooked.

### PASTA

---



Side dish  
Přílohy

**intensity**  
Normal

**pressure**  
High

**duration**  
half of the usual time



Place pasta into the cooking pot, pour in water approx. 1 cm above the pasta, add salt. Start the **Side dish** programme, adjust the time of the **Cooking** cycle to **one half of the time** recommended on the pasta packaging and cook the pasta.

### BULGUR

---



Side dish  
Přílohy

**intensity**  
More

**pressure**  
High

**duration**  
10 min



Place bulgur into the pressure cooker and pour in stock in the ratio 1 : 2 (bulgur : stock). Start the **Side dish** programme, set cooking intensity to **More**, adjust the time of the **Cooking** cycle to **10 min** and cook the bulgur.



Soup  
Polévky

## SOUP

Programme for preparing broths and meat or vegetable soups.

**Notice:** When preparing soups that froth during preparation, fill the cooking pot up to **one half of its volume as a maximum!**

### BEEF BROTH

 Soup Polévky	<b>intensity</b> More	<b>pressure</b> High	<b>duration</b> 1:30 hrs
---------------------	--------------------------	-------------------------	-----------------------------



**Ingredients:** 1 kg beef, 2 marrow bones, 2 l water, 2 carrots, 1 parsley, 100 g celery, 10 cm leek, 3 bay leaves, 4 pcs whole allspice, 8 pcs whole black pepper, salt

**Recipe:** Place all the ingredients into the cooking pot. Start the **Soup** programme, set cooking intensity to **More** and cook the beef broth. **Useful hint:** To achieve a beef broth that is even more intense and delicate while preserving the precious nutritional composition, select the **Slow cook** programme instead of **Soup**.

### GOULASH SOUP

 Fry Smažení	<b>intensity</b> More
--------------------	--------------------------



 Soup Polévky	<b>intensity</b> Normal	<b>pressure</b> High	<b>duration</b> 30 min
---------------------	----------------------------	-------------------------	---------------------------

**Ingredients:** 400 g neck of pork, 400 g potatoes, 1 l vegetable stock or water, 1 sweet red pepper, 1 diced carrot, 1 finely chopped onion, 1 diced celery stalk, 25 g ground sweet pepper, 3 bay leaves, 2 tbsp. tomato paste, 2 tbsp. pork fat, 1 tsp. ground caraway seeds, garlic and marjoram to taste, salt and black pepper

**Recipe:** Place the pork fat into the cooking pot, start the **Fry** programme and set cooking intensity to **More**. Fry the onion with caraway seeds in hot pork fat until translucent, add chopped vegetables and fry until golden brown. Briefly fry meat cut into small pieces and seasoned with salt and black pepper, add tomato paste, stir in sweet pepper and sauté briefly. Finally pour in the vegetable stock, add salt and black pepper, add bay leaves, garlic and marjoram and set the lid onto the pressure cooker. Start the **Soup** programme and cook the goulash soup.





**Porridge**  
Kaše

## PORRIDGE

Programme for preparing cereal porridges.

### BUCKWHEAT PORRIDGE



**Porridge**  
Kaše

**intensity**  
Normal

**pressure**  
High

**duration**  
20 min



**Ingredients:** 250 g peeled buckwheat (2 measuring cups for rice), 160 ml milk (1 measuring cup), 40 ml maple syrup, 2 tsp. grated coconut, 20 g vanilla sugar, 1 tsp. ground cinnamon, 2 pinches salt

**Recipe:** Thoroughly rinse the buckwheat and pour in 4 measuring cups of water. Start the **Porridge** programme and cook the buckwheat. After the **Cooking** cycle has ended, open the pressure cooker and add the remaining ingredients to the cooked buckwheat. Stir thoroughly and serve in dishes. Serve the buckwheat porridge garnished with fruit, chocolate, cocoa or cinnamon and top it with a little melted butter. **Useful hint:** You can prepare **millet porridge** in the electric pressure cooker in the same way as the buckwheat porridge (scald the millet with hot water before cooking).

### OATMEAL PORRIDGE



**Porridge**  
Kaše

**intensity**  
Less

**pressure**  
High

**duration**  
5 min



**Ingredients:** 200 g rolled oats (2 measuring cups), 160 ml milk (1 measuring cup), 20 g vanilla sugar, 50 g butter, 1 tbsp. honey, salt

**Recipe:** Place 2 measuring cups of rolled oats and 4 measuring cups of water into the cooking pot. Set the lid onto the pressure cooker, start the **Porridge** programme, set cooking intensity to **Less** and cook the rolled oats. Open the pressure cooker after the **Cooking** cycle has ended, add 50 g butter, 1 tbsp. honey, 1 measuring cup milk, vanilla sugar and 2 pinches of salt. Blend everything well and serve in dishes garnished with dried fruit. **Useful hint:** You can prepare **porridge with buckwheat flakes** in the same way as with rolled oats.



Sauce  
Omáčky

## SAUCE

Programme for preparing sauces, glazes, etc.

SPECIAL PROGRAMMES

**Notice:** Always use the pressure cooker **without the lid on** in the **Sauce** programme!

## CHEESE SAUCE



Sauce  
Omáčky

intensity  
Less

duration  
5 min



**Ingredients:** 250 ml whipping cream (33% fat), 100 g processed cheese, 2 meat broth cubes, 4 cloves garlic, 2 tbsp. plain flour, 1 l water

**Recipe:** Place 1 l water and the broth cubes into the cooking pot. Start the **Sauce** programme and set cooking intensity to **Less**. Separately whip cream, processed cheese and sugar in a dish until smooth and gradually stir the mass into the broth while heating it, making sure to avoid lumps. When the sauce starts boiling, add pressed garlic and simmer while stirring occasionally until the programme ends. **Useful hint:** You can also prepare **custard** in the electric pressure cooker in the **Sauce** programme.



Slow cook  
Pomalé vaření

## SLOW COOK

Programme for slowly cooking meat, poultry, fish and vegetables.

## NECK OF PORK IN CREAM



Fry  
Smažení

intensity  
More



Slow cook  
Pomalé vaření

intensity  
Less

duration  
2 hrs

**Ingredients:** 4 slices neck of pork, 250 ml whipping cream (33% fat), 200 g grated cheese, a little plain flour, oil for frying, salt and black pepper

**Recipe:** Pound the meat with a meat mallet, season with salt and black pepper and sprinkle with flour. Place oil into the cooking pot, start the **Fry** programme and set cooking intensity to **More**. Gradually sauté the meat slices in heated oil on both sides, remove every batch when done and end the **Fry** programme when finished. Return the sautéed meat slices into the cooking pot with the fat previously used for frying the meat. Pour in the cream and add water so that the meat is almost submerged. Set the lid onto the pressure cooker and start the **Slow cook** programme, set cooking intensity to **Less** and cook the pork in cream. Sprinkle the meal with grated cheese on the plate.



## FRY

Programme for preparing fried food.

**Notice:** Always use the pressure cooker **without the lid on** in the **Fry** programme!

### FRIED CAULIFLOWER

---



**intensity**

More

**duration**

1 hr



**Ingredients:** 1 whole cauliflower, 500 ml oil for frying, salt

**Ingredients for breadcrumb coating:** 4 tbsp. milk, 2 to 3 eggs (depending on the size of the cauliflower), plain flour, breadcrumbs, salt

**Recipe:** Clean the cauliflower, wash, divide into small florets, season with salt and coat in the breadcrumb coating: first in plain flour, then in whipped eggs with a little salt and milk and finally in breadcrumbs. Place 500 ml oil into the cooking pot, start the **Fry** programme and set cooking intensity to **More**. Wait until the text **Hot** appears on the display and fry the cauliflower florets in the heated oil in batches (every batch 10 to 15 minutes) on all sides.

### BEAN PANCAKES

---



**intensity**

More

**Ingredients:** 250 g cooked beans (about 2 measuring cups for rice), 3 eggs, 5 cloves garlic, 3 tbsp. plain flour, 1 tsp. caraway seeds, 1 tsp. marjoram, grated cheese for sprinkling, oil for frying, salt and black pepper

**Recipe:** Cook the beans beforehand in the **Legumes** programme. Strain the cooked beans and place them into a blender. Add 3 eggs, 4 cloves pressed garlic, 3 tbsp. plain flour, 1 tsp. caraway seeds, 1 tsp. marjoram,  $\frac{3}{4}$  tsp. salt, a pinch of black pepper. Blend everything, dilute with milk if the mixture is too thick. Process the mixture into balls and coat them in plain flour. Pour oil into the cooking pot so that the entire bottom of the pot is completely covered, start the **Fry** programme, set cooking intensity to **More** and wait until the text **Hot** appears on the display. Place the bean balls into the hot oil and use a tablespoon to form them into pancakes. Fry the pancakes on both sides. Brush the hot pancakes with crushed salted garlic mixed with oil and water and sprinkle with grated cheese before serving.



## STEAM

Programme for steaming meat, fish, vegetables, meals made with dough, etc.

**Notice:** Always use the pressure cooker **with the steamer basket inserted** in the **Steam programme!**

### POTATO SALAD WITH YOGURT



**intensity**

Normal

**pressure**

Low

**duration**

10 min



**Ingredients:** 6 unpeeled potatoes, 2 carrots, 1 parsley, 1 onion, 1 spring onion, 1 small red bell pepper, 2 sterilised cucumbers, 100 g plain yogurt, 1 tbsp. icing sugar, juice from half lemon, salt and black pepper

**Recipe:** Place into the cooking pot thoroughly rinsed unpeeled potatoes, cleaned carrots, parsley and peeled onions inserted in the steamer basket, add 300 ml water and set the lid onto the pressure cooker. Start the **Steam** programme and cook the potatoes with the vegetables in steam. Peel the potatoes after they have partly cooled down and divide them together with the cooked vegetables. Add other finely chopped ingredients: spring onion, red bell pepper and sterilised cucumbers. Blend in yogurt, salt and black pepper, pour in 160 ml dressing (1 measuring cup) consisting of water with a tablespoon of sugar and lemon juice and stir lightly.



## PRESERVING

Programme for preserving fruit, vegetables, meat, mushrooms and ready meals.

### PRESERVED PORK



**intensity**

More

**pressure**

High

**duration**

1 hr



**Ingredients:** 1 kg deboned pork side, 1 kg pork shoulder, 35 g salt, black pepper to taste

**Recipe:** Dice the pork, season with salt and black pepper, blend thoroughly and leave to rest in the refrigerator until the next day. The next day place the meat into clean preserving jars and seal the jars. Place baking paper onto the bottom of the cooking pot. Place the sealed jars onto the baking paper and pour water into the pressure cooker up to  $\frac{3}{4}$  of the jars' height. Set the lid onto the pressure cooker, start the **Preserving** programme, set cooking intensity to **More** and adjust the time of the **Cooking** cycle to **1:00 h**. After the programme has ended, remove the jars from the cooking pot and let them rest at room temperature until the next day. Repeat the preservation process the next day.

## PRESERVING OTHER FOOD

---

Proceed analogously to pork when preserving other food. Make sure that all the jars placed in the cooking pot are submerged in at least 3 cm of water.

Set the intensity and preservation time as follows for different kinds of food (see the table):

Food	Cooking intensity	Time of preservation
Berries	Less	5 min
Jams	Less	5 min
Stone fruits	Normal	10 min
Vegetables	More	30 min
Mushrooms	More	15 min
Ready meals	More	30 min
Raw meat	More	60 min

**Useful hint:** Before starting to preserve meat, sausages, pâté, etc., add a tablespoon of vinegar to the water in the cooking pot. The jars with preserved food will not be greasy after thermal treatment and you can remove them more easily and safely from the cooking pot.



**Cake**  
Moučníky

### CAKE

Programme for preparing cakes.

## POPPY SEED CAKE

---



**Cake**  
Moučníky

**intensity**  
More

**pressure**  
High

**duration**  
1 hr



**Ingredients:** 200 g ground poppy seeds, 200 g plain flour, 200 g superfine sugar, 200 ml semi-skimmed milk, 100 ml sunflower oil, 2 eggs, 40 g vanilla sugar, 12 g baking powder, 1 tsp. cinnamon, peel from one lemon, pinch of salt

**Recipe:** Grease the bottom of the cooking pot with butter and place a round baking paper onto the greased bottom. Blend all the loose ingredients including the lemon peel in a separate container and process into dough, add milk, oil and eggs and blend everything thoroughly. Pour the mixture into the cooking pot with the baking paper inserted and set the lid onto the pressure cooker. Start the **Cake** programme, set cooking intensity to **More** and bake the poppy seed cake. When done, leave the cake to cool down in the cooking pot and carefully turn it out.



**Yogurt  
Jogurt**

## YOGURT

Programme for preparing homemade yogurt.

**Notice:** In the Yogurt programme, always use the pressure cooker with the operating pressure control set to the position for releasing steam (**Venting**).

## HOMEMADE YOGURT

### Milk pasteurisation cycle

 Yogurt Jogurt	<b>intensity</b>	<b>level</b>
	More	<i>boil</i>

### Yogurt preparation cycle

 Yogurt Jogurt	<b>intensity</b>	<b>duration</b>
	Normal	8 hrs



**Ingredients:** 1 l whole fat milk, 180 g high-quality plain yogurt with a high content of yogurt starter culture

**Milk pasteurisation cycle:** Place the cooking pot with 1 litre of milk inside into the pressure cooker and set the lid on. Set the pressure control to the position for **releasing steam (Venting)**. Start the **Yogurt** programme and set cooking intensity to **More**. The text *boil* will appear on the display and the milk will be heated and pasteurised in the pressure cooker for about 20 minutes. The text *Yogt* will briefly appear on the display after the pasteurisation has ended and the programme will end.

**Adding yogurt to pasteurised milk:** After the pasteurisation has ended, remove the lid, measure the temperature of the milk and leave it to drop to 40 °C in the cooking pot. Only after the temperature of 40 °C (or lower) has been reached, add high-quality plain yogurt to the pasteurised milk, stir well and set the lid onto the pressure cooker.

**Yogurt preparation cycle:** Start the **Yogurt** programme to prepare yogurt in the pressure cooker. The programme will end after the set time has elapsed. Place the yogurt into sterilised jars, seal the jars and leave to rest at room temperature until the next day. Then store the homemade yogurt in the refrigerator. **Useful hint:** If you wish to prepare yogurt with a different consistency, you can end its preparation in the Yogurt programme already after 4 hours.

**Notice:** The timer on the display in the **Yogurt** programme is incremental.

**ELEKTRICKÝ TLAKOVÝ HRNEC PRESIDENT**

**CHARAKTERISTIKA**

Elektrický tlakový hrnec PRESIDENT umožňuje rychlou, bezpečnou, komfortní a úspornou přípravu řady oblíbených pokrmů. Je vybaven PROGRAMY PRO TLAKOVÉ VAŘENÍ: drůbež, maso/dušení, luštěniny, rýže, přílohy, polévky, kaše a SPECIÁLNÍMI PROGRAMY: omáčky, pomalé vaření, smažení, napařování, zavařování, moučnický, jogurt. Při vaření s tlakovými programy lze zvolit nízký nebo vysoký pracovní tlak, při použití všech programů lze upravit intenzitu i dobu vaření. Díky funkci **Udržování servírovací teploty** nemusíte pokrmy připravené v Elektrickém tlakovém hrnci PRESIDENT před pozdějším podáváním znovu ohřívat.

**TLAKOVÉ PROGRAMY**



**Poultry  
Drůbež**

**DRŮBEŽ (POULTRY)**

Program pro tepelnou úpravu drůbeže.

**MARINOVANÉ KUŘE**



**Fry  
Smažení**

**intenzita**  
More



**Poultry  
Drůbež**

**intenzita**  
More

**tlak**  
High

**doba**  
35 min.



**Ingredience:** 1 celé kuře, 3 plátky másla, 2 lžičky vody

**Ingredience na marinádu:** 1 lžička vegety, 1 lžička oleje, 1 lžička sójové omáčky, 2 lžičky sladké chilli omáčky, sůl, pepř

**Postup:** Všechny ingredience na marinádu smíchejte. Kuře omyjte, osolte, vetřete do něj marinádu a nechte marinovat v uzavřené nádobě v lednici 24 hodin. Spusťte program **Smažení (Fry)**, do varné mísy vložte tři plátky másla a po jeho rozehřátí celé kuře orestujte. Přidejte dvě lžičky vody a tlakový hrnec uzavřete. Spusťte program **Drůbež (Poultry)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)** a dobu fáze **Vaření (Cooking)** upravte na **35 min.** Po ukončení fáze vaření je marinované kuře připraveno k podávání.



## MASO/DUŠENÍ (MEAT/STEW)

Program pro tepelnou úpravu hovězího, vepřového, drůbežního a jehněčího masa, zvěřiny atd.

## HOVĚZÍ GULÁŠ



intenzita

More



intenzita

Normal

tlak

High

dobu

35 min.



**Ingredience:** 1 kg hovězího masa na guláš, 800 g krájené cibule, 100 g vepřového sádla, 200 ml oleje, 6 stroužků česneku, 1 lžička kmínu, 1 lžička hladké mouky, 1 lžičce mleté papriky sladké, 2 lžičky majoránky, 2 bobkové listy, 2 lžičky soli, 1 lžička moučkového cukru, mletý pepř

**Postup:** Do nádoby nalijte 100 ml oleje, přidejte sádlo a nakrájenou cibuli. Spustte program **Smažení (Fry)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)**. Po usmažení cibuli vyjměte a uložte stranou. Do varné mísy dejte zbylých 100 ml oleje a vyčkejte, až se zahřeje. Okminované maso nakrájené na velikost cca 3 x 3 cm orestujte v rozpáleném oleji, poprašte paprikou, osolte, opepřete a přidejte osmaženou cibuli. V 500 ml vody rozšlehejte lžičku mouky a přidejte ji k orestovanému masu. Směs důkladně promíchejte a program **Smažení (Fry)** ukončete. K orestovanému masu přidejte bobkový list a prolisovaný česnek.

Tlakový hrnec uzavřete víkem, spustte program **Maso/Dušení (Meat/Stew)** a guláš uvařte. Po ukončení fáze **Vaření (Cooking)** tlakový hrnec otevřete a guláš před podáváním dochutte majoránkou a cukrem.







## LUŠTĚNINY (LEGUMES)

Program pro přípravu vařených fazolí, čočky, hrachu, cizrny atd.

**Upozornění:** Při přípravě luštěnin v Elektrickém tlakovém hrnci PRESIDENT přidejte varnou mísu pokrmem včetně vody **nejvýše do třetiny objemu nádoby!**

### ČOČKA



**intenzita**  
Normal

**tlak**  
High

**doba**  
5 min.



**Postup:** Čočku propláchněte a namočte hodinu předem ve studené vodě. Poté čočku opět propláchněte, dejte do varné mísy a zalijte vodou v poměru 1 : 1. Tlakový hrnec uzavřete, zapněte program **Luštěniny (Legumes)**, dobu fáze **Vaření (Cooking)** upravte na 5 minut a čočku uvařte.

### HRÁCH



**intenzita**  
Normal

**tlak**  
High

**doba**  
10 min.



**Postup:** Hrách propláchněte a namočte 6 hodin předem ve studené vodě. Poté hrách opět propláchněte, dejte do varné mísy a zalijte vodou v poměru 1 : 1. Tlakový hrnec uzavřete, spusťte program **Luštěniny (Legumes)**, dobu fáze **Vaření (Cooking)** upravte na 10 minut a hrách uvařte.

### FAZOLE



**intenzita**  
Normal

**tlak**  
High

**doba**  
30 min.



**Postup:** Fazole propláchněte a namočte přes noc ve studené vodě. Poté fazole opět propláchněte, dejte do varné mísy a zalijte vodou v poměru 1 : 1. Tlakový hrnec uzavřete, spusťte program **Luštěniny (Legumes)** a fazole uvařte.

### CIZRNA



**intenzita**  
More

**tlak**  
High

**doba**  
40 min.



**Postup:** Cizrnu propláchněte a namočte přes noc ve studené vodě. Poté cizrnu opět propláchněte, dejte do varné mísy a zalijte vodou v poměru 1 : 2 (cizrna : voda). Tlakový hrnec uzavřete, spusťte program **Luštěniny (Legumes)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)** a cizrnu uvařte.



## RÝŽE (RICE)

Program pro přípravu dušené rýže.

### DUŠENÁ RÝŽE



**intenzita**  
Normal

**tlak**  
Low

**doba**  
12 min.



**Postup:** Do varné mísy dejte 4 až 16 odměrek rýže, několikrát ji propláchněte vodou a slijte. Přidejte potřebné množství vody tak, aby její hladina dosahovala k rysce odpovídající počtu vložených odměrek rýže v pravé části stupnice (**cup**). Rýži dle potřeby osolte a naběračkou na rýži promíchejte. Tlakový hrnc uzavřete, spusťte program **Rýže (Rice)** a pokrm uvařte. **Dobrý tip:** Pro tvrdší rýži vařenou na stupeň „al dente“ (tzv. na skus) nastavte intenzitu vaření na **Nižší (Less)**, pro měkčí rýži nastavte intenzitu vaření na **Vyšší (More)**, viz tabulka s přehledem programů v Návodu k použití.

### ŽAMPIONOVÉ RIZOTO



**intenzita**  
Less



**intenzita**  
More

**tlak**  
Low

**doba**  
15 min.

**Ingredience:** 4 odměrky rýže, 4 velké krájené žampiony, 1 cibule krájená nadrobno, 2 stroužky česneku, 30 ml olivového oleje, 30 g másla, silný zeleninový vývar, čerstvé lístky tymiánu, jemně strouhaný parmazán

**Postup:** Do mísy dejte nadrobno krájenou cibuli, prolisovaný česnek, máslo a olej. Spusťte program **Smažení (Fry)**, intenzitu nastavte na **Nižší (Less)** a cibuli s česnekem zlehka orestujte. Přidejte propanou rýži, krájené žampiony a doplňte vývarem po rysku **cup 4**. Suroviny v míse dobře promíchejte a tlakový hrnc uzavřete. Spusťte program **Rýže (Rice)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)** a rizoto uvařte. Před podáváním ozdobte rizoto lístky čerstvého tymiánu a jemně nastrouhaným parmazánem.





Side dish  
Přílohy

## PŘÍLOHY (SIDE DISH)

Program pro přípravu vařených brambor, batátů, zeleniny, těstovin atd.

### BRAMBORY



Side dish  
Přílohy

intenzita  
Less

tlak  
High

dobu  
2 min.



Brambory ve varné míse zalijte vodou a osolte. Spustte program **Přílohy (Side dish)**, intenzitu vaření nastavte na **Nižší (Less)** a brambory uvařte. **Upozornění:** Doba přípravy můžete prodloužit podle druhu připravovaných brambor.

### TĚSTOVINY



Side dish  
Přílohy

intenzita  
Normal

tlak  
High

dobu  
polovina běžného času



Těstoviny ve varné míse zalijte vodou cca 1 cm nad jejich povrch a osolte. Spustte program **Přílohy (Side dish)**, dobu fáze **Vaření (Cooking)** upravte na **polovinu času** doporučeného výrobcem těstovin a těstoviny uvařte.

### BULGUR



Side dish  
Přílohy

intenzita  
More

tlak  
High

dobu  
10 min.



Bulgur vložte do hrnce, zalijte vývarem v poměru 1 : 2 (bulgur : vývar). Spustte program **Přílohy (Side dish)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)**, dobu fáze **Vaření (Cooking)** upravte na **10 min.** a bulgur uvařte.



Soup  
Polévky

## POLÉVKY (SOUP)

Program pro přípravu vývarů a masových i zeleninových polévek.

**Upozornění:** Při přípravě polévek, které během přípravy pění, plňte varnou mísu **maximálně do poloviny objemu nádoby!**

## HOVĚZÍ VÝVAR



Soup  
Polévky

intenzita

More

tlak

High

doba

1:30 hod.



**Ingredience:** 1 kg hovězího masa, 2 morkové kosti, 2 l vody, 2 mrkve, 1 petržel, 100 g celeru, 10 cm pórků, 3 bobkové listy, 4 kuličky nového koření, 8 kuliček černého pepře, sůl

**Postup:** Všechny ingredience vložte do varné mísy. Spusťte program **Polévky (Soup)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)** a hovězí vývar uvařte. **Dobrý tip:** Pro přípravu hovězího vývaru ještě intenzivnější a jemnější chuti, při zachování cenných nutričních látek, zvolte místo programu **Polévky (Soup)** program **Pomalé vaření (Slow cook)**.

## GULÁŠOVÁ POLÉVKA



Fry  
Smažení

intenzita

More



Soup  
Polévky

intenzita

Normal

tlak

High

doba

30 min.

**Ingredience:** 400 g vepřové krkovic, 400 g brambor, 1 l zeleninového vývaru nebo vody, 1 sladká červená paprika (kapie), 1 mrkev krájená na kostičky, 1 cibule krájená nadrobno, 1 stonek řapíkatého celeru krájený na kostičky, 25 g mleté sladké papriky, 3 bobkové listy, 2 lžiče rajského protlaku, 2 lžiče sádla, 1 lžička mletého kmínu, česnek a majoránka dle chuti, sůl a pepř

**Postup:** Sádlo dejte do varné mísy a spusťte program **Smažení (Fry)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)**. V horkém sádle nechte zesklivatět cibuli a kmín, přisypte krájenou zeleninu a osmahněte ji dozlatova. Poté krátce opečte osolené a opepřené maso nakrájené na malé kousky, přidejte protlak, vsypte papriku a krátce orestujte. Nakonec přilijte vývar, osolte, opepřete, přidejte bobkový list, česnek, majoránku a tlakový hrnec uzavřete. Spusťte program **Polévky (Soup)** a gulášovou polévku uvařte.



Porridge  
Kaše

## KAŠE (PORRIDGE)

Program pro přípravu obilných kaší.

### POHANKOVÁ KAŠE



Porridge  
Kaše

intenzita  
Normal

tlak  
High

doba  
20 min.



**Ingredience:** 250 g loupané pohanky (2 odměrky na rýži), 160 ml mléka (1 odměrka), 40 ml javorového sirupu, 2 lžičce strouhaného kokosu, 20 g vanilkového cukru, lžička mleté skořice, 2 špetky soli

**Postup:** Důkladně propláchnutou pohanku zalijte ve varné míse 4 odměrkami vody. Spusťte program **Kaše (Porridge)** a pohanku uvařte. Po ukončení fáze **Vaření (Cooking)** hrncem otevřete a k uvařené pohance přidejte zbylé suroviny. Důkladně promíchejte a naservírujte do misek. Pohankovou kaši podávejte zdobenou ovocem, čokoládou, kakaem či skořicí a zlehka ji polijte rozpuštěným máslem. **Dobrý tip:** Stejným způsobem jako pohankovou kaši připravíte v elektrickém tlakovém hrnci také **jáhlovou kaší** (jáhly před uvařením spařte horkou vodou).

### OVESNÁ KAŠE



Porridge  
Kaše

intenzita  
Less

tlak  
High

doba  
5 min.



**Ingredience:** 200 g ovesných vloček (2 odměrky), 160 ml mléka (1 odměrka), 20 g vanilkového cukru, 50 g másla, lžičce medu, sůl

**Postup:** Do varné mísy dejte 2 odměrky ovesných vloček a 4 odměrky vody. Hrncem uzavřete, spusťte program **Kaše (Porridge)**, intenzitu vaření nastavte na **Nižší (Less)** a ovesné vločky uvařte. Po ukončení fáze **Vaření (Cooking)** hrncem otevřete, přidejte 50 g másla, lžičku medu, 1 odměrku mléka, vanilkový cukr a 2 špetky soli. Vše důkladně promíchejte a servírujte do misek zdobené sušeným ovocem. **Dobrý tip:** Stejně jako ovesnou kaši můžete připravit **kaši z pohankových vloček**.



Sauce  
Omáčky

## OMÁČKY (SAUCE)

Program pro přípravu omáček, polev atd.

SPECIÁLNÍ PROGRAMY

**Upozornění:** V programu **Omáčky (Sauce)** použijte tlakový hrnc vždy **bez nasazeného víka!**

## SÝROVÁ OMÁČKA



Sauce  
Omáčky

intenzita  
Less

doba  
5 min.



**Ingredience:** 250 ml smetany ke šlehání (33 % tuku), 100 g taveného sýra, 2 masové bujóny, 4 stroužky česneku, 2 lžice hladké mouky, 1 l vody

**Postup:** Do varné mísy dejte litr vody a bujón. Spustte program **Omáčky (Sauce)**, intenzitu vaření nastavte na **Nižší (Less)**. Stranou si v misce rozšlehejte dohladka smetanu, sýr a mouku a postupně ji vmíchejte do zahřívajícího vývaru tak, aby se nevytvářely hrudky. Až začne omáčka vřít, přidejte prolisovaný česnek a za občasného míchání povařte, dokud se program neukončí.

**Dobrý tip:** S programem **Omáčky (Sauce)** můžete v elektrickém tlakovém hrnci připravovat také **mléčné pudinky**.



Slow cook  
Pomalé vaření

## POMALÉ VAŘENÍ (SLOW COOK)

Program pro pomalou tepelnou úpravu masa, drůbeže, ryb a zeleniny.

## VEPŘOVÁ KRKOVICE NA SMETANĚ



Fry  
Smažení

intenzita  
More



Slow cook  
Pomalé vaření

intenzita  
Less

doba  
2 hod.

**Ingredience:** 4 plátky vepřové krkovic, 250 ml smetany ke šlehání (33 % tuku), 200 g strouhaného tvrdého sýru, trochu hladké mouky, olej na smažení, sůl a pepř

**Postup:** Krkovici naklepejte paličkou na maso, osolte, opepřete a poprašte moukou. Do varné mísy dejte olej, spustte program **Smažení (Fry)** a intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)**. V rozpáleném oleji plátky krkovic postupně orestujte z obou stran a po jejich osmažení program **Smažení (Fry)** ukončete. Do varné mísy s vysmaženým tukem vraťte opečené plátky krkovic. Podlijte je smetanou a přidejte tolik vody, aby bylo maso téměř ponořené. Hrnc uzavřete a spustte program **Pomalé vaření (Slow cook)**, intenzitu vaření nastavte na **Nižší (Less)** a krkoviici na smetaně uvařte. Na talíři pak pokrm posypte strouhaným sýrem.



Fry  
Smažení

## SMAŽENÍ (FRY)

Program pro přípravu smažených pokrmů.

**Upozornění:** V programu **Smažení (Fry)** používejte tlakový hrnc bez nasazeného víka!

### SMAŽENÝ KVĚTÁK



Fry  
Smažení

intenzita

More

doba

1 hod.



**Ingredience:** 1 celý květák, 500 ml oleje na smažení, sůl

**Ingredience pro trojbal:** 4 lžíce mléka, 2 až 3 vejce (dle velikosti kvěťáku), hladká mouka, strouhanka, sůl

**Postup:** Květák očistěte, omyjte, naporcujte na malé růžičky, osolte a obalte v trojbalu: nejprve v hladké mouce, potom v rozšlehaných vejcích s trochou soli a mléka a nakonec ve strouhance. Do varné misky dejte 500 ml oleje a spusťte program **Smažení (Fry)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)**. Vyčkejte, dokud se na displeji nezobrazí nápis **Hot** a v rozpáleném oleji růžičky kvěťáku po dávkách osmažte (každá dávka 10 až 15 minut) ze všech stran.

### FAZOLOVÉ PLACIČKY



Fry  
Smažení

intenzita

More

**Ingredience:** 250 g vařených fazolí (cca 2 odměrky na rýži), 3 vejce, 5 stroužků česneku, 3 polévkové lžíce hladké mouky, 1 lžička kmínu, 1 lžička majoránky, nastrouhaný tvrdý sýr na posypání, olej na smažení, sůl a pepř

**Postup:** Fazole si uvařte předem v programu **Luštěníny (Legumes)**. Uvařené fazole scedte a dejte do mixéru. Přidejte 3 vejce, 4 stroužky prolisovaného česneku, 3 lžíce hladké mouky, lžičku kmínu, lžičku majoránky, tři čtvrté lžičky soli a špetku pepře. Vše rozmixujte, pokud je hmota až příliš hustá, zředte ji mlékem. Ze směsi vytvořte kuličky, které obalte v hladké mouce. Do varné misky nalijte olej, aby bylo celé dno misky pokryté, zapněte program **Smažení (Fry)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)** a vyčkejte, dokud se na displeji nezobrazí nápis **Hot**. Fazolové kuličky vkládejte do horkého oleje a pomoci lžice z nich tvarujte placičky, které usmažte z obou stran. Horké placičky potřené drceným česnekem se solí, smíchaným s olejem a vodou, posypte před podáváním sýrem.



## NAPAŘOVÁNÍ (STEAM)

Program pro přípravu masa, ryb, zeleniny, pokrmů z těst apod. v páře.

**Upozornění:** V programu **Napařování (Steam)** použijte tlakový hrnec vždy s vloženým napařovacím sítlem!

## BRAMBOROVÝ SALÁT S JOGURTEM



intenzita

Normal

tlak

Low

doba

10 min.



**Ingredience:** 6 neoloupaných brambor, 2 mrkve, 1 petržel, 1 cibule, 1 jarní cibulka, 1 menší červená paprika, 2 sterilované okurky, 100 g bílého jogurtu, lžičce moučkového cukru, šťáva z půlky citronu, sůl a pepř

**Postup:** Dobře omyté neoloupané brambory a očištěnou zeleninu dejte v napařovacím košíku do varné mísy, přidejte 300 ml vody a hrnec uzavřete. Spusťte program **Napařování (Steam)** a brambory se zeleninou uvařte v páře. Částečně vychladlé brambory oloupejte a spolu se zeleninou je protlačením přes strunový kráječ naporcujte. Přidejte další nadrobno krájené ingredience: jarní cibulku, červenou papriku a sterilovaný okurek. Vmíchejte jogurt, sůl a pepř, zalijte 160 ml zálivky (1 odměrka) z vody se lžící cukru a citronovou šťávou a zlehka promíchejte.



## ZAVAŘOVÁNÍ (PRESERVING)

Program pro zavařování ovoce, zeleniny, masa, hub a hotových jídel.

## ZAVAŘENÉ VEPŘOVÉ MASO



intenzita

More

tlak

High

doba

1 hod.



**Ingredience:** 1 kg vepřového boku bez kosti, 1 kg vepřového plecka, 35 g soli, pepř dle chuti

**Postup:** Vepřové maso nakrájejte na kostičky, osolte a opepřete, důkladně promíchejte a nechte v lednici do druhého dne uležet. Druhý den vložte do čistých zavařovacích sklenic, které uzavřete víčkem. Na dno varné mísy vložte pečící papír. Na pečící papír rozmístěte uzavřené sklenice, které zalijte do tří čtvrtin jejich výšky vodou. Tlakový hrnec uzavřete, spusťte program **Zavařování (Preserving)**, intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)** a dobu fáze **Vaření (Cooking)** upravte na **1:00 hod.** Po ukončení programu vyjměte sklenice z varné mísy a nechte je do druhého dne odstát při pokojové teplotě. Následující den zavařování zopakujte.



## ZAVAŘOVÁNÍ DALŠÍCH POTRAVIN

Při zavařování ostatních potravin postupujte podobně jako u zavařování vepřového masa. Dbejte, aby všechny sklenice vložené ve varné míse byly ponořené alespoň 3 cm ve vodě.

Intenzitu a dobu zavařování pro jednotlivé druhy potravin nastavte takto (viz tabulka):

Potravina	Intenzita vaření	Doba zavařování
Bobuloviny	Less	5 min.
Džemy	Less	5 min.
Ovoce peckové	Normal	10 min.
Zelenina	More	30 min.
Houby	More	15 min.
Hotová jídla	More	30 min.
Syrové maso	More	60 min.

**Dobry tip:** Před zahájením zavařování masa, uzenin, paštik apod. přidejte do vody ve varné míse lžici octa. Sklenice se zavařnými pokrmy nebudou po ukončení vaření mastné a z varné mísy je snáze a bezpečněji vyjmete.



Cake  
Moučníky

### MOUČNÍKY (CAKE)

Program pro přípravu moučníků.

## MAKOVÝ KOLÁČ



Cake  
Moučníky

intenzita  
More

tlak  
High

doba  
1 hod.



**Ingredience:** 200 g mletého máku, 200 g hladké mouky, 200 g cukru krupice, 200 ml polotučného mléka, 100 ml slunečnicového oleje, 2 vejce, 40 g vanilkového cukru, 12 g kypřicího prášku do pečiva, lžička skořice, kůra z jednoho citronu, špetka soli

**Postup:** Dno varné mísy vymažte máslem a na ně položte kulatý pečicí papír. Všechny sypké ingredience včetně citronové kůry smíchejte v míse na těsto, přidejte mléko, olej a vejce a vše důkladně promíchejte. Směs vlijte do varné mísy s vloženým pečicím papírem a hrncem uzavřete. Spusťte program **Moučníky (Cake)**, intenzitu vaření upravte na **Vyšší (More)** a makový koláč upečte. Po ukončení pečení nechte koláč ve varné míse vychladnout a poté jej opatrně vyklopte.



Yogurt  
Jogurt

## JOGURT (YOGURT)

Program pro přípravu domácího jogurtu.

**Upozornění:** V programu **Jogurt (Yogurt)** použijte tlakový hrnec s ovladačem pracovního tlaku nastaveným vždy do polohy pro **Vypuštění páry (Venting)**.

### DOMÁCÍ JOGURT

#### Fáze pasterizace mléka



Yogurt  
Jogurt

intenzita

More

stupeň

*boil*

#### Fáze výroby jogurtu



Yogurt  
Jogurt

intenzita

Normal

doba

8 hod.



**Ingredience:** 1 l plnotučného mléka, 180 g kvalitního bílého jogurtu s vyšším podílem jogurtové kultury

**Fáze pasterizace mléka:** Varnou mísu s litrem mléka vložte do hrnce a hrnec uzavřete víkem. Ovladač tlaku nastavte do polohy pro **Vypuštění páry (Venting)**. Spusťte program **Jogurt (Yogurt)** a intenzitu vaření nastavte na **Vyšší (More)**. Na displeji se zobrazí nápis *boil* a mléko se bude v tlakovém hrnci cca 20 minut zahřívat a pasterizovat. Po ukončení pasterizace se na displeji krátce zobrazí nápis *Yogt* a program se ukončí.

**Přidání jogurtu do pasterizovaného mléka:** Po ukončení pasterizace sejměte víko, změřte teplotu mléka a nechte je ve varné míse poklesnout na teplotu 40 °C. Teprve po dosažení teploty 40 °C (nebo nižší) přidejte do pasterizovaného mléka kvalitní bílý jogurt, dobře jej rozmíchejte a hrnec uzavřete.

**Fáze výroby jogurtu:** Spusťte program **Jogurt (Yogurt)** a v tlakovém hrnci jej vyrobte. Po uplynutí programem stanovené doby se program ukončí. Jogurt rozdělte do sterilizovaných sklenic, uzavřete je víčkem a nechte do druhého dne odstát při pokojové teplotě. Domácí jogurt poté uchovávejte v lednici. **Dobrý tip:** Pokud si přejete připravit jogurt o jiné konzistenci, můžete jeho přípravu v programu **Jogurt (Yogurt)** ukončit již po 4 hodinách.

**Upozornění:** V programu **Jogurt (Yogurt)** se čas zobrazený na displeji bude přičítat.

**PENTOLA A PRESSIONE ELETTRICA PRESIDENT**

**CARATTERISTICHE**

La pentola a pressione elettrica PRESIDENT può essere utilizzata per preparare velocemente, in modo sicuro, comodo ed economico, una gran quantità di pietanze. Comprende i seguenti PROGRAMMI PER LA COTTURA A VAPORE: **pollame, carne/stufati, legumi, riso, contorni, zuppe, porridge**, e i seguenti PROGRAMMI SPECIFICI: **salse, cottura lenta, frittura, cottura a vapore, conservazione, torte, yogurt**. Quando si cucina con questi programmi, è possibile selezionare la pressione alta o bassa; è anche possibile impostare l'intensità e la durata della cottura per qualunque programma. Grazie alla funzione Mantenimento della temperatura, non servirà riscaldare le pietanze cucinate all'interno della Pentola a pressione elettrica PRESIDENT se vengono servite in un secondo momento.

**PROGRAMMI PER LA COTTURA A PRESSIONE**



**Poultry  
Drůbež**

**POLLAME (POULTRY)**

Programma per il trattamento termico del pollame.

**POLLO MARINATO**



**Fry  
Smažení**

**intensità**

More



**Poultry  
Drůbež**

**intensità**

More

**pressione**

High

**durata**

35 min.



**Ingredienti:** 1 pollo intero, 3 fettine di burro, 2 cucchiai di acqua

**Ingredienti per la marinata:** 1 cucchiaino di condimento per tutti gli usi, 1 cucchiaio di olio, 1 cucchiaino di salsa di soia, 2 cucchiai di salsa chili, sale, pepe nero

**Procedimento:** Amalgamare tutti gli ingredienti per la marinata. Risciacquare il pollo, salare, spennellare con la marinata e lasciar marinare per 24 ore in frigorifero, in un recipiente coperto. Avviare il programma **Frittura (Fry)**, inserire tre fettine di burro nella pentola, lasciarle sciogliere e cuocere il pollo intero. Aggiungere due cucchiai di acqua e applicare il coperchio. Avviare il programma **Pollame (Poultry)**, impostare l'intensità di cottura su **Più (More)** e regolare il tempo del ciclo di **Cottura (Cooking)** su **35 min.** Al termine del ciclo di cottura il pollo marinato è pronto per essere servito.



## CARNE/STUFATI (MEAT/STEW)

Programma per il trattamento termico di manzo, maiale, pollame, agnello, cervo, ecc.

### GULASCH DI MANZO



intensità

More



intensità

Normal

pressione

High

durata

35 min.



**Ingredienti:** 1 kg di carne di manzo per stufato tagliata a pezzi, 800 g di cipolle affettate, 100 g di lardo di maiale, 200 ml di olio, 6 spicchi d'aglio, 1 cucchiaino di semi di cumino, 1 cucchiaino di farina, 1 cucchiaino di pepe dolce macinato, 2 cucchiaini di maggiorana, 2 foglie di alloro, 2 cucchiaini di sale, 1 cucchiaino di zucchero a velo, pepe nero macinato

**Procedimento:** Versare nella pentola 100 ml d'olio, aggiungere il lardo e le cipolle affettate. Avviare il programma **Frittura (Fry)**, impostare l'intensità su **Più (More)**. Togliere le cipolle una volta cotte e tenere da parte. Versare i restanti 100 ml d'olio nella pentola e attendere che sia caldo. Aggiungere i semi di cumino alla carne tagliata in pezzi da circa 3 x 3 cm, saltare nell'olio caldo, cospargere con pepe dolce rosso, salare e pepare e aggiungere le cipolle cotte. Con una frusta, incorporare un cucchiaino di farina in 500 ml d'acqua e aggiungere alla carne soffritta. Mescolare bene il tutto e terminare il programma di **Cottura (Fry)**. Aggiungere l'alloro e l'aglio schiacciato alla carne. Applicare il coperchio alla pentola a pressione, avviare il programma **Carne/Stufati (Meat/Stew)** e cuocere il gulasch. Aprire la pentola a pressione al termine del ciclo di **Cottura (Cooking)** e condire il gulasch con maggiorana e zucchero a velo prima di servire.





## LEGUMI (LEGUMES)

programma per la cottura di fagioli, lenticchie, piselli, ceci, ecc.

**Avvertenza:** Se si cucinano i legumi nella Pentola a pressione elettrica PRESIDENT, riempire la pentola con gli ingredienti, compresa l'acqua, **fino al massimo a un terzo del suo volume!**

### LENTICCHIE



intensità	pressione	durata
Normal	High	5 min.



**Procedimento:** Risciacquare le lenticchie e ammolare in acqua fredda prima di cuocerle. Dopo averle ammolate, risciacquare nuovamente le lenticchie, inserirle nella pentola e versare acqua nella proporzione 1 : 1. Applicare il coperchio alla pentola a pressione avviare il programma **Legumi (Legumes)**, impostare il tempo del ciclo di **Cottura (Cooking)** a 5 minuti e cuocere le lenticchie.

### PISELLI



intensità	pressione	durata
Normal	High	10 min.



**Procedimento:** Risciacquare i piselli e ammolliarli in acqua calda per 6 ore prima di cuocerli. Dopo averli ammolliati, risciacquare nuovamente i piselli, inserirli nella pentola e versare acqua nella proporzione 1 : 1. Applicare il coperchio alla pentola a pressione avviare il programma **Legumi (Legumes)**, impostare il tempo del ciclo di **Cottura (Cooking)** a 10 minuti e cuocere i piselli.

### FAGIOLI



intensità	pressione	durata
Normal	High	30 min.



**Procedimento:** Risciacquare i fagioli e ammolliarli in acqua fredda per una notte. Dopo averli ammolliati, risciacquare nuovamente i fagioli, inserirli nella pentola e versare acqua nella proporzione 1 : 1. Applicare il coperchio alla pentola a pressione, avviare il programma **Legumi (Legumes)** e cuocere i fagioli.

### CECI



intensità	pressione	durata
More	High	40 min.



**Procedimento:** Risciacquare i ceci e ammolliarli in acqua fredda per una notte. Dopo averli ammolliati, risciacquare nuovamente i ceci, inserirli nella pentola e versare acqua nella proporzione 1 : 2 (ceci : acqua). Applicare il coperchio alla pentola a pressione, avviare il programma **Legumi (Legumes)**, impostare l'intensità di cottura su **Più (More)** e cuocere i ceci.



## RISO (RICE)

Programma per cucinare il riso.

### RISO BOLLITO



intensità

Normal

pressione

Low

durata

12 min.



**Procedimento:** Prelevare da 4 a 16 misurini di riso, risciacquare diverse volte e scolare. Aggiungere la quantità d'acqua necessaria affinché il livello raggiunga il segno corrispondente al numero di misurini versati nella pentola a pressione, come mostrato nella parte destra della scala graduata (**cup**). Salare a piacere e mescolare utilizzando il mestolo in dotazione. Applicare il coperchio alla pentola a pressione, avviare il programma **Riso (Rice)** e cuocere. **Consiglio utile:** Per un riso più sodo, cotto al dente, impostare l'intensità su **Meno (Less)**, per un riso più morbido impostarla su **Più (More)**; vedere la tabella con le indicazioni generali per l'uso dei programmi nelle Istruzioni per l'uso.

### RISOTTO AI FUNGHI CHAMPIGNON



intensità

Less



intensità

More

pressione

Low

durata

15 min.

**Ingredienti:** 4 misurini di riso, 4 funghi champignon grandi a fettine, 1 cipolla tritata finemente, 2 spicchi d'aglio, 30 ml di olio d'oliva, 30 g di burro, brodo vegetale, timo fresco in foglie, Parmigiano grattugiato

**Procedimento:** Inserire nella pentola la cipolla tritata finemente, l'aglio schiacciato, il burro e l'olio. Avviare il programma **Frittura (Fry)**, impostare l'intensità su **Meno (Less)** e cuocere aglio e cipolla a fuoco lento. Unire il riso risciacquato, i funghi a fettine e aggiungere brodo fino al segno "**cup 4**". Mescolare bene gli ingredienti nella pentola e applicare il coperchio. Avviare il programma **Riso (Rice)**, impostare l'intensità di cottura su **Più (More)** e cuocere il risotto. Guarnire il risotto con foglioline di timo fresco e Parmigiano prima di servire.





Side dish  
Přílohy

## CONTORNO (SIDE DISH)

Programma per cucinare patate lesse, patate dolci, verdure, pasta, ecc.

### PATATE



Side dish  
Přílohy

intensità  
Less

pressione  
High

durata  
2 min.



Inserire le patate nella pentola, versare acqua e salare. Avviare il programma **Contorni (Side dish)**, impostare l'intensità di cottura su **Less (Less)** e cuocere le patate. **Avvertenza:** È possibile prolungare il tempo di cottura a seconda del tipo di patate da cuocere.

### PASTA



Side dish  
Přílohy

intensità  
Normal

pressione  
High

durata  
metà del tempo abituale



Inserire la pasta nella pentola, versare acqua fino a 1 cm circa oltre il livello della pasta, salare. Avviare il programma **Contorni (Side dish)**, regolare il tempo del ciclo di **Cottura (Cooking)** dimezzando il tempo di cottura indicato sulla confezione della pasta.

### BULGUR



Side dish  
Přílohy

intensità  
More

pressione  
High

durata  
10 min.



Inserire il bulgur nella pentola a pressione e versare brodo nella proporzione di 1 : 2 (bulgur : brodo). Avviare il programma **Contorni (Side dish)**, impostare l'intensità di cottura su **Più (More)**, regolare il tempo del ciclo di **Cottura (Cooking)** a **10 min.** e cuocere il bulgur.



Soup  
Polévky

## ZUPPE (SOUP)

Programma per cucinare brodi e zuppe di carne e di verdure.

**Avvertenza:** Se si cucinano zuppe che tendono a schiumare durante la preparazione, riempire la pentola al massimo **per metà del suo volume!**

### BRODO DI MANZO

 Soup Polévky	<b>intensità</b>	<b>pressione</b>	<b>durata</b>
	More	High	1 h 30 min.



**Ingredienti:** 1 kg di manzo, 2 ossi buchi, 2 l d'acqua, 2 carote, 1 mazzetto di prezzemolo, 100 g di sedano, 10 cm di porro, 3 foglie di alloro, 4 bacche di pimento, 8 grani di pepe nero, sale

**Procedimento:** Inserire tutti gli ingredienti nella pentola. Avviare il programma **Zuppe (Soup)**, impostare l'intensità di cottura su **Più (More)** e cuocere il brodo. **Consiglio utile:** Per ottenere un brodo di manzo dal gusto ancora più intenso e che mantenga intatti i preziosi nutrienti, selezionare il programma **Cottura lenta (Slow cook)** anziché **Zuppe (Soup)**.

### MINESTRA DI GULASCH

 Fry Smažení	<b>intensità</b>
	More



 Soup Polévky	<b>intensità</b>	<b>pressione</b>	<b>durata</b>
	Normal	High	30 min.

**Ingredienti:** 400 g di collo di maiale, 400 g di patate, 1 l di brodo vegetale o acqua, 1 peperone rosso dolce, 1 carota a dadini, 1 cipolla tritata finemente, 1 gambo di sedano a dadini, 25 g di pepe dolce macinato, 3 foglie di alloro, 2 cucchiari di conserva di pomodoro, 2 cucchiari di lardo di maiale, 1 cucchiaino di semi di cumino, aglio e maggiorana a piacere, sale e pepe nero

**Procedimento:** Inserire il lardo nella pentola, avviare il programma **Cottura (Fry)** e impostare l'intensità di cottura su **Più (More)**. Soffriggere la cipolla e i semi di cumino nel lardo fino a farla dorare, aggiungere le verdure a dadini e cuocere fino a quando avranno un colore bruno dorato. Cuocere velocemente la carne tagliata a piccoli pezzi e condita con sale e pepe nero, aggiungere la conserva di pomodoro, aggiungere il pepe nero mescolando e saltare brevemente. Infine versare il brodo vegetale, salare e pepare, aggiungere le foglie di alloro, l'aglio e la maggiorana e applicare il coperchio alla pentola a pressione. Avviare il programma **Zuppe (Soup)** e cuocere la minestra di gulasch.





**Porridge**  
Kaše

## PORRIDGE (PORRIDGE)

Programma per cucinare porridge di cereali.

### PORRIDGE DI GRANO SARACENO



**Porridge**  
Kaše

**intensità**  
Normal

**pressione**  
High

**durata**  
20 min.



**Ingredienti:** 250 g di grano saraceno decorticato (2 misurini del riso), 160 ml di latte (1 misurino), 40 ml di sciroppo d'acero, 2 cucchiaini di cocco rapè, 20 g di zucchero vanigliato, 1 cucchiaino di cannella in polvere, 2 pizzichi di sale

**Procedimento:** Risciacquare accuratamente il grano saraceno e aggiungere 4 misurini di acqua. Avviare il programma **Porridge (Porridge)** e cuocere il grano saraceno. Al termine del ciclo di **Cottura (Cooking)**, aprire la pentola a pressione e aggiungere al grano saraceno cotto i restanti ingredienti. Mescolare bene e servire. Servire il porridge di grano saraceno guarnito con frutta, cioccolato, cacao o cannella e aggiungere una piccola noce di burro fuso. **Consiglio utile:** È possibile preparare il **porridge di miglio perlato** nella pentola a pressione seguendo lo stesso procedimento del porridge di grano saraceno (scottare il miglio con acqua calda prima di cuocerlo).

### PORRIDGE D'AVENA



**Porridge**  
Kaše

**intensità**  
Less

**pressione**  
High

**durata**  
5 min.



**Ingredienti:** 200 g di avena (2 misurini), 160 ml di latte (1 misurino), 20 g di zucchero vanigliato, 50 g di burro, 1 cucchiaino di miele, sale

**Procedimento:** Versare 2 misurini di avena e 4 misurini d'acqua nella pentola. Applicare il coperchio alla pentola a pressione, avviare il programma **Porridge (Porridge)**, impostare l'intensità di cottura su **Meno (Less)** e cuocere i fiocchi d'avena. Aprire la pentola a pressione al termine del ciclo di **Cottura (Cooking)**, aggiungere 50 g di burro, 1 cucchiaino di miele, 1 misurino di latte, lo zucchero vanigliato e 2 pizzichi di sale. Amalgamare bene il tutto e servire il porridge guarnito con frutta secca. **Consiglio utile:** È possibile preparare il **porridge con avena in fiocchi** seguendo lo stesso procedimento.



Sauce  
Omáčky

## SALSE (SAUCE)

Programma per preparare salse, glasse, ecc.

**Avvertenza:** Utilizzare sempre la pentola a pressione **senza il coperchio** per il programma **Salse (Sauce)**!

PROGRAMMI SPECIALI

## SALSA DI FORMAGGIO



Sauce  
Omáčky

intensità

Less

durata

5 min.



**Ingredienti:** 250 ml di panna da montare (33% di grassi), 100 g di formaggio fuso, 2 dadi di carne, 4 spicchi d'aglio, 2 cucchiaini di farina, 1 l d'acqua  
**Procedimento:** Versare 1 l d'acqua e i dadi nella pentola. Avviare il programma **Salse (Sauce)** e impostare l'intensità di cottura su **Meno (Less)**. A parte, montare la panna, il formaggio fuso e lo zucchero fino ad ottenere un composto liscio e versarlo gradualmente nel brodo riscaldandolo, per evitare la formazione di grumi. Quando la salsa inizia a bollire, aggiungere l'aglio schiacciato e cuocere a fuoco lento mescolando di tanto in tanto fino al termine del programma. **Consiglio utile:** È anche possibile preparare la **crema pasticcera** nella pentola a pressione elettrica con il programma **Salse (Sauce)**.



Slow cook  
Pomalé vaření

## COTTURA LENTA (SLOW COOK)

Programma per la cottura lenta di carne, pollame, pesce e verdure.

## COLLO DI MAIALE ALLA PANNA



Fry  
Smažení

intensità

More



Slow cook  
Pomalé vaření

intensità

Less

durata

2 ore

**Ingredienti:** 4 fette di collo di maiale, 250 g di panna da montare (33% di grassi), 200 g di formaggio grattugiato, un poco di farina, olio per friggere, sale e pepe nero

**Procedimento:** Battere la carne con un batticarne, salare, pepare e cospargere di farina. Versare l'olio nella pentola, avviare il programma **Frittura (Fry)** e impostare l'intensità di cottura su **Più (More)**. Cuocere poche alla volta le fette di carne su entrambi i lati nell'olio caldo, toglierle una volta cotte e terminare il programma **Frittura (Fry)**. Rimettere le fette di carne cotta nella pentola con il grasso precedentemente usato per cuocerle. Versare la panna e aggiungere acqua in modo che copra quasi interamente la carne. Applicare il coperchio alla pentola a pressione, avviare il programma **Cottura lenta (Slow cook)**, impostare l'intensità di cottura su **Meno (Less)** e cuocere il maiale alla panna. Cospargere con formaggio grattugiato prima di servire.



Fry  
Smažení

## FRITTURA (FRY)

Programma per preparare pietanze fritte.

**Avvertenza:** Utilizzare sempre la pentola a pressione **senza il coperchio** per il programma **Frittura (Fry)**!

### CAVOLFIORE FRITTO



Fry  
Smažení

intensità

More

durata

1 ora



**Ingredienti:** 1 cavolfiore intero, 500 ml di olio per friggere, sale

**Ingredienti per la panatura:** 4 cucchiaini di latte, da 2 a 3 uova (a seconda della grandezza del cavolfiore), farina, pangrattato, sale

**Procedimento:** Mondare il cavolfiore, lavarlo, dividerlo in ciuffetti, salare e impanare passandolo prima nella farina, poi nell'uovo battuto con un po' di sale e latte e infine nel pangrattato. Versare 500 ml di olio nella pentola, avviare il programma **Frittura (Fry)** e impostare l'intensità di cottura su **Più (More)**. Attendere che la scritta **Hot** appaia sul display e friggere i ciuffetti di cavolfiore pochi alla volta nell'olio caldo, su tutti i lati (ogni tornata richiederà da 10 a 15 minuti).

### PANCAKE DI FAGIOLI



Fry  
Smažení

intensità

More

**Ingredienti:** 250 g di fagioli cotti (circa 2 misurini del riso), 3 uova, 5 spicchi d'aglio, 3 cucchiaini di farina,

1 cucchiaino di semi di cumino, 1 cucchiaino di maggiorana, formaggio grattugiato, olio per friggere, sale e pepe nero

**Procedimento:** Cuocere precedentemente i fagioli con il programma **Legumi (Legumes)**. Scolare i fagioli cotti e inserirli nel frullatore. Aggiungere 3 uova, 4 spicchi di aglio schiacciato, 3 cucchiaini di farina, 1 cucchiaino di semi di cumino, 1 cucchiaino di maggiorana,  $\frac{3}{4}$  di cucchiaino di sale, un pizzico di pepe nero. Amalgamare il tutto e aggiungere del latte se il composto dovesse risultare troppo denso. Lavorare il composto formando delle palline e infarinarle. Versare l'olio nella pentola in modo da coprire interamente il fondo, avviare il programma **Frittura (Fry)**, impostare l'intensità di cottura su **Più (More)** e attendere fino a quando appare la scritta **Hot** sul display. Versare le palline di fagioli nell'olio caldo e servirsi di un cucchiaio per dar loro la forma di pancakes. Friggere i pancakes su entrambi i lati. Spennellare i pancakes caldi con aglio schiacciato e salato mescolato con olio e acqua e cospargere con formaggio prima di servire.



## COTTURA A VAPORE (STEAM)

Programma per cuocere a vapore carne, pesce, verdure, impasti, ecc.

**Avvertenza:** Utilizzare sempre la pentola a pressione **con il cestello per la cottura a vapore inserito per il programma Steam!**

## INSALATA DI PATATE CON YOGURT



intensità

Normal

pressione

Low

durata

10 min.



**Ingredienti:** 6 patate con la buccia, 2 carote, 1 mazzetto di prezzemolo, 1 cipolla, 1 scalogno, 1 peperone rosso dolce piccolo, 2 cetrioli sottaceto, 100 g di yogurt bianco, 1 cucchiaino di zucchero a velo, il succo di mezzo limone, sale e pepe nero

**Procedimento:** Inserire nella pentola le patate risciacquate e non sbucciate, le carote pulite, il prezzemolo e la cipolla sbucciata, il tutto all'interno del cestello per cottura a vapore, aggiungere 300 ml di acqua e applicare il coperchio. Avviare il programma **Cottura a vapore (Steam)** e cuocere a vapore le patate insieme alle verdure. Sbucciare le patate quando sono parzialmente raffreddate e dividerle insieme alle verdure cotte. Aggiungere altri ingredienti tritati finemente: scalogno, peperone rosso e cetrioli sottaceto. Unire e amalgamare lo yogurt, il sale e il pepe nero, versare 160 ml di condimento (1 misurino) preparato unendo acqua e un cucchiaino di zucchero e limone e mescolare delicatamente.



## CONSERVARE (PRESERVING)

Programma per la conservazione di frutta, verdure, carne, funghi e piatti pronti.

## MAIALE



intensità

More

pressione

High

durata

1 ora



**Ingredienti:** 1 kg di mezzena di suino disossato, 1 kg di spalla, 35 g di sale, pepe nero q.b.

**Procedimento:** Tagliare il maiale a dadini, condire con sale e pepe nero, amalgamare bene e lasciar riposare in frigorifero fino al giorno successivo. Il giorno seguente, inserire la carne in vasetti lavati e sterilizzati e chiuderli ermeticamente. Foderare il fondo della pentola con della carta forno. Disporre i barattoli chiusi sulla carta forno e versare acqua nella pentola a pressione fino a  $\frac{3}{4}$  della sua altezza. Applicare il coperchio alla pentola a pressione, avviare il programma **Conservazione (Preserving)**, impostare l'intensità della cottura su **Più (More)** e regolare il tempo del ciclo di **Cottura (Cooking)** a **1:00 h**. Al termine del programma, rimuovere i barattoli dalla pentola e lasciarli riposare a temperatura ambiente fino al giorno successivo. Il giorno seguente, ripetere il procedimento.

## CONSERVARE ALTRI ALIMENTI

Procedere come per il maiale per la conservazione di altri alimenti. Assicurarsi che tutti i barattoli inseriti nella pentola siano ricoperti da almeno 3 cm d'acqua.

Impostare l'intensità e il tempo di conservazione come segue per i diversi tipi di alimento (si veda la tabella):

Alimento	Intensità di cottura	Tempo di conservazione
Bacche	Less	5 min.
Confetture	Less	5 min.
Frutta a nocciolo	Normal	10 min.
Verdure	More	30 min.
Funghi	More	15 min.
Pasti pronti	More	30 min.
Carne cruda	More	60 min.

**Consiglio utile:** Prima di iniziare la conservazione di carne, salsicce, pâté, ecc., aggiungere un cucchiaino di aceto all'acqua nella pentola. In questo modo i barattoli con gli alimenti all'interno non rimarranno unti dopo il trattamento e sarà possibile estrarli dalla pentola più facilmente e in sicurezza.



Cake  
Moučníky

### TORTE (CAKE)

Programma per cucinare torte.

## TORTA AI SEMI DI PAPAVERO



Cake  
Moučníky

intensità  
More

pressione  
High

durata  
1 ora



**Ingredienti:** 200 g di semi di papavero macinati, 200 g di farina, 200 g di zucchero extra fine, 200 ml di latte parzialmente scremato, 100 ml di olio di semi di girasole, 2 uova, 40 g di zucchero vanigliato, 12 g di lievito, 1 cucchiaino di cannella, la scorza di un limone, un pizzico di sale

**Procedimento:** Imburrare il fondo della pentola e adagiarvi un foglio di carta forno rotonda. Miscelare in una ciotola tutti gli ingredienti secchi compresa la scorza di limone e lavorare fino ad ottenere un impasto, aggiungere il latte, l'olio e le uova e incorporare bene. Versare il composto nella pentola con la carta forno inserita e applicare il coperchio alla pentola a pressione. Avviare il programma **Torte (Cake)**, impostare l'intensità di cottura su **Più (More)** e cuocere la torta ai semi di papavero. Una volta cotta, lasciar raffreddare la torta nella pentola e sformarla delicatamente.



**Yogurt  
Jogurt**

## YOGURT (YOGURT)

Programma per preparare lo yogurt fatto in casa.

**Avvertenza:** Con il programma **Yogurt (Yogurt)**, utilizzare sempre la pentola a pressione con la regolazione di pressione impostata sul **rilascio del vapore (Venting)**.

## YOGURT FATTO IN CASA

### Ciclo di pastorizzazione del latte



Yogurt  
Jogurt

**intensità**

More

**livello**

boil

### Ciclo di preparazione dello yogurt



Yogurt  
Jogurt

**intensità**

Normal

**durata**

8 ore



**Ingredienti:** 1 l di latte intero, 180 g di yogurt bianco di alta qualità e ad alto contenuto di fermenti lattici vivi

**Ciclo di pastorizzazione del latte:** Inserire il recipiente di cottura con all'interno 1 l di latte nella pentola a pressione e applicare il coperchio. Impostare il regolatore di pressione in posizione di **rilascio del vapore (Venting)**. Avviare il programma **Yogurt (Yogurt)**, impostare l'intensità su **Più (More)**. La scritta boil apparirà sul display e il latte verrà riscaldato e pastorizzato nella pentola a pressione per circa 20 minuti. Il testo **Yogt** apparirà brevemente sul display al termine della pastorizzazione e il programma terminerà.

**Aggiungere lo yogurt al latte pastorizzato:** Una volta terminato il processo di pastorizzazione, rimuovere il coperchio, misurare la temperatura del latte e farla scendere fino a 40 °C all'interno della pentola a pressione. Solo dopo che la temperatura sarà scesa a 40 °C (o meno), aggiungere lo yogurt bianco al latte pastorizzato, mescolare bene e applicare il coperchio alla pentola a pressione.

**Ciclo di preparazione dello yogurt:** Avviare il programma **Yogurt (Yogurt)** per preparare lo yogurt nella pentola a pressione. Il programma termina allo scadere del tempo impostato. Versare lo yogurt in vasetti sterilizzati, chiuderli ermeticamente e lasciarli riposare a temperatura ambiente fino al giorno successivo. Quindi riporre gli yogurt fatti in casa nel frigorifero. **Consiglio utile:** Se si desidera preparare uno yogurt con una consistenza diversa, basta terminare il programma Yogurt già dopo 4 ore.

**Avvertenza:** Il timer sul display nel programma **Yogurt (Yogurt)** è incrementale.

## OLLA A PRESIÓN ELÉCTRICA PRESIDENT

### CARACTERÍSTICAS

La olla a presión eléctrica PRESIDENT puede utilizarse para preparar de forma rápida, segura, cómoda y económica muchos tipos de comida popular. Dispone de los siguientes PROGRAMAS PARA LA COCCIÓN A PRESIÓN: aves, carne/guisado, legumbres, arroz, guarnición, sopa, porridge, y los siguientes PROGRAMAS ESPECIALES: salsa, cocción lenta, freír, vapor, conserva, pastel, yogur. Al cocinar en estos programas, se puede seleccionar presión baja o alta; también se puede ajustar la intensidad y la duración de la cocción en cualquiera de los programas. Gracias a la función Mantener caliente, no se tendrán que calentar los alimentos cocinados en la olla a presión eléctrica PRESIDENT antes de servirlos posteriormente.

### PROGRAMAS DE PRESIÓN



**Poultry**  
**Drůbež**

### AVES (POULTRY)

Programa para tratamiento térmico de aves.

### POLLO MARINADO



**Fry**  
**Smažení**

**intensidad**

More



**Poultry**  
**Drůbež**

**intensidad**

More

**presión**

High

**duración**

35 min



**Ingredientes:** 1 pollo entero, 3 rodajas de mantequilla, 2 cucharadas de agua

**Ingredientes para marinar:** 1 cucharada de condimento multiusos, 1 cucharada de aceite, 1 cucharada de salsa de soja, 2 cucharadas de salsa de chile dulce, sal, pimienta negra

**Receta:** Mezclar todos los ingredientes para marinar. Lavar el pollo, sazonar con sal, untar con la marinada y dejar marinar durante 24 horas en un recipiente tapado en el frigorífico. Iniciar el programa **Freír (Fry)**, poner tres rodajas de mantequilla en la olla, dejar que se derrita y asar el pollo entero. Añadir dos cucharadas de agua y poner la tapa. Iniciar el programa **Aves (Poultry)**, seleccionar la intensidad de cocción a **Más (More)** y ajustar el tiempo de **Cocción (Cooking)** en el ciclo a **35 min**. El pollo marinado estará listo para ser servido cuando el ciclo de cocción haya finalizado.



## CARNE/GUISO (MEAT/STEW)

Programa para tratamiento térmico de vacuno, cerdo, aves, cordero, venado, etc.

### GOULASCH DE TERNERA



intensidad

More



intensidad

Normal

presión

High

duración

35 min

**Ingredientes:** 1 kg de ternera cortada en trozos, 800 g de cebollas cortadas, 100 g de manteca de cerdo, 200 ml de aceite, 6 dientes de ajo, 1 cucharada de semillas de alcaravea, 1 cucharada de harina común, 1 cucharada de pimentón dulce, 2 cucharaditas de mejorana, 2 hojas de laurel, 2 cucharaditas de sal, 1 cucharadita de azúcar glas, pimienta negra molida

**Receta:** Poner 100 ml de aceite en la olla, añadir la manteca de cerdo y las cebollas cortadas. Iniciar el programa **Freír (Fry)**, ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)**. Retirar las cebollas una vez fritas y reservar. Poner los 100 ml de aceite restantes en la olla y esperar hasta que el aceite se caliente. Añadir las semillas de alcaravea a la carne cortada en trozos de aproximadamente 3 x 3 cm, saltear en el aceite caliente, espolvorear con el pimentón dulce, sazonar con sal y pimienta negra y añadir las cebollas fritas. Batir una cucharada de harina en 500 ml de agua y añadirla al sofrito. Remover bien la mezcla y finalizar el programa **Freír (Fry)**. Añadir la hoja de laurel y el ajo prensado a la carne salteada. Poner la tapa en la olla a presión, iniciar el programa **Carne/Guisado (Meat/Stew)** y cocinar el goulasch. Abrir la olla a presión una vez finalizado el ciclo de **Cocción (Cooking)** y condimentar el goulasch con mejorana y azúcar antes de servir.







## LEGUMBRES (LEGUMES)

Programa para cocer alubias, lentejas, guisantes, garbanzos, etc.

**Aviso:** ¡Cuando se preparen legumbres en la olla a presión eléctrica PRESIDENT, llenar la olla con alimentos, incluida el agua, hasta un tercio del volumen de la olla como máximo!

### LENTEJAS



intensidad	presión	duración
Normal	High	5 min



**Receta:** Enjuagar las lentejas y ponerlas en remojo en agua fría una hora antes de cocinarlas. Enjuagar las lentejas de nuevo después de remojarlas, ponerlas en la olla y verter agua en la proporción 1 : 1. Poner la tapa en la olla a presión, iniciar el programa **Legumbres (Legumes)**, ajustar el tiempo del ciclo **Cocción (Cooking)** a 5 minutos y cocer las lentejas.

### GUISANTES



intensidad	presión	duración
Normal	High	10 min



**Receta:** Enjuagar los guisantes y ponerlos en remojo en agua fría 6 horas antes de cocinarlos. Enjuagar los guisantes de nuevo después de remojarlos, ponerlos en la olla y verter agua en la proporción 1 : 1. Poner la tapa en la olla a presión, iniciar el programa **Legumbres (Legumes)**, ajustar el tiempo del ciclo **Cocción (Cooking)** a 10 minutos y cocer los guisantes.

### ALUBIAS



intensidad	presión	duración
Normal	High	30 min



**Receta:** Enjuagar las alubias y dejarlas en remojo durante una noche en agua fría. Enjuagar las alubias de nuevo después de remojarlas, ponerlas en la olla y verter agua en la proporción 1 : 1. Poner la tapa en la olla a presión, iniciar el programa **Legumbres (Legumes)** y cocinar las alubias.

### GARBANZOS



intensidad	presión	duración
More	High	40 min



**Receta:** Enjuagar los garbanzos y dejarlos en remojo durante una noche en agua fría. Enjuagar los garbanzos de nuevo después de remojarlos, ponerlos en la olla y verter agua en la proporción 1 : 2 (garbanzos : agua). Poner la tapa en la olla a presión, iniciar el programa **Legumbres (Legumes)**, ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)** y cocer los garbanzos.



## ARROZ (RICE)

Programa de preparación de arroz.

### ARROZ AL VAPOR



**intensidad**  
Normal

**presión**  
Low

**duración**  
12 min



**Receta:** Poner de 4 a 16 tazas medidoras de arroz, enjuagar con agua varias veces y escurrir. Añadir la cantidad de agua necesaria para que el nivel de agua alcance la marca correspondiente al número de tazas medidoras con arroz mostradas en la olla a presión tal como se muestra en la parte derecha de la escala (**cup**). Sazonar con sal al gusto y remover con el cazo para arroz. Poner la tapa en la olla a presión, iniciar el programa **Arroz (Rice)** y cocinar el arroz. **Consejo útil:** Para un arroz más firme cocinado "al dente", ajustar la intensidad de cocción a **Menos (Less)**, para un arroz más blando ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)**; consultar la tabla con un resumen de los programas en las Instrucciones de uso.

### RISOTO DE CHAMPIÑÓN



**intensidad**  
Less



**intensidad**  
More

**presión**  
Low

**duración**  
15 min

**Ingredientes:** 4 tazas dosificadoras de arroz, 4 champiñones grandes cortados en rodajas, 1 cebolla finamente picada, 2 dientes de ajo, 30 ml de aceite de oliva, 30 g de mantequilla, caldo de verduras, hojas de tomillo fresco, parmesano finamente rallado

**Receta:** Poner en la olla la cebolla finamente picada, el ajo prensado, la mantequilla y el aceite. Iniciar el **programa Freír (Fry)**, ajustar la intensidad a **Menos (Less)** y sofreír ligeramente la cebolla y el ajo. Añadir el arroz enjuagado, los champiñones troceados y añadir caldo hasta la marca "**cup 4**". Mezclar bien los ingredientes en la olla y colocar la tapa sobre la olla a presión. Iniciar el programa **Arroz (Rice)**, ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)** y cocinar el risotto. Decorar el risotto con hojas de tomillo fresco y parmesano finamente rallado antes de servir.





Side dish  
Přílohy

## GUARNICIÓN (SIDE DISH)

Programa para preparar patatas hervidas, boniatos, verduras, pasta, etc.

### PATATAS



Side dish  
Přílohy

intensidad  
Less

presión  
High

duración  
2 min



Poner las patatas en la olla, verter agua y añadir sal. Iniciar el programa **Guarnición (Side dish)**, ajustar la intensidad de cocción a **Menos (Less)** y cocinar las patatas. **Aviso:** Puede prolongar el tiempo de cocción en función del tipo de patatas que vaya a cocinar.

### PASTA



Side dish  
Přílohy

intensidad  
Normal

presión  
High

duración  
la mitad del tiempo habitual



Poner la pasta en la olla, verter agua aproximadamente 1 cm por encima de la pasta, añadir sal. Iniciar el programa **Guarnición (Side dish)**, ajustar el tiempo del ciclo **Cocción (Cooking)** a **la mitad del tiempo** recomendado en el envase de la pasta y cocer la pasta.

### BULGUR



Side dish  
Přílohy

intensidad  
More

presión  
High

duración  
10 min



Poner el bulgur en la olla a presión y verter el caldo en la proporción 1: 2 (bulgur : stock). Iniciar el programa **Guarnición (Side dish)**, ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)**, ajustar el tiempo del ciclo **Cocción (Cooking)** a **10 min.** y cocinar el bulgur.



Soup  
Polévky

## SOPA (SOUP)

Programa para preparar caldos y sopas de carne o verduras.

**Aviso:** ¡Cuando se preparen sopas que formen espuma durante la preparación, llenar la olla **hasta la mitad de su volumen como máximo!**

## CALDO DE CARNE



Soup  
Polévky

**intensidad**

More

**presión**

High

**duración**

1:30 h



**Ingredientes:** 1 kg de ternera, 2 huesos de tuétano, 2 l de agua, 2 zanahorias, 1 perejil, 100 g de apio, 10 cm de puerro, 3 hojas de laurel, 4 granos de pimienta de Jamaica entera, 8 granos de pimienta negra entera, sal

**Receta:** Poner todos los ingredientes en la olla. Iniciar el programa **Sopa (Soup)**, ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)** y cocinar el caldo de carne. **Consejo útil:** Para conseguir un caldo de carne aún más intenso y delicado, conservando la valiosa composición nutricional, seleccionar el programa **Cocción lenta (Slow cook)** en lugar de **Sopa (Soup)**.

## SOPA GOULASH



Fry  
Smažení

**intensidad**

More



Soup  
Polévky

**intensidad**

Normal

**presión**

High

**duración**

30 min



**Ingredientes:** 400 g de cuello de cerdo, 400 g de patatas, 1 l de caldo de verduras o agua, 1 pimiento rojo dulce, 1 zanahoria cortada en dados, 1 cebolla finamente picada, 1 rama de apio cortada en dados, 25 g de pimentón dulce, 3 hojas de laurel, 2 cucharadas de pasta de tomate, 2 cucharadas de manteca de cerdo, 1 cucharadita de semillas de alcaravea molidas, ajo y mejorana al gusto, sal y pimienta negra

**Receta:** Colocar la manteca de cerdo en la olla, iniciar el programa **Freír (Fry)** y ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)**. Freír la cebolla con las semillas de alcaravea en manteca de cerdo caliente hasta que esté transparente, añadir las verduras picadas y freír hasta que estén doradas. Freír brevemente la carne cortada en trozos pequeños y sazonada con sal y pimienta negra, añadir la pasta de tomate, añadir el pimiento dulce y saltear brevemente. Por último, verter el caldo de verduras, añadir sal y pimienta negra, agregar las hojas de laurel, el ajo y la mejorana y tapar la olla a presión. Iniciar el programa **Sopa (Soup)** y cocinar la sopa goulash.



**Porridge**  
Kaše

## PORRIDGE (PORRIDGE)

Programa de preparación de porridge de cereales.

### PORRIDGE DE TRIGO SARRACENO



**Porridge**  
Kaše

**intensidad**  
Normal

**presión**  
High

**duración**  
20 min



**Ingredientes:** 250 g de trigo sarraceno pelado (2 tazas medidoras para el arroz), 160 ml de leche (1 taza medidora), 40 ml de sirope de arce, 2 cucharadas de coco rallado, 20 g de azúcar de vainilla, 1 cucharadita de canela molida, 2 pizzcas de sal

**Receta:** Enjuagar bien el trigo sarraceno y verterlo en 4 tazas dosificadoras de agua. Iniciar el programa **Porridge (Porridge)** y cocer el trigo sarraceno. Una vez finalizado el ciclo de **Cocción (Cooking)**, abrir la olla a presión y añadir los ingredientes restantes al trigo sarraceno cocido. Remover bien y servir en los platos. Servir el porridge de trigo sarraceno adornados con fruta, chocolate, cacao o canela y cubrirlo con un poco de mantequilla derretida. **Consejo útil:** Puede preparar el **porridge de mijo** en la olla a presión del mismo modo que el porridge de trigo sarraceno (escaldar el mijo con agua caliente antes de cocinarlo).

### PORRIDGE DE AVENA



**Porridge**  
Kaše

**intensidad**  
Less

**presión**  
High

**duración**  
5 min



**Ingredientes:** 200 g de copos de avena (2 tazas medidoras), 160 ml de leche (1 taza medidora), 20 g de azúcar de vainilla, 50 g de mantequilla, 1 cucharada de miel, sal

**Receta:** Poner 2 tazas medidoras de copos de avena y 4 tazas medidoras de agua en la olla. Poner la tapa en la olla a presión, iniciar el programa **Porridge (Porridge)**, ajustar la intensidad de cocción a **Menos (Less)** y cocer los copos de avena. Abrir la olla a presión una vez finalizado el ciclo **Cocción (Cooking)**, añadir 50 g de mantequilla, 1 cucharada de miel, 1 taza dosificadora de leche, azúcar de vainilla y 2 pizzcas de sal. Mezclar todo bien y servir en platos adornados con fruta deshidratada. **Consejo útil:** Puede preparar **porridge con copos de trigo sarraceno** del mismo modo que con copos de avena.



Sauce  
Omáčky

## SALSA (SAUCE)

Programa para preparar salsas, glaseados, etc.

**Aviso:** ¡Utilizar siempre la olla a presión **sin tapa** en el programa **Salsa (Sauce)**!

PROGRAMAS ESPECIALES

## SALSA DE QUESO



Sauce  
Omáčky

intensidad  
Less

tiempo  
5 min



**Ingredientes:** 250 ml de nata para montar (33% de materia grasa), 100 g de queso fundido, 2 pastillas de caldo de carne, 4 dientes de ajo, 2 cucharadas de harina común, 1 l de agua

**Receta:** Poner 1 l de agua y las pastillas de caldo en la olla. Iniciar el programa **Salsa (Sauce)** y ajustar la intensidad de cocción a **Menos (Less)**. Por separado, batir la nata, el queso fundido y el azúcar en un plato hasta obtener una mezcla homogénea y añadir poco a poco la masa al caldo mientras se calienta, procurando que no queden grumos. Cuando la salsa empiece a hervir, añadir el ajo prensado y cocer a fuego lento removiendo de vez en cuando hasta que se acabe el programa. **Consejo útil:** También puede preparar natillas en la olla a presión eléctrica en el programa **Salsa (Sauce)**.



Slow cook  
Pomalé vaření

## COCCIÓN LENTA (SLOW COOK)

Programa para cocer lentamente carne, aves, pescado y verduras.

## CUELLO DE CERDO A LA CREMA



Fry  
Smažení

intensidad  
More



Slow cook  
Pomalé vaření

intensidad  
Less

tiempo  
2 h

**Ingredientes:** 4 filetes de cuello de cerdo, 250 ml de nata para montar (33% de materia grasa), 200 g de queso rallado, un poco de harina normal, aceite para freír, sal y pimienta negra

**Receta:** Ablandar la carne con una maza para carne, sazonar con sal y pimienta negra y espolvorear con harina. Poner aceite en la olla, iniciar el programa **Freír (Fry)** y ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)**. Saltear poco a poco las lonchas de carne en aceite caliente por ambos lados, retirar cada tanda cuando estén hechas y finalizar el programa **Freír (Fry)** al terminar. Volver a poner los filetes de carne salteados en la olla de cocción con la grasa utilizada anteriormente para freír la carne. Verter la nata y añadir agua para que la carne quede casi sumergida. Poner la tapa en la olla a presión, iniciar el programa **Cocción lenta (Slow cook)**, ajustar la intensidad de cocción a **Menos (Less)** y cocinar el cuello de cerdo a la crema. Espolvorear la comida con queso rallado en el plato.



## FREÍR (FRY)

Programa de preparación de fritos.

**Aviso:** ¡Utilizar siempre la olla a presión **sin tapa** en el programa **Freír (Fry)**!

### COLIFLOR FRITA



intensidad

More

tiempo

1 h



**Ingredientes:** 1 coliflor entera, 500 ml de aceite para freír, sal

**Ingredientes para el rebozado:** 4 cucharadas de leche, de 2 a 3 huevos (dependiendo del tamaño de la coliflor), harina normal, pan rallado, sal

**Receta:** Limpiar la coliflor, lavarla, dividirla en ramilletes pequeños, sazonar con sal y rebozar: primero en harina normal, luego en huevos batidos con un poco de sal y leche y, por último, en pan rallado. Poner 500 ml de aceite en la olla, iniciar el programa **Freír (Fry)** y ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)**. Esperar hasta que aparezca el texto **Hot** en la pantalla y freír los ramilletes de coliflor en el aceite caliente por tandas (cada tanda de 10 a 15 minutos) por todos los lados.

### TORTITAS DE ALUBIAS



intensidad

More

**Ingredientes:** 250 g de judías cocidas (aproximadamente 2 tazas medidoras de arroz), 3 huevos, 5 dientes de ajo, 3 cucharadas de harina normal, 1 cucharadita de semillas de alcaravea, 1 cucharadita de mejorana, queso rallado para espolvorear, aceite para freír, sal y pimienta negra

**Receta:** Cocer previamente las alubias en el programa **Legumbres (Legumes)**. Escurrir las alubias cocidas y ponerlas en una batidora. Añadir 3 huevos, 4 dientes de ajo prensados, 3 cucharadas de harina normal, 1 cucharadita de semillas de alcaravea, 1 cucharadita de mejorana,  $\frac{3}{4}$  de cucharadita de sal, una pizca de pimienta negra. Mezclar todo, diluir con leche si la mezcla es demasiado espesa. Formar bolas con la mezcla y rebozar en harina común. Verter aceite en la olla de modo que todo el fondo de la olla quede completamente cubierto, iniciar el programa **Freír (Fry)**, ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)** y esperar hasta que aparezca el texto **Hot** en la pantalla. Colocar las bolas de judías en el aceite caliente y utilizar una cuchara para formar tortitas. Freír las tortitas por ambos lados. Untar las tortitas calientes con ajo salado machacado mezclado con aceite y agua y espolvorear con queso rallado antes de servir.



## VAPOR (STEAM)

Programa para cocinar al vapor carne, pescado, verduras, alimentos con masa, etc.

**Aviso:** ¡Utilizar siempre la olla a presión **con la cesta de cocción al vapor introducida en el programa Vapor (Steam)!**

## ENSALADA DE PATATA CON YOGUR



**intensidad**  
Normal

**presión**  
Low

**duración**  
10 min.



**Ingredientes:** 6 patatas sin pelar, 2 zanahorias, 1 perejil, 1 cebolla, 1 cebolla tierna, 1 pimiento rojo pequeño, 2 pepinillos encurtidos, 100 g de yogur blanco, 1 cucharada de azúcar glas, zumo de medio limón, sal y pimienta negra

**Receta:** Colocar en la olla las patatas sin pelar bien enjuagadas, las zanahorias limpias, el perejil y las cebollas peladas introducidas en la cesta de cocción al vapor, añadir 300 ml de agua y poner la tapa sobre la olla a presión. Iniciar el programa **Vapor (Steam)** y cocinar las patatas con las verduras al vapor. Pelar las patatas después de que se hayan enfriado parcialmente y repartirlas junto con las verduras cocidas. Añadir el resto de ingredientes finamente picados: la cebolla tierna, el pimiento rojo y los pepinillos encurtidos. Mezclar el yogur, la sal y la pimienta negra, verter 160 ml de aliño (1 taza medidora) compuesto de agua con una cucharada de azúcar y zumo de limón y remover ligeramente.



## CONSERVAS (PRESERVING)

Programa de conservación de frutas, verduras, carne, setas y platos preparados.

## CONSERVAS DE CERDO



**intensidad**  
More

**presión**  
High

**duración**  
1 h



**Ingredientes:** 1 kg de panceta de cerdo deshuesada, 1 kg de lomo de cerdo, 35 g de sal, pimienta negra al gusto

**Receta:** Cortar el cerdo en dados, sazonar con sal y pimienta negra, mezclar bien y dejar reposar en el frigorífico hasta el día siguiente. Al día siguiente, colocar la carne en tarros de conserva limpios y cerrarlos. Colocar papel de horno en el fondo de la olla. Colocar los tarros cerrados sobre el papel de horno y verter agua en la olla a presión hasta  $\frac{3}{4}$  de la altura de los tarros. Colocar la tapa sobre la olla a presión, iniciar el programa **Conservas (Preserving)**, ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)** y ajustar el tiempo del ciclo de **Cocción (Cooking)** a **1:00 h**. Una vez finalizado el programa, retirar los tarros de la olla de cocción y dejarlos reposar a temperatura ambiente hasta el día siguiente. Repetir el proceso de conservación al día siguiente.



## CONSERVACIÓN DE OTROS ALIMENTOS

Proceder de forma análoga a la carne de cerdo cuando conserve otros alimentos. Asegurar que todos los tarros colocados en la olla de cocción estén sumergidos en al menos 3 cm de agua.

Ajustar la intensidad y el tiempo de conservación como se indica a continuación para los distintos tipos de alimentos (consultar la tabla):

Alimentos	Intensidad de cocción	Tiempo de conservación
Frutos del bosque	Less	5 min
Mermeladas	Less	5 min
Frutas con hueso	Normal	10 min
Verduras	More	30 min
Setas	More	15 min
Platos preparados	More	30 min
Carne cruda	More	60 min

**Consejo útil:** Antes de empezar a conservar carne, salchichas, paté, etc., añadir una cucharada de vinagre al agua de la olla. Los tarros con alimentos en conserva no quedarán grasientos tras el tratamiento térmico y podrá sacarlos de la olla con mayor facilidad y seguridad.



Cake  
Moučníky

### PASTEL (CAKE)

Programa para la preparación de pasteles.

## PASTEL DE SEMILLAS DE AMAPOLA



Cake  
Moučníky

intensidad  
More

presión  
High

duración  
1 h



**Ingredientes:** 200 g de semillas de amapola molidas, 200 g de harina normal, 200 g de azúcar glas, 200 ml de leche semidesnatada, 100 ml de aceite de girasol, 2 huevos, 40 g de azúcar de vainilla, 12 g de levadura en polvo, 1 cucharadita de canela, piel de un limón, una pizca de sal

**Receta:** Engrasar el fondo de la olla con mantequilla y colocar un papel de horno redondo sobre el fondo engrasado. Mezclar el resto de los ingredientes, incluida la cáscara de limón, en un recipiente aparte y procesar hasta obtener una masa, añadir la leche, el aceite y los huevos y mezclar todo bien. Verter la mezcla en la olla con el papel de horno y colocar la tapa sobre la olla a presión. Iniciar el programa **Pastel (Cake)**, ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)** y hornear el pastel de semillas de amapola. Una vez hecho, dejar enfriar el pastel en la olla y sacarlo con cuidado.



Yogurt  
Jogurt

## YOGUR (YOGURT)

Programa para la preparación de yogur.

**Aviso:** En el programa **Yogur (Yogurt)**, utilizar siempre la olla a presión con el regulador de presión en la posición de **Liberar vapor (Venting)**.

## YOGUR CASERO

### Ciclo de pasteurización de leche

 Yogurt Jogurt	<b>intenzita</b>	<b>stupeñ</b>
	More	<b>boil</b>

### Ciclo de preparación de yogur

 Yogurt Jogurt	<b>intenzita</b>	<b>doxa</b>
	Normal	8 h

**Ingredientes:** 1 l de leche entera , 180 g de yogur blanco de alta calidad con un alto contenido en fermentos lácteos

**Ciclo de pasteurización de leche:** Colocar la olla con 1 litro de leche dentro en la olla a presión y poner la tapa. Colocar el regulador de presión en la posición de **Liberar vapor (Venting)** . Iniciar el programa **Yogur (Yogurt)**, ajustar la intensidad de cocción a **Más (More)**. En la pantalla aparecerá el texto **boil** y la leche se calentará y pasteurizará en la olla a presión durante unos 20 minutos. El texto **Yogt** aparecerá brevemente en la pantalla una vez finalizada la pasteurización y el programa finalizará.

**Añadir yogur a la leche pasteurizada:** Una vez finalizada la pasteurización, retirar la tapa, medir la temperatura de la leche y dejar bajar a 40 °C en la olla. Una vez alcanzada la temperatura de 40 °C (o inferior), añadir el yogur blanco de alta calidad a la leche pasteurizada, remover bien y tapan la olla a presión.

**Ciclo de preparación de yogur:** Iniciar el programa **Yogur (Yogurt)** para preparar yogur en la olla a presión. El programa finalizará una vez transcurrido el tiempo programado. Introducir el yogur en tarros esterilizados, cerrarlos y dejarlos reposar a temperatura ambiente hasta el día siguiente. A continuación, guardar el yogur casero en el frigorífico. **Consejo útil:** Si desea preparar un yogur con una consistencia diferente, puede finalizar su preparación en el programa **Yogur (Yogurt)** después de 4 horas.

**Aviso:** El temporizador de la pantalla en el programa **Yogur (Yogurt)** es incremental.

## PANELA DE PRESSÃO ELÉTRICA PRESIDENT

### CARACTERÍSTICAS

A panela de pressão elétrica PRESIDENT pode ser utilizada para preparar diversos tipos de alimentos populares de forma rápida, segura, confortável e económica. Contém PROGRAMAS PARA PANELA DE PRESSÃO: aves, carne/guisado, legumes, arroz, acompanhamentos, sopa, papas, e os seguintes PROGRAMAS ESPECIAIS: molho, cozedura lenta, fritar, vapor, conservar, bolo, iogurte. Ao cozinhar nestes programas, pode selecionar pressão baixa ou alta. Também pode definir a intensidade e a duração da cozedura em qualquer um dos programas. Graças à função Manter quente, não precisa aquecer os alimentos cozidos na Panela de Pressão Elétrica PRESIDENT antes de servi-los.

### PROGRAMAS DE PRESSÃO



Poultry  
Drůbež

### AVES (POULTRY)

Programa de tratamento térmico de aves.

### MARINADA DE FRANGO



Fry  
Smažení

intensidade

More



Poultry  
Drůbež

intensidade

More

tlak

High

doba

35 min.



**Ingredientes:** 1 frango inteiro, 3 pedaços de manteiga, 2 colheres de sopa de água

**Ingredientes para a marinada:** 1 colher de sopa de mistura de especiarias, 1 colher de sopa de óleo, 1 colher de sopa de molho de soja, 2 colheres de molho sweet chili, sal, pimenta preta

**Receita:** Misturar todos os ingredientes para a marinada. Lavar o frango, temperar com sal, pincelar com a marinada e deixar marinar por 24 horas num recipiente tapado no frigorífico. Começar o programa de **Fritar (Fry)**, colocar três pedaços de manteiga no recipiente, deixar derreter e fritar o frango inteiro. Adicionar duas colheres de sopa de água e colocar a tampa. Iniciar o programa **Aves (Poultry)**, definir a intensidade de cozedura para **Mais (More)** e ajustar o tempo do ciclo de **Cozinhar (Cooking)** para **35 min.** O frango marinado está pronto a ser servido quando o ciclo de cozedura terminar.



## CARNE/GUISADO (MEAT/STEW)

Programa de tratamento térmico de carne de vaca, suína, aves, cabrito, carne de veado, etc.

## GOULASH



intensidade

More



intensidade

Normal

pressão

High

duração

35 min.



**Ingredientes:** 1 kg de carne para estufar cortada em pedaços, 800 g de cebola picada, 100 g de banha de porco, 200 ml de óleo, 6 dentes de alho, 1 colher de sopa de sementes de cominho, 1 colher de sopa de farinha, 1 colher de sopa de pimentão doce, 2 colheres de chá de manjericão, 2 folhas de louro, 2 colheres de chá de sal, 1 colher de chá de açúcar em pó, pimenta preta moída

**Receita:** Colocar 100 ml de óleo na panela, acrescentar a gordura de porco e cortar as cebolas. Iniciar o programa **Fritar (Fry)**, definir a intensidade da cozedura para **Mais (More)**. Retirar as cebolas quando fritas e reservar. Colocar os 100 ml restantes de óleo na panela e esperar até que o óleo aqueça. Adicionar as sementes de cominho à carne cortada em pedaços de aproximadamente 3 x 3 cm, refogar no óleo aquecido, polvilhar com pimentão doce, temperar com sal e pimenta preta e adicionar a cebola frita. Bater uma colher de sopa de farinha em 500 ml de água e adicionar à carne salteada. Mexer bem a mistura e terminar o programa **Fritar (Fry)**. Adicionar as folhas de louro e os alhos esmagados à carne salteada. Tapar a panela de pressão, iniciar o programa **Carne/Guisado (Meat/Stew)** e cozinhar o goulash. Abrir a panela de pressão depois do ciclo **Cozinhar (Cooking)** e terminar e temperar o goulash com manjericão e açúcar antes de servir.





## LEGUMES (LEGUMES)

Programa para cozinhar feijão, lentilhas, ervilhas, grão de bico, etc.

**Aviso:** Ao preparar legumes na panela de pressão elétrica PRESIDENT, encher a panela com alimentos incluindo água **até no máximo um terço do volume da panela!**

### LENTILHAS



<b>intensidade</b>	<b>pressão</b>	<b>duração</b>
Normal	High	5 min.



**Receita:** Lavar as lentilhas e deixá-las de molho em água fria uma hora antes de cozinhar. Lavar novamente as lentilhas após a imersão, colocar na panela e despejar água na proporção 1 : 1. Tapar a panela de pressão, iniciar **Legumes (Legumes)**, programa, ajustar o tempo de ciclo de **Cozinhar (Cooking)** para 5 minutos e cozinhar as lentilhas.

### ERVILHAS



<b>intensidade</b>	<b>pressão</b>	<b>duração</b>
Normal	High	10 min.



**Receita:** Lavar as ervilhas e deixá-las de molho em água fria 6 horas antes de cozinhar. Lavar novamente as ervilhas após a imersão, colocar na panela e despejar água na proporção 1 : 1. Tapar a panela de pressão, iniciar o programa de **Legumes (Legumes)**, ajustar o tempo de ciclo de **Cozinhar (Cooking)** para 10 minutos e cozinhar as ervilhas.

### FEIJÃO



<b>intensidade</b>	<b>pressão</b>	<b>duração</b>
Normal	High	30 min.



**Receita:** Lavar o feijão e deixá-o de molho durante a noite em água fria. Lavar novamente o feijão após a imersão, colocar na panela e despejar água na proporção 1 : 1. Tapar a panela de pressão, iniciar o programa **Legumes (Legumes)** e cozinhar o feijão.

### GRÃO DE BICO



<b>intensidade</b>	<b>pressão</b>	<b>duração</b>
More	High	40 min.



**Receita:** Lavar o grão de bico e deixar de molho durante a noite em água fria. Lavar novamente o grão de bico após a imersão, colocar na panela e despejar água na proporção 1 : 2 (grão de bico : água). Tapar a panela de pressão, iniciar o programa **Legumes (Legumes)**, ajustar a intensidade de cozedura para **Mais (More)** e cozinhar o grão de bico.



Rice  
Rýže

## ARROZ (RICE)

Programa para preparar arroz.

### ARROZ COZIDO NO VAPOR



Rice  
Rýže

intensidade

Normal

pressão

Low

duração

12 min.



**Receita:** Colocar de 4 a 16 chávenas medidoras de arroz, lavar várias vezes com água e escorrer. Adicionar a quantidade de água necessária para que o nível atinja a marca correspondente ao número de recipientes de medição com arroz colocados dentro da panela de pressão como mostrado na parte direita da escala (**cup**). Temperar com sal conforme necessário e mexer com a concha de arroz. Tape a panela de pressão, inicie o programa **Arroz (Rice)** e cozinhar. **Dica útil:** Para um arroz mais firme, cozido “al dente”, ajustar a intensidade de cozedura para **Menos (Less)**, para um arroz mais macio ajustar a intensidade para **Mais (More)**. Consultar a tabela com uma visão geral dos programas nas Instruções de utilização.

### RISOTO DE COGUMELOS



Fry  
Smažení

intensidade

Less



Rice  
Rýže

intensidade

More

pressão

Low

duração

15 min.



**Ingredientes:** 4 chávenas medidoras de arroz, 4 cogumelos grandes fatiados, 1 cebola picada finamente, 2 dentes de alho, 30 ml de azeite, 30 g de manteiga, caldo de legumes intenso, folhas frescas de tomilho, parmesão ralado finamente

**Receita:** Colocar na panela a cebola picada finamente, os alhos esmagados, a manteiga e o azeite. Iniciar o programa de **Fritar (Fry)**, ajustar a intensidade para **Menos (Less)** e cozinhar levemente a cebola e o alho. Adicionar o arroz enxaguado, os cogumelos picados e acrescentar o caldo até à marca “**cup 4**”. Misturar bem os ingredientes na panela e colocar a tampa na panela de pressão. Iniciar o programa **Arroz (Rice)**, ajustar a intensidade de cozedura para **Mais (More)** e cozinhar o risoto. Decorar o risoto com folhas frescas de tomilho e parmesão ralado antes de servir.





Side dish  
Přílohy

## ACOMPANHAMENTO (SIDE DISH)

Programa para preparar batatas cozidas, batatas doces, legumes, massas, etc.

### BATATAS



Side dish  
Přílohy

intensidade  
Less

pressão  
High

duração  
2 min.



Colocar as batatas na panela, adicionar água e sal. Iniciar o programa **Acompanhamento (Side dish)**, ajustar a intensidade da cozedura para **Menos (Less)** e cozinhar as batatas. Aviso: Pode prolongar o tempo de cozedura dependendo do tipo de batata que está sendo cozida.

### MASSA



Side dish  
Přílohy

intensidade  
Normal

pressão  
High

duração  
metade do tempo normal



Inserir a massa na panela e despejar água aprox. 1 cm acima da massa, adicionar sal. Iniciar o programa **Acompanhamento (Side dish)**, ajustar o tempo de clique de **Cozinhar (Cooking)** para **metade do tempo** recomendado na embalagem da massa e cozinhar a massa.

### BULGUR



Side dish  
Přílohy

intensidade  
More

pressão  
Alto

duração  
10 min.



Colocar o bulgur na panela de pressão e adicionar o caldo na proporção 1 : 2 (bulgur : caldo). Iniciar o programa de **Acompanhamento (Side dish)**, definir a intensidade de cozedura para **Mais (More)**, ajustar o ciclo de **Cozinhar (Cooking)** para **10 min.** e cozinhar o bulgur.



Soup  
Polévky

## SOPA (SOUP)

Programa para preparação de caldos e sopas de carne ou legumes.

**Aviso:** Ao preparar sopas que espumam durante a preparação, encher a panela **até metade do seu volume no máximo!**

## CALDO DE BIFE

 Soup Polévky	<b>intensidade</b> More	<b>pressão</b> High	<b>duração</b> 1:30 h
---------------------	----------------------------	------------------------	--------------------------



**Ingredientes:** 1 kg bife, 2 ossos de tutano, 2 l de água, 2 cenouras, 1 salsa, 100 g aipo, 10 cm de alho francês, 3 folhas de louro, 4 unidades de pimenta da Jamaica inteira, 8 unidades de pimenta preta inteira, sal

**Receita:** Inserir todos os ingredientes na panela. Iniciar o programa **Sopa (Soup)**, ajustar a intensidade de cozedura para **Mais (More)** e cozinhar o caldo de bife. **Dica útil:** Para obter um caldo de carne ainda mais intenso e delicado, preservando a preciosa composição nutricional, selecionar o programa **Cozedura lenta (Slow cook)** em vez de **Sopa (Soup)**.

## SOPA DE GOULASH

 Fry Smažení	<b>intensidade</b> More
--------------------	----------------------------



 Soup Polévky	<b>intensidade</b> Normal	<b>pressão</b> High	<b>duração</b> 30 min.
---------------------	------------------------------	------------------------	---------------------------

**Ingredientes:** 400 g de cacheço de porco, 400 g de batatas, 1 l de caldo de vegetais ou água, 1 malagueta, 1 cenoura picada, 1 cebola picada finamente, 1 talo de aipo picado, 25 g de pimentão doce, 3 folhas de louro, 2 colher de sopa de concentrado de tomate, 2 colher de sopa de banha de porco, 1 colher de chá de sementes de cominho moídas, alho e manjerona a gosto, sal e pimenta preta

**Receita:** Colocar a banha de porco na panela, iniciar o programa de **Fritar (Fry)** e ajustar a intensidade para **Mais (More)**. Fritar a cebola com as sementes de cominhos na gordura de porco quente até ficar translúcida, acrescentar os legumes picados e fritar até dourar. Fritar brevemente a carne cortada em pedaços pequenos e temperada com sal e pimenta preta, adicionar o concentrado de tomate, juntar o pimentão doce e refogar um pouco. Por fim, adicionar o caldo de legumes, o sal e a pimenta preta, juntar o louro, o alho e a manjerona e tapar a panela de pressão. Iniciar o programa **Sopa (Soup)** e cozinhar a sopa de goulash.





Porridge  
Kaše

## PAPAS (PORRIDGE)

Programa para preparar papas de cereais.

### PAPAS DE TRIGO SARRACENO



Porridge  
Kaše

intensidade

Normal

pressão

High

duração

20 min.



**Ingredientes:** 250 g de trigo sarraceno descascado (2 chávenas medidoras para arroz), 160 ml de leite (1 chávena medidora), 40 ml de xarope de bordo, 2 colheres de sopa de coco ralado, 20 g de açúcar baunilhado, 1 colher de chá de canela em pó, 2 pitadas de sal

**Receita:** Lavar bem o trigo sarraceno e adicionar 4 chávenas medidoras de água. Iniciar o programa **Papas (Porridge)** e cozinhar as papas de trigo sarraceno. Após o ciclo de **Cozinhar (Cooking)** terminar, abrir a panela de pressão e adicionar os ingredientes restantes ao trigo sarraceno cozido. Mexer bem e servir em pratos. Servir as papas de trigo sarraceno guarnecido com frutas, chocolate, cacau ou canela e cobrir com um pouco de manteiga derretida. **Dica útil:** Pode preparar **as papas de milho** na panela de pressão da mesma forma que prepara as papas de trigo sarraceno (escaldar o milho em água quente antes de cozinhar).

### PAPAS DE AVEIA



Porridge  
Kaše

intensidade

Less

pressão

High

duração

5 min.



**Ingredientes:** 200 g de aveia em flocos (2 copos medidores), 160 ml de leite (1 copo medidor), 20 g açúcar baunilhado sugar, 50 g manteiga, 1 colher de sopa de mel, sal

**Receita:** Colocar 2 chávenas medidoras de aveia em flocos e 4 chávenas medidoras de água na panela. tapar a panela de pressão, iniciar o programa de **Papas (Porridge)**, ajustar a cozedura para **Menos (Less)** e cozinhar os flocos de aveia. Abrir a panela de pressão depois do ciclo de **Cozinhar (Cooking)** terminar, adicionar 50 g de manteiga, 1 colher de sopa de mel, 1 chávena medidora de leite, açúcar baunilhado e 2 pitadas de sal. Misturar tudo bem e servir em pratos guarnecidos com frutas secas. **Dica útil:** Pode preparar **papas com flocos de trigo sarraceno** da mesma forma que faz papas de aveia com flocos.



Sauce  
Omáčky

## MOLHO (SAUCE)

Programa para preparar molhos, glacés, etc.

PROGRAMAS ESPECIAIS

**Aviso:** Utilizar sempre a panela de pressão **sem a tampa inserida** no programa de **Molho (Sauce)**!

## MOLHO DE QUEIJO



Sauce  
Omáčky

intensidade

Less

tempo

5 min.



**Ingredientes:** 250 ml de natas (33% gordura), 100 g de queijo fundido, 2 cubos de caldo de carne, 4 dentes de alho, 2 colheres de sopa de farinha, 1 l de água

**Receita:** Inserir 1 litro de água e os cubos de caldo na panela. Iniciar o programa **Molho (Sauce)** e ajustar a intensidade da cozedura para **Menos (Less)**. Bater separadamente as natas, o queijo fundido e o açúcar num prato até ficar homogéneo e, aos poucos, misturar a massa ao caldo enquanto aquece, evitando grumos. Quando o molho começar a ferver, adicionar o alho esmagado e cozinhar mexendo de vez em quando até o final do programa. **Dica útil: Também pode preparar creme inglês** na panela de pressão no programa **Molho (Sauce)**.



Slow cook  
Pomalé vaření

## COZEDURA LENTA (SLOW COOK)

Programa para cozinhar lentamente carne, aves, peixe e legumes.

## CACHAÇO DE PORCO COM MOLHO



Fry  
Smažení

intensidade

More



Slow cook  
Pomalé vaření

intensidade

Less

tempo

2 h

**Ingredientes:** 4 pedaços de cachaço de porco, 250 ml de natas (33% gordura), 200 g de queijo ralado, um pouco de farinha, óleo para fritar, sal e pimenta preta

**Receita:** Bater a carne com um martelo de carne, temperar com sal e pimenta preta e polvilhar com farinha. Colocar o óleo na panela, iniciar o programa **Fritar (Fry)** e ajustar a intensidade da cozedura para **Mais (More)**. Refogar aos poucos as fatias de carne em óleo aquecido dos dois lados, retirar cada bocadinho quando terminar e finalizar o programa **Fry (Fry)** quando terminar. Inserir novamente as fatias de carne salteadas na panela com a gordura usada anteriormente para fritar a carne. Despejar as natas e acrescentar água para que a carne fique quase submersa. Tapar a panela de pressão e iniciar o programa **Cozedura lenta (Slow cook)**, ajustar a intensidade para **Menos (Less)** e cozinhar o porco no creme. Polvilhar a refeição com queijo ralado no prato.



Fry  
Smažení

## FRITAR (FRY)

Programa para preparar alimentos fritos.

**Aviso:** Utilizar sempre a panela de pressão **sem a tampa inserida** no programa de **Fritar (Fry)**!

### COUVE-FLORES FRITAS



Fry  
Smažení

intensidade

More

tempo

1 h



**Ingredientes:** 1 couve-flor inteira, 500 ml de óleo para fritar, sal

**Ingredientes para cobertura de pão ralado:** 4 colheres de sopa. leite, 2 a 3 ovos (dependendo do tamanho da couve-flor), farinha, pão ralado, sal

**Receita:** Limpar a couve-flor, lavar, dividir em pequenos floretes, temperar com sal e passar no pão ralado: primeiro na farinha simples, depois nos ovos batidos com um pouco de sal e leite e por último no pão ralado. Colocar 500 ml de óleo na panela, iniciar o programa **Fry (Fry)** e ajustar a intensidade para **Mais (More)**. Aguardar até que o texto **Hot** apareça no visor e fritar os floretes de couve-flor no óleo aquecido aos poucos (cada 10 unidades durante 15 minutos) por todos os lados.

### PANQUECAS DE FEIJÃO



Fry  
Smažení

intensidade

More

**Ingredientes:** 250 g de feijão cozido (cerca de 2 chávenas medidas de arroz), 3 ovos, 5 dentes de alho,

3 colheres de sopa de farinha, 1 colher de chá de cominhos, 1 colher de chá de manjerona, queijo ralado para polvilhar, óleo para fritar, sal e pimenta preta

**Receita:** Cozinhar previamente o feijão no programa de **Legumes (Legumes)**. Coar o feijão cozido e colocá-lo num liquidificador. Adicionar 3 ovos, 4 dentes de alho prensados, 3 colheres de sopa de farinha, 1 colher de chá de sementes de cominhos, 1 colher de chá de manjerona, 3/4 colher de chá de sal, uma pitada de pimenta preta. Misturar tudo, diluir com leite se a mistura ficar muito grossa. Processar a mistura em bolas e cobri-las com farinha simples. Despejar o óleo na panela de forma a que todo o fundo da panela fique completamente coberto, iniciar o programa **Fritar (Fry)**, ajustar a temperatura para **Mais (More)** e esperar até que o texto **Hot** apareça no visor. Colocar as bolinhas de feijão no óleo quente e usar uma colher de sopa para transformá-las em panquecas. Fritar as panquecas dos dois lados. Pincelar as panquecas quentes com alho amassado e salgado misturado com óleo e água e polvilhar com queijo ralado antes de servir.



## VAPOR (STEAM)

Programa para cozinhar carne, peixe, legumes, refeições feitas com massa, etc.

**Aviso:** Utilizar sempre a panela de pressão **com o cesto para vapor inserido no programa de Vapor (Steam)!**

### SALADA DE BATATA COM IOGURTE



intensidade	pressão	duração
Normal	Low	10 min.



**Ingredientes:** 6 batatas com casca, 2 cenouras, 1 ramo de salsa, 1 cebola, 1 cebolinha, 1 pimento vermelho pequeno, 2 pepinos em conserva, 100 g de iogurte natural, 1 colher de sopa de açúcar em pó, sumo de meio limão, sal e pimenta preta

**Receita:** Colocar na panela as batatas com casca bem escorridas, as cenouras limpas, a salsa e as cebolas descascadas inseridas no acessório para cozedura a vapor, adicionar 300 ml de água e colocar a tampa na panela de pressão. Iniciar o programa **Vapor (Steam)** e cozinhar a vapor as batatas com os legumes. Descascar as batatas depois de terem arrefecido parcialmente e dividi-las juntamente com os legumes cozidos. Adicionar outros ingredientes picados: cebolinha, pimento vermelho e pepino em conserva. Misturar o iogurte, o sal e a pimenta preta, verter 160 ml de molho (1 copo medidor) composto de água com uma colher de açúcar e sumo de limão e mexer levemente.



## CONSERVAR (PRESERVING)

Programa de conservação de fruta, legumes, carne, cogumelos e refeições prontas.

### CARNE DE PORCO EM CONSERVA



intensidade	pressão	duração
More	High	1 h



**Ingredientes:** 1 kg de costeleta de porco desossada, 1 kg de pernil de porco, 35 g de sal, pimenta preta a gosto

**Receita:** Cortar a carne de porco em cubos, temperar com sal e pimenta preta, misturar bem e deixar a repousar no frigorífico até ao dia seguinte. No dia seguinte, colocar a carne em frascos de conserva limpos e fechá-los. Colocar papel de forno no fundo da panela. Colocar os frascos lacrados sobre o papel de forno e despejar água na panela de pressão até  $\frac{3}{4}$  da altura dos frascos. Tapar a panela de pressão, iniciar o programa **Conservar (Preserving)**, ajustar a intensidade de cozedura para **Mais (More)** e o tempo do ciclo a **Cozinhar (Cooking)** para **1:00 h**. Após o programa terminar, retirar os frascos da panela e deixá-los a repousar em temperatura ambiente até o dia seguinte. Repetir o processo de conserva no dia seguinte.

## CONSERVAR OUTROS ALIMENTOS

Proceder de forma semelhante à carne de porco ao conservar outros alimentos. Certifique-se de que todos os frascos colocados na panela estão submersos em pelo menos 3 cm de água.

Definir a intensidade e o tempo de conserva da seguinte forma para os diferentes tipos de alimentos (ver tabela):

Alimentos	Intensidade de cozedura	Tempo de conservação
Frutos vermelhos	Less	5 min.
Geleias	Less	5 min.
Frutas com caroço	Normal	10 min.
Legumes	More	30 min.
Cogumelos	More	15 min.
Comidas prontas	More	30 min.
Carne crua	More	60 min.

**Dica útil:** Antes de começar a conservar carnes, salsichas, patés, etc., adicionar uma colher de sopa de vinagre à água da panela. Os frascos com conservas não ficam gordurosos após o tratamento térmico e pode retirá-los da panela com mais facilidade e segurança.



Cake  
Moučníky

### BOLO (CAKE)

Programa para preparar bolos.

## COROA DE SEMENTES DE PAPOILA



Cake  
Moučníky

intensidade

More

pressão

High

duração

1 h



**Ingredientes:** 200 g de sementes de papoila, 200 g de farinha, 200 g açúcar superfino, 200 ml de leite meio gordo, 100 ml de óleo de girassol, 2 ovos, 40 g de açúcar baunilhado, 12 g de fermento em pó, 1 colher de chá de canela, casca de um limão, pitada de sal

**Receita:** Untar o fundo da panela com manteiga e colocar papel de forno redondo sobre o fundo untado. Misturar todos os ingredientes soltos incluindo a casca de limão num recipiente separado e processar até formar uma massa, acrescentar o leite, o óleo e os ovos e misturar tudo bem. Despejar a mistura na panela com o papel de forno inserido e inserir a tampa na panela de pressão. Iniciar o programa **Bolo (Cake)**, ajustar a intensidade da cozedura para **Mais (More)** e cozinhar o bolo de sementes de papoila. Quando terminar, deixar o bolo arrefecer na panela e desenformar com cuidado.



Yogurt  
Jogurt

## IOGURTE (YOGURT)

Programa para preparar iogurte caseiro.

**Aviso:** No programa **logurte (Yogurt)** utilizar sempre a panela de pressão com o regulador de pressão de funcionamento na posição de **Libertação de vapor (Venting)**.

### IOGURTE CASEIRO

#### Ciclo de pasteurização do leite



Yogurt  
Jogurt

intensidade

More

nível

boil

#### Ciclo de preparação de iogurte



Yogurt  
Jogurt

intensidade

Normal

duração

8 h



**Ingredientes:** 1 l de leite integral, 180 g de iogurte natural de excelente qualidade com alto teor de cultura inicial de iogurte

**Ciclo de pasteurização do leite:** Colocar a panela com 1 litro de leite na panela de pressão e tapar. Colocar o controle de pressão na posição **Libertação de vapor (Venting)**. Iniciar o programa **logurte (Yogurt)** e ajustar a intensidade de cozedura para **Mais (More)**. O texto boil aparecerá no visor e o leite será aquecido e pasteurizado na panela de pressão por cerca de 20 minutos. O texto **Yogt** aparecerá no visor após terminar a pasteurização e o programa terminará.

**Adicionar iogurte ao leite pasteurizado:** Após terminar a pasteurização, retirar a tampa, medir a temperatura do leite e deixá-lo arrefecer até 40 °C na panela. Só depois de atingir a temperatura de 40 °C (ou inferior), adicionar iogurte natural de excelente qualidade ao leite pasteurizado, mexer bem e colocar a tampa na panela de pressão.

**Ciclo de preparação de iogurte:** Iniciar o programa **logurte (Yogurt)** para prepara iogurte na panela de pressão. O programa terminará depois de decorrido o tempo definido. Colocar o iogurte em frascos esterilizados, fechar os frascos e deixar repousar em temperatura ambiente até o dia seguinte. De seguida, guardar o iogurte caseiro no frigorífico. **Dica útil:** Se desejar preparar iogurte com uma consistência diferente, pode terminar a sua preparação no programa **logurte (Yogurt)** já após 4 horas.

**Aviso:** O cronómetro no visor do programa **logurte (Yogurt)** é incremental.

## ELEKTRISCHER MULTI-SCHNELLKOCHTOPF PRESIDENT

### EIGENSCHAFTEN

Mit dem Elektrischen Multi-Schnellkochtopf PRESIDENT lassen sich viele beliebte Gerichte schnell, sicher, bequem und wirtschaftlich zubereiten. Er verfügt über PROGRAMME FÜR DRUCKGAREN: Geflügel, Fleisch/Schmoren, Hülsenfrüchte, Reis, Beilagen, Suppen, Brei und SPEZIALPROGRAMMEN: Soßen, Niedergaren, Braten, Dampfgaren, Einkochen, Desserts, Joghurt. Beim Kochen mit Programmen für Druckgaren kann zwischen niedrigem und hohem Arbeitsdruck gewählt werden, bei allen Programmen können die Kochintensität und Kochzeit eingestellt werden. Dank der Funktion Warmhalten ist es nicht mehr notwendig, die im Elektrischen Schnellkochtopf PRESIDENT zubereiteten Gerichte vor dem Servieren noch einmal aufzuwärmen.

### PROGRAMME FÜR DAS DRUCKGAREN



Poultry  
Drůbež

### GEFLÜGEL (POULTRY)

Programm zum Garen von Geflügel.

### MARINIERTES HÄHNCHEN



Fry  
Smažení

Intensität

More



Poultry  
Drůbež

Intensität

More

Druck

High

Zeitdauer

35 min



**Zutaten:** 1 ganzes Hähnchen, 3 Scheiben Butter, 2 EL Wasser

**Zutaten für die Marinade:** 1 EL Würzmischung Vegeta, 1 EL ÖL, 1 EL Sojasauce, 2 EL süße Chilisauce, Salz, Pfeffer

**Vorgehensweise:** Alle Zutaten für die Marinade mischen. Das Hähnchen waschen, salzen, mit der Marinade einreiben und 24 Stunden in einem geschlossenen Behälter im Kühlschrank marinieren. Das Programm **Braten (Fry)** starten, drei Scheiben Butter in die Innenschüssel geben und das ganze Huhn anbraten, sobald Butter heiß ist. Zwei Esslöffel Wasser hinzufügen und den Schnellkochtopf schließen. Das Programm **Geflügel (Poultry)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Mehr (More)** einstellen, die Zeitdauer des Vorgangs **Kochen (Cooking)** auf **35 min** ändern. Nach der Beendigung des Vorgangs Kochen ist das marinierte Hähnchen servierfertig.



## FLEISCH/SCHMOREN (MEAT/STEW)

Programm zum Garen von Rind-, Schweine-, Geflügel-, Lamm-, Wildfleisch usw.  
Lamm-, Wildfleisch usw.

## RINDERGULASCH



Intensität

More



Intensität

Normal

Druck

High

Zeitdauer

35 min



**Zutaten:** 1 kg Rindfleisch für Gulasch, 800 g gehackte Zwiebel, 100 g Schweineschmalz, 200 ml Öl, 6 Knoblauchzehen, 1 EL Kümmel, 1 EL glattes Mehl, 1 EL gemahlener süßer Paprika, 2 TL Majoran, 2 Lorbeerblätter, 2 TL Salz, 1 TL Puderzucker, gemahlener Pfeffer

**Vorgehensweise:** 100 ml Öl in die Innenschüssel gießen, das Schmalz und die gehackte Zwiebel hinzufügen. Das Programm **Braten (Fry)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Mehr (More)** einstellen. Nach dem **Anbraten** die gehackte Zwiebel herausnehmen und beiseite stellen. Die restlichen 100 ml Öl in die Innenschüssel gießen und warten, bis sich das Öl erhitzt hat. Das Fleisch in ca. 3 x 3 cm große Stücke schneiden, mit Kümmel würzen, in heißem Öl anbraten, mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen und die geröstete Zwiebel dazugeben. Einen Esslöffel Mehl mit 500 ml Wasser verrühren und zum angebratenen Rindfleisch geben. Die Mischung gründlich umrühren und das Programm **Braten (Fry)** beenden. Das Lorbeerblatt und den zerdrückten Knoblauch zum gebratenen Fleisch geben. Den Schnellkochtopf mit dem Deckel verschließen, das Programm **Fleisch/Schmoren (Meat/Stew)** starten, den Rindergulasch kochen. Nach der Beendigung des Vorgangs **Kochen (Cooking)** den Schnellkochtopf öffnen. Vor dem Servieren mit Majoran und Zucker abschmecken.







## HÜLSENFRÜCHTE (LEGUMES)

Programm für die Zubereitung von gekochten Bohnen, Linsen, Erbsen, Kichererbsen usw.

**Hinweis:** Beim Garen von Hülsenfrüchten im Elektrischen Multi-Schnellkochtopf PRESIDENT die Innenschüssel mit Gargut einschließlich Wasser höchstens bis zu einem Drittel des Fassungsvermögens füllen!

### LINSEN



Intensität	Druck	Zeitdauer
Normal	High	5 min



**Vorgehensweise:** Die Linsen abspülen und für eine Stunde in kaltem Wasser einweichen. Die Linsen nochmals abspülen, in die Innenschüssel geben und im Verhältnis 1 : 1 mit Wasser bedecken. Den Schnellkochtopf schließen, das Programm **Hülsenfrüchte (Legumes)** starten, die Zeitdauer des Vorgangs **Kochen (Cooking)** auf 5 Minuten ändern und die Linsen kochen.

### ERBSEN



Intensität	Druck	Zeitdauer
Normal	High	10 min



**Vorgehensweise:** Die Erbsen abspülen und für 6 Stunden in kaltem Wasser einweichen. Die Erbsen nochmals abspülen, in die Innenschüssel geben und im Verhältnis 1 : 1 mit Wasser bedecken. Den Schnellkochtopf schließen, das Programm **Hülsenfrüchte (Legumes)** starten, die Zeitdauer des Vorgangs **Kochen (Cooking)** auf 10 Minuten ändern und die Linsen kochen.

### BOHNEN



Intensität	Druck	Zeitdauer
Normal	High	30 min



**Vorgehensweise:** Die Bohnen abspülen und über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Die Bohnen nochmals abspülen, in die Innenschüssel geben und im Verhältnis 1 : 1 mit Wasser bedecken. Den Schnellkochtopf schließen, das Programm **Hülsenfrüchte (Legumes)** starten, die Bohnen kochen.

### KICHERERBSEN



Intensität	Druck	Zeitdauer
More	High	40 min



**Vorgehensweise:** Die Kichererbsen abspülen und über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Die Kichererbsen nochmals abspülen, in die Innenschüssel geben und im Verhältnis 1 : 2 (Kichererbsen : Wasser) mit Wasser bedecken. Den Schnellkochtopf schließen, das Programm **Hülsenfrüchte (Legumes)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Mehr (More)** einstellen, die Kichererbsen kochen.



Rice  
Rýže

## REIS (RICE)

Programm für die Zubereitung von Reis.

### GEDÜNSTETER REIS



Rice  
Rýže

Intensität

Normal

Druck

Low

Zeitdauer

12 min



**Vorgehensweise:** 4 bis 16 Messbecher Reis in die Innenschüssel geben, mehrmals mit Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die erforderliche Wassermenge hinzufügen, so dass der Wasserstand die Markierung erreicht, die der Anzahl der eingelegten Messbecher an der rechten Seite der Messskala (**cup**) entspricht. Den Reis nach Bedarf salzen und mit dem Reislöfel umrühren. Den Schnellkochtopf schließen, das Programm **Reis (Rice)** starten und das Gericht kochen. **Guter Tipp:** Für härteren Reis, der „al dente“ (bissfest) gekocht werden soll, die Kochintensität auf die Stufe **Weniger (Less)** einstellen, für weicheren Reis die Kochintensität auf die Stufe **Mehr (More)** einstellen, siehe Programmübersichtstabelle in der Gebrauchsanleitung.

### RISOTTO MIT CHAMPIGNONS



Fry  
Smažení

Intensität

Less



Rice  
Rýže

Intensität

More

Druck

Low

Zeitdauer

15 min

**Zutaten:** 4 Messbecher Reis, 4 große, in Scheiben geschnittene Champignons, 1 fein gehackte Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 30 ml Olivenöl, 30 g Butter, starke Gemüsebrühe, frische Thymianblätter, fein geriebener Parmesan.

**Vorgehensweise:** Fein gehackte Zwiebel, zerdrückten Knoblauch, Butter und Öl in die Innenschüssel geben. Das Programm **Braten (Fry)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Weniger (Less)** einstellen, Zwiebel und Knoblauch leicht anrösten. Den gewaschenen Reis und die in Scheiben geschnittenen Champignons hinzufügen. Mit Brühe bis zur Markierung **cup 4** auffüllen. Die Zutaten in der Innenschüssel gut verrühren und den Schnellkochtopf schließen. Das Programm **Reis (Rice)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Mehr (More)** einstellen, Risotto zubereiten. Vor dem Servieren das Risotto mit frischen Thymianblättern garnieren und mit fein geriebenem Parmesankäse bestreuen.





Side dish  
Přílohy

## BEILAGEN (SIDE DISH)

Programm für die Zubereitung von Kartoffeln, Süßkartoffeln, Gemüse, Nudeln usw.

### KARTOFFELN



Side dish  
Přílohy

Intensität  
Less

Druck  
High

Zeitdauer  
2 min



Kartoffeln in die Innenschüssel geben, mit Wasser bedecken und salzen. Das Programm **Beilagen (Side dish)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Weniger (Less)** einstellen, Kartoffeln kochen. **Hinweis:** Die Garzeit kann je nach Kartoffelsorte verlängert werden.

### NUDELN



Side dish  
Přílohy

Intensität  
Normal

Druck  
High

Zeitdauer  
Hälfte der üblichen Garzeit



Die Nudeln in die Innenschüssel geben, mit Wasser ca. 1 cm über die Oberfläche mit Wasser bedecken und salzen. Das Programm **Beilagen (Side dish)** starten, die Zeitdauer des Vorgangs **Kochen (Cooking)** auf die **Hälfte** der vom Nudelhersteller empfohlenen Kochzeit einstellen und die Nudeln kochen.

### BULGUR



Side dish  
Přílohy

Intensität  
More

Druck  
High

Zeitdauer  
10 min



Den Bulgur in die Innenschüssel geben, mit der Brühe im Verhältnis 1 : 2 (Bulgur : Brühe) aufgießen. Das Programm **Beilagen (Side dish)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Mehr (More)** einstellen, die Zeitdauer des Vorgangs **Kochen (Cooking)** auf die Dauer **10 min** ändern und den Bulgur kochen.



Soup  
Polévky

## SUPPEN (SOUP)

Programm für die Zubereitung von Brühen und Fleisch- und Gemüsesuppen.

**Hinweis:** Bei der Zubereitung von Suppen, die während des Kochens schäumen, die Innenschüssel höchstens bis zur  **Hälfte des Fassungsvermögens füllen!**

## RINDFLEISCHBRÜHE

<p>Soup Polévky</p>	<b>Intensität</b>	<b>Druck</b>	<b>Zeitdauer</b>
	More	High	1:30 h



**Zutaten:** 1 kg Rindfleisch, 2 Markknochen, 2 l Wasser, 2 Möhren, 1 Petersilie, 100 g Sellerie, 10 cm Porree, 3 Lorbeerblätter, 4 Pimentkörner, 8 schwarze Pfefferkörner, Salz

**Vorgehensweise:** Alle Zutaten in die Innenschüssel geben. Das Programm **Suppen (Soup)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Mehr (More)** einstellen, die Rinderbrühe zubereiten. **Guter Tipp:** Für eine noch geschmacksintensivere und feinere Rinderbrühe, bei der die wertvollen Nährstoffe erhalten bleiben, wählen Sie anstelle des Programms **Suppen (Soup)** das Programm **Niedergaren (Slow cook)**.

## GULASCHSUPPE

<p>Fry Smažení</p>	<b>Intensität</b>
	More



<p>Soup Polévky</p>	<b>Intensität</b>	<b>Druck</b>	<b>Zeitdauer</b>
	Normal	High	30 min

**Zutaten:** 400 g Schweinekamm, 400 g Kartoffeln, 1 l Gemüsebrühe oder Wasser, 1 süße rote Paprikaschote, 1 Möhre, gewürfelt, 1 fein gehackte Zwiebel, 1 Blattstiel der Staudensellerie, gewürfelt, 25 g süßes Paprikapulver, 3 Lorbeerblätter, 2 EL Tomatenmark, 2 EL Schweineschmalz, 1 TL gemahlener Kümmel, Knoblauch und Majoran nach Geschmack, Salz und Pfeffer

**Vorgehensweise:** Schmalz in die Innenschüssel geben und das Programm **Braten (Fry)** starten, die Kochintensität auf **Mehr (More)** einstellen. Die Zwiebel und den Kümmel in heißem Schmalz glasig dünsten, das geschnittene Gemüse dazugeben und goldbraun anrösten. Dann das gesalzene und gepfefferte, in kleine Stücke geschnittene Fleisch kurz anbraten, das Tomatenmark dazugeben, das Paprikapulver dazugeben und kurz mitbraten. Zum Schluss mit der Brühe aufgießen, salzen und pfeffern, Lorbeerblätter, Knoblauch und Majoran dazugeben und den Topf schließen. Das Programm **Suppen (Soup)** starten und die Gulaschsuppe kochen.



Porridge  
Kaše

## BREI (PORRIDGE)

Programm für die Zubereitung von Getreidebreien.

### BUCHWEIZENBREI



Porridge  
Kaše

Intensität  
Normal

Druck  
High

Zeitdauer  
20 min



**Zutaten:** 250 g geschälter Buchweizen (2 Messbecher für Reis), 160 ml Milch (1 Messbecher), 40 ml Ahornsirup, 2 EL Kokosraspeln, 20 g Vanillezucker, 1 TL gemahlener Zimt, 2 Prisen Salz

**Vorgehensweise:** Den Buchweizen gründlich abwaschen, in die Innenschüssel geben und mit 4 Messbechern Wasser bedecken. Das Programm **Brei (Porridge)** starten und den Buchweizen kochen. Nach der Beendigung des Vorgangs **Kochen (Cooking)** den Schnellkochtopf öffnen und die restlichen Zutaten zum Buchweizen geben. Gründlich mischen und in Schalen anrichten. Den Buchweizenbrei mit Früchten, Schokolade, Kakaopulver oder Zimt garnieren, mit zerlassener Butter beträufeln.

**Guter Tipp:** Auf die gleiche Weise wie der Buchweizenbrei kann im elektrischen Schnellkochtopf auch der **Hirsebrei** zubereitet werden (die Hirse vor dem Kochen unter heißem Wasser waschen).

### HAFERBREI



Porridge  
Kaše

Intensität  
Less

Druck  
High

Zeitdauer  
5 min



**Zutaten:** 200 g Haferflocken (2 Messbecher), 160 ml Milch (1 Messbecher), 20 g Vanillezucker, 50 g Butter, 1 EL Honig, Salz

**Vorgehensweise:** 2 Messbecher Haferflocken und 4 Messbecher Wasser in die Innenschüssel geben. Den Topf schließen, das Programm **Brei (Porridge)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Niedriger (Less)** einstellen, die Haferflocken kochen. Nach der Beendigung des Vorgangs **Kochen (Cooking)** den Topf öffnen, 50 g Butter, 1 EL Honig, 1 Messbecher Milch, Vanillezucker und 2 Prisen Salz hinzufügen. Alles gründlich mischen, in Schalen anrichten, mit Trockenfrüchten garnieren. **Guter Tipp:** Der **Buchweizenbrei** lässt sich genauso zubereiten wie Haferbrei.



Sauce  
Omáčky

## SOSEN (SAUCE)

Programm für die Zubereitung von Soßen, Glasuren u.ä.

SPEZIALE PROGRAMME

**Hinweis:** Im Programm **Soßen (Sauce)** den Schnellkochtopf immer **ohne den aufgesetzten Deckel verwenden!**

## KÄSESOSSE



Sauce  
Omáčky

Intensität

Less

Zeitdauer

5 min



**Zutaten:** 250 ml Schlagsahne (33 % Fett), 100 g Schmelzkäse, 2 Suppenwürfel, 4 Knoblauchzehen, 2 EL glattes Mehl, 1 l Wasser

**Vorgehensweise:** Einen Liter Wasser und beide Suppenwürfel in die Innenschüssel geben Das Programm **Soßen (Sauce)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Niedriger (Less)** einstellen. Sahne, Käse und Mehl in einer Schüssel verquirlen und nach und nach in die erhitzte Brühe einrühren, damit sich keine Klümpchen bilden. Sobald die Soße zu kochen beginnt, den zerdrückten Knoblauch hinzugeben und unter gelegentlichem Rühren bis zum Ende des Programms weiterkochen lassen. **Guter**

**Tipp:** Im Programm **Soßen (Sauce)** ist es auch möglich, einen **Milchpudding** im elektrischen Schnellkochtopf zuzubereiten.



Slow cook  
Pomalé vaření

## NIEDERGAREN (SLOW COOK)

Programm zum Niedergaren von Fleisch, Geflügel, Fisch und Gemüse.

## SCHWEINEKAMM MIT SAHNE



Fry  
Smažení

Intensität

More



Slow cook  
Pomalé vaření

Intensität

Less

Zeitdauer

2 h

**Zutaten:** 4 Scheiben Schweinekamm, 250 ml Schlagsahne (33 % Fett), 200 g geriebener Hartkäse, etwas glattes Mehl, Öl zum Braten, Salz und Pfeffer

**Vorgehensweise:** Den Schweinekamm mit einem Fleischklopper aufklopfen, salzen, pfeffern und mit Mehl bestäuben. In die Innenschüssel Öl geben und das Programm **Braten (Fry)** starten, die Kochintensität auf **Mehr (More)** einstellen. Die Schweinekamm-Scheiben in heißem Öl von beiden Seiten anbraten, herausnehmen und danach das Programm **Braten (Fry)** beenden. Die gebräunten Schweinekamm-Scheiben zurück in die Innenschüssel mit dem Bratensaft geben. Die Sahne darüber gießen und so viel Wasser hinzufügen, dass das Fleisch fast ganz bedeckt ist. Den Topf schließen, das Programm **Niedergaren (Slow cook)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Niedriger (Less)** einstellen, den Schweinekamm mit Sahne garen. Auf einem Teller mit geriebenem Käse bestreuen.



## BRATEN (FRY)

Programm für die Zubereitung von in Öl gebackenen Speisen.

**Hinweis:** Im Programm **Braten (Fry)** den Schnellkochtopf immer **ohne den aufgesetzten Deckel verwenden!**

## PANIERTER BLUMENKOHL



<b>Intensität</b>	<b>Zeitdauer</b>
More	1 h



**Zutaten:** 1 ganzer Blumenkohl, 500 ml Öl zum Braten, Salz

**Zutaten für die Panade:** 4 EL Milch, 2 bis 3 Eier (je nach Größe des Blumenkohls), glattes Mehl, Semmelbrösel, Salz

**Vorgehensweise:** Den Blumenkohl putzen, waschen, in kleine Röschen teilen, salzen und dreifach umhüllen: zuerst in Mehl, dann in verquirlten Eiern mit etwas Salz und Milch und zuletzt in Semmelbröseln. 500 ml Öl in die Innenschüssel geben und das Programm **Braten (Fry)** starten, die Kochintensität auf die **Stufe (More)** (More) einstellen. Abwarten, bis auf dem Display die Anzeige **Hot** erscheint, die panierten Blumenkohlröschen in heißem Öl portionsweise (10 bis 15 Minuten pro Portion) von allen Seiten braten.

## BOHNENPLÄTZCHEN



<b>Intensität</b>
More

**Zutaten:** 250 g gekochte Bohnen (ca. 2 Messbecher für Reis), 3 Eier, 5 Knoblauchzehen, 3 EL glattes Mehl, 1 TL Kümmel, 1 TL Majoran, geriebener Hartkäse zum Bestreuen, Öl zum Braten, Salz und Pfeffer.

**Vorgehensweise:** Die Bohnen im Voraus im Programm **Hülsenfrüchte (Legumes)** kochen. Die gekochten Bohnen abtropfen lassen und in einen Mixer geben. 3 Eier, 4 zerdrückte Knoblauchzehen, 3 EL glattes Mehl, 1 TL Kümmel, 1 TL Majoran, 3/4 TL Salz und 1 Prise Pfeffer dazugeben. Alles pürieren. Wenn die pürierte Masse zu zäh ist, mit Milch verdünnen. Kugeln formen und in glattem Mehl wälzen. Öl in die Innenschüssel gießen, so dass der gesamte Boden der Innenschüssel bedeckt ist, das Programm **Braten (Fry)** einschalten, die Kochintensität auf **Mehr (More)** stellen und warten, bis auf dem Display der Hinweis **Hot** angezeigt wird. Die Bohnenkugeln in heißes Öl geben, mit einem Löffel flach drücken und von beiden Seiten goldbraun braten. Die heißen Bohnenplätzchen mit einer Knoblauchpaste aus zerdrücktem Knoblauch, Salz, Öl und Wasser bestreichen und vor dem Servieren mit geriebenem Käse bestreuen.



## DAMPFGAREN (STEAM)

Programm für das Dampfgaren von Fleisch, Fisch, Gemüse, Nudelgerichten u.ä.

**Hinweis:** Im Programm **Dampfgaren (Steam)** den Schnellkochtopf immer **mit dem eingesetzten rostfreien Dampfkorb verwenden!**

## KARTOFFELSALAT MIT JOGHURT



Intensität	Druck	Zeitdauer
Normal	Low	10 min



**Zutaten:** 6 ungeschälte Kartoffeln, 2 Möhren, 1 Petersilie, 1 Zwiebel, 1 Bund Frühlingszwiebel, 1 kleinere rote Paprikaschote, 2 Gewürzgurken, 100 g Naturjoghurt, 1 EL Puderzucker, Saft aus einer halben Zitrone, Salz und Pfeffer

**Vorgehensweise:** Die ungeschälten Kartoffeln gut waschen, zusammen mit geputzter Möhre und Petersilie und geschälter Zwiebel im Dampfkorb in die Innenschüssel geben, 300 ml Wasser hinzufügen und den Topf schließen. Das Programm **Dampfgaren (Steam)** starten und Kartoffeln und Gemüse dämpfen. Lauwarme Kartoffeln pellen und zusammen mit gegartem Gemüse portionieren. Fein gehackte Frühlingszwiebel, rote Paprikaschote und Gewürzgurken zugeben. Joghurt, Salz und Pfeffer unterrühren, 160 ml Dressing (1 Messbecher) aus Wasser mit einem Esslöffel Zucker und Zitronensaft zugeben und vorsichtig verrühren.



## EINKOCHEN (PRESERVING)

Programm für das Einkochen von Obst, Gemüse, Fleisch, Pilzen und Fertiggerichten.

## EINGEKOCHTES SCHWEINEFLEISCH



Intenzita	tlak	doba
More	High	1 h



**Zutaten:** 1 kg Schweinebauch ohne Knochen, 1 kg Schweinebrust, 35 g Salz, Pfeffer nach Geschmack

**Vorgehensweise:** Das Schweinefleisch würfeln, salzen, pfeffern, gut mischen und bis zum nächsten Tag im Kühlschrank ruhen lassen. Am nächsten Tag in saubere Einkochgläser füllen und mit einem Deckel verschließen. Auf dem Boden der Innenschüssel das Backpapier legen. Die verschlossenen Gläser auf das Backpapier stellen und bis zu drei Viertel ihrer Höhe mit Wasser bedecken. Den Schnellkochtopf schließen, das Programm **Einkochen (Preserving)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Mehr (More)** und die Zeitdauer des Vorgangs **Kochen (Cooking)** auf die Dauer **1:00 h** Stunde ändern. Nach Beendigung des Programms die Einkochgläser aus der Innenschüssel nehmen und bis zum nächsten Tag bei Raumtemperatur stehen lassen. Am nächsten Tag den Einkochvorgang wiederholen.



## EINKOCHEN VON ANDEREN LEBENSMITTELN

Das gleiche Verfahren wie für das Einkochen von Schweinefleisch gilt auch für das Einkochen von anderen Lebensmitteln. Darauf achten, dass alle Gläser mindestens 3 cm unter Wasser stehen.

Die Einkochintensität und -zeit für jedes Lebensmittel sind wie folgt einzustellen (siehe Tabelle):

Lebensmittel	Kochintensität	Einkochzeit
Beeren	Less	5 min
Konfitüren	Less	5 min
Steinobst	Normal	10 min
Gemüse	More	30 min
Pilze	More	15 min
Fertiggerichte	More	30 min
Rohfleisch	More	60 min

**Guter Tipp:** Vor dem Einkochen von Fleisch, Wurst, Pasteten usw. einen Esslöffel Essig zum Wasser in der Innenschüssel geben. Die Gläser mit den konservierten Lebensmitteln sind nach dem Kochen nicht mehr fettig und lassen sich leichter und sicherer aus der Innenschüssel nehmen.



Cake  
Moučníky

### DESSERTS (CAKE)

Programm für die Zubereitung von Kuchen.

## MOHNNUCHEN



Cake  
Moučníky

Intensität  
More

Druck  
High

Zeitdauer  
1 h



**Zutaten:** 200 g gemahlener Mohn, 200 g glattes Mehl, 200 g Kristallzucker, 200 ml fettarme Milch, 100 ml Sonnenblumenöl, 2 Eier, 40 g Vanillezucker, 12 g Backpulver, 1 TL Zimt, abgeriebene Schale aus einer Zitrone, Prise Salz

**Vorgehensweise:** Den Boden der Innenschüssel mit Butter einfetten und mit rundem Backpapier auslegen. In einer anderen Schüssel alle trockenen Zutaten einschließlich der abgeriebenen Zitronenschale vermischen, dann Milch, Öl und Eier hinzufügen, den Teig zubereiten und alles gründlich verrühren. Die Mischung in die mit dem Backpapier ausgelegte Innenschüssel geben und den Topf verschließen. Das Programm **Desserts (Cake)** starten, die Kochintensität auf die Stufe **Mehr (More)** einstellen, den Mohnkuchen backen. Nach dem Backen den Kuchen in der Innenschüssel auskühlen lassen und dann vorsichtig stürzen.



## JOGHURT (YOGURT)

Programm zur Herstellung von hausgemachtem Joghurt.

**Hinweis:** Im Programm **Joghurt (Yogurt)** den Schnellkochtopf im Programm Joghurt immer mit dem Arbeitsdruckregler in Stellung **Dampf ablassen (Venting)** betreiben.

### HAUSGEMACHTER JOGHURT

---

#### Pasteurisierung der Milch



**Intensität**

More

**Stufe**

*boil*

#### Joghurtherstellung



**Intensität**

Normal

**Zeitdauer**

8 h



**Zutaten:** 1 l Vollmilch, 180 g hochwertiger Naturjoghurt mit erhöhtem Anteil an Joghurtkulturen

**Pasteurisierung der Milch:** Die Innenschüssel mit einem Liter Milch füllen, in den Topf geben und den Topf mit dem Deckel verschließen. Den Druckregler in die Stellung zum **Dampfablass (Venting)** bringen. Das Programm **Joghurt (Yogurt)** starten, die Kochintensität auf **Mehr (More)** einstellen. Auf dem Display erscheint die Anzeige **boil** und die Milch wird im Schnellkochtopf ca. 20 Minuten erhitzt und pasteurisiert. Nach der Pasteurisierung erscheint auf dem Display kurz die Anzeige **Yogt** und das Programm wird beendet.

**Hinzufügen von Joghurt zu pasteurisierter Milch:** Nach der Pasteurisierung den Deckel abnehmen, die Temperatur der Milch messen und die Milch in der Innenschüssel auf 40 °C abkühlen. Erst wenn die Temperatur der pasteurisierten Milch 40 °C (oder weniger) erreicht hat, hochwertigen Naturjoghurt hinzufügen, gut umrühren und den Schnellkochtopf verschließen.

**Joghurtherstellung:** Das Programm **Joghurt (Yogurt)** starten und im Schnellkochtopf Joghurt herstellen. Das Programm endet nach Ablauf der im Programm angegebenen Zeit. Joghurt in sterilisierte Gläser füllen, mit dem Deckel verschließen und bis zum nächsten Tag bei Raumtemperatur stehen lassen. Selbstgemachten Joghurt im Kühlschrank aufbewahren. **Guter Tipp:** Soll Joghurt mit einer anderen Konsistenz hergestellt werden, kann die Zubereitung im Programm **Joghurt (Yogurt)** bereits nach 4 Stunden abgebrochen werden.

**Hinweis:** Im Programm **Joghurt (Yogurt)** wird die auf dem Display angezeigte Zeit hochgezählt.

## AUTOCUISEUR ÉLECTRIQUE PRESIDENT

## CARACTÉRISTIQUES

L'Autocuisseur électrique PRESIDENT permet la cuisson rapide, sûre, confortable et économique de nombreux plats populaires. Il offre de PROGRAMMES DE CUISSON SOUS PRESSION : volaille, viande/ragoût, légumineuses, riz, plats d'accompagnement, soupes et bouillies, et de PROGRAMMES SPÉCIAUX : sauces, cuisson lente, friture, cuisson vapeur, mise en conserve, desserts, yaourt. Lors de la cuisson sous pression, il est possible de sélectionner la pression basse ou haute ; l'intensité et le temps de cuisson peuvent être réglés dans chaque programme. Grâce à la fonction de **Maintien au chaud**, il n'est pas nécessaire de réchauffer les plats préparés dans l'Autocuisseur électrique PRESIDENT avant de les servir.

## PROGRAMMES DE CUISSON SOUS PRESSION



Poultry  
Drůbež

## VOLAILLE (POULTRY)

Programme pour la cuisson des volailles.

## POULET MARINÉ



Fry  
Smažení

intensité  
More



Poultry  
Drůbež

intensité  
More

pression  
High

temps  
35 min



**Ingrédients :** 1 poulet entier, 3 tranches de beurre, 2 cuillères d'eau

**Ingrédients pour la marinade :** 1 cuillère d'assaisonnement tout usage, 1 cuillère d'huile, 1 cuillère de sauce soja, 2 cuillères de sauce chili douce, sel, poivre

**Préparation :** Mélanger tous les ingrédients pour la marinade. Rincer le poulet, le saler, l'enduire de marinade et le laisser mariner pendant 24 heures dans un récipient fermé au réfrigérateur. Lancer le programme **Friture (Fry)**, mettre trois tranches de beurre dans le récipient de cuisson, laisser fondre et faire sauter le poulet entier. Ajouter deux cuillères d'eau et fermer l'autocuisseur. Lancer le programme **Volaille (Poultry)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)** et régler le temps de la phase de **Cuisson (Cooking)** à **35 min**. Une fois la phase de cuisson terminée, le poulet mariné est prêt à être servi.



## VIANDE/RAGOÛT (MEAT/STEW)

Programme pour la cuisson du bœuf, du porc, de la volaille, de l'agneau, de la venaison, etc.

### GOULASCH DE BŒUF



intensité

More



intensité

Normal

pression

High

temps

35 min



**Ingrédients :** 1 kg de bœuf pour le goulasch, 800 g d'oignons coupés, 100 g de saindoux de porc, 200 ml d'huile, 6 gousses d'ail, 1 cuillère de cumin, 1 cuillère de farine fluide, 1 cuillère de paprika doux moulu, 2 cuillères à thé de marjolaine, 2 feuilles de laurier, 2 cuillères à thé de sel, 1 cuillère à thé de sucre glace, poivre moulu

**Préparation :** Verser 100 ml d'huile dans le récipient de cuisson, ajouter le saindoux et les oignons coupés. Lancer le programme **Friture (Fry)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)**. Retirer les oignons quand ils sont frits et les mettre de côté. Mettre les 100 ml d'huile restants dans le récipient de cuisson et attendre que l'huile soit chauffée. Assaisonner la viande coupée en morceaux d'environ 3 x 3 cm avec du cumin, la faire sauter dans l'huile chauffée, saupoudrer de paprika, saler et poivrer et ajouter les oignons frits. Fouetter une cuillère de farine dans 500 ml d'eau et l'ajouter à la viande sautée. Remuer bien le mélange et arrêter le programme **Friture (Fry)**. Ajouter la feuille de laurier et l'ail pressé à la viande sautée.

Fermer l'autocuiseur avec le couvercle, lancer le programme **V viande/Ragoût (Meat/Stew)** et faire cuire le goulasch. Une fois la phase de **Cuisson (Cooking)** terminée, ouvrir l'autocuiseur et assaisonner le goulasch avec de la marjolaine et du sucre avant de le servir.





## LÉGUMINEUSES (LEGUMES)

Programme pour la cuisson des haricots, lentilles, pois, pois chiches, etc.

**Avertissement :** Lors de la cuisson des légumineuses dans l'Autociseur électrique PRESIDENT, remplir le récipient de cuisson d'aliments, y compris d'eau, **jusqu'au tiers du volume du récipient de cuisson !**

### LENTILLES



intensité	pression	temps
Normal	High	5 min



**Préparation :** Rincer et faire tremper les lentilles dans de l'eau froide pendant une heure au préalable. Rincer à nouveau les lentilles, les mettre dans le récipient de cuisson et verser l'eau en proportion de 1 : 1. Fermer l'autociseur, lancer le programme **Légumineuses (Legumes)**, régler le temps de la phase **Cuisson (Cooking)** à 5 minutes et faire cuire les lentilles.

### POIS



intensité	pression	temps
Normal	High	10 min



**Préparation :** Rincer et faire tremper les pois dans de l'eau froide pendant 6 heures au préalable. Rincer à nouveau les pois, les mettre dans le récipient de cuisson et verser l'eau en proportion de 1 : 1. Fermer l'autociseur, lancer le programme **Légumineuses (Legumes)**, régler le temps de la phase **Cuisson (Cooking)** à 10 minutes et faire cuire les pois.

### HARICOTS



intensité	pression	temps
Normal	High	30 min



**Préparation :** Rincer et faire tremper les haricots toute la nuit dans de l'eau froide. Rincer à nouveau les haricots, les mettre dans le récipient de cuisson et verser l'eau en proportion de 1 : 1. Fermer l'autociseur, lancer le programme **Légumineuses (Legumes)** et faire cuire les haricots.

### POIS CHICHES



intensité	pression	temps
More	High	40 min



**Préparation :** Rincer et faire tremper les pois chiches toute la nuit dans de l'eau froide. Rincer à nouveau les pois chiches, les mettre dans le récipient de cuisson et verser l'eau en proportion de 1 : 2 (pois chiches : eau). Fermer l'autociseur, lancer le programme **Légumineuses (Legumes)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)** et faire cuire les pois chiches.



## RIZ (RICE)

Programme pour la cuisson du riz.

### RIZ À LA VAPEUR



**intensité**  
Normal

**pression**  
Low

**temps**  
12 min



**Préparation :** Mettre 4 à 16 gobelets doseurs de riz dans le récipient de cuisson, rincer plusieurs fois à l'eau et égoutter. Verser autant de l'eau nécessaire pour que son niveau atteigne la marque correspondante au nombre de gobelets doseurs de riz versés selon l'échelle graduée dans la partie droite (**cup**). Saler le riz selon besoin et le mélanger à l'aide de la louche à riz. Fermer l'autocuiseur, lancer le programme **Riz (Rice)** et faire cuire le plat. **Bonne astuce :** Pour un riz plus ferme, cuit au degré « al dente », régler l'intensité de cuisson à **Moins (Less)**, pour un riz plus tendre, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)**, voir le tableau avec l'aperçu des programmes dans le Mode d'emploi.

### RISOTTO AUX CHAMPIGNONS



**intensité**  
Less



**intensité**  
More

**pression**  
Low

**temps**  
15 min

**Ingédients :** 4 gobelets doseurs de riz, 4 gros champignons émincés, 1 oignon finement haché, 2 gousses d'ail, 30 ml d'huile d'olive, 30 g de beurre, bouillon de légumes concentré, feuilles de thym frais, parmesan finement râpé

**Préparation :** Mettre dans le récipient de cuisson l'oignon finement haché, l'ail pressé, le beurre et l'huile. Lancer le programme **Friture (Fry)**, régler l'intensité à **Moins (Less)** et faire frire légèrement l'oignon et l'ail. Ajouter le riz rincé, les champignons émincés et verser le bouillon jusqu'au repère **cup 4**. Bien mélanger les ingrédients dans le récipient de cuisson et fermer l'autocuiseur. Lancer le programme **Riz (Rice)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)** et faire cuire le risotto. Avant de servir, garnir le risotto de feuilles de thym frais et de parmesan finement râpé.





Side dish  
Přílohy

## PLATS D'ACCOMPAGNEMENT (SIDE DISH)

Programme pour la cuisson des pommes de terre, patates douces, légumes, pâtes, etc.

### POMMES DE TERRE



Side dish  
Přílohy

**intensité**  
Less

**pression**  
High

**temps**  
2 min



Mettre les pommes de terre dans le récipient de cuisson, verser l'eau et ajouter le sel. Lancer le programme **Plats d'accompagnement (Side dish)**, régler l'intensité de cuisson à **Moins (Less)** et faire cuire les pommes de terre. **Avvertissement** : Il est possible de prolonger le temps de cuisson en fonction du type de pommes de terre à cuire.

### PÂTES



Side dish  
Přílohy

**intensité**  
Normal

**pression**  
High

**temps**  
moitié du temps de cuisson normal



Mettre les pâtes dans le récipient de cuisson, verser l'eau à environ 1 cm au-dessus des pâtes et ajouter le sel. Lancer le programme **Plats d'accompagnement (Side dish)**, régler le temps de la phase de **Cuisson (Cooking)** à **la moitié du temps de cuisson** recommandé par le fabricant de pâtes et faire cuire les pâtes.

### BOULGHOUR



Side dish  
Přílohy

**intensité**  
More

**pression**  
High

**temps**  
10 min



Mettre le boulghour dans l'autocuiseur, verser le bouillon en proportion 1 : 2 (boulghour : bouillon). Lancer le programme **Plats d'accompagnement (Side dish)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)**, régler le temps de la phase de **Cuisson (Cooking)** à **10 min** et faire cuire le boulghour.



Soup  
Polévky

## SOUPES (SOUP)

Programme pour la cuisson des bouillons et des soupes à la viande et aux légumes.

**Avertissement :** Lors de la préparation des soupes qui moussent pendant la cuisson, remplir le récipient de cuisson **jusqu'à la moitié du volume au maximum !**

### BOUILLON DE BŒUF

 Soup Polévky	<b>intensité</b>	<b>pression</b>	<b>temps</b>
	More	High	1,5 heures



**Ingrédients :** 1 kg de bœuf, 2 os à moelle, 2 l d'eau, 2 carottes, 1 persil, 100 g de céleri, 10 cm de poireau, 3 feuilles de laurier, 4 grains de quatre-épices, 8 grains de poivre noir, sel

**Préparation :** Mettre tous les ingrédients dans le récipient de cuisson. Lancer le programme **Soupes (Soup)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)** et faire cuire le bouillon de bœuf. **Bonne astuce :** Pour obtenir un bouillon de bœuf encore plus intense et délicat tout en conservant ses précieux nutriments, sélectionner le programme **Cuisson lente (Slow cook)** au lieu du programme **Soupes (Soup)**.

### SOUPE DE GOULASCH

 Fry Smažení	<b>intensité</b>
	More



 Soup Polévky	<b>intensité</b>	<b>pression</b>	<b>temps</b>
	Normal	High	30 min

**Ingrédients :** 400 g de cou de porc, 400 g de pommes de terre, 1 l de bouillon de légumes ou d'eau, 1 poivron rouge, 1 carotte coupée en cubes, 1 oignon coupé finement, 1 branche de céleri coupée en cubes, 25 g de paprika doux moulu, 3 feuilles de laurier, 2 cuillères de purée de tomates, 2 cuillères de saindoux, 1 cuillère à thé de cumin moulu, ail et marjolaine selon goût, sel et poivre

**Préparation :** Mettre le saindoux dans le récipient de cuisson et lancer le programme **Friture (Fry)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)**. Faire revenir l'oignon et le cumin dans du saindoux chaud, ajouter les légumes coupés et les faire frire jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Ensuite, faire sauter brièvement la viande salée et poivrée coupée en petits morceaux, ajouter la purée, le paprika et faire frire brièvement. Enfin, verser le bouillon, ajouter le sel, le poivre, la feuille de laurier, l'ail, la marjolaine et fermer l'autocuiseur. Lancer le programme **Soupes (Soup)** et faire cuire la soupe de goulasch.





Porridge  
Kaše

## BOUILLIES (PORRIDGE)

Programme pour la cuisson des bouillies à base de céréales.

### BOUILLIE DE SARRASIN



Porridge  
Kaše

intensité  
Normal

pression  
High

temps  
20 min



**Ingrédients :** 250 g de sarrasin décortiqué (2 gobelets doseurs pour riz), 160 ml de lait (1 gobelet doseur), 40 ml de sirop d'érable, 2 cuillères de noix de coco râpée, 20 g de sucre vanillé, une cuillère à thé de cannelle moulue, 2 pincées de sel

**Préparation :** Mettre le sarrasin bien rincé dans le récipient de cuisson et verser 4 gobelets doseurs d'eau. Lancer le programme **Bouillies (Porridge)** et faire cuire le sarrasin. Une fois la phase de **Cuisson (Cooking)** terminée, ouvrir l'autocuiseur et ajouter le reste des ingrédients au sarrasin cuit. Bien mélanger et servir dans des bols. Servir la bouillie de sarrasin garnie de fruits, de chocolat, de cacao ou de cannelle et légèrement arrosé de beurre fondu. **Bonne astuce :** De la même manière que la bouillie de sarrasin, il est également possible de préparer la **bouillie de millet** dans l'autocuiseur électrique (rapidement blanchir les grains de millet dans de l'eau portée à ébullition avant de les faire cuire).

### BOUILLIE D'AVOINE



Porridge  
Kaše

intensité  
Less

pression  
High

temps  
5 min



**Ingrédients :** 200 g de flocons d'avoine (2 gobelets doseurs), 160 ml de lait (1 gobelet doseur), 20 g de sucre vanillé, 50 g de beurre, une cuillère de miel, sel

**Préparation :** Mettre 2 gobelets doseurs de flocons d'avoine et 4 gobelets doseurs d'eau dans le récipient de cuisson. Fermer l'autocuiseur, lancer le programme **Bouillies (Porridge)**, régler l'intensité de cuisson à **Moins (Less)** et faire cuire les flocons d'avoine. Une fois la phase de **Cuisson (Cooking)** terminée, ouvrir l'autocuiseur, ajouter 50 g de beurre, une cuillère de miel, 1 gobelet doseur de lait, sucre vanillé et deux pincées de sel. Bien mélanger et servir la bouillie dans des bols garnie de fruits secs. **Bonne astuce :** Tout comme la bouillie d'avoine, il est possible de préparer de la **bouillie à partir de flocons de sarrasin**.



Sauce  
Omáčky

## SAUCES (SAUCE)

Programme pour la cuisson des sauces, des garnitures, etc.

PROGRAMMES SPÉCIAUX

**Avertissement :** Lors de l'utilisation du programme **Sauces (Sauce)**, utiliser toujours l'autocuiseur **sans couvercle !**

### SAUCE AU FROMAGE



Sauce  
Omáčky

intensité  
Less

temps  
5 min



**Ingédients :** 250 ml de crème à fouetter (33 %), 100 g de fromage à tartiner, 2 cubes de bouillon de viande, 4 gousses d'ail, 2 cuillères de farine fluide, 1 l d'eau

**Préparation :** Mettre un litre d'eau et les cubes de bouillon dans le récipient de cuisson. Lancer le programme **Sauces (Sauce)**, régler l'intensité de cuisson à **Moins (Less)**. Dans un bol, fouetter la crème, le fromage et la farine jusqu'à obtenir une consistance lisse et l'incorporer progressivement au bouillon chauffé en évitant la formation de grumeaux. Lorsque la sauce commence à bouillir, ajouter l'ail pressé et faire cuire en remuant de temps en temps jusqu'à ce que le programme soit terminé. **Bonne astuce :** Avec le programme **Sauces (Sauce)**, il est également possible de préparer des **flans** dans l'autocuiseur électrique.



Slow cook  
Pomalé vaření

## CUISSON LENTE (SLOW COOK)

Programme pour la cuisson lente de la viande, de la volaille, du poisson et des légumes.

### COU DE PORC À LA CRÈME



Fry  
Smažení

intensité  
More



Slow cook  
Pomalé vaření

intensité  
Less

temps  
2 heures

**Ingédients :** 4 tranches de cou de porc, 250 ml de crème à fouetter (33 %), 200 g de fromage dur râpé, un peu de farine fluide, huile pour la friture, sel et poivre

**Préparation :** Attendrir le cou avec un attendrisseur, saler, poivrer et saupoudrer de farine. Mettre l'huile dans le récipient de cuisson, lancer le programme **Friture (Fry)** et régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)**. Faire sauter les tranches de cou de porc des deux côtés dans l'huile chaude, les retirer et arrêter ensuite le programme **Friture (Fry)**. Remettre les tranches de cou sautées dans le récipient de cuisson avec la graisse de la friture. Verser la crème et ajouter suffisamment d'eau pour que la viande soit presque immergée. Fermer l'autocuiseur et lancer le programme **Cuisson lente (Slow cook)**, régler l'intensité de cuisson à **Moins (Less)** et faire cuire le cou de porc à la crème. Saupoudrer le plat fini de fromage râpé.



Fry  
Smažení

## FRITURE (FRY)

Programme pour la friture de plats.

**Avertissement :** Lors d'utilisation du programme **Friture (Fry)**, utiliser toujours l'autocuiseur **sans couvercle !**

### CHOU-FLEUR FRIT



Fry  
Smažení

intensité

More

temps

1 heure



**Ingrédients :** 1 chou-fleur entier, 500 ml d'huile pour la friture, sel

**Ingrédients pour enrober le chou-fleur :** 4 cuillères de lait, 2 à 3 œufs (selon la taille du chou-fleur), farine fluide, chapelure, sel

**Préparation :** Nettoyer et rincer le chou-fleur, le couper en petits morceaux, le saler et l'enrober d'abord de farine fluide, puis d'œufs battus avec un peu de sel et de lait et enfin de chapelure. Mettre 500 ml d'huile dans le récipient de cuisson et lancer le programme **Friture (Fry)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)**. Attendre que l'écran affiche **Hot** et faire frire les morceaux de chou-fleur dans l'huile chaude progressivement par portions (10 à 15 minutes par portion) de tous les côtés.

### GALETTES DE HARICOTS



Fry  
Smažení

intensité

More

**Ingrédients :** 250 g de haricots cuits (environ 2 gobelets doseurs pour riz), 3 œufs, 5 gousses d'ail, 3 cuillères de farine fluide, 1 cuillère à thé de cumin, 1 cuillère à thé de marjolaine, fromage dur râpé pour saupoudrer, huile pour la friture, sel et poivre

**Préparation :** Cuire les haricots à l'avance en utilisant le programme **Légumineuses (Legumes)**. Égoutter les haricots cuits et les mettre au mixeur. Ajouter 3 œufs, 4 gousses d'ail pressées, 3 cuillères de farine fluide, une cuillère à thé de cumin, une cuillère à thé de marjolaine, trois quarts de cuillère à thé de sel et une pincée de poivre. Si le mélange est trop épais, ajouter du lait. Former des boules et les enrober de farine fluide. Verser l'huile dans le récipient de cuisson de manière que tout le fond du récipient soit recouvert, lancer le programme **Friture (Fry)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)** et attendre que l'écran affiche **Hot**. Placer les boules de haricots dans l'huile chaude, les façonner en galettes à l'aide d'une cuillère et les faire frire des deux côtés. Saupoudrer les galettes chaudes badigeonnées d'ail pressé et de sel mélangés à de l'huile et de l'eau de fromage avant de servir.



## CUISSON VAPEUR (STEAM)

Programme pour la cuisson vapeur de la viande, du poisson, des légumes, des pâtes, etc.

**Avvertissement :** Lors de l'utilisation du programme **Cuisson vapeur (Steam)**, utiliser toujours l'autocuiseur avec le **panier vapeur inséré!**

## SALADE DE POMMES DE TERRE AU YAOURT



intensité	pression	temps
Normal	Low	10 min



**Ingédients :** 6 pommes de terre non pelées, 2 carottes, 1 persil, 1 oignon, oignon vert, 1 petit poivron rouge, 2 cornichons, 100 g de yaourt blanc, cuillère de sucre glace, jus d'un demi-citron, sel et poivre

**Préparation :** Placer les pommes de terre non pelées bien lavées, les carottes et le persil nettoyés et l'oignon pelé dans le panier vapeur dans le récipient de cuisson, ajouter 300 ml d'eau et fermer l'autocuiseur. Lancer le programme **Cuisson vapeur (Steam)** et faire cuire les pommes de terre et les légumes à la vapeur. Éplucher les pommes de terre partiellement refroidies et les couper avec les légumes cuits. Ajouter les autres ingrédients finement hachés : oignon vert, poivron rouge et cornichons. Incorporer le yaourt, le sel et le poivre, verser 160 ml de vinaigrette (1 gobelet doseur) préparée avec de l'eau avec une cuillère de sucre et du jus de citron et mélanger légèrement.



## MISE EN CONSERVE (PRESERVING)

Programme pour la mise des fruits, des légumes, de la viande, des champignons et des plats cuisinés en conserve.

## PORC EN CONSERVE



intensité	pression	temps
More	High	1 heure



**Ingédients :** 1 kg de flanc de porc désossé, 1 kg d'épaule de porc, 35 g de sel, poivre selon goût

**Préparation :** Couper le porc en cubes, assaisonner de sel et de poivre, mélanger soigneusement et laisser au réfrigérateur jusqu'au lendemain. Le lendemain, placer le porc dans des bocaux propres avec couvercle. Placer du papier cuisson au fond du récipient de cuisson. Disposer les bocaux fermés sur le papier cuisson et les recouvrir d'eau jusqu'aux trois quarts de leur hauteur. Fermer l'autocuiseur, lancer le programme **Mise en conserve (Preserving)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)** et régler le temps de la phase de **Cuisson (Cooking)** à **1 heure**. Lorsque le programme est terminé, retirer les bocaux du récipient de cuisson et les laisser reposer à température ambiante jusqu'au lendemain. Répéter la mise en conserve le jour suivant.

## MISE EN CONSERVE D'AUTRES ALIMENTS

Pour la mise d'autres aliments en conserve, suivre la même procédure que pour le porc en conserve. Veiller à ce que tous les bocaux placés dans le récipient de cuisson soient immergés dans au moins 3 cm d'eau.

Régler l'intensité et le temps de cuisson pour chaque type d'aliment comme suit (voir tableau) :

Aliment	Intensité de cuisson	Temps de mise en conserve
Baies	Less	5 min
Confitures	Less	5 min
Fruits à noyau	Normal	10 min
Légumes	More	30 min
Champignons	More	15 min
Plats cuisinés	More	30 min
Viande crue	More	60 min

**Bonne astuce :** Avant de commencer à mettre la viande, les saucisses, les pâtés, etc. en conserve, ajouter une cuillère de vinaigre à l'eau dans le récipient de cuisson. Les bocaux contenant des aliments conservés ne seront pas gras après la cuisson et pourront être retirés du récipient de cuisson plus facilement et en toute sécurité.



Cake  
Moučníky

### DESSERTS (CAKE)

Programme pour la cuisson des desserts.

## GÂTEAU AU PAVOT



Cake  
Moučníky

intensité  
More

pression  
High

temps  
1 heure



**Ingrédients :** 200 g de graines de pavot moulues, 200 g de farine fluide, 200 g de sucre semoule, 200 ml de lait demi-écrémé, 100 ml d'huile de tournesol, 2 œufs, 40 g de sucre vanillé, 12 g de levure chimique, une cuillère à thé de cannelle, le zeste d'un citron, une pincée de sel

**Préparation :** Enduire le fond du récipient de cuisson de beurre et le couvrir de papier cuisson. Mélanger tous les ingrédients secs, y compris le zeste de citron, et préparer la pâte en ajoutant le lait, l'huile et les œufs et bien mélanger. Verser le mélange dans le récipient de cuisson avec le papier cuisson inséré et fermer l'autocuiseur. Lancer le programme **Desserts (Cake)**, régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)** et faire cuire le gâteau au pavot. Lorsque la cuisson est terminée, laisser le gâteau refroidir dans le récipient de cuisson, puis le retirer délicatement.



Yogurt  
Jogurt

## YAOURT (YOGURT)

Programme pour la préparation du yaourt maison.

**Avertissement :** Lors de l'utilisation du programme **Yaourt (Yogurt)**, utiliser toujours l'autocuiseur avec la commande de pression réglée à l'**Évacuation de la vapeur (Venting)**.

### YAOURT MAISON

---

#### Phase de pasteurisation du lait



intensité  
More

degré  
boil

#### Phase de fabrication du yaourt



intensité  
Normal

temps  
8 heures



**Ingrédients :** 1 litre de lait entier, 180 g de yaourt blanc de haute qualité avec une proportion plus élevée de culture de yaourt

**Phase de pasteurisation du lait :** Verser un litre de lait dans le récipient de cuisson, mettre le récipient dans l'autocuiseur et le fermer avec le couvercle. Régler la commande de pression à l'**Évacuation de la vapeur (Venting)**. Lancer le programme **Yaourt (Yogurt)** et régler l'intensité de cuisson à **Plus (More)**. L'écran affichera boil et le lait sera chauffé et pasteurisé dans l'autocuiseur pendant environ 20 minutes. Lorsque la pasteurisation est terminée, l'écran affichera brièvement **Yogt** et le programme se terminera.

**Ajout du yaourt au lait pasteurisé :** Lorsque la pasteurisation est terminée, retirer le couvercle, mesurer la température du lait et la laisser descendre à 40 °C dans le récipient de cuisson. Lorsque la température atteint 40 °C (ou moins), ajouter le yaourt blanc de bonne qualité au lait pasteurisé, bien mélanger et fermer l'autocuiseur.

**Phase de fabrication du yaourt :** Lancer le programme **Yaourt (Yogurt)** et préparer le yaourt dans l'autocuiseur. Lorsque le temps réglé par le programme est écoulé, la préparation se termine. Répartir le yaourt dans des pots stérilisés, les fermer avec un couvercle et les laisser reposer à température ambiante jusqu'au lendemain. Conserver ensuite le yaourt maison au réfrigérateur. **Bonne astuce :** Si vous souhaitez préparer un yaourt d'une autre consistance, vous pouvez arrêter la préparation dans le programme **Yaourt (Yogurt)** après 4 heures.

**Avertissement :** Dans le programme **Yaourt (Yogurt)**, le temps affiché à l'écran sera ajoutée.

## ELEKTRYCZNY SZYBKOWAR PRESIDENT

### CHARAKTERYSTYKA

Elektryczny szybkowar PRESIDENT umożliwi szybkie, bezpieczne, wygodne i oszczędne przygotowywanie wielu popularnych potraw. Został wyposażony w PROGRAMY DO GÓTOWANIA POD CIŚNIENIEM: drób, mięso/duszenie, rośliny strączkowe, ryż, dodatki do dań, zupy, owsianki i PROGRAMY SPECJALNE: sosy, powolne gotowanie, smażenie, gotowanie na parze, pasteryzacja, ciasta, jogurt. Podczas gotowania w programach ciśnieniowych można wybrać niskie lub wysokie ciśnienie robocze, a we wszystkich programach można dostosować intensywność i czas gotowania. Dzięki funkcji **Utrzymywania temperatury serwowania** nie ma potrzeby ponownego podgrzewania potraw przygotowanych w Elektrycznym szybkowarze PRESIDENT przed ich późniejszym podaniem.

### PROGRAMY CIŚNIENIA



Poultry  
Drubeż

### DRÓB (POULTRY)

Program obróbki termicznej drobiu.

### MARYNOWANY KURCZAK



Fry  
Smażeni

intensywność

More



Poultry  
Drubeż

intensywność

More

ciśnienie

High

czas

35 min.

**Składniki:** 1 cały kurczak, 3 plasterki masła, 2 łyżki wody

**Składniki na marynatę:** 1 łyżka vegety, 1 łyżka oleju, 1 łyżka sosu sojowego, 2 łyżki słodkiego sosu chilli, sól i pieprz

**Przygotowanie:** Wszystkie składniki na marynatę należy wymieszać. Kurczaka należy umyć, posolić, wetrzeć w niego marynatę i pozostawić do marynowania w zamkniętym naczyniu w lodówce przez 24 godziny. Należy włączyć program **Smażenie (Fry)**, do naczynia do gotowania włożyć trzy plasterki masła, a po jego rozgrzaniu podsmażyć całego kurczaka. Należy dodać dwie łyżki wody i zamknąć szybkowar. Należy włączyć program Drób (Poultry), ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)**, a czas fazy **Gotowanie (Cooking)** ustawić na **35 min.** Po ukończeniu fazy gotowania marynowany kurczak jest gotowy do podania.



## MIĘSO/DUSZENIE (MEAT/STEW)

Program obróbki termicznej wołowego, wieprzowego, drobiowego i jagnięcego mięsa, dziczyzny itd.

### GULASZ WOŁOWY



intensywność

More



intensywność

Normal

ciśnienie

High

czas

35 min.



**Składniki:** 1 kg mięsa wołowego na gulasz, 800 g pokrojonej cebuli, 100 g smalcu wieprzowego, 200 ml oleju, 6 ząbków czosnku, 1 łyżka kminku, 1 łyżka mąki tortowej, 1 łyżka słodkiej mielonej papryki, 2 łyżeczki majeranku, 2 liście laurowe, 2 łyżeczki soli, 1 łyżeczka cukru pudru, mielony pieprz

**Przygotowanie:** Do naczynia należy wlać 100 ml oleju, dodać smalec oraz pokrojoną cebulę. Włączyć program **Smażenie (Fry)**, intensywność gotowania ustawić na **Wyższa (More)**. Po usmażeniu cebulę należy wyjąć i odłożyć na bok. Do naczynia do gotowania należy dodać pozostałe 100 ml oleju i poczekać, aż się rozgrzeje. Posypane kminkiem mięso należy pokroić na kawałki o wielkości ok. 3 x 3 cm i podsmażyć na rozgrzanym oleju, posypać papryką, doprawić solą oraz pieprzem i dodać wcześniej przesmażoną cebulę. Do 500 ml wody należy wmieszać łyżkę mąki i całość dodać do podsmażonego mięsa. Wszystko należy dokładnie wymieszać i zakończyć program **Smażenie (Fry)**. Do podsmażonego mięsa należy dodać liść laurowy i przeciśnięty czosnek. Szybkowar należy zamknąć pokrywą, włączyć program **Mięso/Duszenie (Meat/Stew)** i ugotować gulasz. Po ukończeniu fazy **Gotowanie (Cooking)** szybkowar należy otworzyć, a gulasz przed podaniem doprawić majerankiem i cukrem.







## ROŚLINY STRĄCZKOWE (LEGUMES)

Program do przygotowywania gotowanej fasoli, soczewicy, grochu, ciecierzycy itp.

**Ostrzeżenie:** Podczas przygotowywania warzyw strączkowych w Elektrycznym szybkowarze PRESIDENT, należy napęścić naczynie do gotowania żywnością wraz z wodą w ilości **nie większej niż jedna trzecia objętości naczynia!**

### SOCZEWICA



<b>intensywność</b>	<b>ciśnienie</b>	<b>czas</b>
Normal	High	5 min.



**Przygotowanie:** Soczewicę należy opłukać pod bieżącą wodą i namoczyć przez godzinę w zimnej wodzie. Następnie soczewicę należy ponownie opłukać, włożyć do naczynia do gotowania i zalać wodą w proporcji 1 : 1. Szybkowar należy zamknąć, włączyć program **Rośliny strączkowe (Legumes)**, ustawić czas fazy **Gotowanie (Cooking)** na 5 minut i ugotować soczewicę.

### GROCH



<b>intensywność</b>	<b>ciśnienie</b>	<b>czas</b>
Normal	High	10 min.



**Przygotowanie:** Groch należy opłukać pod bieżącą wodą i namoczyć przez 6 godzin w zimnej wodzie. Następnie groch należy ponownie opłukać, włożyć do naczynia do gotowania i zalać wodą w proporcji 1 : 1. Szybkowar należy zamknąć, włączyć program **Rośliny strączkowe (Legumes)**, ustawić czas fazy **Gotowanie (Cooking)** na 10 minut i ugotować groch.

### FASOLA



<b>intensywność</b>	<b>ciśnienie</b>	<b>czas</b>
Normal	High	30 min.



**Przygotowanie:** Fasolę należy opłukać i namoczyć przez noc w zimnej wodzie. Następnie fasolę należy ponownie opłukać, włożyć do naczynia do gotowania i zalać wodą w proporcji 1 : 1. Szybkowar należy zamknąć, włączyć program **Rośliny strączkowe (Legumes)** i ugotować fasolę.

### CIECIERZYCA



<b>intensywność</b>	<b>ciśnienie</b>	<b>czas</b>
More	High	40 min.



**Przygotowanie:** Ciecierzycę należy opłukać i namoczyć przez noc w zimnej wodzie. Następnie ciecierzycę należy ponownie opłukać, włożyć do naczynia do gotowania i zalać wodą w proporcji 1 : 2 (ciecierzyca : woda). Szybkowar należy zamknąć, włączyć program **Rośliny strączkowe (Legumes)**, ustawić intensywność gotowania na **Wyższą (More)** i ugotować ciecierzycę.



Rice  
Ryże

## RYŻ (RICE)

Program do przygotowywania ryżu.

### DUSZONY RYŻ



Rice  
Ryże

intensywność  
Normal

ciśnienie  
Low

czas  
12 min.



**Przygotowanie:** Do naczynia do gotowania należy wsypać od 4 do 16 miarek ryżu, kilkakrotnie go opłukać i odcedzić. Należy dodać potrzebną ilość wody tak, aby jej powierzchnia osiągała do linii odpowiadającej ilości wsypanych miarek ryżu po prawej stronie podziałki (**cup**). Ryż należy posolić według potrzeby i przemieszać łyżką do ryżu. Szybkowar należy zamknąć, włączyć program **Ryż (Rice)** i ugotować żywność. **Wskazówka:** Aby przygotować twardszy ryż ugotowany na stopień „al dente”, należy ustawić intensywność gotowania na **Niższa (Less)**, aby ugotować bardziej miękkiego ryż, należy ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)**, patrz tabela z wykazem programów w Instrukcji użytkownika.

### RISOTTO PIECZARKOWE



Fry  
Smażenie

intensywność  
Less



Rice  
Ryże

intensywność  
More

ciśnienie  
Low

czas  
15 min.

**Składniki:** 4 miarki ryżu, 4 duże pokrojone pieczarki, 1 drobno pokrojona cebula, 2 ząbki czosnku, 30 ml oliwy z oliwek, 30 g masła, mocny bulion warzywny, świeże listki tymianku, drobno starty parmezan

**Przygotowanie:** Do naczynia należy dodać drobno pokrojoną cebulę, przeciśnięty czosnek, masło i olej. Należy włączyć program **Smażenie (Fry)**, intensywność ustawić na **Niższa (Less)** i lekko podsmażyć cebulę z czosnkiem. Dodać opłukany ryż, pokrojone pieczarki i uzupełnić bulionem do linii **cup 4**. Należy dobrze wymieszać składniki w naczyniu, a następnie zamknąć szybkowar. Włączyć program **Ryż (Rice)**, ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)** i ugotować risotto. Przed podaniem ozdobić risotto listkami świeżego tymianku i drobno startym parmezanem.





Side dish  
Přílohy

## DODATKI DO DAŃ (SIDE DISH)

Program do przygotowywania gotowanych ziemniaków, batatów, warzyw, makaronu itp.

### ZIEMNIAKI



Side dish  
Přílohy

intensywność

Less

ciśnienie

High

czas

2 min.



Ziemniaki w naczyniu do gotowania należy zalać wodą i posolić. Włączyć program **Dodatki do dań (Side dish)**, ustawić intensywność gotowania na **Niższa (Less)** i ugotować ziemniaki. **Ostrzeżenie:** Czas przygotowywania można wydłużyć w zależności od rodzaju przygotowywanych ziemniaków.

### MAKARON



Side dish  
Přílohy

intensywność

Normal

ciśnienie

High

czas

połowa zwykłego czasu



Makaron w naczyniu do gotowania należy zalać wodą do około 1 cm nad jego powierzchnią i posolić. Włączyć program **Dodatki do dań (Side dish)**, ustawić czas fazy **Gotowanie (Cooking)** na **połowę czasu** zalecanego przez producenta makaronu, a następnie ugotować makaron.

### BULGUR



Side dish  
Přílohy

intensywność

More

ciśnienie

High

czas

10 min.



Należy wsypać bulgur do garnka, zalać go bulionem w proporcji 1 : 2 (bulgur : bulion). Włączyć program **Dodatki do dań (Side dish)**, ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)**, czas fazy **Gotowanie (Cooking)** zmienić na **10 min.** i ugotować bulgur.



Soup  
Polévky

## ZUPY (SOUP)

Program do przygotowywania bulionów oraz mięsnych i warzywnych zup.

**Ostrzeżenie:** Podczas przygotowywania zup, które pienią się w czasie gotowania, należy napełnić naczynie do gotowania **maksymalnie do połowy jego objętości!**

## ROSÓŁ WOŁOWY



Soup  
Polévky

intensywność

More

ciśnienie

High

czas

1:30 godz.



**Składniki:** 1 kg mięsa wołowego, 2 kości szpikowe, 2 l wody, 2 marchewki, 1 pietruszka, 100 g selera, 10 cm pora, 3 liście laurowe, 4 ziarenka ziela angielskiego, 8 ziarenek czarnego pieprzu, sól

**Przygotowanie:** Wszystkie składniki należy włożyć do naczynia do gotowania. Włączyć program **Zupy (Soup)**, ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)** i ugotować rosół wołowy. **Wskazówka:** Aby przygotować rosół wołowy o jeszcze bardziej intensywnym i delikatnym smaku, zachowując przy tym cenne substancje odżywcze, zamiast programu **Zupy (Soup)** należy wybrać program **Powolne gotowanie (Slow cook)**.

## ZUPA GULASZOWA



Fry  
Smažení

intensywność

More



Soup  
Polévky

intensywność

Normal

ciśnienie

High

czas

30 min.

**Składniki:** 400 g karkówki wieprzowej, 400 g ziemniaków, 1 l bulionu warzywnego lub wody, 1 słodka czerwona papryka (Kapia), 1 marchew pokrojona w kostkę, 1 drobno pokrojona cebula, 1 łodyga selera naciowego pokrojona w kostkę, 25 g mielonej słodkiej papryki, 3 liście laurowe, 2 łyżki przecieru pomidorowego, 2 łyżki smalcu, 1 łyżeczka mielonego kminku, czosnek i majeranek do smaku, sól i pieprz

**Przygotowanie:** Smalec należy włożyć do naczynia do gotowania i włączyć program **Smażenie (Fry)**, ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)**. Na gorącym smalcu zeszklić cebulę i kminek, dodać pokrojone warzywa i smażyć, aż osiągną złotą barwę. Następnie należy krótko podsmażyć doprawione solą i pieprzem, pokrojone na małe kawałki mięso, dodać przecier, wsypać paprykę i krótko podsmażyć. Na koniec należy dolać bulion, doprawić solą i pieprzem, dodać liść laurowy, czosnek, majeranek i zamknąć szybkiwar. Włączyć program **Zupy (Soup)** i ugotować zupę gulaszową.



Porridge  
Kaše

## OWSIANKI (PORRIDGE)

Program do przygotowywania owsianek.

### GRYCZANKA



Porridge  
Kaše

intensywność  
Normal

ciśnienie  
High

czas  
20 min.



**Składniki:** 250 g łuskanej kaszy gryczanej (2 miarki na ryż), 160 ml mleka (1 miarka), 40 ml syropu klonowego, 2 łyżki wiórków kokosowych, 20 g cukru waniliowego, łyżeczka mielonego cynamonu, 2 szczypty soli

**Przygotowanie:** Dokładnie wypłukaną kaszę należy zalać w naczyniu do gotowania 4 miarkami wody. Włączyć program **Owsianki (Porridge)** i ugotować kaszę gryczaną. Po ukończeniu fazy **Gotowanie (Cooking)** należy otworzyć szybkiwar i dodać do ugotowanej kaszy pozostałe składniki. Dokładnie wymieszać i podawać w miseczkach. Gryczankę podawać ozdobioną owocami, czekoladą, kakao lub cynamonem i delikatnie polaną rozpuszczonym masłem. **Wskazówka:** W ten sposób, co gryczankę, w elektrycznym szybkiwarze można przygotować również **jaglankę** (przed ugotowaniem kaszy jaglanej należy ją sparzyć gorącą wodą).

### OWSIANKA



Porridge  
Kaše

intensywność  
Less

ciśnienie  
High

czas  
5 min.



**Składniki:** 200 g płatków owsianych (2 miarki), 160 ml mleka (1 miarka), 20 g cukru waniliowego, 50 g masła, łyżka miodu, sól

**Przygotowanie:** Do naczynia do gotowania należy dodać 2 miarki płatków owsianych i 4 miarki wody. Należy zamknąć szybkiwar, włączyć program **Owsianki (Porridge)**, ustawić intensywność gotowania na **Niższa (Less)** i ugotować płatki owsiane. Po ukończeniu fazy **Gotowanie (Cooking)** otworzyć szybkiwar, dodać 50 g masła, łyżkę miodu, 1 miarkę mleka, cukier waniliowy i 2 szczypty soli. Wszystko należy dokładnie wymieszać i podawać w miseczkach ozdobione suszonymi owocami. **Wskazówka:** W ten sam sposób, co owsiankę, można przygotować **gryczankę z płatków gryczanych**.



Sauce  
Omáčky

## SOSY (SAUCE)

Program do przygotowywania sosów, polew itp.

**Ostrzeżenie:** W programie **Sosy (Sauce)** należy używać szybkowaru zawsze **bez nałożonej pokrywy!**

PROGRAMY SPECJALNE

## SOS SEROWY



Sauce  
Omáčky

intensywność

Less

czas

5 min.



**Składniki:** 250 ml śmietany kremówki (30% tłuszczu), 100 g sera topionego, 2 mięsne kostki rosółowe, 4 ząbki czosnku, 2 łyżki mąki tortowej, 1 l wody

**Przygotowanie:** Do naczynia do gotowania należy dodać litr wody i bulion. Włączyć program **Sosy (Sauce)**, ustawić intensywność gotowania na **Niższa (Less)**. W misce należy ubić na gładką masę śmietaną, ser oraz mąkę i stopniowo mieszać z podgrzewanym bulionem tak, aby nie powstały grudki. Gdy sos zacznie wrzeć, należy dodać przeciśnięty czosnek i jednocześnie mieszając gotować do momentu ukończenia programu. **Wskazówka:** Z programem **Sosy (Sauce)** można przygotowywać w elektrycznym szybkowarze także **mleczne budynie**.



Slow cook  
Pomale vaření

## POWOLNE GOTOWANIE (SLOW COOK)

Program do powolnej obróbki ciepłej mięsa, drobiu, ryb i warzyw.

## KARKÓWKA WIEPRZOWA NA ŚMIETANIE



Fry  
Smažení

intensywność

More



Slow cook  
Pomale vaření

intensywność

Less

czas

2 godz.

**Składniki:** 4 plastry karkówki wieprzowej, 250 ml śmietanki kremówki (30% tłuszczu), 200 g tartego twardego sera, odrobina mąki tortowej, olej do smażenia, sól i pieprz

**Przygotowanie:** Karkówkę należy rozbić tłuczkiem do mięsa, przyprawić solą oraz pieprzem i oprószyć mąką. Do naczynia do gotowania należy dodać olej, włączyć program **Smażenie (Fry)** i ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)**. Na rozgrzanym oleju należy stopniowo smażyć plastry karkówki z obu stron, a po ich usmażeniu zakończyć program **Smażenie (Fry)**. Należy włożyć usmażone plastry karkówki z powrotem do naczynia do gotowania z tłuszczem ze smażenia. Zalać karkówkę śmietaną i dodać tyle wody, aby mięso było prawie zanurzone. Należy zamknąć szybkowar i włączyć program **Powolne gotowanie (Slow cook)**, ustawić intensywność gotowania na **Niższa (Less)** i ugotować karkówkę na śmietanie. Następnie posypać potrawę na talerzu startym serem.



Fry  
Smażenie

## SMAŻENIE (FRY)

Program do przygotowywania smażonych potraw.

**Ostrzeżenie:** W programie Smażenie należy używać szybkowaru zawsze **bez nałożonej pokrywy!**

### SMAŻONY KALAFIOR



Fry  
Smażenie

intensywność

More

czas

1 godz.



**Składniki:** 1 cały kalafior, 500 ml oleju do smażenia, sól

**Składniki na panierkę:** 4 łyżki mleka, 2 do 3 jajka (w zależności od wielkości kalafiora), mąka tortowa, bułka tarta, sól

**Przygotowanie:** Kalafior oczyścić, umyć, podzielić na małe różyczki, posolić i opanierować: najpierw w mące tortowej, potem w roztrzepanych jajkach z odrobiną soli i mleka, a na koniec w bułce tartej. Do naczynia do gotowania należy wlać 500 ml oleju i włączyć program **Smażenie (Fry)**, ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)**. Należy zaczekać, aż na wyświetlaczu pojawi się napis **Hot**, a następnie na rozgrzanym oleju smażyć porcjami różyczki kalafiora (każda porcja 10 do 15 minut) ze wszystkich stron.

### PLACUSZKI FASOŁOWE



Fry  
Smażenie

intensywność

More

**Składniki:** 250 g gotowanej fasoli (około 2 miarki na ryż), 3 jajka, 5 ząbków czosnku, 3 łyżki stołowe mąki tortowej,

1 łyżka kminku, 1 łyżka majeranku, tarty twarde ser do posypania, olej do smażenia, sól i pieprz

**Przygotowanie:** Fasolę należy ugotować z wyprzedzeniem w programie **Rośliny strączkowe (Legumes)**. Ugotowaną fasolę odcedzić i włożyć do miksera. Dodać 3 jajka, 4 ząbki przeciśniętego czosnku, 3 łyżki mąki tortowej, łyżeczkę kminku, łyżeczkę majeranku, trzy czwarte łyżeczki soli i szczyptę pieprzu. Wszystko zmiksować, jeśli masa jest zbyt gęsta, należy rozrzedzić ją mlekiem. Z mieszanki utworzyć kulki, a następnie obtoczyć je w mące tortowej. Do naczynia do gotowania należy wlać tyle oleju, aby całe dno naczynia było przykryte, włączyć program **Smażenie (Fry)**, ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)** i odczekać, aż na wyświetlaczu pojawi się napis **Hot**. Fasolowe kulki należy wkładać do gorącego oleju i za pomocą łyżki formować z nich placuszki, a następnie smażyć je z dwóch stron. Gorące placuszki posmarowane rozgniecionym czosnkiem z solą, zmieszany z olejem i wodą należy przed podaniem posypać serem.



## GOTOWANIE NA PARZE (STEAM)

Program do przygotowywania mięsa, ryb, warzyw, potraw z ciast itp. na parze.

**Ostrzeżenie:** W programie **Gotowanie (Steam)** na parze należy używać szybkaru zawsze z **włożonym sitem do gotowania na parze!**

## SAŁATKA ZIEMNIACZANA Z JOGURTEM



intensywność	ciśnienie	czas
Normal	Low	10 min.



**Składniki:** 6 nieobranych ziemniaków, 2 marchewki, 1 pietruszka, 1 cebula, 1 cebula dymka, 1 mniejsza czerwona papryka, 2 ogórki konserwowe, 100 g jogurtu naturalnego, łyżka cukru pudru, sok z połowy cytryny, sól i pieprz

**Przygotowanie:** Dobrze umyte, nieobrane ziemniaki oraz oczyszczoną i obraną cebulę należy włożyć w sicie do gotowania na parze do naczynia do gotowania, dodać 300 ml wody i zamknąć szybkaru. Włączyć program **Gotowanie na parze (Steam)** i ugotować na parze ziemniaki z warzywami. Częściowo ostudzone ziemniaki należy obrać i pokroić razem z ugotowanymi warzywami. Dodać kolejne drobno pokrojone składniki: cebulkę dymkę, czerwoną paprykę i ogórki konserwowe. Należy wmieszać jogurt, sól i pieprz, zalać 160 ml dressingu (1 miarka) przygotowanego z wody z łyżką cukru oraz sokiem z cytryny i lekko wymieszać.



## PASTERYZACJA (PRESERVING)

Program do pasteryzowania owoców, warzyw, mięsa, grzybów i gotowych potraw.

## PASTERYZOWANE MIĘSO WIEPRZOWE



intensywność	ciśnienie	czas
More	High	1 godz.



**Składniki:** 1 kg schabu wieprzowego bez kości, 1 kg łopatkki wieprzowej, 35 g soli, pieprz do smaku

**Przygotowanie:** Mięso wieprzowe należy pokroić w kostkę, doprawić solą i pieprzem, dokładnie wymieszać i odstawić do lodówki do następnego dnia. Następnego dnia włożyć do czystych słoików na przetwory i zamknąć je wieczkiem. Na dno naczynia do gotowania włożyć papier do pieczenia. Zamknięte słoiki należy umieścić na papierze do pieczenia i wypełnić naczynie do trzech czwartych ich wysokości. Należy zamknąć szybkaru, włączyć program **Pasteryzacja (Preserving)**, ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)** i zmienić czas fazy **Gotowanie (Cooking)** na **1:00 godz.** Po zakończeniu programu należy wyjąć słoiki z naczynia do gotowania, a następnie pozostawić je do następnego dnia w temperaturze pokojowej. Następnego dnia powtórzyć pasteryzację.



## PASTERYZACJA ŻYWNOSCI INNEGO RODZAJU

Podczas pasteryzowania żywności innego rodzaju należy postępować podobnie, jak w przypadku pasteryzowania mięsa wieprzowego. Należy zadbać, aby wszystkie słoiki włożone do naczynia do gotowania były zanurzone na przynajmniej 3 cm w wodzie. Intensywność i czas pasteryzacji dla każdego rodzaju żywności należy nastawić w następujący sposób (patrz tabela):

Żywność	Intensywność gotowania	Czas pasteryzowania
Owoce leśne	Less	5 min.
Dżemy	Less	5 min.
Owoce pestkowe	Normal	10 min.
Warzywa	More	30 min.
Grzyby	More	15 min.
Gotowe potrawy	More	30 min.
Surowe mięso	More	60 min.

**Wskazówka:** Przed rozpoczęciem pasteryzowania mięsa, wędlin, pasztetów itp. do wody w naczyniu do gotowania należy dodać łyżkę octu. Słoiki z żywnością poddaną pasteryzacji nie będą tłuste po zakończeniu gotowania, łatwiej i bezpieczniej wyjąć je z naczynia do gotowania.



Cake  
Moučňníky

### CIASTA (CAKE)

Program do przygotowywania ciast.

## MAKOWIEC



Cake  
Moučňníky

intensywność  
More

ciśnienie  
High

czas  
1 godz.



**Składniki:** 200 g mielonego maku, 200 g mąki tortowej, 200 g drobnego cukru, 200 ml półtłustego mleka, 100 ml oleju słonecznikowego, 2 jajka, 40 g cukru wanilowego, 12 g proszku do pieczenia, łyżeczka cynamonu, skórka z jednej cytryny, szczypta soli

**Przygotowanie:** Należy natłuścić dno naczynia do gotowania masłem i położyć na nie okrągły kawałek arkusz do pieczenia. Wszystkie sypkie składniki włącznie ze skórką z cytryny należy wymieszać w misce na ciasto, dodać mleko, olej i jajka, a następnie wszystko dokładnie wymieszać. Mieszanke należy wlać do naczynia do gotowania wyłożonego papierem do pieczenia i zamknąć szybkar. Włączyć program **Ciasta (Cake)**, ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)** i upiec makowiec. Po zakończeniu pieczenia należy pozostawić makowiec w naczyniu do gotowania do ostygnięcia, a następnie ostrożnie go wyjąć.



**Yogurt  
Jogurt**

## JOGURT (YOGURT)

Program do przygotowywania domowego jogurtu.

**Ostrzeżenie:** W programie **Jogurt (Yogurt)** należy używać szybkowaru z regulatorem ciśnienia roboczego ustawionym zawsze w pozycji do **Wypuszczenia pary (Venting)**.

## DOMOWY JOGURT

### Faza pasteryzacja mleka



Yogurt  
Jogurt

**intensywność**

More

**stopień**

boil



### Etapy przygotowywania jogurtu



Yogurt  
Jogurt

**intensywność**

Normal

**czas**

8 godz.

**Składniki:** 1 l pełnotłustego mleka, 180 g wysokiej jakości jogurtu naturalnego o wyższej zawartości jogurtowych kultur bakterii

**Etap pasteryzacji mleka:** Naczynie do gotowania z litrem mleka należy włożyć do szybkowaru i zamknąć go pokrywą. Regulator ciśnienia należy ustawić w pozycji do **Wypuszczenia pary (Venting)**. Włączyć program **Jogurt (Yogurt)** i ustawić intensywność gotowania na **Wyższa (More)**. Na wyświetlaczu pojawi się napis **boil**, a mleko będzie się podgrzewać i pasteryzować w szybkowarze przez około 20 minut. Po zakończeniu pasteryzacji na wyświetlaczu na krótką chwilę pokaże się napis **Yogt** i program zakończy się.

**Dodanie jogurtu do mleka pasteryzowanego:** Po zakończeniu pasteryzacji należy zdjąć pokrywę, zmierzyć temperaturę mleka i pozostawić je w naczyniu do gotowania aż jego temperatura spadnie do 40 °C. Dopiero po osiągnięciu temperatury 40 °C (lub niższej) należy dodać do pasteryzowanego mleka dobrej jakości jogurt naturalny, dobrze je wymieszać, a szybkowar zamknąć.

**Etapy przygotowywania jogurtu:** Włączyć program **Jogurt (Yogurt)** i przygotować go w szybkowarze. Po upływie czasu określonego przez program, przygotowanie zakończy się. Jogurt należy rozdzielić do wyparzonych słoików, zamknąć je wieczkami i odstawić w temperaturze pokojowej do następnego dnia. Następnie domowy jogurt należy przechowywać w lodówce.

**Wskazówka:** Jeśli chcesz przygotować jogurt o innej konsystencji, możesz zakończyć jego przygotowywanie już po 4 godzinach.

**Ostrzeżenie:** W programie **Jogurt (Yogurt)** czas pojawiający się na wyświetlaczu będzie dodawany.

## ELEKTRICKÝ TLAKOVÝ HRNIEC PRESIDENT

### CHARAKTERISTIKA

Elektrický tlakový hrniec PRESIDENT umožňuje rýchlu, bezpečnú, komfortnú a úspornú prípravu radu obľúbených pokrmov. Je vybavený PROGRAMAMI PRE TLAKOVÉ VARENIE: hydina, mäso/dusenie, strukoviny, ryža, prílohy, polievky, kaše, a ŠPECIÁLNYMI PROGRAMAMI: omáčky, pomalé varenie, vyprážanie, naparovanie, zaváranie, múčniky, jogurt. Pri varení s tlakovými programami možno zvoliť nízky alebo vysoký pracovný tlak, pri použití všetkých programov možno upraviť intenzitu aj dobu varenia. Vďaka funkcii **Udržiavania servírovej teploty** nemusíte pokrmy pripravené v Elektrickom tlakovom hrnci PRESIDENT pred neskorším podávaním znovu ohrievať.

### TLAKOVÉ PROGRAMY



Poultry  
Drúbež

### HYDINA (POULTRY)

Program na tepelnú úpravu hydiny.

### MARINOVANÉ KURČA



Fry  
Smaženie

intenzita

More



Poultry  
Drúbež

intenzita

More

tlak

High

doba

35 min.



**Ingrediencie:** 1 celé kurča, 3 plátky masla, 2 lyžice vody

**Ingrediencie na marinádu:** 1 lyžica vegety, 1 lyžica oleja, 1 lyžica sójovej omáčky, 2 lyžice sladkej chilli omáčky, soľ, korenie

**Postup:** Všetky ingrediencie na marinádu zmiešajte. Kurča umyte, osolte, votrite do neho marinádu a nechajte marinovať v uzavretej nádobe v chladničke 24 hodín. Spustíte program **Vyprážanie (Fry)**, do varnej misy vložte tri plátky masla a po jeho rozohriatí celé kurča orestujte. Pridajte dve lyžice vody a tlakový hrniec uzavrite. Spustíte program **Hydina (Poultry)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)** a dobu fázy **Varenia (Cooking)** upravte na **35 min.** Po ukončení fázy varenia je marinované kurča pripravené na podávanie.



## MÄSO/DUSENIE (MEAT/STEW)

Program na tepelnú úpravu hovädzieho, bravčového, hydinového a jahňacieho mäsa, zveriny atď.

### HOVÄDZÍ GULÁŠ



intenzita

More



intenzita

Normal

tlak

High

doba

35 min.



**Ingrediencie:** 1 kg hovädzieho mäsa na guláš, 800 g nakrájanej cibule, 100 g bravčovej masti, 200 ml oleja, 6 strúčikov cesnaku, 1 lyžica rasce, 1 lyžica hladkej múky, 1 lyžica mletej sladkej papriky, 2 lyžičky majoránky, 2 bobkové listy, 2 lyžičky soli, 1 lyžička práškového cukru, mleté korenie

**Postup:** Do varnej misy nalejte 100 ml oleja, pridajte masť a nakrájanú cibuľu. Spustíte program **Vyprážanie (Fry)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)**. Po opražení cibule vyberte a uložte bokom. Do varnej misy dajte zvyšných 100 ml oleja a počkajte, až sa zohreje. Mäso posypané rascou nakrájané na veľkosť cca 3 x 3 cm orestujte v rozpálenom oleji, popraste paprikou, osolte, okoreňte a pridajte opraženú cibuľu. V 500 ml vody rozšľahajte lyžicu múky a pridajte ju k orestovanému mäsu. Zmes dôkladne premiešajte a program **Vyprážanie (Fry)** ukončíte. K orestovanému mäsu pridajte bobkový list a prelisovaný cesnak. Tlakový hrniec uzavrite vekom, spustíte program **Mäso/Dusenie (Meat/Stew)** a guláš uvaríte.

Po ukončení fázy **Varenia (Cooking)** tlakový hrniec otvorte a guláš pred podávaním dochutíte majoránkou a cukrom.





## STRUKOVINY (LEGUMES)

Program na prípravu varenej fazule, šošovice, hrachu, cíceru atď.

**Upozornenie:** Na prípravu strukovín v Elektrickom tlakovom hrnci PRESIDENT plňte varnú misu pokrmom vrátane vody **najviac do tretiny objemu varnej misy!**

### ŠOŠOVICA



**intenzita**  
Normal

**tlak**  
High

**doba**  
5 min.



**Postup:** Šošovicu prepláchnite a namočte hodinu vopred v studenej vode. Potom šošovicu opäť prepláchnite, dajte do varnej misy a zalejte vodou v pomere 1 : 1. Tlakový hrniec uzavrite, zapnite program **Strukoviny (Legumes)**, dobu fázy **Varenia (Cooking)** upravte na 5 minút a šošovicu uvarte.

### HRACH



**intenzita**  
Normal

**tlak**  
High

**doba**  
10 min.



**Postup:** Hrach prepláchnite a namočte 6 hodín vopred v studenej vode. Potom hrach opäť prepláchnite, dajte do varnej misy a zalejte vodou v pomere 1 : 1. Tlakový hrniec uzavrite, spustíte program **Strukoviny (Legumes)**, dobu fázy **Varenia (Cooking)** upravte na 10 minút a hrach uvarte.

### FAZUĽA



**intenzita**  
Normal

**tlak**  
High

**doba**  
30 min.



**Postup:** Fazuľu prepláchnite a namočte cez noc v studenej vode. Potom fazuľu opäť prepláchnite, dajte do varnej misy a zalejte vodou v pomere 1 : 1. Tlakový hrniec uzavrite, spustíte program **Strukoviny (Legumes)** a fazuľu uvarte.

### CÍČER



**intenzita**  
More

**tlak**  
High

**doba**  
40 min.



**Postup:** Cícer prepláchnite a namočte cez noc v studenej vode. Potom cícer opäť prepláchnite, dajte do varnej misy a zalejte vodou v pomere 1 : 2 (cícer : voda). Tlakový hrniec uzavrite, spustíte program **Strukoviny (Legumes)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)** a cícer uvarte.



## RYŽA (RICE)

Program na prípravu ryže.

### DUSENÁ RYŽA



**intenzita**  
Normal

**tlak**  
Low

**doba**  
12 min.



**Postup:** Do varnej misy dajte 4 až 16 odmeriek ryže, niekoľkokrát ju prepláchnite vodou a zlejte. Pridajte potrebné množstvo vody tak, aby jej hladina dosahovala po rysku zodpovedajúcej počtu vložených odmeriek ryže v pravej časti stupnice (**cup**). Ryžu podľa potreby osolte a naberačkou na ryžu premiešajte. Tlakový hrniec uzavrite, spustíte program **Ryže (Rice)** a pokrm uvarte. **Dobry tip:** Pre tvrdšiu ryžu varenú na stupeň „al dente“ (tzv. na skús) nastavte intenzitu varenia na **Nižšia (Less)**, pre mäkšiu ryžu nastavte intenzitu varenia na **Vyššia (More)**, viď tabuľka s prehľadom programov v Návode na použitie.

### ŠAMPIŇÓNOVÉ RIZOTO



**intenzita**  
Less



**intenzita**  
More

**tlak**  
Low

**doba**  
15 min.

**Ingrediencie:** 4 odmerky ryže, 4 veľké krájané šampiňóny, 1 cibuľa nakrájaná nadrobno, 2 strúčiky cesnaku, 30 ml olivového oleja, 30 g masla, silný zeleninový vývar, čerstvé lístky tymianu, jemne strúhaný parmežán

**Postup:** Do varnej misy dajte nadrobno nakrájanú cibuľu, prelisovaný cesnak, maslo a olej. Spustíte program **Vypražanie (Fry)**, intenzitu nastavte na **Nižšia (Less)** a cibuľu s cesnakom zľahka orestujte. Pridajte umytú ryžu, nakrájané šampiňóny a doplňte vývarom po rysku **cup 4**. Suroviny vo varnej mise dobre premiešajte a tlakový hrniec uzavrite. Spustíte program **Ryža (Rice)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)** a rizoto uvarte. Pred podávaním ozdobte rizoto lístkami čerstvého tymianu a jemne nastrúhaným parmežánom.





Side dish  
Přílohy

## PRÍLOHY (SIDE DISH)

Program na prípravu varených zemiakov, batátov, zeleniny, cestovín atď.

### ZEMIAKY



Side dish  
Přílohy

**intenzita**  
Less

**tlak**  
High

**doba**  
2 min.



Zemiaky vo varnej mise zalejte vodou a osolte. Spustíte program **Prílohy (Side dish)**, intenzitu varenia nastavte na **Nižšia (Less)** a zemiaky uvarte. **Upozornenie:** Dobu prípravy môžete predĺžiť podľa druhu pripravovaných zemiakov.

### CESTOVINY



Side dish  
Přílohy

**intenzita**  
Normal

**tlak**  
High

**doba**  
polovica bežného času



Cestoviny vo varnej mise zalejte vodou cca 1 cm nad jej povrch a osolte. Spustíte program **Prílohy (Side dish)**, dobu fázy **Varenia (Cooking)** upravte na **polovicu času** odporúčaného výrobcem cestovín a cestoviny uvarte.

### BULGUR



Side dish  
Přílohy

**intenzita**  
More

**tlak**  
High

**doba**  
10 min.



Bulgur vložte do hrnca, zalejte vývarom v pomere 1 : 2 (bulgur : vývar). Spustíte program **Prílohy (Side dish)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)**, dobu fázy **Varenia (Cooking)** upravte na **10 min.** a bulgur uvarte.



Soup  
Polievky

## POLIEVKY (SOUP)

Program na prípravu vývaru a mäsových aj zeleninových polievok.

**Upozornenie:** Pri príprave polievok, ktoré počas prípravy penia, plňte varnú misu **maximálne do polovice objemu!**

### HOVÄDZÍ VÝVAR

 Soup Polievky	<b>intenzita</b> More	<b>tlak</b> High	<b>doba</b> 1:30 hod.
----------------------	--------------------------	---------------------	--------------------------



**Ingrediencie:** 1 kg hovädzieho mäsa, 2 morčacie kosti, 2 l vody, 2 mrkvy, 1 petržlen, 100 g zeleru, 10 cm póru, 3 bobkové listy, 4 guľôčky nového korenia, 8 guľôčok čierneho korenia, soľ

**Postup:** Všetky ingrediencie vložte do varnej misy. Spustíte program **Polievky (Soup)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)** a hovädzí vývar uvarte. **Dobrý tip:** Na prípravu hovädzieho vývaru ešte intenzívnejšej a jemnejšej chuti, pri zachovaní cenných nutričných látok, zvolte miesto programu **Polievky (Soup)** program **Pomalé varenie (Slow cook)**.

### GULÁŠOVÁ POLIEVKA

 Fry Smaženie	<b>intenzita</b> More
---------------------	--------------------------



 Soup Polievky	<b>intenzita</b> Normal	<b>tlak</b> High	<b>doba</b> 30 min.
----------------------	----------------------------	---------------------	------------------------

**Ingrediencie:** 400 g bravčovej krkovičky, 400 g zemiakov, 1 l zeleninového vývaru alebo vody, 1 sladká červená paprika (kapia), 1 mrkva nakrájaná na kocky, 1 cibuľa nakrájaná nadrobno, 1 stonka stonkového zeleru nakrájaného na kocky, 25 g mletej sladkej papriky, 3 bobkové listy, 2 lyžice paradajkového pretlaku, 2 lyžice masťi, 1 lyžička mletej rasce, cesnak a majoránka podľa chuti, soľ a korenie

**Postup:** Masť dajte do varnej misy a spustíte program **Vyprážanie (Fry)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)**. V horúcej masťi nechajte zosklovatieť cibuľu a rascu, prisypte pokrájanú zeleninu a opražte ju do zlatista. Potom krátko opečte osolené a okorené mäso nakrájané na malé kúsky, pridajte pretlak, vsypte papriku a krátko orestujte. Nakoniec prilejte vývar, osolte, pridajte bobkový list, cesnak, majoránku a tlakový hrniec uzavrite. Spustíte program **Polievky (Soup)** a gulášovú polievku uvarte.





**Porridge**  
Kaše

## KAŠE (PORRIDGE)

Program na prípravu obilných kaší.

### POHÁNKOVÁ KAŠA



**Porridge**  
Kaše

**intenzita**  
Normal

**tlak**  
High

**doba**  
20 min.



**Ingrediencie:** 250 g lúpanej pohánky (2 odmerky na ryžu), 160 ml mlieka (1 odmerka), 40 ml javorového sirupu, 2 lyžice strúhaného kokosu, 20 g vanilkového cukru, lyžička mletej škorice, 2 štipky soli

**Postup:** Dôkladne prepláchnutú pohánku zalejte vo varnej mise 4 odmerkami vody. Spustite program **Kaše (Porridge)** a pohánku uvarte. Po ukončení fázy **Varenia (Cooking)** hrniec otvorte a k uvarenej pohánke pridajte zvyšné suroviny. Dôkladne premiešajte a naservírujte do misiek. Pohánkovú kašu podávajte zdobenú ovocím, čokoládou, kakaom alebo škoricom a zľahka ju polejte roztopeným maslom. **Dobrý tip:** Rovnakým spôsobom ako pohánkovú kašu pripravíte v elektrickom tlakovom hrnci tiež **pšenu kašu** (pšeno pred uvarením sparate horúcou vodou).

### OVSENÁ KAŠA



**Porridge**  
Kaše

**intenzita**  
Less

**tlak**  
High

**doba**  
5 min.



**Ingrediencie:** 200 g ovsených vločiek (2 odmerky), 160 ml mlieka (1 odmerka), 20 g vanilkového cukru, 50 g masla, lyžica medu, soľ

**Postup:** Do varnej misy dajte 2 odmerky ovsených vločiek a 4 odmerky vody. Hrniec uzavrite, spustite program **Kaše (Porridge)**, intenzitu varenia nastavte na **Nižšia (Less)** a ovsené vločky uvarte. Po ukončení fázy **Varenia (Cooking)** hrniec otvorte, pridajte 50 g masla, lyžicu medu, 1 odmerku mlieka, vanilkový cukor a 2 štipky soli. Všetko dôkladne premiešajte a servírujte do misiek zdobené sušeným ovocím. **Dobrý tip:** Rovnako ako ovsenú kašu môžete pripraviť **kašu z pohánkových vločiek**.



Sauce  
Omáčky

## OMÁČKY (SAUCE)

Program na prípravu omáčok, poliev atď.

Špeciálne programy

**Upozornenie:** V programe **Omáčky (Sauce)** používajte tlakový hrniec vždy **bez nasadeného veka!**

## SYROVÁ OMÁČKA



Sauce  
Omáčky

intenzita  
Less

doba  
5 min.



**Ingrediencie:** 250 ml smotany na šľahanie (33 % tuku), 100 g taveného syra, 2 mäsové bujóny, 4 strúčiky cesnaku, 2 lyžice hladkej múky, 1 l vody

**Postup:** Do varnej misy dajte liter vody a bujón. Spustíte program **Omáčky (Sauce)**, intenzitu varenia nastavte na **Nižšia (Less)**. Bokom si v miske rozšľahajte dohľadka smotanu, syr a múku a postupne ju vmiešajte do zahrievaného vývaru tak, aby sa nevytvorili hrudky. Až začne omáčka vriieť, pridajte prelisovaný cesnak a za občasného miešania povarte, kým sa program neukončí. **Dobrý tip:** S programom **Omáčky (Sauce)** môžete v elektrickom tlakovom hrnci pripravovať tiež **mliečne pudinky**.



Slow cook  
Pomalé varení

## POMALÉ VARENIE (SLOW COOK)

Program na pomalú tepelnú úpravu mäsa, hydiny, rýb a zeleniny.

## BRAVČOVÁ KRKOVIČKA NA SMOTANE



Fry  
Smaženie

intenzita  
More



Slow cook  
Pomalé varení

intenzita  
Less

doba  
2 hod.

**Ingrediencie:** 4 plátky bravčovej krkovičky, 250 ml smotany na šľahanie (33 % tuku), 200 g strúhaného tvrdého syra, trochu hladkej múky, olej na vyprážanie, soľ a korenie

**Postup:** Krvovičku naklepte tľičkom na mäso, osolte, okoreňte a poprášte múkou. Do varnej misy dajte olej, spustíte program **Vyprážanie (Fry)** a intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)**. V rozpálenom oleji plátky krkovičky postupne orestujte z oboch strán, vyberte ich a potom program **Vyprážanie (Fry)** ukončíte. Do varnej misy s vyprázaným tukom vráťte opečené plátky krkovičky. Podlejte ich smotanou a pridajte toľko vody, aby bolo mäso takmer ponorené. Hrniec uzavrite a spustíte program **Pomalé varenie (Slow cook)**, intenzitu varenia nastavte na **Nižšia (Less)** a krkovičku na smotane uvarte. Na tanieri potom pokrm posypte strúhaným syrom.



Fry  
Smažení

## VYPRÁŽANIE (FRY)

Program na prípravu vyprážaných pokrmov.

**Upozornenie:** V programe **Vyprážanie (Fry)** používajte tlakový hrniec vždy **bez nasadeného veka!**

### VYPRÁŽANÝ KARFIOL



intenzita  
More

doba  
1 hod.



**Ingrediencie:** 1 celý karfiol, 500 ml oleja na vyprážanie, soľ

**Ingrediencie na trojbal:** 4 lyžice mlieka, 2 až 3 vajcia (podľa veľkosti karfiolu), hladká múka, strúhanka, soľ

**Postup:** Karfiol očistite, umyte, naporciujte na malé ružičky, osolte a obalte v trojbal: najskôr v hladkej múke, potom v rozšľahaných vajíčkach s trochu soli a mlieka a nakoniec v strúhanke. Do varnej misy dajte 500 ml oleja a spustite program **Vyprážanie (Fry)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)**. Počkajte, pokiaľ sa na displeji nezobrazí nápis **Hot** a v rozpálenom oleji ružičky karfiolu po dávkach vyprážajte (každá dávka 10 až 15 minút) zo všetkých strán.

### FAZUĽOVÉ PLACKY



intenzita  
More

**Ingrediencie:** 250 g varených fazúľ (cca 2 odmerky na ryžu), 3 vajcia, 5 strúčikov cesnaku, 3 polievkové lyžice hladkej múky, 1 lyžička rasce, 1 lyžička majoránky, nastrúhaný tvrdý syr na posypanie, olej na vyprážanie, soľ a korenie

**Postup:** Fazuľu si uvarte vopred v programe **Strukoviny (Legumes)**. Uvarené fazule scedte a dajte do mixéra. Pridajte 3 vajcia, 4 strúčiky prelisovaného cesnaku, 3 lyžice hladkej múky, lyžičku rasce, lyžičku majoránky, tri štvrté lyžičky soli a štipku korenia. Všetko rozmixujte, pokiaľ je hmota až príliš hustá, zriedte ju mliekom. Zo zmesi vytvorte guľôčky, ktoré obalte v hladkej múke. Do varnej misy nalejte olej, aby bolo celé dno misy pokryté, zapnite program **Vyprážanie (Fry)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)** a počkajte, pokiaľ sa na displeji nezobrazí nápis **Hot**. Fazuľové guľôčky vkladajte do horúceho oleja a pomocou lyžice z nich tvarujte placky, ktoré vyprážajte z oboch strán. Horúce placky potreté drveným cesnakom so soľou, zmiešaným s olejom a vodou, posypte pred podávaním syrom.



## NAPAROVANIE (STEAM)

Program na prípravu mäsa, rýb, zeleniny, pokrmov z ciest a pod. v pare.

**Upozornenie:** V programe **Naparovanie (Steam)** používajte tlakový hrniec vždy s **vloženým naparovacím sitom!**

## ZEMIAKOVÝ ŠALÁT S JOGURTOM



intenzita

Normal

tlak

Low

doba

10 min.



**Ingrediencie:** 6 neolúpaných zemiakov, 2 mrkvy, 1 petržlen, 1 cibuľa, jarná cibuľka, 1 menšia červená paprika, 2 sterilizované uhorky, 100 g bieleho jogurtu, lyžica práškového cukru, šťava z polovice citróna, soľ a korenie

**Postup:** Dobre umyté neolúpané zemiaky, očistenú mrkvu, petržlen a olúpanú cibuľu dajte v naparovačom site do varnej misy, pridajte 300 ml vody a hrniec uzavrite. Spustíte program **Naparovanie (Steam)** a zemiaky so zeleninou uvaríte v pare. Čiastočne vychladnuté zemiaky olúpte a spolu s uvarenou zeleninou ich naporciujte. Pridajte ďalšie nadrobno nakrájané ingrediencie: jarnú cibuľku, červenú papriku a sterilizované uhorky. Vmiešajte jogurt, soľ a korenie, zalejte 160 ml zálievky (1 odmerka) z vody s lyžicou cukru a citrónovou šťavou a zľahka premiešajte.



## ZAVÁRANIE (PRESERVING)

Program na zaváranie ovocia, zeleniny, mäsa, húb a hotových jedál.

## ZAVÁRANÉ BRAVČOVÉ MÄSO



intenzita

More

tlak

High

doba

1 hod.



**Ingrediencie:** 1 kg bravčového bôčiku bez kosti, 1 kg bravčového pliecka, 35 g soli, korenie podľa chuti

**Postup:** Bravčové mäso nakrájajte na kocky, osolte a okoreňte, dôkladne premiešajte a nechajte v chladničke do druhého dňa odležať. Druhý deň vložte do čistých zaváracích pohárov, ktoré uzavriete viečkom. Na dno varnej misy vložte papier na pečenie. Na papier na pečenie rozmiestnite uzavreté poháre, ktoré zalejete do troch štvrtín ich výšky vodou. Tlakový hrniec uzavrite, spustíte program **Zaváranie (Preserving)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)** a dobu fázy **Varenia (Cooking)** upravte na **1:00 hod.** Po ukončení programu vyberte poháre z varnej misy a nechajte ich do druhého dňa odstáť pri izbovej teplote. Nasledujúci deň zaváranie zopakujte.

## ZAVÁRANIE ĎALŠÍCH POTRAVÍN

Pri zaváraní ostatných potravín postupujte podobne ako pri zaváraní bravčového mäsa. Dbajte, aby všetky poháre vložené vo varnej mise boli ponorené aspoň 3 cm vo vode.

Intenzitu a dobu zavárania pre jednotlivé druhy potravín nastavte takto (viď tabuľka):

Potravina	Intenzita varenia	Doba zavárania
Bobuľoviny	Less	5 min.
Džemy	Less	5 min.
Ovocie kôstkové	Normal	10 min.
Zelenina	More	30 min.
Huby	More	15 min.
Hotové jedlá	More	30 min.
Surové mäso	More	60 min.

**Dobrý tip:** Pred začatím zavárania mäsa, údenín, paštét a pod. pridajte do vody vo varnej mise lyžicu octu. Poháre so zavarenými pokrmami nebudú po ukončení varenia masťné a z varnej misy ich ľahšie a bezpečnejšie vyberiete.



Cake  
Moučníky

### MÚČNIKY (CAKE)

Program na prípravu múčnikov.

## MAKOVÝ KOLÁČ



Cake  
Moučníky

intenzita  
More

tlak  
High

doba  
1 hod.



**Ingrediencie:** 200 g mletého maku, 200 g hladkej múky, 200 g krupicového cukru, 200 ml polotučného mlieka, 100 ml slnečnicového oleja, 2 vajcia, 40 g vanilkového cukru, 12 g kypriaceho prášku do pečiva, lyžička škorice, kôra z jedného citróna, štipka soli

**Postup:** Dno varnej misy vymastite maslom a naň položte guľatý papier na pečenie. Bokom zmiešajte všetky syké ingrediencie vrátane citrónovej kôry a pripravte cesto, pridajte mlieko, olej a vajcia a všetko dôkladne premiešajte. Zmes vylejte do varnej misy s vloženým papierom na pečenie a hrniec uzavrite. Spustíte program **Múčniky (Cake)**, intenzitu varenia upravte na **Vyššia (More)** a makový koláč upečte. Po ukončení pečenia nechajte koláč vo varnej mise vychladnúť a potom ho opatrne vyklopte.



Yogurt  
Jogurt

## JOGURT (YOGURT)

Program na prípravu domáceho jogurtu.

**Upozornenie:** V programe **Jogurt (Yogurt)** používajte tlakový hrniec s ovládačom pracovného tlaku nastaveným vždy do polohy na **Vypúšťanie pary (Venting)**.

### DOMÁCI JOGURT

#### Fáza pasterizácie mlieka

 Yogurt Jogurt	<b>intenzita</b>	<b>stupeň</b>
	More	boil



#### Fáza výroby jogurtu

 Yogurt Jogurt	<b>intenzita</b>	<b>doba</b>
	Normal	8 hod.

**Ingrediencie:** 1 l plnotučného mlieka, 180 g kvalitného bieleho jogurtu s vyšším podielom jogurtovej kultúry

**Fáza pasterizácie mlieka:** Varnú misu s litrom mlieka vložte do hrnca a hrniec uzavrite vekom. Ovládač tlaku nastavte do polohy na **Vypustenie pary (Venting)**. Spustíte program **Jogurt (Yogurt)**, intenzitu varenia nastavte na **Vyššia (More)**. Na displeji sa zobrazí nápis **boil** a mlieko sa bude v tlakovom hrnci cca 20 minút zohrievať a pasterizovať. Po ukončení pasterizácie sa na displeji krátko zobrazí nápis **Yogt** a program sa ukončí.

**Pridanie jogurtu do pasterizovaného mlieka:** Po ukončení pasterizácie zložte veko, zmerajte teplotu mlieka a nechajte ho vo varnej mise poklesnúť na teplotu 40 °C. Až po dosiahnutí teploty 40 °C (alebo nižšej) pridajte do pasterizovaného mlieka kvalitný biely jogurt, dobre ho rozmiešajte a hrniec uzavrite.

**Fáza výroby jogurtu:** Spustíte program **Jogurt (Yogurt)** a v tlakovom hrnci ho vyrobte. Po uplynutí programom stanovenej doby sa program ukončí. Jogurt rozdeľte do sterilizovaných pohárov, uzavrite ich viečkom a nechajte do druhého dňa odstáť pri izbovej teplote. Domáci jogurt potom uchovávajte v chladničke. **Dobry tip:** Pokiaľ si prajete pripraviť jogurt v inej konzistencii, môžete jeho prípravu v programe **Jogurt (Yogurt)** ukončiť už po 4 hodinách.

**Upozornenie:** V programe **Jogurt (Yogurt)** sa čas zobrazený na displeji bude pripočítavať.

## LEÍRÁS

A PRESIDENT elektromos kukta segítségével gyorsan, biztonságosan, kényelmesen és gazdaságosan készíthetünk el számos népszerű ételt. A következő KUKTA PROGRAMOK állnak rendelkezésre: baromfi, hús/párolás, hüvelyesek, rizs, köretek, levesek, kásák. Emellett SPECIÁLIS PROGRAMOK is választhatók: mártások, lassú főzés, sütés, párolás, befőzés, desszertek, joghurtok. A magas nyomáson történő főzésnél választhatunk alacsony vagy magas üzemi nyomást, és minden programnál beállítható az intenzitás és a főzési idő. A **Tálalási hőmérséklet fenntartása** funkciónak köszönhetően a PRESIDENT elektromos kuktában elkészített ételeket nem kell újra felmelegíteni a későbbi tálalás előtt.

## MAGAS NYOMÁSÚ PROGRAMOK



Poultry  
Drúbež

### BAROMFI (POULTRY)

A szárnyasok főzésére javasolt program.

## MARINÁLT CSIRKE



Fry  
Smažení

intenzitás

More



Poultry  
Drúbež

intenzitás

More

nyomás

High

idő

35 perc



**Hozzávalók:** 1 egész csirke, 3 szelet vaj, 2 evőkanál víz

**Hozzávalók a pácléhez:** 1 evőkanál vegeta, 1 evőkanál olaj, 1 evőkanál szójaszósz, 2 evőkanál édes csiliszósz, só, bors

**Elkészítés:** Keverjük össze a páclé összes hozzávalóját. Mossuk meg a csirkét, sózzuk, borsozzuk, dörzsöljük be a páclével és hagyjuk pácolódni egy lezárt edényben a hűtőszekrényben 24 órán át. Indítsuk el a **Sütés (Fry)** programot, tegyünk három szelet vajat a főzőedénybe, és ha felforrósodott, süssük meg a csirkét. Adjunk hozzá két evőkanál vizet, és zárjuk le a kuktát. Indítsuk el a **Baromfi (Poultry)** programot, állítsuk a főzési intenzitást **Magasabb (More)** értékre, és állítsuk be a **Főzési időt (Cooking) 35 percre**. Amikor a főzési fázis befejeződött, a marinált csirke tálalásra kész.



## HÚS/PÁROLÁS (MEAT/STEW)

Program marha-, sertés-, baromfi-, bárány-, vadhús, stb. elkészítéséhez.

### MARHAPÖRKÖLT



intenzitás

More



intenzitás

Normal

nyomás

High

idő

35 perc



**Hozzávalók:** 1 kg pörköltözhető marhahús, 800 g apróra vágott hagyma, 100 g sertésszír, 200 ml olaj, 6 gerezd fokhagyma, 1 evőkanál kömény, 1 evőkanál finomliszt, 1 evőkanál őrölt édes paprika, 2 teáskanál majoránna, 2 babérlevél, 2 teáskanál só, 1 teáskanál porcukor, őrölt bors

**Elkészítés:** Öntsünk 100 ml olajat egy edénybe, adjuk hozzá a sertésszírt és az apróra vágott hagymát. Indítsuk el a **Sütés (Fry)** programot, az intenzitást állítsuk **Magasabb (More)** értékre. Ha a hagyma megpirult, vegyük ki és tegyük félre. Tegyük a maradék 100 ml olajat a főzőedénybe, és várjuk meg, amíg felfelemelegszik. A forró olajban süssük meg a kb. 3 x 3 cm-re felkockázott, köménnyel megszórta húst. Miután megsült, szórjuk meg paprikával, sóval és borssal, majd adjuk hozzá a sült hagymát. Keverjük fel egy evőkanál lisztet 500 ml vízben, és adjuk a sült húshoz. Alaposan keverjük össze, majd kapcsoljuk ki a **Sütés (Fry)** programot. A sült húshoz adjuk hozzá a babérlevelet és a zúzott fokhagymát. Zárjuk le a kuktát a fedővel, indítsuk el a **Hús/Párolás (Meat/Stew)** programot, és főzzük meg a pörköltet.

A **Főzés (Cooking)** program lejáta után nyissuk ki a gyorsfőzőt, és tálalás előtt fűszerezük a pörköltet majoránnával és cukorral.







## HÜVELYESEK (LEGUMES)

Program főtt bab, lencse, borsó, csicszeriborsó stb. elkészítéséhez.

**Figyelmeztetés:** Ha hüvelyeseket főzünk a PRESIDENT elektromos kuktában, a **főzőedényt legfeljebb az edény térfogatának egyharmadáig töltjük fel** az étellel, beleértve a vizet is!

### LENCSE



<b>intenzitás</b>	<b>nyomás</b>	<b>idő</b>
Normal	High	5 perc



**Elkészítés:** A lencsét előzőleg öblítsük le és áztassuk be egy órára hideg vízbe. Ezután ismét öblítsük le, tegyük a főzőedénybe, és 1 : 1 arányban öntsük fel vízzel. Zárjuk le a kuktát, kapcsoljuk be a **Hüvelyesek (Legumes)** programot, állítsuk be a **Főzési időt (Cooking)** 5 percre, és főzzük meg a lencsét.

### BORSÓ



<b>intenzitás</b>	<b>nyomás</b>	<b>idő</b>
Normal	High	10 perc



**Elkészítés:** A borsót előzőleg öblítsük le és áztassuk be 6 órára hideg vízbe. Ezután ismét öblítsük le, tegyük a főzőedénybe, és 1 : 1 arányban öntsük fel vízzel. Zárjuk le a kuktát, kapcsoljuk be a **Hüvelyesek (Legumes)** programot, állítsuk be a **Főzési időt (Cooking)** 10 percre, és főzzük meg a borsót.

### BAB



<b>intenzitás</b>	<b>nyomás</b>	<b>idő</b>
Normal	High	30 perc



**Elkészítés:** A babot öblítsük le, és áztassuk be egy éjszakára hideg vízbe. Ezután ismét öblítsük le, tegyük a főzőedénybe, és 1:1 arányban öntsük fel vízzel. Zárjuk le a kuktát, indítsuk el a **Hüvelyesek (Legumes)** programot, és főzzük meg a babot.

### CSICSERIBORSÓ



<b>intenzitás</b>	<b>nyomás</b>	<b>idő</b>
More	High	40 perc



**Elkészítés:** A csicszeriborsót öblítsük le, és áztassuk be egy éjszakára hideg vízbe. Ezután ismét öblítsük le, tegyük a főzőedénybe, és 1 : 2 arányban öntsük fel vízzel (csicszeriborsó : víz). Zárjuk le a kuktát, indítsuk el a **Hüvelyesek (Legumes)** programot, állítsuk a főzési intenzitást **Magasabb (More)** értékre és főzzük meg a csicszeriborsót.



## RIZS (RICE)

Rizs elkészítésére szolgáló program.

### PÁROLT RIZS



**intenzitás**  
Normal

**nyomás**  
Low

**idő**  
12 perc



**Elkészítés:** Tegyük 4–16 mérőpohárnyi rizst a főzőedénybe, öblítsük le többször vízzel, majd csepegtessük le. Adjuk hozzá a szükséges mennyiségű vizet úgy, hogy a víz szintje elérje a mérőskála (**cup**) jobb oldali részén a behelyezett rizsmennyiségnek megfelelő vonalat. A rizst ízlés szerint sózzuk, majd keverjük össze a rizskanállal. Zárjuk le a kuktát, indítsuk el a **Rizs (Rice)** programot, és főzzük meg az rizst. **Hasznos tipp:** Ha keményebb, „al dente” rizst szeretnénk főzni, állítsuk a főzési intenzitást **Alacsonyabb (Less)** fokozatra, ha pedig puhábbat szeretnénk, állítsuk a főzési intenzitást **Magasabb (More)** fokozatra, lásd a programok áttekintő táblázatát a Használati útmutatóban.

### GOMBÁS RIZOTTÓ



**intenzitás**  
Less



**intenzitás**  
More

**nyomás**  
Low

**idő**  
15 perc

**Hozzávalók:** 4 mérőpohár rizs, 4 nagy szeletelt csiperke gomba, 1 hagyma apróra vágva, 2 gerezd fokhagyma, 30 ml olívaolaj, 30 g vaj, erős zöldségleves alap, friss kakukkfűlevél, finomra reszelt parmezán

**Elkészítés:** Tegyük az apróra vágott hagymát, a zúzott fokhagymát, a vajat és az olajat a főzőedénybe. Indítsuk el a **Sütés (Fry)** programot, állítsuk az intenzitást **Alacsonyabb (Less)** fokozatra, és enyhén pirítsuk meg a hagymát és a fokhagymát. Adjuk hozzá a megmosott rizst, a felszeletelt gombát, és töltsük fel a húsvesszel a **cup 4** jelzésig. A főzőedényben lévő hozzávalókat jól keverjük össze, majd zárjuk le a kuktát. Indítsuk el a **Rizs (Rice)** programot, állítsuk a főzési intenzitást **Magasabb (More)** értékre, és főzzük meg a rizottót. Tálalás előtt díszítsük a rizottót friss kakukkfűlevéllel és finomra reszelt parmezán sajttal.





Side dish  
Přílohy

## KÖRETEK (SIDE DISH)

Főtt burgonya, édesburgonya, zöldségek, tésztafélék stb. elkészítésére szolgáló program.

### BURGONYA



Side dish  
Přílohy

intenzitás  
Less

nyomás  
High

idő  
2 perc



Öntsünk vizet a főzőedényben lévő burgonyára és sózzuk meg. Indítsuk el a **Köreték (Side dish)** programot, állítsuk a főzési intenzitást **Alacsonyabb (Less)** értékre, és főzzük meg a burgonyát. **Megjegyzés:** Az elkészítendő burgonya fajtájától függően a főzési idő hosszabb is lehet.

### TÉSZTAFÉLÉK



Side dish  
Přílohy

intenzitás  
Normal

nyomás  
High

idő  
az ajánlott idő fele



A főzőedényben öntsük fel a tésztát vízzel úgy, hogy az kb. 1 cm-rel meghaladja a felszínét, és sózzuk meg. Indítsuk el a **Köreték (Side dish)** programot, állítsuk be a **Főzés (Cooking)** időtartamát a tészta gyártója által **ajánlott idő felére**, és főzzük meg a tésztát.

### BULGUR



Side dish  
Přílohy

intenzitás  
More

nyomás  
High

idő  
10 perc



Tegyük a bulgurt a főzőedénybe, öntsük hozzá a húsvest 1 : 2 arányban (bulgur : húsvest). Indítsuk el a **Köreték (Side dish)** programot, állítsuk a főzési intenzitást **Magasabb (More)** értékre, állítsuk be a **Főzés (Cooking)** időtartamát **10 percre**, és főzzük meg a bulgurt.



Soup  
Polévky

## LEVESEK (SOUP)

Program különféle hús- és zöldséglevesek elkészítéséhez.

**Figyelmeztetés:** Ha olyan levest készítünk, amelyek a főzés során habzik, a főzőedényt **legfeljebb az edény térfogatának feléig töltjük meg!**

## MARHAHÚSLEVES

	<b>intenzitás</b>	<b>nyomás</b>	<b>idő</b>
Soup Polévky	More	High	1:30 óra



**Hozzávalók:** 1 kg marhahús, 2 velőscsont, 2 l víz, 2 sárgarépa, 1 fehérrépa, 100 g zeller, 10 cm póréhagyma, 3 babérlevél, 4 szegfűborsgombóc, 8 szem fekete bors, só

**Elkészítés:** Tegyük az összes hozzávalót a főzőedénybe. Indítsuk el a **Levesek (Soup)** programot, állítsuk a főzési intenzitást **Magasabb (More)** értékre, és főzzük meg a marhahúslevest. **Hasznos tipp:** Ha még intenzívebb és finomabb ízű marhahúslevest szeretnénk készíteni, megőrizzük az értékes tápanyagokat, válasszuk a **Lassú főzés (Slow cook)** programot a **Leves (Soup)** program helyett.

## GULYÁSLEVES

	<b>intenzitás</b>
Fry Smažení	More



	<b>intenzitás</b>	<b>nyomás</b>	<b>idő</b>
Soup Polévky	Normal	High	30 perc

**Hozzávalók:** 400 g sertésárta, 400 g burgonya, 1 l zöldségleves vagy víz, 1 édes pirospaprika, 1 kockára vágott sárgarépa, 1 apróra vágott hagyma, 1 kockára vágott zellerszár, 25 g őrölt édes paprika, 3 babérlevél, 2 evőkanál paradicsompüré, 2 evőkanál zsiradék, 1 teáskanál őrölt kömény, fokhagyma és majoránna ízlés szerint, só és bors

**Elkészítés:** Tegyük a zsírt a főzőedénybe, és indítsuk el a **Sütés (Fry)** programot, a főzési intenzitást állítsuk **Magasabb (More)** értékre. A forró zsírban pirítsuk meg a hagymát és a köményt, adjuk hozzá a felszeletelt zöldségeket, és süssük aranybarnára. Ezután rövid ideig pirítsuk a sózott és borsozott, apró darabokra vágott húst, adjuk hozzá a pürét, adjuk hozzá a paprikát, és néhány percig pirítsuk. Végül öntsük fel a húslevessel, sózzuk, borsozzuk, adjuk hozzá a babérlevelet, a fokhagymát és a majoránna, majd zárjuk le a kuktát. Indítsuk el a **Levesek (Soup)** programot, és főzzük meg a gulyáslevest.



Porridge  
Kaše

## KÁSÁK (PORRIDGE)

Különféle gabonakásák elkészítésére szolgáló program.

### HAJDINAKÁSA



Porridge  
Kaše

intenzitás

Normal

nyomás

High

idő

20 perc



**Hozzávalók:** 250 g hántolt hajdina (2 mérőpohár rizshez) 160 ml tej (1 mérőpohár), 40 ml juharszirup, 2 evőkanál kókuszreszelék, 20 g vaníliás cukor, egy teáskanál őrölt fahéj, 2 csipet só

**Elkészítés:** Öntsünk 4 mérőpohárnyi vizet az alaposan leöblített hajdinára a főzőedényben. Indítsuk el a **Kása (Porridge)** programot, és főzzük meg a hajdinát. A **Főzés (Cooking)** fázis befejeztével nyissuk ki az edényt, és adjuk hozzá a többi hozzávalót a főtt hajdinához. Alaposan keverjük össze, és tálaljuk tálakban. A hajdinakását gyümölcsökkel, csokoládéval, kakaóval vagy fahéjjal díszítve tálaljuk, és enyhén locsoljuk meg olvasztott vajjal. **Hasznos tipp:** Az elektromos kuktában a hajdinakásához hasonlóan a **zabkását** is elkészíthetjük (a zabot főzés előtt forró vízzel forrázzuk le).

### ZABKÁSA



Porridge  
Kaše

intenzitás

Less

nyomás

High

idő

5 perc



**Hozzávalók:** 200 g zabpehely (2 mérőpohár), 160 ml tej (1 mérőpohár), 20 g vaníliás cukor, 50 g vaj, egy teáskanál méz, só

**Elkészítés:** Tegyük 2 kanál zabpehelyet és 4 kanál vizet a főzőedénybe. Zárjuk le az edényt, indítsuk el a **Kása (Porridge)** programot, állítsuk a főzési intenzitást **Alacsonyabb (Less)** értékre, és főzzük meg a zabpehelyet. Amikor a **Főzés (Cooking)** fázis befejeződött, nyissuk ki az edényt, adjunk hozzá 50 g vajat, egy kanál mézet, 1 kiskanál tejet, vaníliás cukrot és 2 csipet sót. Alaposan keverjük össze mindent, és aszalt gyümölcsökkel tálaljuk. **Hasznos tipp:** A zabkásához hasonlóan **hajdinapehelyből** is készíthetünk **kását**.



Sauce  
Omáčky

## MÁRTÁSOK (SAUCE)

Különbéle szószok, öntetek stb. készítésére szolgáló program.

**Figyelmeztetés:** A Mártások (Sauce) programban mindig a **fedő nélkül használja a kuktát!**

SPECIÁLIS PROGRAMOK

## SAJTMÁRTÁS



Sauce  
Omáčky

intenzitás

Less

idő

5 perc



**Hozzávalók:** 250 ml habtejszín (30%-os zsírtartalmú), 100 g ömlesztett sajt, 2 húsvesskockából készített alaplé, 4 gerezd fokhagyma, 2 evőkanál finomliszt, 1 liter víz

**Elkészítés:** A főzőedénybe öntsünk egy liter vizet és tegyük bele a húsvesskockákat. Indítsuk el a **Mártások (Sauce)** programot, a főzési intenzitást állítsuk **Alacsonyabb (Less)** értékre. A tejszínt, a sajtot és a lisztet egy tálban simára keverjük, majd fokozatosan belekeverjük a felforrósított húsvessbe, ügyelve, hogy ne hogy ne képződjön csomó. Amikor a szósz forni kezd, hozzáadjuk a zúzott fokhagymát, és időnként megkeverve addig főzzük, amíg a program befejeződik. **Hasznos tipp:** A **Mártások (Sauce)** programmal **tejes pudingokat** is készíthetünk a kuktában.



Slow cook  
Pomalé vaření

## LASSÚ FŐZÉS (SLOW COOK)

Hús, baromfi, hal és zöldség lassú főzésére szolgáló program.

## TEJSZÍNES SERTÉSTARJA



Fry  
Smažení

intenzitás

More



Slow cook  
Pomalé vaření

intenzitás

Less

idő

2 óra

**Hozzávalók:** 4 szelet sertésárja, 250 ml tejszínhab (30%-os zsírtartalom), 200 g reszelt kemény sajt, egy kevés finomliszt, olaj a sütéshez, só és bors.

**Elkészítés:** A tarját húsklopfolóval kiklopfoljuk, sózzuk, borsozzuk, és liszttel meghintjük. Az olajat a főzőedénybe tesszük, elindítjuk a **Sütés (Fry)** programot, és a sütési intenzitást **Magasabb (More)** értékre állítjuk. A forró olajban a tarja mindkét oldalát megsütjük, majd miután megsülték, kilépünk a **Sütés (Fry)** programból. A megpirított tarjaszeleteket visszatesszük a főzőedénybe a megpirított zsírra. Ráöntjük a tejszínt, és annyi vizet adunk hozzá, hogy a hús majdnem víz alá kerüljön. Az edényt lezárva elindítjuk a **Lassú főzés (Slow cook)** programot, a főzési intenzitást az **Alacsonyabb (Less)** értékre állítjuk, és a tarját a tejszínben megfőzzük. Tálaláskor a húst megszórjuk reszelt sajttal.



Fry  
Smažení

## SÜTÉS (FRY)

Sült és rántott ételek készítésére szolgáló program.

**Figyelmeztetés:** A Sütés (Fry) programban mindig a **fedő nélkül használjuk** a kuktát!

### RÁNTOTT KARFIOL



Fry  
Smažení

intenzitás

More

idő

1 óra



**Hozzávalók:** 1 egész karfiol, 500 ml olaj a sütéshez, só

**Hozzávalók a panírhoz:** 4 evőkanál tej, 2–3 tojás (a karfiol méretétől függően), finomliszt, zsemlemorzsa, só

**Elkészítés:** A karfiolt megtisztítjuk, megmossuk, apró rózsákra vágjuk, megsózzuk, és három rétegben bevonjuk: először a finomlisztbe, majd a kevés sóval és tejjel felvert tojásba, végül a zsemlemorzsaába forgatjuk. Öntsük az 500 ml olajat a főzőedénybe, és indítsuk el a **Sütés (Fry)** programot, a főzési intenzitást **Magasabb (More)** értékre állítva. Várjuk meg, amíg a kijelzőn megjelenik a **Hot** (forró) felirat, és a karfiolrósákat adagonként (minden adag kb. 10–15 perc) süssük meg minden oldalukon a forró olajban.

### BABLEPÉNY



Fry  
Smažení

intenzitás

More

**Hozzávalók:** 250 g főtt bab (kb. 2 mérőpohár rizshez), 3 tojás, 5 gerezd fokhagyma, 3 evőkanál finomliszt, 1 teáskanál kömény, 1 teáskanál majoránna, reszelt kemény sajt, olaj a sütéshez, só és bors

**Elkészítés:** A babot előre főzzük meg a **Hüvelyesek (Legumes)** programban. Szűrjük le a megfőtt babot, és tegyük egy turmixgépbe. Adjunk hozzá 3 tojást, 4 gerezd összezúzott fokhagymát, 3 evőkanál finomlisztet, egy teáskanál köményt, egy teáskanál majoránna, egy teáskanál sót és egy csipet borsot. Mixeljük össze, ha a keverék túl sűrű, hígítsuk fel tejjel. Formázzunk a keverékből golyókat, és hempergessük meg őket a lisztben. Öntsünk olajat a főzőedénybe úgy, hogy a tál alját teljesen ellepje, kapcsoljuk be a **Sütés (Fry)** programot, állítsuk a sütési intenzitást **Magasabb (More)** értékre, és várjuk meg, amíg a kijelzőn megjelenik a **Hot** felirat. A bagolyokat tegyük a forró olajba, és egy kanál segítségével formázzunk belőlük lepényeket, majd süssük meg mindkét oldalukat. A forró lepényeket kenjük meg az olajjal és vízzel elkevert zúzott fokhagymával és sóval, majd tálalás előtt szórjuk meg sajttal.



## PÁROLÁS (STEAM)

Hús, hal, zöldségek, tésztaételek stb. párolására szolgáló program.

**Figyelmeztetés:** A Párolás (Steam) programmal mindig úgy használja a kuktát, hogy a párolószita be van helyezve!

## JOGHURTOS BURGONYASALÁTA



intenzitás

Normal

nyomás

Low

idő

10 perc



**Hozzávalók:** 6 hámozatlan burgonya, 2 sárgarépa, 1 fehérrépa, 1 hagyma, 1 újhagyma, 2 kis pirospaprika, 2 csemegeborka, 100 g natúr joghurt, 1 evőkanál porcukor, fél citrom leve, só és bors

**Elkészítés:** Az alaposan megmosott, hámozatlan burgonyát és a megtisztított zöldségeket tegyük a kuktába helyezett párolósztába, adjuk hozzá 300 ml vizet, és zárjuk le az edényt. Indítsuk el a **Párolás (Steam)** programot, és pároljuk meg a burgonyát és a zöldségeket. A langyos burgonyákat hámozzuk meg, majd a megfőtt zöldséggel együtt aprítsuk fel. Adjuk hozzá a többi apróra vágott hozzávalót: az újhagymát, a pirospaprikát és csemegeborkát. Keverjük bele a joghurtot, sózzuk, borsozzuk, öntsünk hozzá a 160 ml (1 mérőpohár) egy evőkanál cukorból, citromléből és vízből készült öntetet, majd óvatosan keverjük össze.



## BEFŐZÉS (PRESERVING)

Gyümölcsök, zöldségek, húsok, gombák és készételek befőzésére és tartósítására szolgáló program.

## FŐTT SERTÉSHÚS



intenzitás

More

nyomás

High

idő

1 óra



**Hozzávalók:** 1 kg csont nélküli sertésoldalas, 1 kg sertéslapocka, 35 g só, bors ízlés szerint

**Elkészítés:** A sertéshúst vágjuk kockákra, sóval és borssal fűszerezzük, alaposan keverjük össze, és másnapig hagyjuk a hűtőszekrényben. Másnap tiszta befőttesüvegekbe tesszük, amelyeket fedővel zárunk le. A főzőedény aljára helyezünk sütőpapírt. A lezárt üvegeket tegyük a sütőpapírra és öntsük fel vízzel úgy, hogy az üvegek háromnegyedéig érjen. Zárjuk le a kuktát és indítsuk el a **Befőzés (Preserving)** programot, állítsuk a főzési intenzitást **Magasabb (More)** értékre, a **Főzés (Cooking)** idejét pedig **1:00 órára**. Amikor a program befejeződött, vegyük ki az üvegeket a főzőedényből, és hagyjuk őket szobahőmérsékleten állni másnapig. Másnap főzzük át még egyszer.



## EGYÉB ÉLELMISZEREK BEFŐZÉSE

Más élelmiszerek befőzésekor ugyanazt az eljárást kövessük, mint a sertéshús tartósításakor. Ügyeljünk arra, hogy a főzőedénybe helyezett összes befőttesüveg legalább 3 cm mély vízben legyen.

Az egyes élelmiszer-típusok esetében az alábbi táblázat szerint állítsuk be a tartósítási folyamat intenzitását és időtartamát:

Élelmiszer	Főzés intenzitása	A befőzés ideje
Bogyógyümölcsök	Less	5 perc
Dzsem	Less	5 perc
Magos gyümölcsök	Normal	10 perc
Zöldség	More	30 perc
Gombák	More	15 perc
Készételek	More	30 perc
Nyers hús	More	60 perc

**Hasznos tipp:** A húsok, kolbászok, pástétomok stb. tartósítása előtt adjunk egy evőkanál ecetet a főzőedényben lévő vízhez. A befőttesüvegek a főzés befejeztével nem lesznek zsírosak, így könnyebb és biztonságosabb lesz kivenni őket a főzőedényből.



Cake  
Moučníky

### DESSZERTEK (CAKE)

Különféle sütemények elkészítésére szolgáló program.

## MÁKOS LEPÉNY



Cake  
Moučníky

intenzitás

More

nyomás

High

idő

1 óra



**Hozzávalók:** 200 g őrölt mák, 200 g finomliszt, 200 g búzadara, 200 ml félszíros tej, 100 ml napraforgóolaj, 2 tojás, 40 g vaníliás cukor, 12 g sütőpor, egy teáskanál fahéj, egy citrom héja, egy csipet só

**Elkészítés:** Kenjük ki a főzőedény alját vajjal, és helyezzünk rá egy kerek sütőpapírt. A száraz hozzávalókat a citromhéjjal együtt keverjük össze egy tálban, adjuk hozzá a tejet, az olajat és a tojást, majd keverjük össze mindent alaposan. Öntsük a keveréket a sütőpapírral kibélelt főzőedénybe, és zárjuk le az edényt. Indítsuk el a **Desszertek (Cake)** programot, állítsuk a sütési intenzitást **Magasabb (More)** értékre, és süssük meg a mákos süteményt. Amikor a sütemény elkészült, hagyjuk kihűlni a sütőtálban, majd óvatosan borítsuk ki.



**Yogurt  
Jogurt**

## JOGHURT (YOGURT)

Joghurt készítésére szolgáló program.

**Figyelmeztetés:** A **Joghurt (Yogurt)** programban mindig úgy használjuk a gyorsfőzőt, hogy az üzemnyomás-szabályzó szelepet **Gőz kieresztése (Venting)** állásba állítottuk.

## HÁZI JOGHURT

### A tej pasztörözésének fázisa

 Yogurt Jogurt	<b>intenzitás</b>	<b>fokozat</b>
	More	<i>boil</i>

### A joghurt elkészítésének fázisa

 Yogurt Jogurt	<b>intenzitás</b>	<b>idő</b>
	Normal	8 óra

**Hozzávalók:** 1 l zsíros tej, 180 g jó minőségű fehér joghurt magasabb joghurtkultúra aránnyal

**A tej pasztörözésének fázisa:** Tegyük a főzőedényt egy liter tejjel az kuktába, és zárjuk le azt a fedővel. Állítsuk a nyomás-szabályozót **Gőz kieresztése (Venting)** állásba. Indítsuk el a **Joghurt (Yogurt)** programot, és állítsuk a főzési intenzitást **Magasabb (More)** értékre. A kijelzőn megjelenik a *boil* felirat és a tej kb. 20 percig melegszik és pasztörizálódik a kuktában. A pasztörözés befejeztével a kijelzőn rövid időre megjelenik a **Yogt** felirat és a program véget ér.

**Joghurt hozzáadása a pasztörözött tejhez:** A pasztörözés befejezése után vegyük le a fedelet, mérjük meg a tej hőmérsékletét, és hagyjuk, hogy az a főzőedényben 40 °C-ra csökkenjen. A jó minőségű natúr joghurtot csak akkor adjuk a pasztörözött tejhez, ha a hőmérséklet elérte a 40 °C-ot (vagy alacsonyabb), ezt követően alaposan keverjük össze, majd zárjuk le az edényt.

**A joghurtkészítés fázisa:** Indítsuk el a **Joghurt (Yogurt)** programot, és készítsük el a joghurtot a kuktában. A program által beállított idő letelte után a program leáll. Osszuk el a joghurtot sterilizált üvegekbe, zárjuk le őket fedővel, és hagyjuk szobahőmérsékleten állni másnapig. A házi joghurtot ezután hűtőszekrényben tároljuk. **Hasznos tipp:** Ha más állagú joghurtot szeretnénk készíteni, a **Joghurt (Yogurt)** programot már 4 óra elteltével leállíthatjuk.

**Figyelmeztetés:** A **Joghurt (Yogurt)** programban a kijelzőn megjelenő idő kerül hozzáadásra.

**ХАРАКТЕРИСТИКА**

Электрическая мультиварка-скороварка PRESIDENT делает возможным быстрое, безопасное, комфортное и экономичное приготовление ряда любимых блюд. Оснащена ПРОГРАММАМИ СКОРОВАРКИ: птица, мясо/тушение, бобовые, рис, гарниры, супы, каши и СПЕЦИАЛЬНЫМИ ПРОГРАММАМИ: соусы, медленное приготовление, жарка, приготовление на пару, консервация, пироги, йогурт. При готовке с программами скороварки можно выбрать низкое или высокое рабочее давление, при использовании всех программ можно изменить интенсивность и время приготовления. Благодаря функции **Сохранения температуры подачи** вам не придётся снова разогревать блюда, приготовленные в электрической мультиварке-скороварке PRESIDENT, перед их последующей подачей.

**ПРОГРАММЫ СКОРОВАРКИ**



**Poultry  
Drůbež**

**ПТИЦА (POULTRY)**

Программа для термической обработки птицы.

**МАРИНОВАННАЯ КУРИЦА**



**интенсивность**  
More



<b>интенсивность</b> More	<b>давление</b> High	<b>время</b> 35 мин.
------------------------------	-------------------------	-------------------------

**Ингредиенты:** 1 целая курица, 3 ломтика масла, 2 ложки воды

**Ингредиенты для маринада:** 1 ложка приправы «Вегета», 1 ложка масла, 1 ложка соевого соуса, 2 ложки сладкого чили соуса, соль, перец

**Пошаговый рецепт:** Смешайте все ингредиенты для маринада. Курицу помойте, посолите, вотрите в неё маринад и оставьте мариноваться в закрытой посуде в холодильнике на 24 часа. Включите программу **Жарка (Fry)**, в варочную ёмкость вложите три ломтика масла и после того, как оно нагреется, обжарьте целую курицу. Добавьте две ложки воды и закройте мультиварку-скороварку. Включите программу **Птица (Poultry)**, интенсивность готовки поставьте на **Высокая (More)** и время фазы **Готовки (Cooking)** измените на **35 мин.** После завершения фазы готовки маринованная курица готова к подаче.



## МЯСО/ТУШЕНИЕ (MEAT/STEW)

Программа для термической обработки говяжьего, свиного, птичьего и бараньего мяса, дичи т. д.

### ГОВЯЖИЙ ГУЛЯШ



ИНТЕНСИВНОСТЬ

More



ИНТЕНСИВНОСТЬ

Normal

ДАВЛЕНИЕ

High

ВРЕМЯ

35 мин.



**Ингредиенты:** 1 кг говяжьего мяса на гуляш, 800 г нарезанного лука, 100 г свиного сала, 200 мл масла, 6 зубчиков чеснока, 1 ложка тмина, 1 ложка муки, 1 ложка сладкой молотой паприки, 2 ложки майорана, 2 лавровых листа, 2 ложки соли, 1 ложечка сахарной пудры, молотый перец

**Пошаговый рецепт:** В варочную ёмкость налейте 100 мл масла, добавьте сало и нарезанный лук. Включите программу **Жарка (Fry)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)**. После обжарки лука выньте его и отставьте в сторону. В варочную ёмкость добавьте оставшиеся 100 мл масла и подождите, пока оно нагреется. Натёртое тмином мясо, нарезанное на кусочки размером примерно 3 x 3 см, обжарьте в раскалённом масле, присыпьте паприкой, посолите, поперчите и добавьте обжаренный лук. В 500 мл воды разведите ложку муки и добавьте её к обжаренному мясу. Смесь тщательно перемешайте и программу **Жарка (Fry)** завершите. К обжаренному мясу добавьте лавровый лист и толчёный чеснок. Мультиварку-скороварку закройте крышкой, включите программу **Мясо/Тушение (Meat/Stew)** и приготовьте гуляш. После завершения фразы

**Готовка (Cooking)** откройте мультиварку-скороварку и перед подачей приправьте гуляш майораном и пудрой.





## БОБОВЫЕ (LEGUMES)

Программа для приготовления вареной фасоли, чечевицы, гороха, нута и т. д.

**Внимание:** Во время приготовления бобовых в Электрической мультиварке-скороварке PRESIDENT наполняйте варочную ёмкость продуктами, включая воду, **максимально до трети объёма варочной ёмкости!**

### ЧЕЧЕВИЦА



<b>интенсивность</b>	<b>давление</b>	<b>время</b>
Normal	High	5 мин.



**Пошаговый рецепт:** Чечевицу промойте и замочите предварительно на час в холодной воде. После этого снова промойте чечевицу, вложите в варочную ёмкость и залейте водой в соотношении 1 : 1. Закройте мультиварку-скороварку, включите программу **Бобовые (Legumes)**, время фазы **Готовка (Cooking)** измените на 5 минут и приготовьте чечевицу.

### ГОРОХ



<b>интенсивность</b>	<b>давление</b>	<b>время</b>
Normal	High	10 мин.



**Пошаговый рецепт:** Горох промойте и замочите предварительно на 6 часов в холодной воде. После этого снова промойте горох, вложите в варочную ёмкость и залейте водой в соотношении 1 : 1. Закройте мультиварку-скороварку, включите программу **Бобовые (Legumes)**, время фазы **Готовка (Cooking)** измените на 10 минут и приготовьте горох.

### ФАСОЛЬ



<b>интенсивность</b>	<b>давление</b>	<b>время</b>
Normal	High	30 мин.



**Пошаговый рецепт:** Фасоль промойте и замочите на ночь в холодной воде. После этого снова промойте фасоль, вложите в варочную ёмкость и залейте водой в соотношении 1 : 1. Закройте мультиварку-скороварку, включите программу **Бобовые (Legumes)** и приготовьте фасоль.

### НУТ



<b>интенсивность</b>	<b>давление</b>	<b>время</b>
More	High	40 мин.



**Пошаговый рецепт:** Нут промойте и замочите на ночь в холодной воде. После этого снова промойте нут, вложите в варочную ёмкость и залейте водой в соотношении 1 : 2 (нут : вода). Закройте мультиварку-скороварку, включите программу **Бобовые (Legumes)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)** и приготовьте нут.



## РИС (RICE)

Программа для приготовления риса.

### ПРОПАРЕННЫЙ РИС



**ИНТЕНСИВНОСТЬ**

Normal

**ДАВЛЕНИЕ**

Low

**ВРЕМЯ**

12 мин.



**Пошаговый рецепт:** В варочную ёмкость насыпьте 4–16 мерных стаканчиков риса, несколько раз промойте водой и слейте. Добавьте необходимое количество воды так, чтобы её уровень достигал обозначения, которое соответствует количеству вложенных мерных стаканчиков с рисом в правой части шкалы (**cup**). В случае необходимости посолите рис и перемешайте его ложкой для риса. Закройте мультиварку-скороварку, включите программу **Рис (Rice)** и приготовьте блюдо. **Полезный совет:** Для более твёрдого варенного риса до степени „al dente“ (так называемой «на зубок»), установите интенсивность готовки на **Низкая (Less)**, для более мягкого риса установите интенсивность готовки на **Высокая (More)**, см. таблица с перечислением программ в Инструкции по использованию.

### РИЗОТТО С ШАМПИНЬОНАМИ



**ИНТЕНСИВНОСТЬ**

Less



**ИНТЕНСИВНОСТЬ**

More

**ДАВЛЕНИЕ**

Low

**ВРЕМЯ**

15 мин.

**Ингредиенты:** 4 мерных стаканчика риса, 4 больших нарезанных шампиньона, 1 мелко нарезанный лук, 2 зубчика чеснока, 30 мл оливкового масла, 30 г масла, насыщенный овощной бульон, свежие листки тимьяна, мелко натёртый пармезан

**Пошаговый рецепт:** В варочную ёмкость поместите мелко нарезанный лук, толчёный чеснок, масло и оливковое масло. Включите программу **Жарка (Fry)**, интенсивность установите на **Низкая (Less)** и слегка обжарьте лук с чесноком. Добавьте пропаренный рис, нарезанные шампиньоны и залейте бульоном до отметки **cup 4**. Ингредиенты в варочной ёмкости тщательно перемешайте и закройте мультиварку-скороварку. Включите программу **Рис (Rice)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)** и приготовьте ризотто. Перед подачей приправьте ризотто свежими листиками тимьяна и мелко натёртым пармезаном.





Side dish  
Přílohy

## ГАРНИРЫ (SIDE DISH)

Программа для приготовления варенного картофеля, батата, овощей, макарон и т. д.

### КАРТОФЕЛЬ



Side dish  
Přílohy

интенсивность  
Less

давление  
High

время  
2 мин.



Картофель в варочной ёмкости залейте водой и посолите. Включите программу **Гарниры (Side dish)**, интенсивность готовки установите на **Низкая (Less)** и сварите картофель. **Внимание:** Время приготовления можете продлить в соответствии с сортом приготавливаемого картофеля.

### МАКАРОНЫ



Side dish  
Přílohy

интенсивность  
Normal

давление  
High

время  
половина обычного времени



Макароны в варочной ёмкости залейте водой примерно на 1 см выше поверхности макарон и посолите. Включите программу **Гарниры (Side dish)**, время фазы **Готовка (Cooking)** измените на **половину времени**, рекомендованного производителем макарон и приготовьте макароны.

### БУЛГУР



Side dish  
Přílohy

интенсивность  
More

давление  
High

время  
10 мин.



Булгур поместите в ёмкость, залейте бульоном в соотношении 1 : 2 (булгур : бульон). Включите программу **Гарниры (Side dish)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)**, время фазы **Готовка (Cooking)** измените на **10 мин.** и приготовьте булгур.



Soup  
Polévky

## СУПЫ (SOUP)

Программа для приготовления бульонов, мясных и овощных супов.

**Внимание:** При приготовлении супов, пенящихся во время приготовления, варочную ёмкость **заполняйте не более чем на половину объёма!**

### ГОВЯЖИЙ БУЛЬОН



Soup  
Polévky

**ИНТЕНСИВНОСТЬ**

More

**ДАВЛЕНИЕ**

High

**ВРЕМЯ**

1:30 часа



**Ингредиенты:** 1 кг говяжьего мяса, 2 сахарные кости, 2 л воды, 2 моркови, 1 петрушка, 100 г сельдерея, 10 см лука-порея, 3 лавровых листа, 4 шт. душистого перца, 8 шт. чёрного перца, соль

**Пошаговый рецепт:** Все ингредиенты поместите в варочную ёмкость. Включите программу **Супы (Soup)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)** и приготовьте говяжий бульон. **Полезный совет:** Чтобы приготовить говяжий бульон с еще более насыщенным и нежным вкусом, сохранив при этом ценные питательные вещества, вместо программы **Супы (Soup)** выберите программу **Медленное приготовление (Slow cook)**.

### СУП-ГУЛЯШ



Fry  
Smažení

**ИНТЕНСИВНОСТЬ**

More



Soup  
Polévky

**ИНТЕНСИВНОСТЬ**

Normal

**ДАВЛЕНИЕ**

High

**ВРЕМЯ**

30 мин.

**Ингредиенты:** 400 г свиной шеи, 400 г картофеля, 1 л овощного бульона или воды, 1 сладкий красный перец (капи), 1 морковь, нарезанная кусочками, 1 мелко нарезанный лук, 1 стебель сельдерея, нарезанный кубиками, 25 г молотой сладкой паприки, 3 лавровых листа, 2 ложки томатной пасты, 2 ложки сала, 1 ложечка молотого тмина, чеснок и майоран по вкусу, соль и перец

**Пошаговый рецепт:** Поместите сало в варочную ёмкость, включите программу **Жарка (Fry)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)**. Обжарьте лук и тмин на горячем сале, добавьте нарезанные овощи и обжарьте до золотистого цвета. После этого недолго обжарьте нарезанное небольшими кусочками посоленное и перченое мясо, добавьте пасту, всыпьте паприку и недолго обжарьте. Наконец добавьте бульон, соль и перец, добавьте лавровый лист, чеснок, майоран и закройте мультиварку-скороварку. Включите программу **Супы (Soup)** и приготовьте суп-гуляш.





Porridge  
Kaše

## КАШИ (PORRIDGE)

Программа для приготовления зерновых каш.

### ГРЕЧНЕВАЯ КАША



Porridge  
Kaše

интенсивность  
Normal

давление  
High

время  
20 мин.



**Ингредиенты:** 250 г очищенной гречки (2 мерных стаканчика для риса), 160 мл молока (1 мерный стаканчик), 40 мл кленового сиропа, 2 ложки кокосовой стружки, 20 г ванильного сахара, ложка молотой корицы, 2 щепотки соли

**Пошаговый рецепт:** Тщательно промытую гречку залейте 4 мерными стаканчиками воды в варочной ёмкости. Включите программу **Каша (Porridge)** и приготовьте гречку. После завершения фазы **Готовка (Cooking)** откройте мультиварку-скороварку. Тщательно перемешайте и подавайте в тарелках. Гречневую кашу подавайте приправленную фруктами, шоколадом, какао или корицей, и слегка её полейте растопленным маслом. **Полезный совет:** Таким же способом, как гречневую кашу, в электрической мультиварке-скороварке можно приготовить и **пшеничную кашу** (перед варкой ошпарьте пшено горячей водой).

### ОВСЯНАЯ КАША



Porridge  
Kaše

интенсивность  
Less

давление  
High

время  
5 мин.



**Ингредиенты:** 200 г овсяных хлопьев (2 мерных стаканчика), 160 мл молока (1 мерный стаканчик), 20 г ванильного сахара, 50 г масла, ложка мёда, соль

**Пошаговый рецепт:** В варочную ёмкость поместите 2 мерных стаканчика овсяных хлопьев и 4 мерных стаканчика воды. Закройте мультиварку-скороварку, включите программу **Каша (Porridge)**, интенсивность готовки установите на **Низкая (Less)** и приготовьте овсяные хлопья. После завершения фазы **Готовка (Cooking)** откройте ёмкость, добавьте 50 г масла, ложку мёда, 1 мерный стаканчик молока, ванильного сахара и 2 щепотки соли. Всё тщательно перемешайте и подавайте в тарелках, приправленные сушёными фруктами. **Полезный совет:** Таким же способом, как овсяные хлопья, вы можете приготовить **кашу из гречневых хлопьев**.



Sauce  
Omáčky

## СОУСЫ (SAUCE)

Программа для приготовления соусов, супов и т. д.

**Внимание:** В программе **Соусы (Sauce)** всегда используйте мультиварку-скороварку **без крышки!**

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

## СЫРНЫЙ СОУС



Sauce  
Omáčky

ИНТЕНСИВНОСТЬ

Less

ВРЕМЯ

5 мин.



**Ингредиенты:** 250 мл сливок (33 % жирности), 100 г плавленного сыра, 2 мясных бульона, 4 зубчика чеснока, 2 ложки муки, 1 л воды  
**Пошаговый рецепт:** В варочную ёмкость поместите литр воды и бульон. Включите программу **Соусы (Sauce)**, интенсивность готовки установите на **Низкая (Less)**. В отдельной миске взбейте до однородной массы сливки, сыр и муку и постепенно вмешайте их в нагретый бульон, чтобы не образовывались комочки. Когда соус начнет закипать, добавьте измельченный чеснок и готовьте, периодически помешивая, пока программа не завершится. **Полезный совет:** С программой **Соусы (Sauce)** в электрической мультиварке-скороварке можно приготовить и **молочные пудинги**.



Slow cook  
Pomalé vaření

## МЕДЛЕННОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ (SLOW COOK)

Программа для медленной термической обработки мяса, птицы, рыб и овощей.

## СВИНАЯ ШЕЯ В СЛИВКАХ



Fry  
Smažení

ИНТЕНСИВНОСТЬ

More



Slow cook  
Pomalé vaření

ИНТЕНСИВНОСТЬ

Less

DOBA

2 часа

**Ингредиенты:** 4 ломтика свиной шеи, 250 мл сливок (33 % жирности), 200 г натёртого твёрдого сыра, немного муки, масло для жарки, соль и перец

**Пошаговый рецепт:** Отбейте шею молотком для мяса, посолите, поперчите и обваляйте в муке. В варочную ёмкость поместите масло, включите программу **Жарка (Fry)** и интенсивность готовки установите на **Высокая (More)**. В раскалённом масле постепенно обжарьте ломтики шеи с обеих сторон, выньте их и после этого завершите программу **Жарка (Fry)**. В варочную ёмкость верните ломтики шеи в масло, в котором они жарились. Залейте их сливками и добавьте столько воды, чтобы мясо было почти полностью погружено. Закройте мультиварку-скороварку и включите программу **Медленное приготовление (Slow cook)**, интенсивность готовки установите на **Низкая (Less)** и приготовьте шею в сливках. Потом на тарелке присыпьте блюдо тёртым сыром.



Fry  
Smažení

## ЖАРКА (FRY)

Программа для приготовления жаренных блюд.

**Внимание:** В программе **Жарка (Fry)** всегда используйте мультиварку-скороварку **без крышки!**

### ЖАРЕННАЯ ЦВЕТНАЯ КАПУСТА



Fry  
Smažení

ИНТЕНСИВНОСТЬ

More

ВРЕМЯ

1 час



**Ингредиенты:** 1 головка цветной капусты, 500 мл масла для жарки, соль

**Ингредиенты для кляра:** 4 ложки молока, 2–3 яйца (по размеру цветной капусты), мука, панировочные сухари, соль

**Пошаговый рецепт:** Очистите цветную капусту, помойте, разделите на маленькие соцветия, посолите и обваляйте в кляре: сначала в муке, потом в сбитых яйцах с небольшим количеством соли и молока и наконец в панировочных сухарях. В варочную ёмкость поместите 500 мл масла и включите программу **Жарка (Fry)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)**. Подождите, пока на дисплее не отобразится надпись **Hot** и обжарьте в раскалённом масле соцветия цветной капусты со всех сторон порционно (каждая порция 10–15 минут).

### БЛИНЧИКИ ИЗ ФАСОЛИ



Fry  
Smažení

ИНТЕНСИВНОСТЬ

More

**Ингредиенты:** 250 г варёной фасоли (примерно 2 мерных стаканчика для риса), 3 яйца, 5 зубчика чеснока,

3 столовых ложки муки, 1 ложка тмина, 1 ложка майорана, натёртый твёрдый сыр для присыпки, масло для жарки, соль и перец

**Пошаговый рецепт:** Фасоль сварите заранее в программе **Бобовые (Legumes)**. Сваренную фасоль сцедите и поместите в блендер. Добавьте 3 яйца, 4 зубчика толчёного чеснока, 3 ложки муки, ложку тмина, ложку майорана, три четверти ложки соли и щепотку перца. Всё перемешайте, если масса слишком густая, разбавьте её молоком. Из смеси сделайте шарики, которые обваляйте в муке. В варочную ёмкость налейте масло, чтобы было покрыто дно ёмкости, включите программу **Жарка (Fry)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)** и подождите, пока на дисплее не отобразится надпись **Hot**. Фасолевыми шариками вкладывайте в горячее масло и с помощью ложки формируйте из них блинчики, которые обжарьте с двух сторон. Горячие блинчики потрите раздавленным чесноком с солью, смешанным с маслом и водой, перед подачей посыпьте сыром.



## ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА ПАРУ (STEAM)

Программа для приготовления на пару мяса, рыбы, овощей, блюдо из тест и т. д.

**Внимание:** В программе **Приготовление на пару (Steam)** используйте мультиварку-скороварку всегда с **вложенной паровой корзиной!**

## КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С ЙОГУРТОМ



**ИНТЕНСИВНОСТЬ**

Normal

**ДАВЛЕНИЕ**

Low

**ВРЕМЯ**

10 мин.



**Ингредиенты:** 6 картофелин в кожуре, 2 моркови, 1 петрушка, 1 лук, зелёный лук, 1 маленький красный перец, 2 маринованных огурца, 100 г белого йогурта, ложка сахарной пудры, сок половины лимона, соль и перец

**Пошаговый рецепт:** Хорошо помытые неочищенные картофелины, очищенную морковь, петрушку и очищенную луковичу поместите в паровую корзину в варочную ёмкость, добавьте 300 мл воды и закройте мультиварку-скороварку. Включите программу **Приготовление на пару (Steam)** и приготовьте картофель и овощи на пару. Очистите частично остывший картофель и нарежьте его вместе со сваренными овощами. Добавьте другие мелко нарезанные ингредиенты: зелёный лук, красный перец и маринованные огурцы. Добавьте йогурт, соль и перец, влейте 160 мл заправки (1 мерный стаканчик) из воды с ложкой сахара и лимонным соком, и слегка перемешайте.



## КОНСЕРВАЦИЯ (PRESERVING)

Программа для консервации фруктов, овощей, мяса, грибов и готовых блюд.

## КОНСЕРВИРОВАННОЕ СВИНОЕ МЯСО



**ИНТЕНСИВНОСТЬ**

More

**ДАВЛЕНИЕ**

High

**ВРЕМЯ**

1 час



**Ингредиенты:** 1 кг свиной брюшины без кости, 1 кг свиной лопатки, 35 г соли, перец по вкусу

**Пошаговый рецепт:** Свиное мясо, нарезанное на кусочки, посолите, поперчите, тщательно перемешайте и оставьте в холодильнике до следующего дня. На следующий день поместите в чистые банки для консервации, которые закройте крышкой. На дно варочной ёмкости поместите бумагу для выпечки. На бумагу для выпечки поместите банки для консервации, которые залейте до трёх четвертей их высоты водой. Закройте мультиварку-скороварку, включите программу **Консервация (Preserving)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)** и время фазы **Готовка (Cooking)** измените на **1:00 час**. После завершения программы выньте банки из варочной ёмкости и оставьте их постоять до следующего дня при комнатной температуре. На следующий день консервацию повторите.

## КОНСЕРВАЦИЯ ДРУГИХ ПРОДУКТОВ

При консервации других продуктов действуйте также, как при консервации свиного мяса. Следите за тем, чтобы все банки, помещённые в варочную ёмкость были погружены в воду хотя бы на 3 см.

Интенсивность и время консервирования для отдельных видов продуктов установите следующим образом (см. таблица):

Продукт	Интенсивность готовки	Время консервирования
Ягоды	Less	5 мин
Джемы	Less	5 мин
Косточковые фрукты	Normal	10 мин
Овощи	More	30 мин
Грибы	More	15 мин
Готовые блюда	More	30 мин
Сырое мясо	More	60 мин

**Полезный совет:** Перед началом консервирования мяса, копчёностей, паштетов и т. д., добавьте в воду в варочной ёмкости ложку уксуса. Банку с консервированными продуктами не будут после окончания приготовления жирными и вы легко и безопасно извлечёте их из варочной ёмкости.



Cake  
Moučníky

### ПИРОГИ (CAKE)

Программа для приготовления пирогов.

## МАКОВЫЙ ПИРОГ



Cake  
Moučníky

интенсивность  
More

давление  
High

время  
1 час



**Ингредиенты:** 200 г молотого мака, 200 г муки, 200 г сахарного песка, 200 мл полужирного молока, 100 мл подсолнечного масла, 2 яйца, 40 г ванильного сахара, 12 г разрыхлителя, ложка корицы, цедра одного лимона, щепотка соли

**Пошаговый рецепт:** Дно варочной ёмкости смажьте малом и поместите на него бумагу для выпечки. Отдельно смешайте все сыпучие ингредиенты, включая цедру лимона и приготовьте тесто, добавьте молоко, масло и яйца и всё тщательно перемешайте. Смесь вылейте в варочную ёмкость с вложенной бумагой для выпечки и закройте мультиварку-скороварку. Включите программу **Пирог (Cake)**, интенсивность готовки установите на **Высокая (More)** и испеките маковый пирог. После окончания выпекания, оставьте пирог остывать в варочной ёмкости, а после этого аккуратно извлеките.



Yogurt  
Jogurt

## ЙОГУРТ (YOGURT)

Программа для приготовления домашнего йогурта.

**Внимание:** В программе **Йогурт (Yogurt)** используйте мультиварку-скороварку с регулятором рабочего давления, всегда установленным в положение **Выпуск пара (Venting)**.

### ДОМАШНИЙ ЙОГУРТ

#### Фаза пастеризации молока



Yogurt  
Jogurt

интенсивность

More

степень

boil

#### Фаза приготовления йогурта



Yogurt  
Jogurt

интенсивность

Normal

время

8 часа



**Ингредиенты:** 1 л жирного молока, 180 г качественного белого йогурта с большим содержанием йогуртовых культур

**Фаза пастеризации молока:** Варочную ёмкость с литром молока вставьте в мультиварку-скороварку и закройте крышкой. Регулятор давления установите в положение **Выпуск пара (Venting)**. Включите программу **Йогурт (Yogurt)** и интенсивность готовки установите на **Высокая (More)**. На дисплее отобразится надпись **boil** и молоко будет в мультиварке-скороварке примерно 20 минут нагреваться и пастеризоваться. После окончания пастеризации на дисплее на короткое время отобразится надпись **Yogt** и программа завершится.

**Добавление йогурта в пастеризованное молоко:** После окончания пастеризации снимите крышку, измерьте температуру молока и оставьте его в варочной ёмкости остывать до температуры 40 °С. Только после достижения температуры 40 °С (или ниже) в пастеризованное молоко добавьте качественный белый йогурт, хорошо перемешайте и закройте мультиварку-скороварку.

**Фаза приготовления йогурта:** Включите программу **Йогурт (Yogurt)** и приготовьте его в мультиварке-скороварке. После истечения установленного программой времени программа завершится. Йогурт разделите по стерилизованным баночкам, закройте их крышкой и оставьте их постоять до следующего дня при комнатной температуре. После этого храните домашний йогурт в холодильнике. **Полезный совет:** Если хотите приготовить йогурт другой консистенции, можете его приготовление в программе **Йогурт (Yogurt)** завершить уже после 4 часов.

**Внимание:** В программе **Йогурт (Yogurt)** время, отображаемое на дисплее будет прибавляться.

## ХАРАКТЕРИСТИКА

Електрична мультиварка-скороварка PRESIDENT уможливиює швидке, безпечне, комфортне та економічне приготування низки улюблених страв. Оснащена ПРОГРАМАМИ СКОРОВАРКИ: птах, м'ясо / тушкування, бобові, рис, гарніри, супи, каші та СПЕЦІАЛЬНИМИ ПРОГРАМАМИ: соуси, повільне приготування, смаження, приготування на пару, консервація, пироги, йогурт. При готуванні з програмами скороварки можна вибрати низький або високий робочий тиск, при використанні всіх програм можна змінити інтенсивність та час приготування. Завдяки функції **Збереження температури подачі** вам не доведеться знову розігрівати страви, приготовлені в електричній мультиварці-скороварці PRESIDENT, перед їхньою подачею.

## ПРОГРАМИ СКОРОВАРКИ

Poultry  
Drůbež

## ПТАХ (POULTRY)

Програма для термічної обробки птиці.

## МАРИНОВАНА КУРКА

Fry  
Smažení

інтенсивність

More

Poultry  
Drůbež

інтенсивність

More

тиск

High

час

35 хв.



**Інгредієнти:** 1 ціла курка, 3 скибочки масла, 2 ложки води

**Інгредієнти для маринаду:** 1 ложка приправи «Vegeta», 1 ложка олії, 1 ложка соєвого соусу, 2 ложки солодкого чилі соусу, сіль, перець

**Спосіб приготування:** Змішайте усі інгредієнти для маринаду. Курку помийте, посоліть, втрийте маринад і залиште мариноватися в закритому посуді в холодильнику на 24 години. Увімкніть програму **Смаження (Fry)**, у варильну ємність вкладіть три скибочки масла і після того, як воно нагріється, обсмажте цілу курку. Додайте дві ложки води та закрийте мультиварку-скороварку. Увімкніть програму **Птах (Poultry)**, інтенсивність готування поставте на **Висока (More)** і час фази **Готування (Cooking)** змініть на **35 хв.** Після завершення фази готування маринована курка готова до подачі.



## М'ЯСО/ТУШКУВАННЯ (MEAT/STEW)

Програма для термічної обробки яловичини, свинини, м'яса птиці та баранини, дичини тощо.

### ЯЛОВИЧИЙ ГУЛЯШ



інтенсивність

More



інтенсивність

Normal

тиск

High

час

35 хв.



**Інгредієнти:** 1 кг яловичого м'яса на гуляш, 800 г нарізаного цибулі, 100 г свинячого сала, 200 мл олії, 6 зубчиків часнику, 1 ложка кмину, 1 ложка борошна, 1 ложка солодкої меленої паприки, 2 ложки майорану, 2 лаврових листа, 2 ложки солі, 1 ложечка цукрової пудри, мелений перець

**Спосіб приготування:** У варильну ємність налейте 100 мл олії, додайте сало та нарізану цибулю. Увімкніть програму **Смаження (Fry)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)**. Після обсмажування цибулі вийміть її і відставте убік. У варильну ємність додайте 100 мл масла, що залишилися, і зачекайте, поки воно нагріється. Натерте кмином м'ясо, нарізане на шматочки розміром приблизно 3 x 3 см, обсмажте в олії, присипте паприкою, посоліть, поперчіть і додайте обсмажену цибулю. У 500 мл води розведіть ложку борошна і додайте до обсмаженого м'яса. Суміш ретельно перемішайте і програму **Смаження (Fry)** завершіть. До обсмаженого м'яса додайте лавровий лист і товчений часник. Мультиварку-скороварку закрийте кришкою, увімкніть програму **М'ясо/Тушкування (Meat/Stew)** і приготуйте гуляш. Після завершення фрази **Готування (Cooking)** відкрийте мультиварку-скороварку і перед подачею приправте гуляш майораном і пудрою.







## БОБОВИ (LEGUMES)

Програма для приготування вареної квасолі, сочевиці, гороху, нуту тощо.

**Увага:** Під час приготування бобових в Електричній мультиварці-скороварці PRESIDENT наповнюйте варильну ємність продуктами, включаючи воду, **найбільше до третини об'єму варильної ємності!**

### СОЧЕВИЦЯ



інтенсивність	тиск	час
Normal	High	5 хв.



**Спосіб приготування:** Сочевицю промийте та замочіть попередньо на годину у холодній воді. Після цього знову промийте сочевицю, вкадіть у варильну ємність і залийте водою у співвідношенні 1 : 1. Закрийте мультиварку-скороварку, увімкніть програму **Бобові (Legumes)**, час фази **Готування (Cooking)** змініть на 5 хвилині і приготуйте сочевицю.

### ГОРОХ



інтенсивність	тиск	час
Normal	High	10 хв.



**Спосіб приготування:** Горох промийте та замочіть попередньо на 6 годин у холодній воді. Після цього знову промийте горох, вкадіть у варильну ємність і залийте водою у співвідношенні 1 : 1. Закрийте мультиварку-скороварку, увімкніть програму **Бобові (Legumes)**, час фази **Готування (Cooking)** змініть на 10 хвилині і приготуйте горох.

### КВАСОЛЯ



інтенсивність	тиск	час
Normal	High	30 хв.



**Спосіб приготування:** Квасолю промийте та замочіть на ніч у холодній воді. Після цього знову промийте квасолю, вкадіть у варильну ємність і залийте водою у співвідношенні 1 : 1. Закрийте мультиварку-скороварку, увімкніть програму **Бобові (Legumes)** і приготуйте квасолю.

### НУТ



інтенсивність	тиск	час
More	High	40 хв.



**Спосіб приготування:** Нут промийте та замочіть на ніч у холодній воді. Після цього знову промийте нут, вкадіть у варильну ємність і залийте водою у співвідношенні 1 : 2 (нут : вода). Закрийте мультиварку-скороварку, увімкніть програму **Бобові (Legumes)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)** і приготуйте нут.



## РИС (RICE)

Програма для приготування рису.

### ПРОПАРЕНИЙ РИС



**інтенсивність**  
Normal

**тиск**  
Low

**час**  
12 хв.



**Спосіб приготування:** У варильну ємність насипте 4–16 мірних ємностей рису, кілька разів промийте водою і злийте. Додайте необхідну кількість води так, щоб її рівень досягав позначення, яке відповідає кількості вкладених мірних ємностей з рисом у правій частині шкали («**cup**»). У разі потреби посоліть рис і перемішайте ложкою для рису. Закрийте мультиварку-скороварку, увімкніть програму **Рис (Rice)** і приготуйте страву. **Корисна порада:** Для більш твердого вареного рису до ступеня «al dente» (так званого «на зубок»), встановіть інтенсивність готування на **Низька (Less)**, для більш м'якого рису встановіть інтенсивність готування на **Висока (More)**, див. таблицю з переліком програм в Інструкції для користувача.

### РІЗОТО З ПЕЧЕРИЦЯМИ



**інтенсивність**  
Less



**інтенсивність**  
More

**тиск**  
Low

**час**  
15 хв.

**Інгредієнти:** 4 мірних ємностей рису, 4 великих нарізаних печериці, 1 дрібно нарізану цибулю, 2 зубчики часнику, 30 мл оливкової олії, 30 г масла, насичений овочевий бульйон, свіжі листки чебрецю, дрібно натертий пармезан

**Спосіб приготування:** В ємність помістіть дрібно нарізану цибулю, товчений часник, масло та оливкову олію. Увімкніть програму **Смаження (Fry)**, інтенсивність встановіть на **Низька (Less)** і злегка обсмажте цибулю з часником. Додайте пропарений рис, нарізані печериці та залийте бульйоном до позначки **cup 4**. Інгредієнти у варильній ємності ретельно перемішайте та закрийте мультиварку-скороварку. Увімкніть програму **Рис (Rice)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)** і приготуйте ризото. Перед подачею приправте ризото свіжими листочками чебрецю і дрібно натертим пармезаном.





Side dish  
Přílohy

## ГАРНІРИ (SIDE DISH)

Програма для приготування вареної картоплі, батату, овочів, макаронів тощо.

### КАРТОПЛЯ



Side dish  
Přílohy

інтенсивність  
Less

тиск  
High

час  
2 хв.



Картопля у варильній ємності залийте водою та посоліть. Увімкніть програму **Гарніри (Side dish)**, інтенсивність готування встановіть на **Низька (Less)** і зваріть картоплю. **Увага:** Час приготування можете продовжити відповідно до сорту картоплі, що готується.

### МАКАРОНИ



Side dish  
Přílohy

інтенсивність  
Normal

тиск  
High

час  
половина звичайного часу



Макарони у варильній ємності залийте водою приблизно на 1 см вище поверхні макаронів і посоліть. Увімкніть програму **Гарніри (Side dish)**, час фази **Готування (Cooking)** змініть на **половину часу**, рекомендованого виробником макаронів і приготуйте макарони.

### БУЛГУР



Side dish  
Přílohy

інтенсивність  
More

тиск  
High

час  
10 хв.



Булгур помістіть у ємність, залийте бульйоном у співвідношенні 1 : 2 ( булгур : бульйон). Увімкніть програму **Гарніри (Side dish)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)**, час фази **Готування (Cooking)** змініть на **10 хв.** і приготуйте булгур.



Soup  
Polévky

## СУПИ (SOUP)

Програма для приготування бульйонів, м'ясних та овочевих супів.

**Увага:** При приготуванні супів, що піняться під час приготування, варильну ємність заповнюйте **не більше ніж на половину об'єму!**

## ЯЛОВИЧИЙ БУЛЬЙОН



Soup  
Polévky

інтенсивність

More

тиск

High

час

1:30 год.



**Інгредієнти:** 1 кг яловичини, 2 цукрові кісточки, 2 л води, 2 моркви, 1 петрушка, 100 г селери, 10 см цибулі-порею, 3 лаврові листи, 4 шт. запашного перецю, 8 шт. чорного перецю, сіль

**Спосіб приготування:** Усі інгредієнти помістіть у варильну ємність. Увімкніть програму **Супи (Soup)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)** і приготуйте яловичий бульйон. **Корисна порада:** Щоб приготувати яловичий бульйон з ще більш насиченим і ніжним смаком, зберігши при цьому цінні поживні речовини, замість програми **Супи (Soup)** виберіть програму **Повільне приготування (Slow cook)**.

## СУП-ГУЛЯШ



Fry  
Smažení

інтенсивність

More



Soup  
Polévky

інтенсивність

Normal

тиск

High

час

30 хв.



**Інгредієнти:** 400 г свинячої шні, 400 г картоплі, 1 л овочевого бульйону або води, 1 солодкий червоний перець (капі), 1 морква, нарізана шматочками, 1 дрібно нарізана цибуля, 1 стебло селери, нарізане кубиками, 25 г меленої солодкої паприки, 3 лаврових листи, 2 ложки томатної пасты, 2 ложки сала, 1 ложечка меленого кмину, часник і майоран за смаком, сіль та перець

**Спосіб приготування:** Помістіть сало у варильну ємність, увімкніть програму **Смаження (Fry)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)**. Обсмажте цибулю та кмин на гарячому салі, додайте нарізані овочі та обсмажте до золотистого кольору. Після цього недовго обсмажте нарізане невеликими шматочками посолене і перчене м'ясо, додайте пасту, всипте паприку і недовго обсмажте. Нарешті додайте бульйон, сіль та перець, додайте лавровий лист, часник, майоран і закрийте мультиварку-скороварку. Увімкніть програму **Супи (Soup)** і приготуйте суп-гуляш.



Porridge  
Kaše

## КАШІ (PORRIDGE)

Програма для виготовлення зернових каш.

### ГРЕЧАНА КАША



Porridge  
Kaše

інтенсивність  
Normal

тиск  
High

час  
20 хв.



**Інгредієнти:** 250 г очищеної гречки (2 мірні ємності для рису), 160 мл молока (1 мірну ємність), 40 мл кленового сиропу, 2 ложки кокосової стружки, 20 г ванільного цукру, ложечка меленої кориці, 2 щіпки солі

**Спосіб приготування:** Ретельно промитугречку залийте 4 мірними ємностями води у варильній ємності. Увімкніть програму **Каші (Porridge)** і приготуйте гречку. Після завершення фази **Готування (Cooking)** відкрийте мультиварку-скороварку. Ретельно перемішайте та подавайте в тарілках. Гречану кашу подавайте приправлену фруктами, шоколадом, какао або корицею, і злегка полийте її розтопленим маслом. **Корисна порада:** Таким самим способом, як гречану кашу, в електричній мультиварці-скороварці можна приготувати і **пшоняну кашу** (перед варінням ошпарте пшоно гарячою водою).

### ВІВСЯНА КАША



Porridge  
Kaše

інтенсивність  
Less

тиск  
High

час  
5 хв.



**Інгредієнти:** 200 г вівсяних пластівців (2 мірні ємності), 160 мл молока (1 мірну ємність), 20 ванільного цукру, 50 г масла, ложка меду, сіль

**Спосіб приготування:** У варильну ємність помістіть 2 мірні ємності вівсяних пластівців і 4 мірні ємності води. Закрийте мультиварку-скороварку, увімкніть програму **Каші (Porridge)**, інтенсивність готування встановіть на **Низька (Less)** і приготуйте вівсяні пластівці. Після завершення фази **Готування (Cooking)** відкрийте ємність, додайте 50 г масла, ложку меду, 1 мірну ємність молока, ванільний цукор і 2 щіпки солі. Все ретельно перемішайте та подавайте у тарілках, приправлені сушеними фруктами. **Корисна порада:** Таким самим способом, як вівсяні пластівці, ви можете приготувати **кашу з гречаних пластівців**.



Sauce  
Omáčky

## СОУСИ (SAUCE)

Програма для приготування соусів, супів тощо.

**Увага:** У програмі **Соуси (Sauce)** завжди використовуйте мультиварку-скороварку **без кришки!**

СПЕЦІАЛЬНІ ПРОГРАМИ

## СИРНИЙ СОУС



Sauce  
Omáčky

інтенсивність

Less

час

5 хв.



**Інгредієнти:** 250 мл вершків (33 % жирності), 100 г плавленого сиру, 2 м'ясних бульйону, 4 зубчики часнику, 2 ложки борошна, 1 л води

**Спосіб приготування:** У варильну ємність помістіть літр води та бульйон. Увімкніть програму **Соуси (Sauce)**, інтенсивність готування встановіть на **Низька (Less)**. В окремій мисці збийте до однорідної маси вершки, сир і борошно, і поступово вмішайте їх в нагрітий бульйон, щоб не утворювалися грудочки. Коли соус почне закипати, додайте подрібнений часник і готуйте, періодично помішуючи, поки програма не завершиться. **Корисна порада:** З програмою **Соуси (Sauce)** в електричній мультиварці-скороварці можна приготувати і **молочні пудинги**.



Slow cook  
Pomalé vaření

## ПОВІЛЬНЕ ПРИГОТУВАННЯ (SLOW COOK)

Програма для повільної термічної обробки м'яса, птиці, риб та овочів.

## СВИНЯЧА ШИЯ У ВЕРШКАХ



Fry  
Smažení

інтенсивність

More



Slow cook  
Pomalé vaření

інтенсивність

Less

час

2 год.

**Інгредієнти:** 4 скибочки свинячої ший, 250 мл вершків (33 % жирності), 200 г натертого твердого сиру, трохи борошна, олія для смаження, сіль та перець

**Спосіб приготування:** Відбийте шию молотком для м'яса, посоліть, поперчіть і обваляйте у борошні. У варильну ємність помістіть олію, увімкніть програму **Смаження (Fry)** і інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)**. У розпеченій олії поступово обсмажте скибочки ший з обох боків, вийміть їх, і після цього завершіть програму **Смаження (Fry)**. У варильну ємність поверніть скибочки ший в олію, в якій вони смажилися. Залийте вершками і додайте стільки води, щоб м'ясо було майже повністю занурене. Закрийте мультиварку-скороварку та увімкніть програму **Повільне приготування (Slow cook)**, інтенсивність готування встановіть на **Низька (Less)** і приготуйте шию у вершках. Потім на тарілці присипте страву тертим сиром.



Fry  
Smažení

## СМАЖЕННЯ (FRY)

Програма для приготування смажених страв.

**Увага:** У програмі **Смаження (Fry)** завжди використовуйте мультиварку-скороварку **без кришки!**

### СМАЖЕНА ЦВІТНА КАПУСТА



Fry  
Smažení

інтенсивність

Більше

час

1 год.



**Інгредієнти:** 1 головка цвітної капусти, 500 мл олії для смаження, сіль

**Інгредієнти для кляру:** 4 ложки молока, 2–3 яйця (за розміром цвітної капусти), борошно, панірувальні сухарі, сіль

**Спосіб приготування:** Очистіть цвітну капусту, помийте, розділіть на маленькі суцвіття, посоліть і обваляйте в клярі: спочатку в борошні, потім у збитих яйцях з невеликою кількістю солі та молока і нарешті в панірувальних сухарях. У варильну ємність помістіть 500 мл олії і включіть програму **Смаження (Fry)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)**. Зачекайте, доки на дисплеї не відобразиться напис **Hot** і обсмажте в розпеченій олії суцвіття цвітної капусти з усіх боків порційно (кожна порція 10–15 хвилин).

### МЛИНЦІ З КВАСОЛІ



Fry  
Smažení

інтенсивність

More

**Інгредієнти:** 250 г вареної квасолі (приблизно 2 мірні ємності для рису), 3 яйця, 5 зубчиків часнику, 3 столові ложки борошна, 1 ложечка кмину, 1 ложечка майорану, натертий твердий сир для присипки, олія для смаження, сіль та перець

**Спосіб приготування:** Квасолі зваріть заздалегідь у програмі **Бобові (Legumes)**. Зварену квасолі зцідіть і помістіть у блендер. Додайте 3 яйця, 4 зубчики товченого часнику, 3 ложки борошна, ложечку кмину, ложечку майорану, три четвірі ложечки солі та дрібку перцю. Все перемішайте, якщо маса занадто густа, розбавте її молоком. З суміші зробіть кульки, які обваляйте в борошні. У варильну ємність налейте масло, щоб було покрито дно ємності, увімкніть програму **Смаження (Fry)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)** і зачекайте, поки на дисплеї не відобразиться напис **Hot**. Кульки з квасолі вкладайте в гарячу олію і за допомогою ложки формуйте з них млинці, які обсмажте з двох боків. Гарячі млинці потріть роздавленим часником із сіллю, змішаним з олією та водою, перед подачею посипте сиром.



## ПРИГОТУВАННЯ НА ПАРУ (STEAM)

Програма для приготування на пару м'яса, риби, овочів, страв із тіста тощо.

**Увага:** У програмі **Приготування на пару (Steam)** використовуйте мультиварку-скороварку завжди з **вкладеним паровим кошиком!**

## КАРТОПЛЯНИЙ САЛАТ ІЗ ЙОГУРТОМ



інтенсивність

Normal

тиск

Low

час

10 хв.



**Інгредієнти:** 6 картоплин у шкірці, 2 моркви, 1 петрушка, 1 цибуля, зелена цибуля, 1 маленький червоний перець, 2 мариновані огірки, 100 г білого йогурту, ложка цукрової пудри, сік половини лимона, сіль та перець

**Спосіб приготування:** Добре помиті неочищені картоплини, очищену моркву, петрушку та очищену цибулю помістіть у паровому кошику у варильну ємність, додайте 300 мл води та закрийте мультиварку-скороварку. Увімкніть програму **Приготування на пару (Steam)** і приготуйте картоплю та овочі на пару. Частково охолоджену картоплю очистіть і наріжте разом з відвареними овочами. Додайте інші дрібно нарізані інгредієнти: зелену цибулю, червоний перець та мариновані огірки. Додайте йогурт, сіль та перець, влийте 160 мл заправки (1 мірну ємність) з води з ложкою цукру та лимонним соком, і злегка перемішайте.



## КОНСЕРВАЦІЯ (PRESERVING)

Програма для консервації фруктів, овочів, м'яса, грибів та готових страв.

## КОНСЕРВОВАНЕ СВИНЯЧЕ М'ЯСО



інтенсивність

More

тиск

High

час

1 год.



**Інгредієнти:** 1 кг свинячої очеревици без кістки, 1 кг свинячої лопатки, 35 г солі, перець за смаком

**Спосіб приготування:** Свиняче м'ясо, нарізане на шматочки, посоліть, поперчіть, ретельно перемішайте і залиште в холодильнику до наступного дня. Наступного дня помістіть у чисті банки для консервації, які закрийте кришкою. На дно варильного ємності помістіть папір для випічки. На папір для випічки помістіть консервовані банки, які залийте до трьох четвертих їхньої висоти водою. Закрийте мультиварку-скороварку, увімкніть програму **Консервація (Preserving)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)** і час фази **Готування (Cooking)** змініть на **1:00 год.** Після завершення програми вийміть банки з варильної ємності та залиште їх постояти до наступного дня за кімнатної температури. Наступного дня консервацію повторіть.



## КОНСЕРВАЦІЯ ІНШИХ ПРОДУКТІВ

При консервації інших продуктів дійте так само, як і при консервації свинячого м'яса. Слідкуйте за тим, щоб усі банки, поміщені у варильну ємність, були занурені у воду хоча б на 3 см.

Інтенсивність та час консервування для окремих видів продуктів встановіть наступним чином (див. таблиця):

Продукт	Інтенсивність готування	Час консервування
Ягоди	Less	5 хв.
Джеми	Less	5 хв.
Кісточкові фрукти	Normal	10 хв.
Овочі	More	30 хв.
Гриби	More	15 хв.
Готові страви	More	30 хв.
Сире м'ясо	More	60 хв.

**Корисна порада:** Перед початком консервування м'яса, копченостей, паштетів тощо, додайте у варильній ємності ложку оцту. Банку з консервованими продуктами не будуть після закінчення приготування жирними і ви легко і безпечно витягнете їх з варильного ємності.



Cake  
Moučniky

### ПИРОГИ (CAKE)

Програма для приготування пирогів.

## МАКОВИЙ ПИРІГ



Cake  
Moučniky

ІНТЕНСИВНІСТЬ  
More

ТИСК  
High

ЧАС  
1 год.



**Інгредієнти:** 200 г меленого маку, 200 г борошна, 200 г цукрового піску, 200 мл напівжирного молока, 100 мл соняшникової олії, 2 яйця, 40 г ванільного цукру, 12 г розпушувача, ложка кориці, цедра одного лимона, щіпка солі

**Спосіб приготування:** Дно варильної ємності змастіть олією і помістіть на нього папір для випікання. Змішайте окремо усі сипучі інгредієнти, включаючи цедру лимона та приготуйте тісто, додайте молоко, олію та яйця і все ретельно перемішайте. Суміш вилийте у варильну ємність із вкладеним папером для випічки та закрийте мультиварку-скороварку. Увімкніть програму **Пирогі (Cake)**, інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)** і випікайте маковий пиріг. Після закінчення випікання, залиште пиріг остигати у варильній ємності, а після цього акуратно вийміть.



Yogurt  
Jogurt

## ЙОГУРТ (YOGURT)

Програма для приготування йогурту.

**Увага:** У програмі **Йогурт (Yogurt)** використовуйте мультиварку-скороварку з регулятором робочого тиску, завжди встановленим у положення **Випуск пари (Venting)**.

## ДОМАШНІЙ ЙОГУРТ

### Фаза пастеризації молока



Yogurt  
Jogurt

інтенсивність

Більше

ступінь

*boil*

### Фаза приготування йогурту



Yogurt  
Jogurt

інтенсивність

Normal

час

8 год.



**Інгредієнти:** 1 л жирного молока, 180 г якісного білого йогурту з великим вмістом йогуртових культур

**Фаза пастеризації молока:** Варильну ємність з літром молока вставте в мультиварку-скороварку і закрийте кришкою. Регулятор тиску встановіть у положення **Випуск пари (Venting)**. Увімкніть програму **Йогурт (Yogurt)** і інтенсивність готування встановіть на **Висока (More)**. На дисплеї з'явиться напис *boil* і молоко в мультиварці-скороварці приблизно 20 хвилин нагріватиметься і пастеризуватиметься. Після закінчення пастеризації на дисплеї на короткий час з'явиться напис **Yogt** і програма завершиться.

**Додавання йогурту в пастеризоване молоко:** Після закінчення пастеризації зніміть кришку, виміряйте температуру молока і залиште його у варильній ємності остигати до температури 40 °С. Тільки після досягнення температури 40 °С (або нижче) до пастеризованого молока додайте якісний білий йогурт, добре перемішайте і закрийте мультиварку-скороварку.

**Фаза приготування йогурту:** Увімкніть програму **Йогурт (Yogurt)** і приготуйте його в мультиварці-скороварці. Після закінчення встановленого програмою часу програма завершиться. Йогурт розділіть по стерилізованих баночках, закрийте їх кришкою і залиште постояти до наступного дня при кімнатній температурі. Після цього зберігайте домашній йогурт у холодильнику. **Корисна порада:** Якщо хочете приготувати йогурт іншої консистенції, можете його приготування в програмі **Йогурт (Yogurt)** завершити вже після 4 годин.

**Увага:** У програмі **Йогурт (Yogurt)** час, що відображається на дисплеї, буде додаватися.

Electric pressure cooker **PRESIDENT 5.5 l**, multifunctional  
Elektrický tlakový hrniec **PRESIDENT 5,5 l**, multifunkčný  
Pentola a pressione elettrica **PRESIDENT 5,5 l**, multifunzione  
Olla a presión eléctrica **PRESIDENT 5,5 l**, multifunción  
Panela de pressão eléctrica **PRESIDENT 5,5 l**, multifunções  
Elektrischer Multi-Schnellkochtopf **PRESIDENT 5,5 l**  
Autocuiseur électrique **PRESIDENT 5,5 l**, multifonction  
Elektryczny szybkowar **PRESIDENT 5,5 l**, wielofunkcyjny  
Elektrický tlakový hrniec **PRESIDENT 5,5 l**, multifunkčný  
**PRESIDENT** elektromos kukta **5,5 l**, multifunkciós  
Электрическая мультиварка-скороварка **PRESIDENT 5,5 л**, многофункциональная  
Elektrichna мультиварка-скороварка **PRESIDENT 5,5 л**, багатofunkціональна

Art.: 909070

**tescoma®**



TESCOMA s.r.o., U Tescomy 241, 760 01 Zlín, Česká republika  
Distribuito da: TESCOMA S.p.A., Via Traversa Caduti del Lavoro 3, Cazzago, S. Martino (BS), Italia  
Distribuido por: TESCOMA España, S.L., P.I.Riodel, C/Moli Nou, Parc.E4, 03110 Mutxamel, Alicante, España  
Distribuido por: TESCOMA Portugal Lda, Rua 25 de Abril 215, Espargo, Sta. Maria da Feira, Portugal  
Dystrybucja: TESCOMA Polska Sp. z o.o., Warzywna 14, Katowice, Polska  
Distribútor: TESCOMA s.r.o., Nimnická cesta 1495/21, Púchov, Slovenská republika  
Дистрибутор: TESCOMA ТОВ "Т.Д.Т.", 2/1 В. Суса, Огєса, Україна  
Vertrieben durch: TESCOMA GmbH, Wingerstr. 18, Butzbach-Griedel, Deutschland  
Forgalmazó: TESCOMA Kft., Keveháza utca 1-3., 1115 Budapest, Magyarország  
Distributor: TESCOMA (Guangdong) household Co., Ltd., Zhihui P., Tianhe District, Guangzhou, China

designed by **tescoma**® design protected

[www.tescoma.com](http://www.tescoma.com)



AC 220–240 V 50–60 Hz 1000 W