

# Tefal®

## *Authentique*

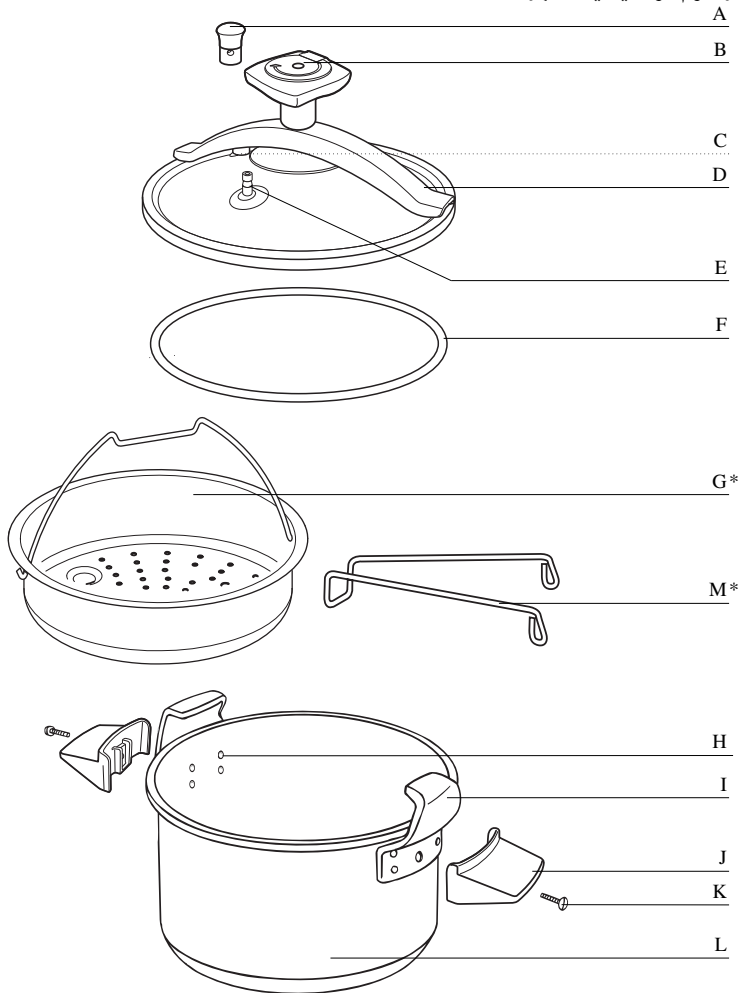
**Pressure Cooker**  
**Χύτρα Ταχύτητας**  
**Cocotte Minute**



User's manual  
Οδηγίες χρήσης  
Guide de l'utilisateur

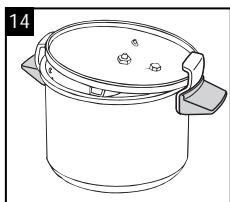
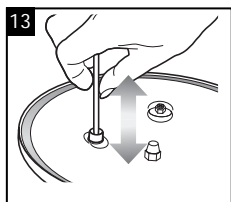
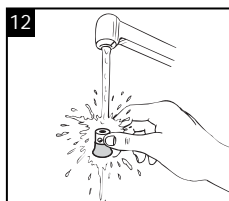
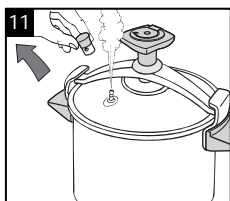
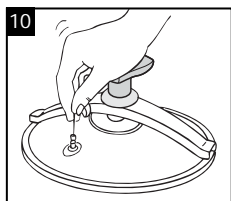
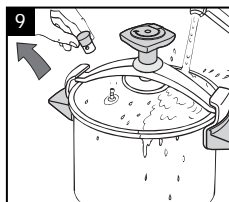
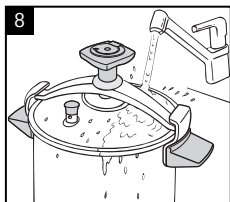
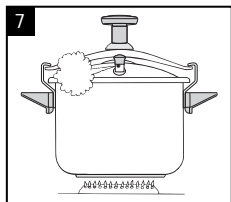
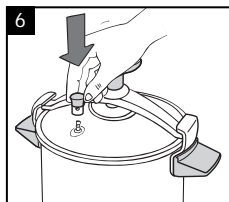
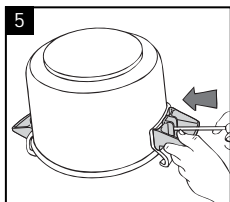
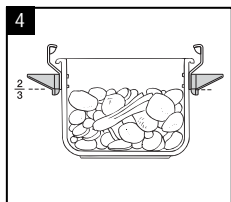
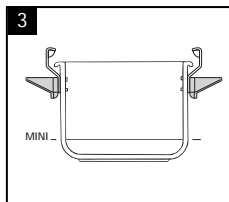
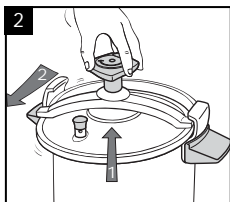
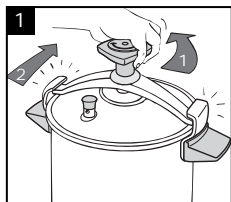
Descriptive diagram • Σχεδιάγραμμα περιγραφής • Schéma descriptif

رسوم توضيحية للأجزاء



\* depending on model • \*ανάλογα το μοντέλο • \* selon modèle •

\* حسب الموديل



## IMPORTANT SAFEGUARDS

- For your safety this appliance is compliant with applicable standards and regulations:
  - Pressure Equipment Directive
  - Materials in contact with food items
  - Environment
- This appliance has been designed for domestic home use.  
**Take the time to read all the instructions and refer to the "Instructions for use".**
- Any commercial use, inappropriate use or failure to comply with the instructions, the manufacturer accepts no responsibility and the guarantee will not apply.
- This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.
- Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- As with any cooking appliance, supervise cooking closely if using the Pressure Cooker with children nearby or certain severely disabled persons.
- Do not put your Pressure Cooker into a hot oven.
- When the Pressure Cooker is under pressure, take great care when moving it. Do not touch hot surfaces (in particular any metal or stainless steel parts, they will be very hot). Use the handles and knobs, and wear gloves if necessary. Never use the lid knob to carry your pressure cooker.
- Do not use your Pressure Cooker for any use other than that for which it is designed.
- Check regularly that the pan handles are correctly attached. Tighten them if necessary.
- Your Pressure Cooker cooks under pressure. Burns could result from boiling over if not used properly. Make sure that the Pressure Cooker is properly closed before bringing it up to pressure. (see Opening - Closing).
- Never force the Pressure Cooker open. Make sure that the inside pressure has returned to normal. See paragraph "safety".
- Never use your Pressure Cooker without liquid: this could cause serious damage. Please ensure that there is always enough liquid during cooking.
- Use heat source(s) that are compatible with your pressure cooker, in line with the instructions for use.
- Never cook a milk based recipe in your pressure cooker.
- Do not use rock salt in your pressure cooker, but rather add table salt when the cooking is nearly finished.
- Never fill your pressure cooker more than 2/3 full (maximum filling marker).
- For foods which expand during cooking, like rice, dried vegetables or stewed fruits, do not fill your pressure cooker more than half full.
- For meat with an outer layer of skin (e.g. ox tongue..), which could swell due to the effects of pressure, pierce the meat before cooking. At the end of cooking, if the skin looks swollen, wait before taking it out the cooker and never stab the meat as hot juices and steam may scald you.
- When cooking food with a thick texture (chick peas, rhubarb, compotes, etc.) the Pressure Cooker should be shaken slightly before opening to ensure that the food does not spurt out.
- Always check that valves are clear before use. See paragraph "Before cooking".
- Do not use the Pressure Cooker to fry under pressure using oil.
- Leave the safety systems alone, except for cleaning and maintenance in accordance with instructions.
- Use only the appropriate TEFAL spare parts for your model. Particularly, use only pan and lid TEFAL.
- Alcohol vapour is inflammable. Bring alcohol to the boil two minutes before putting the lid on. Watch over your appliance when making alcohol based recipes.
- Never use your pressure cooker to store acidic or salty foods, prior to and after cooking for this may damage your pressure cooker body.
- If you notice that your pressure cooker is broken or cracked, do not attempt to open it under any circumstances; wait for it to cool down completely before moving it. Do not use it again and take it to a TEFAL Approved Service Centre for repair.

## Keep these instructions

## Descriptive diagram

- A - Pressure regulator valve
- B - Tightening knob
- C - Safety valve
- D - Clamp
- E - Steam outlet
- F - Gasket
- G - Steaming basket\*

- H - Rivets
- I - Clamp hook
- J - Handle
- K - Fixing screw
- L - Pan
- M - Trivet\*

## 1 - Characteristics

### Diameter of Pressure Cooker base:

Stainless steel			
Total Capacity*	Capacity	Base Ø	Models
5.1 L	4.5 L	15.5 cm	PO 5306
6.6 L	6 L	15.5 cm	PO 5307
8.7 L	8 L	18 cm	PO 5311
11 L	10 L	20 cm	PO 5316

\*Product capacity with the lid in position.

### Technical information:

Maximum operating pressure: 55 kPa (8 psi).  
Maximum safety pressure: 110 kPa (16 psi).

### Compatible heat sources



NB: Pressure cookers are not suitable for use on Aga cookers.

- Stainless steel models can be used on all hob types, including induction.
- On an electric hob, use a hotplate of a diameter equal to or less than the diameter of the base of the Pressure Cooker.
- On a ceramic hob, make sure that the bottom of the pan is perfectly clean.
- On gas, the flame should not go beyond the base of the pan.
- For all heat sources, make sure that your pressure cooker is well centered.

### TEFAL accessories

■ The following Authentique Pressure Cooker accessories are available from your dealer:

Steam basket*	4.5 L or 6 L	Ref. 792185
	8 L or 10 L	Ref. 792654
Gasket	4.5 L or 6 L	Ref. 790141
	8 L	Ref. 790142
	10 L	Ref. 790138
Trivet*		Ref. 792691

\*depending on model

- For other spare parts or repairs contact TEFAL After Sales Service.
- Use only the appropriate TEFAL spare parts for your model.

## 2 - Closing

- Turn the tightening knob to the left to lower the clamp - **Fig 1**
- Slide the lid horizontally onto the rim of the Pressure Cooker, making sure it sits properly on the pan.
- Turn the tightening knob to the right until the clamp is in contact with the clamp hook on the Pressure Cooker.
- To ensure that the lid is locked into position, turn the tightening knob again (**at least three full turns**).

## 3 - Opening

- Turn the tightening knob to the left to lower the clamp - **Fig 2**
- Lift the lid to release it.
- Slide it horizontally away from the pan.

## 4 - Filling

**Minimum** 250 ml liquid (2 small cupfuls) - **Fig 3**

**Maximum** - Do not fill the pan over 2/3 full - **Fig 4**

### For steam cooking\*

- Use at least 750 ml of liquid.
- Place the trivet\* (M) in the base of the pan.
- Place the steaming basket\* (G) on the trivet\*

### For certain foods

- For foods which expand during cooking, such as rice, dried vegetables, or stewed fruits, do not fill your Pressure Cooker more than half full. In the case of soups we recommend you do a fast decompression.

## 5 - When using for the first time

- Turn the pan upside down to fit the handles. Place them in position, fit the screws and screw them up tightly - **Fig 5**
- After using for a few days, tighten the screws again.
- Place the pressure regulator valve on the steam outlet and press down fully - **Fig 6**
- Place the trivet\* (M) in the base of the pan.

- Place the basket\* (G) on the trivet\*.
- Fill 2/3 full with water.
- Close the Pressure Cooker.
- Place the pressure cooker on a heat source and set to maximum power.
- When steam escapes through the pressure regulator valve continuously, and a regular hissing sound (PSCHHHT) is heard, reduce the heat source and wait 20 minutes - **Fig 7**
- When the 20 minutes are up, turn off the heat.
- Reduce pressure by putting your Pressure Cooker under running water from the cold tap - **Fig 8**
- When steam no longer comes from the pressure regulator valve, lift off the pressure valve and open the lid - **Fig 9**
- Rinse the Pressure Cooker with water and dry it.
- *Use a metal scourer and a little diluted vinegar to remove any traces of scale.*

## 6 - Before cooking

- Every time you use the Pressure Cooker, first check that the steam outlet is clear - **Fig 10**
- Put the pressure regulator valve in position - **Fig 6**
- Place the pressure cooker on a heat source and set to maximum power.

## 7 - During cooking

- When the pressure regulator valve is turning regularly and emitting a hissing sound, cooking has begun. Turn down the heat - **Fig 7**
- Time cooking as indicated in the recipes.
- During cooking, check that the valve is revolving regularly and hissing. If there is not enough steam, turn the heat up slightly: if there is too much, turn it down.
- As soon as cooking time is up, turn off the heat.

## 8 - End of cooking

### To release the steam

- Once the heat has been turned off, you have two options:

□ **Slow release of pressure:** raise the valve up to the first notch on the steam outlet or remove it completely - **Fig 11**

Make sure that the cooker is positioned so that the steam is directed away from you. This method is used for stews, vegetables, meat joints and fish dishes. If you notice any food or liquid start to spray out from the valve when you are releasing steam, set the selector to cooking position then wait a minute and then gradually raise the pressure regulator valve again, making sure that nothing else spurts out.

□ **Fast pressure release:** put your pressure cooker under cold running water - **Fig 8**

This method is used for soups, rice, pasta, cake and pudding mixes, recipes containing rice or pasta and recipes with a high liquid content.

If in doubt about which method of pressure release is correct, use the fast pressure release method.

■ When steam stops coming out of the pressure regulator valve: your pressure cooker is no longer under pressure.

■ Lift off the pressure valve - **Fig 9**.

■ Open the Pressure Cooker.

**When cooking frothy or starchy foods**, do not release the pressure by raising the pressure regulator valve. Instead lift the pressure cooker away from the heat source, leave the pressure regulator valve in the cooking position and let the cooker cool slowly at room temperature (takes about 15 minutes) until the pressure indicator drops down. Reduce the recommended cooking time a little.

## 9 - Cleaning

- Wash after each use with warm water and washing-up liquid.

### To clean the inside of the pan

- Use a scourer.

### To clean the outside of the pan

- Use a sponge.

- You can put the pan and the basket in the dishwasher.

### To clean the lid

- Wash the lid under running water.

### To clean the pressure regulator valve

- Clean the pressure regulator valve in water - **Fig 12**
- Clean the steam outlet with a strong jet of water or a needle - **Fig 10**

### To clean the safety valve

- Clean the base of the safety valve inside the lid.
- Make sure that it works properly by lightly pushing on the ball which you should be able to push down without any difficulty. - **Fig 13**

*Do not use a sharp pointed object for this purpose.*

## 10 - Maintenance

### Storage of your Pressure Cooker

- Turn the lid upside down on the pan - **Fig 14**

### To ensure that your Pressure Cooker lasts as long as possible

- Avoid over-heating the pan when empty.
- The browning and marks which may appear following repeated use do not affect the operation of the pressure cooker.

- If the inside of your pan shows iridescent or white marks (scale), clean it with vinegar or with a special cleaning product for stainless steel.

#### **To clean your Pressure Cooker if it has darkened**

- Clean the pan with a special stainless steel cleaner sold in your TEFAL Approved After Sales Service Centre.

### Recommendations for use

*1 - Carefully supervise the cooking area if children are close by.*

*2 - A little steam may escape from the safety valve: this is normal.*

*3 - When releasing steam, beware of the hot jet of steam and keep your hands away.*

*4 - To move the Pressure Cooker, only carry using the handles. Never use the tightening knob (b) to move or lift it.*

*5 - Do not leave food in the Pressure Cooker.*

#### **To change the gasket**

- Make sure that you buy the correct gasket for your model
- To put the new gasket in place, please check the instructions on the back of the packaging.
- Do not cut the gasket.

*6 - Never use bleach or chlorine products.*

*7 - Never immerse the lid in water. Do not put the lid in the dishwasher.*

*8 : Change the seal every year*

*9 - Do not use a sharp pointed object to clean the valves.*

*10 - Make sure you get your pressure cooker checked in a TEFAL Approved Service Centre after 10 years of use.*

---

## Frequently Asked Questions

*1 - If you can't open the lid:*

- Check that there is no longer any pressure.
- Release pressure and lift off the pressure valve.
- If necessary, put back on the heat for a few seconds.

*2 -- If the Pressure Cooker has been heated without any liquid inside:*

- Get the Pressure Cooker checked in a TEFAL Approved After Sales Service Centre.

*3 - If there is no steam coming out of the pressure regulator valve and the Pressure Cooker makes no noise during cooking:*

- Pressure has not risen inside the Pressure Cooker. This is usual during the first few minutes of heating.

*- If the problem persists, check that:*

- The heat setting is high enough.
- The quantity of liquid in the pan is sufficient.
- The pressure regulator valve is in position.
- The Pressure Cooker is properly closed.
- The pressure regulator valve is not dirty.
- The gasket and rim of the pan are not damaged.

*4 - If the safety valve is activated:*

- Turn off the heat.
- Let the Pressure Cooker cool down.
- Release pressure and open cooker.
- Check the steam outlet, pressure regulator valve, safety valve and the gasket.

*5 - If steam leaks out around the lid, check:*

- That the lid is properly closed. If necessary, tighten it.
- That the gasket is in good condition. Replace regularly.
- That the gasket is correctly positioned inside the lid.
- That the lid, safety valve and pressure regulator valve are clean.
- That the rim of the pan is not damaged.

*6 - If food is under-cooked or burnt, check:*

- Cooking times.
- That the heat setting is high enough.
- Correct positioning of pressure regulator valve.
- Quantity of liquid.

*7 - If food has been burnt in the Pressure Cooker:*

- Fill the pan with water and leave for a little while before cleaning it.
- Never use bleach or chlorine products.

## Safety

Your pressure cooker is equipped with several safety devices, 2 of which are for overpressure:

- First device: the safety valve releases the pressure and steam escapes from under the module.
- Second device: steam flows from between the lid and the pan.

If one safety system is activated:

- Turn the heat source off.
- Let the pressure cooker cool down.
- Open it.
- Check the steam outlet, pressure regulator valve, safety valve and the gasket.

## Guarantee

- TEFAL pressure cookers have a **10 year guarantee** from the date of purchase against any faulty materials or workmanship related to the pan or any premature damage of the metal base provided the product is used in accordance with the manufacturer's recommended product instructions.
- This guarantee does not include any damage due to inappropriate use or resulting from knocks, falls or by placing the product in the oven or the lid being cleaned in a dishwasher.
- All other parts of your pressure cooker are guaranteed against defects in workmanship or materials, for the period of guarantee defined in valid legislation in force in the country where the product was purchased from the date of purchase.
- The guarantee shall only be valid on presentation of a proof of purchase.
- Only Authorised TEFAL Service Centres are entitled to give you the benefit of this guarantee (please refer to the website : [www.tefal.com](http://www.tefal.com)).
- This product has been designed for domestic use only. Any commercial use, inappropriate use or failure to comply with the instructions, the manufacturer accepts no responsibility and the guarantee will not apply.

---

## Standard markings

Marking	Location
Identification of manufacturer or trade mark	Locking button
Year of manufacture and batch	Outside wall of pan (top rim)
Model reference	Outside wall of pan (top rim)
Higher operating pressure (PF)	Inside surface of pan clamp hook
Maximum safety pressure (PS)	Inside surface of pan clamp hook
Capacity	Outside bottom of pan



# Delicious Recipes

All the recipes are intended for 4 people.  
For pressure cookers with a capacity of less than 6 litres,  
reduce the proportions by a third.

## Soup

### Lentil Soup

Serves 4

Preparation: 30 min.

Cooking: 20 min.

**Ingredients:** 500 gm lentil, 50 gm white rice, 6 glasses of water, ½ teaspoon salt, ½ teaspoon cumin powder, fine chopped onion, 1 dessert spoonful (10 ml) oil, ½ bouquet fine chopped parsley, toasted bread (optional).

Clean and wash the lentils before you put them in the Authentique pressure cooker with 6 glasses of water. Close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for 30 min. Release the pressure. During this time, fry the chopped onion in the oil. Pour the lentil with its liquid into a electric blender for 2 minutes then sieve to remove the skins. Pour it in the pressure cooker, add the onion, the rice, and the oil, stir with a wooden ladle on medium heat, when it boils, fit the lid and close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for the specified time. Open the lid, add the pepper, salt, and cumin and then the parsley. Stir.

Serve with toasted bread.

### Vegetable Soup

Serves 4

Preparation: 15 min.

Cooking: 10 min.

**Ingredients:** 4 potatoes 1 leek, 4 carrots, 1 turnip, 1 litre of water, salt, pepper, 3 table spoons of crème fraîche (optional).

Peel and wash the vegetables.

Cut the potatoes and the turnip into large dice. Thinly slice the carrots and the leek.

Pour 1 litre of water into the pressure cooker, and then add the vegetables, the salt and the pepper.

Seal the pressure cooker. As soon as the valve begins to whistle, reduce the heat and cook for the recommended amount of time. Decompress under water.

If liked, the crème fraîche can be added before serving.

# Poultry

## Stuffed chicken

Serves 4

Preparation: 20 min.

Cooking: 65 min.

**Ingredients:** 2 whole chickens each weighing 1 kg, ¼ cup pine kernels, ¼ cup peeled pistachio, 250 gm minced meat, 1 glass of rice, 2 glasses of water, ½ cup oil, 1 tea spoon of flour, 1 teaspoon of each : salt, pepper, cinnamon, turmeric, cardamon powder, 1 laurel leaf.

Heat the oil in the pressure cooker on a high heat and brown the pine kernels and keep it aside. Then the pistachios. Fry the meat from all sides and add the salt with ½ the quantity of the pepper, then pour in 2 glasses of water. Wash the rice and drain it, then add it to the meat, and stir. Close the pressure cooker and put it on medium heat for 25 minutes. While cooking wash the chicken and clean the inside. When the rice is ready, mix it with pine kernels, pistachios and pepper. Stuff the chicken with rice, and close the opening of the chicken by securing with string. Put the 2 chickens in the pressure cooker, add the laurel leaf and 2 glasses of water. After boiling, remove the skum, add salt and close the pressure cooker. Keep it on low heat for 30 minutes. As soon as it is done, take out the chicken and put them in an oven tray with a little of oil, keep in the oven for 10 minutes to brown. While cooking, prepare the soup. Put one teaspoon of flour in the liquid from the cooked chicken, stir on medium heat until thickend.

Serve in a big dish decorated with chopped parsely.

Soup is optional.

Optional: you can brown vermicelli with oil before adding to soup.

# Vegetables

## Stuffed Cabbage

Serves 5

Preparation: 30 min.

Cooking: 15 min.

**Ingredients:** 1 whole cabbage weighing 1.5 kg, ¼ cup oil, 8 garlic gloves, peeled and crushed, ½ glass of lemon juice, 1 tablespoon ful of tomato puree, 1 teaspoon of dry mint.

**Stuffing:** 1 ½ glasses of rice, 500 g minced meat, salt, pepper, cinnamon.

Cut the thick ribs off the cabbage and separate the leaves, boil in water for one minute, and keep aside, cut the leaves into medium pieces. Prepare the stuffing and stuff the cabbage leaves (spread on a flat dish and put the stuff in its centre then fold). Arrange the stuffed cabbage leaves inside the pressure cooker then add the oil. Dissolve the tomato puree in three glasses of water, add the garlic and the dry mint and pour on the stuffed cabbage leaves. Close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for 15 minutes. Release the pressure.

Carefully pour the cooked stuffed cabbage and liquid into a large dish.

Serve with yogurt.

# Fish

## Citrus cod parcels\*

Serves 4

Preparation: 25 min.

Cooking: 7 min.

**Ingredients:** 4 cod fillet steaks each weighing 150 g, 1 grapefruit, 1 orange, the juice of 1 lime, 2 tomatoes, 1 onion, 2 chopped shallots, 60 g butter, a few leaves of fresh tarragon, salt and pepper.

Cut the tomatoes into slices. Peel the onion and chop into very small pieces. Peel the grapefruit and the orange and remove the pith. Separate into segments, making sure that you keep all the juice.

Take four sheets of aluminum foil and place 3 slices of tomato on the centre of each sheet, slightly overlapping one another. Cover with some of the onion and the chopped shallots. Add a few leaves of tarragon and place the cod fillets on top. Lift up the edges of each parcel in order to pour 1 dessert spoonful of grapefruit/orange juice on top of the fish without spilling. Add a few drops of lime juice, and season with salt and pepper. Arrange 1 wedge of grapefruit, 2 wedges of orange and 15 g fresh butter on top of each fish fillet. Close the parcels firmly before placing them gently in the steam basket. Pour 750 ml of water into the pressure cooker. Place the steam basket on its stand inside the pressure cooker, making sure that it is not touching the water. Close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for the specified time. Immerse the pressure cooker into a bowl of cold water to cool it down quickly before opening. Remove the steam basket from the pressure cooker and gently place 1 cod parcel onto each plate.

Open the parcels at the table using scissors. They can be served with an avocado salad.

# Meat & Vegetable

## Peas with meat & tomato

Serves 5

Preparation: 15 min.

Cooking: 40 min.

**Ingredients:** 2 kg washed fresh peas, 500 gm. meat cut into medium size cubes, 3 carrots (diced or thinly sliced), 1 ½ kg fresh tomatoes, 4 garlic gloves, salt, pepper, cinnamon, ½ glass of vegetable oil, 3 glasses of water, 1 bouquet of coriander.

Peel and cut the tomato and process in a blender. Boil the meat in 450 ml water in the Authentique pressure cooker, remove the skum. Close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for 20 minutes. Remove the meat and keep warm, clean the pressure cooker, then add the carrots, peas, oil and put it on a medium heat and stir for 5 minutes. Add the tomato, garlic, coriander, and the water, then close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for 15 minutes.

Serve with hot rice.

# Home made Deserts

## Sweet Rice

Serves 7

Preparation: 20 min.

Cooking: 90 min.

**Ingredients:** 1 cup of rice, 5 glasses water, 2 cups of sugar, 600 gm white cheese, 5 pieces of arabic musk, ½ glass of rose water.

If the cheese is salty, cut it in to thin slices and soak in water, change the water every 15 minutes until the cheese becomes sweet, drain and keep aside. Wash the rice several times. Pour water into the pressure cooker then add the rice and stir. Close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for 45 minutes. Put the rice in a blender to make it smooth. Then put the rice in the pressure cooker on medium heat, stir with a wooden ladle, add the sugar and stir. If the rice is too hard add ½ glass of water. Close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for 60 minutes. Add the musk powder with one spoon of sugar then the rose water and stir. Add the cheese slowly step by step to dissolve in the mixture.

Pour in dishes and serve.

## Mufattaqah

Serves 10

Preparation: 20 min.

Cooking: 180 min.

**Ingredients:** 500 g sesame juice, 500 g rice, 1 kg sugar, ¼ glass turmeric, ½ teaspoon cinnamon, 5 glasses water, 1 cup of pine kernels.

Wash the rice several times and soak in warm water for 3 hours. Drain the rice and put it in the pressure cooker, on high heat, add the turmeric, and 10 glasses of water, stir a little. When it boils close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for 30 minutes. Add the sesame juice, the sugar, and the cinnamon, stir well with a wooden ladle, then put the pressure cooker on the heat, stir the mixture until boiling. Close the pressure cooker. As soon as the valve starts to whistle, reduce the heat and leave to cook for 60 minutes. Open the pressure cooker and put it on low heat and stir the Mufattaqah with a wooden ladle to prevent sticking, stir continuously for 45 minutes (depends on Quality of sesame oil) until it becomes one full unit and the yellow oil (sesame oil) of the Mufattaqah comes out. Add the pine kernels, mix it. Pour in dishes and let it cool, then serve.



## Σημαντικές προφυλάξεις

Για την ασφάλειά σας, η παρούσα συσκευή έχει κατασκευαστεί σύμφωνα με τα εφαρμοστέα πρότυπα και κανονισμούς.

- Για τη δική σας ασφάλεια, η συσκευή αυτή είναι κατασκευασμένη σύμφωνα με τις ισχύουσες προδιαγραφές και κανονισμούς:
  - Οδηγία για τον Εξοπλισμό υπό Πίεση
  - Υλικά σε επαφή με τρόφιμα
  - Περιβάλλον
- **Διαβάστε προσεκτικά όλες τις οδηγίες και ανατρέξτε στις "Οδηγίες χρήσης".**
- Όπως με κάθε συσκευή κουζίνας, επιβλέπετε ιδιαίτερα τη χύτρα όταν τη χρησιμοποιείτε κοντά σε παιδιά.
- Μην τοποθετείτε τη χύτρα σε ζεστό φούρνο.
- Όταν η χύτρα σας είναι υπό πίεση, πρέπει να τη μετακινείτε με μέγιστη προσοχή. Μην αγγίζετε τις θερμές επιφάνειες (ειδικά τα μεταλλικά εξαρτήματα). Μπορείτε να πιάνετε τα χερούλια και τα κουμπιά και να χρησιμοποιείτε γάντια, αν χρειαστεί.
- Μη χρησιμοποιείτε τη χύτρα σας για άλλο σκοπό εκτός από εκείνο για τον οποίο προορίζεται.
- Ελέγχετε τακτικά εάν οι λαβές του κάδου είναι τοποθετημένες σωστά. Εάν είναι απαραίτητο, ξαναβιδώστε τις.
- Η χύτρα σας μαγειρεύει τις τροφές υπό πίεση. Υπάρχει κίνδυνος να καείτε αν χρησιμοποιείτε τη συσκευή με ακατάλληλο τρόπο. Βεβαιωθείτε ότι η χύτρα σας είναι κλεισμένη κανονικά πριν τη βάλετε σε λειτουργία. Δείτε παράγραφο «Κλείσιμο».
- Μη ζορίζετε ποτέ τη χύτρα για να την ανοίξετε. Βεβαιωθείτε ότι η πίεση στο εσωτερικό της έχει πέσει. Δείτε παράγραφο «Ασφάλεια».
- Μη χρησιμοποιείτε τη χύτρα σας χωρίς υγρό, διότι κινδυνεύετε να της προκαλέσετε σοβαρή ζημιά. Βεβαιωθείτε ότι υπάρχει πάντοτε επαρκής ποσότητα υγρού κατά το μαγείρεμα.
- Χρησιμοποιήστε τη (τις) συμβατή(ές) πηγή(ές) θερμότητας σύμφωνα με τις οδηγίες χρήσης.
- Ποτέ μην χρησιμοποιείτε την χύτρα σας για να μαγειρέψετε συνταγές που περιέχουν γάλα.
- Μην χρησιμοποιείτε ακατέργαστο αλάτι στην χύτρα ταχύτητας. Καλύτερα να χρησιμοποιείτε κατεργασμένο αλάτι προς το τελείωμα του μαγειρέματος.
- Μην γεμίζετε τη χύτρα σας πάνω από 2/3 (μέγιστο σημείο γεμίσματος).
- Για τα τρόφιμα που διαστέλλονται κατά το μαγείρεμα, όπως το ρύζι, τα αφυδρωμένα λαχανικά ή τις κομπόστες, να γεμίζετε τη χύτρα σας έως το μέσο της χωρητικότητάς της.
- Μετά το μαγείρεμα κρεάτων με επιφανειακό δέρμα (π.χ. βοδινή γλώσσα κ.λπ.), το οποίο ενδέχεται να φουσκώσει υπό την επίδραση της πίεσης, μην τρυπάτε το κρέας όσο αυτό φαίνεται φουσκωμένο- υπάρχει κίνδυνος εγκαύματος. Φροντίστε να τρυπήσετε το κρέας πριν από το μαγείρεμα.
- Όταν πρόκειται για πυκνότερες τροφές (φάβα, κλπ), πρέπει να ανακινείτε τη χύτρα πριν την ανοίξετε για να μην σας πιτσιλίσουν οι τροφές κατά το άνοιγμα.
- Πριν από κάθε χρήση, ελέγχετε μήπως έχουν φράξει οι βαλβίδες. Δείτε παράγραφο «Πριν από το μαγείρεμα».
- Μη χρησιμοποιείτε τη χύτρα σας για να τηγανίσετε τροφές με λάδι.
- Μην επεμβαίνετε στα συστήματα ασφαλείας πέρα από τις διαδικασίες καθαρισμού και συντήρησης.
- Χρησιμοποιείτε αποκλειστικώς γνήσια ανταλλακτικά TEFAL σχεδιασμένα ειδικά για το μοντέλο σας. Συγκεκριμένα, χρησιμοποιείτε κάδο και καπάκι TEFAL.
- Οι ατμοί από οιονπνευματώδη ποτά είναι εύφλεκτοι. Αφήστε τη χύτρα να βράσει για περίπου 2 λεπτά πριν τοποθετήσετε το καπάκι. Να επιβλέπετε τη συσκευή σας όταν ετοιμάζετε συνταγές που περιέχουν αλκοόλ.
- Μη χρησιμοποιείτε τη χύτρα σας για τη φύλαξη όξινων ή αλμυρών τροφίμων πριν από ή μετά το μαγείρεμα, καθώς υπάρχει κίνδυνος να διαβρώσετε τη χύτρα σας.
- Αν διαπιστώσετε ότι τμήμα της χύτρας σας έχει σπάσει ή ραγίσει, μην αποπειραθείτε σε καμιά περίπτωση να την ανοίξετε εάν είναι κλειστή, περιμένετε μέχρι να κρυώσει πλήρως πριν να την μετακινήσετε, μην την χρησιμοποιήσετε άλλο και προσκομίστε την σε εξουσιοδοτημένο κέντρο εξυπηρέτησης TEFAL για επίσκεψη.

## Κρατήστε αυτές τις οδηγίες

## Σχεδιάγραμμα περιγραφής

A - Βαλβίδα λειτουργίας

B - Λαβή σφιξίματος

C - Βαλβίδα ασφαλείας

D - Άξονας

E - Οπή εξαγωγής ατμού

F - Λάστιχο

G - Καλάθι ατμού\*

H - Παξιμάδια

I - Αυτιά

J - Χερούλια

K - Βίδα σύσφιξης\*

L - Χύτρα

M - Τρίποδο\*

## 1 - Χαρακτηριστικά

### Διάμετρος του πάτου της χύτρας

Χωρητικότητα	Ανοξείδωτο	
	Διάμ. πάτου	Μοντέλα
4,5 λίτρα	15,5 εκ	P05506
6 λίτρα	15,5 εκ	P05307
8 λίτρα	18 εκ	P05311
10 λίτρα	20 εκ	P05316

### Τεχνικές πληροφορίες:

Μέγιστη πίεση λειτουργίας της χύτρας: 55kPa.

Μέγιστη πίεση ασφαλείας της χύτρας: 110kPa.

### Συμβατές πηγές θερμότητας



■ Τα ανοξείδωτα μοντέλα είναι κατάλληλα για όλες τις εστίες, ακόμα και για τις επαγωγικές.

■ Χρησιμοποιήστε μια ηλεκτρική, υαλοκεραμική ή επαγωγής πλάκα με διάμετρο ίση ή μικρότερη από αυτήν της βάσης της χύτρας.

■ Σε κεραμική πλάκα, βεβαιωθείτε ότι ο πάτος είναι καθαρός και στεγνός.

■ Σε υγραέριο, η φλόγα δεν πρέπει να υπερβαίνει τη διάμετρο του δοχείου.

■ Βεβαιωθείτε ότι η χύτρα σας βρίσκεται στο κέντρο της εστίας πάνω στην οποία είναι τοποθετημένη.

■ Σε οποιαδήποτε μαγειρική εστία, φροντίστε η χύτρα να βρίσκεται ακριβώς στο κέντρο της εστίας.

### Αξεσουάρ TEFAL

■ Τα ερπητοειδή της χύτρας π u διατίθενται στην αγορά είναι τα ε ής :

Καλάθι ατμού	4,5 ή 6 λίτρα	Ref. 792185
	8 ή 10 λίτρα	Ref. 792654
Λάστιχο	4,5 ή 6 λίτρα	Ref. 790141
	8 λίτρα	Ref. 790142
	10 λίτρα	Ref. 790138
Τρίποδο*		Ref. 792691

■ Για την προμήθεια ανταλλακτικών ή την επισκευή της συσκευής, επικοινωνείτε με εξουσιοδοτημένο κέντρο σέρβις TEFAL.

\* (ανάλογα το μοντέλο)

■ Χρησιμοποιείτε αποκλειστικώς γνήσια ανταλλακτικά TEFAL σχεδιασμένα ειδικά για το μοντέλο σας.

## 2 - Κλείσιμο

■ Γυρίστε τη λαβή σφιξίματος προς τα αριστερά για να κατεβάσετε τον άξονα - **Σχεδ. 1.**

■ Βάλτε το σκέπασμα οριζόντια και εφαρμόστε το στα άκρα της χύτρας αφού βεβαιωθείτε ότι σκεπάζει σωστά το σώμα της χύτρας.

■ Γυρίστε τη λαβή σφιξίματος προς τα δεξιά μέχρι να έλθει σε επαφή ο άξονας με τα αυτιά της χύτρας.

■ Για να είστε σίγουροι ότι το καπάκι έχει κλειδώσει σωστά, γυρίστε πάλι τη λαβή σφιξίματος (τουλάχιστον τρεις πλήρεις στροφές).

## 3 - Άνοιγμα

■ Γυρίστε τη λαβή σφιξίματος προς τα αριστερά για να κατεβάσετε τον άξονα - **Σχεδ. 2.**

■ Ανασηκώστε το σκέπασμα για να το απελευθερώσετε.

■ Τραβήξτε το οριζόντια, απομακρύνοντάς το από τη χύτρα.

## 4 - Ελάχιστο

■ Βάζετε πάντοτε μια ελάχιστη ποσότητα υγρού τουλάχιστον ίση με 25 cl (2 ποτήρια) - **Σχεδ. 3**

■ Μη γεμίζετε ποτέ τη χύτρα σας παραπάνω από 2/3 του ύψους της χύτρας - **Σχεδ. 4**

### Για μαγειρέμα στον ατμό\*

■ Το γέμισμα πρέπει να είναι τουλάχιστον ίσο με 75 cl.

■ Τοποθετήστε το τρίποδο\* (M) στη βάση του δοχείου της χύτρας.

■ Τοποθετήστε το καλάθι\* (G) επάνω στο τρίποδο\*

### Για ορισμένα τρόφιμα

■ Όταν πρόκειται για τροφές που διαστέλλονται κατά το ψήσιμο, όπως ρύζι, αφυδατωμένα λαχανικά, κομπόστες κλπ, μη γεμίζετε τη χύτρα σας πάνω από το ήμισυ του βάθους του κάδου. Στις περιπτώσεις των σουπών προτείνουμε να κάνετε γρήγορη αποσυμπίεση.

## 5 - Πρώτη χρήση

■ Αναποδογυρίστε τη χύτρα σας για να συναρμολογήσετε τις λαβές. Τοποθετήστε τις σωστά, τοποθετήστε τις βίδες και σφίξτε τις καλά - **Σχεδ. 5.**

- Αφού την χρησιμοποιήσετε μερικές μέρες, ξανασφίξτε τις βίδες
- Βάλτε τη βαλβίδα ρύθμισης πίεσης επάνω στην έξοδο ατμού και πιέστε εντελώς προς τα κάτω - **Σχεδ. 6**
- Τοποθετήστε το τρίποδο\* (M) στη βάση του δοχείου της χύτρας.
- Τοποθετήστε το καλάθι\* (G) επάνω στο τρίποδο\*
- Γεμίστε με νερό μέχρι τα 2/3 της χύτρας.
- Κλείστε τη χύτρα - **Σχεδ. 1**
- Τοποθετήστε τη χύτρα επάνω σε πηγή θερμότητας και έπειτα ρυθμίστε την στη μέγιστη ένταση.
- Όταν ο ατμός αρχίζει να βγαίνει από τη βαλβίδα, μειώστε τη φωτιά και περιμένετε για 20 λεπτά - **Σχεδ. 7**
- Όταν περάσουν τα 20 λεπτά, σβήστε τη φωτιά.
- Αποσυμπίεστε περνώντας τη χύτρα σας κάτω από κρύο νερό - **Σχεδ. 8**
- Όταν δεν εξέρχεται πλέον ατμός από τη βαλβίδα ρύθμισης πίεσης, ανασηκώστε τη βαλβίδα πίεσης και ανοίξτε το καπάκι - **Σχεδ. 9**
- Ξεπλύνετε τη χύτρα με νερό και στεγνώστε την.
- *Εάν εμφανιστούν λεκέδες, χρησιμοποιείτε ένα μεταλλικό σφουγγάρι και λίγο αραιωμένο ξύδι.*

## 6 - Πριν το μαγείρεμα

- Πριν από κάθε χρήση, βεβαιωθείτε ότι η οπή εξαγωγής ατμού δεν είναι βουλωμένη - **Σχεδ. 10**
- Βάλτε στη θέση της τη βαλβίδα ρύθμισης πίεσης - **Σχεδ. 6**
- Τοποθετήστε τη χύτρα επάνω σε πηγή θερμότητας και έπειτα ρυθμίστε την στη μέγιστη ένταση.

## 7 - Κατά το μαγείρεμα

- Όταν η βαλβίδα λειτουργίας γυρίζει κανονικά και ακούγεται ένας σφυριχτός ήχος, τότε το μαγείρεμα έχει αρχίσει. Χαμηλώστε τη φωτιά - **Σχεδ. 7**.
- Ρυθμίστε το χρόνο μαγειρέματος, σύμφωνα με τις συνταγές.
- Κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, βεβαιωθείτε ότι η βαλβίδα περιστρέφεται κανονικά και ότι βγάζει ατμό με συριγγμό. Αν ο ατμός δεν επαρκεί, ανεβάστε λίγο τη θερμοκρασία: αν ο ατμός είναι υπερβολικός, χαμηλώστε την.
- Μόλις τελειώσει ο χρόνος μαγειρέματος, σβήστε την πηγή θερμότητας.

## 8 - Τέλος μαγειρέματος

### Για να απελευθερώσετε τον ατμό

- Μόλις σβήσετε την πηγή θερμότητας, έχετε δύο επιλογές:
- **Εκτονώστε αργά την πίεση:** ανασηκώστε τη βαλβίδα στην πρώτη εγκοπή στην έξοδο ατμού ή αφαίρεστε την εντελώς - **Σχεδ. 11**
- **Γρήγορη αποσυμπίεση:** βάλτε τη χύτρα σας κάτω από βρύση κρύου νερού - **Σχεδ. 8**
- Όταν σταματήσει ο ατμός να βγαίνει από τη βαλβίδα ρύθμισης πίεσης: δεν υπάρχει πλέον πίεση στη χύτρα σας.

## ■ Ανοίξτε τη χύτρα - Σχεδ. 9 9 - Καθαρισμός - Συντήρηση

- Για να καθαρίσετε το σκεύος και το καλάθι ατμού
- Πλύντε την μετά από κάθε χρήση με χλιαρό νερό και απορρυπαντικό πιάτων.
- Για να καθαρίσετε το εσωτερικό της χύτρας
- Πλύντε με σφουγγάρι για τρίψιμο.
- Για να καθαρίσετε το εξωτερικό της χύτρας
- Χρησιμοποιείτε μαλακό σφουγγάρι.
- Μπορείτε να βάλετε το σκεύος στο πλυντήριο πιάτων.
- Για να καθαρίσετε το καπάκι
- Πλύντε το καπάκι κάτω από τρεχούμενο νερό.
- Μη βάζετε το καπάκι στο πλυντήριο πιάτων.
- Για να καθαρίσετε τη βαλβίδα λειτουργίας
- Καθαρίστε τη βαλβίδα λειτουργίας κάτω από το νερό - **Σχεδ. 12**
- Καθαρίστε την οπή εξαγωγής ατμού κάτω από ισχυρή ροή νερού ή με τη βοήθεια μιας βελόνας - **Σχεδ. 10**
- Για να καθαρίσετε την βαλβίδα ασφαλείας
- Καθαρίστε τη βάση της βαλβίδας ασφαλείας στο εσωτερικό του σκεπάσματος.
- Επαληθεύσατε την καλή λειτουργία της πιέζοντας ελαφρώς την μπίλια που πρέπει να βυθίζεται χωρίς δυσκολία - **Σχεδ. 13**
- Μην χρησιμοποιείτε κοφτερό ή αιχμηρό αντικείμενο γι' αυτόν τον σκοπό.*
- 10 - Καθαρισμός
- Για να τακτοποιήσετε τη χύτρα σας
- Αναποδογυρίστε το καπάκι επάνω στο σώμα της χύτρας - **Σχεδ. 14**
- Για να διατηρήσετε περισσότερο τις ιδιότητες της χύτρας σας
- Για τα μοντέλα με αντικολητική επικάλυψη, αποφεύγετε να υπερθερμαίνετε τη χύτρα όταν είναι άδεια.
- Το σκούρο χρώμα και οι χαρακιές που ενδεχομένως να παρουσιαστούν μετά από μακρόχρονη χρήση δεν αποτελούν πρόβλημα.
- Χρησιμοποιήστε κατά προτίμηση μια ξύλινη σπάτουλα ή ειδική για αντικολητική επικάλυψη για να γυρίσετε τα τρόφιμα.
- Για να καθαρίσετε τη χύτρα σας εάν μαυρίσει
- *Καθαρίστε τη χύτρα με ένα ειδικό προϊόν καθαρισμού για ινός που διατίθεται στο Εξουσιοδοτημένο Κέντρο Σέρβης της TEFAL.*
- Για να αλλάξετε το λάστιχο
- Παίρνετε πάντοτε ένα λάστιχο που αντιστοιχεί με το μοντέλο σας.
- Για να τοποθετήσετε το καινούριο σας λάστιχο, ανατρέξτε στις οδηγίες που αναγράφονται στην οπίσθια όψη της συσκευασίας του.
- Μην κόβετε το λάστιχο.



## Χρήσιμες συμβουλές

**1 - Να επιβλέπετε προσεκτικά τη χύτρα όταν τη χρησιμοποιείτε με παιδιά.**

**2 - Μία ελαφριά απελευθέρωση ατμού είναι φυσική από τη βαλβίδα ασφαλείας.**

**3 - Για την απελευθέρωση του ατμού: Προσοχή: Εκτόξευση του ατμού με πίεση.**

**4 - Να να μετακινήσετε τη χύτρα, χρησιμοποιήστε τις λαβές.**

**5 - Μην αφήνετε τα τρόφιμα μέσα στη χύτρα σας.**

**6 - Μην χρησιμοποιείτε ποτέ χλωρίνη ή προϊόντα με χλωρίο.**

**7 - Μη βάζετε το καπάκι στο πλυντήριο πιάτων.**

**8 - Αλλάζετε το λάστιχο του καπακιού κάθε χρόνο.**

**9 - Μην χρησιμοποιείτε κοφτερό ή αιχμηρό αντικείμενο για αυτόν τον σκοπό.**

**10 - Είναι απολύτως απαραίτητο να προσκομίζετε για έλεγχο τη χύτρα σε εξουσιοδοτημένο κέντρο εξυπηρέτησης TEFAL μετά από 10 έτη χρήσης.**

---

## Η TEFAL απαντά στις ερωτήσεις σας

**1 - Εάν δεν μπορείτε να ανοίξετε το καπάκι:**

- Αποσυμπέστε περιστρέφοντας τη βαλβίδα στη θέση “αποσυμπίεση”.
- Βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχει πίεση.
- Εάν είναι απαραίτητο, βάλτε την πάλι στην φωτιά για λίγα δευτερόλεπτα, έχοντας την βαλβίδα στην θέση “Απελευθέρωσης”.

**2 - Εάν η χύτρα ζεστάθηκε χωρίς υγρό στο εσωτερικό:**

- Δώστε για έλεγχο τη χύτρα σας σε ένα Εξουσιοδοτημένο Κέντρο Σέρβις της TEFAL.

**3 Αν δεν βγαίνει ατμός από τη βαλβίδα ρύθμισης πίεσης και η χύτρα σας δεν κάνει θόρυβο κατά το μαγείρεμα:**

- δεν ανέβηκε η πίεση μέσα στη χύτρα σας. Αυτό είναι φυσιολογικό για τα πρώτα λεπτά, κατά τα οποία θερμαίνεται.

**- Εάν το φαινόμενο διαρκεί, ελέγξτε ότι:**

- Η πηγή θερμότητας είναι αρκετά ισχυρή, εάν όχι αυξήστε τη θερμοκρασία.
- Η ποσότητα υγρού στη χύτρα είναι επαρκής.
- Η βαλβίδα είναι στη θέση της.
- Η χύτρα είναι καλά κλεισμένη. Εάν χρειαστεί, σφίξτε ξανά το κουμπί.
- Η βαλβίδα λειτουργίας δεν είναι βρώμικη.
- Το λάστιχο ή το χείλος της χύτρας δεν είναι κατεστραμμένα.

**4 - Εάν ενεργοποιηθεί η βαλβίδα ασφαλείας:**

- Σβήστε την πηγή θερμότητας.
- Αφήστε τη χύτρα να κρυώσει.
- Ελέγξτε το διακόπτη εκτόξευσης ατμού, τη βαλβίδα λειτουργίας, τη βαλβίδα ασφαλείας και το λάστιχο.

**5 - Εάν ο ατμός διαφεύγει γύρω-γύρω από το σκέπασμα, ελέγξτε:**

- Ότι το καπάκι έχει κλείσει σωστά.
- Ότι το λάστιχο είναι σε καλή κατάσταση.
- Ότι το λάστιχο έχει τοποθετηθεί σωστά στο καπάκι.
- Ότι το καπάκι, η βαλβίδα ασφαλείας και η βαλβίδα λειτουργίας είναι καθαρά.
- Ότι το χείλος της χύτρας είναι σε καλή κατάσταση.

**6 - Εάν τα τρόφιμα δεν είναι ψημένα ή είναι καμμένα, ελέγξτε:**

- Το χρόνο ψησίματος.
- Την ισχύ της πηγής θερμότητας.
- Την σωστή τοποθέτηση της βαλβίδας λειτουργίας.
- Την ποσότητα υγρού.

**7 - Εάν κάηκε το φαγητό μέσα στη χύτρα:**

- Αφήστε να μουλιάσει λίγο η χύτρα σας πριν την πλύνετε.
- Ποτέ μην χρησιμοποιείτε ισχυρά απορρυπαντικά ή χλωρίνη.

## Ασφάλεια

Η χύτρα σας είναι εξοπλισμένη με συστήματα ασφαλείας για την υπερπίεση:

- Βαλβίδα ασφαλείας:** ελευθερώνει την πίεση και βγαίνει ατμός.
- Δημιουργείται διαρροή** μεταξύ του καπακιού και του κάδου.

### Αν ενεργοποιηθεί το ένα από τα συστήματα ασφαλείας:

- Κλείστε την εστία θερμότητας.
- Αφήστε τη χύτρα να κρυώσει.
- Ανοίξτε το καπάκι.
- Ελέγξτε το διακόπτη εκτόνωσης ατμού, τη βαλβίδα λειτουργίας, τη βαλβίδα ασφαλείας και το λάστιχο.

---

## Εγγύηση

- Σύμφωνα με την προοριζόμενη χρήση όπως αυτή προβλέπεται στο εγχειρίδιο χρήσης, ο κάδος της νέας σας χύτρας ταχύτητας TEFAL καλύπτεται με εγγύηση **10 ετών** για τα εξής:
  - Οποιοδήποτε σφάλμα που αφορά τη μεταλλική δομή του κάδου,
  - ποιαδήποτε πρόωρη φθορά του μετάλλου της βάσης.
- Όλα τα άλλα μέρη της χύτρας σας είναι στην εγγύηση ενάντια στις ατέλειες σε υλικά και την κατασκευή για την περίοδο της εγγύησης ορίζεται από την ισχύουσα νομοθεσία που ισχύει στη χώρα όπου αγοράσατε το προϊόν από την ημερομηνία αγοράς.
- Η **συμβατική αυτή εγγύηση αποκτάται κατόπιν παρουσίασης της ταμειακής απόδειξης ή τιμολογίου που αποδεικνύει την ημερομηνία αγοράς.**
- **Οι παρούσες εγγυήσεις δεν περιλαμβάνουν:**
- Τις φθορές που έχουν προκληθεί από τη μη τήρηση σημαντικών προφυλάξεων ή από ακατάλληλες χρήσεις, όπως:
  - Αναλώσιμα
  - Χτυπήματα, πτώσεις, τοποθέτηση στον φούρνο, ...
  - Πλύσιμο του καπακιού στο πλυντήριο πιάτων.
- Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την εγγύηση μόνο στα εξουσιοδοτημένα κέντρα σέρβις της TEFAL (παρακαλείσθε να ανατρέξετε στην ιστοσελίδα: [www.tefal.com](http://www.tefal.com)).
- Μπορείτε να καλέσετε τον αριθμό 210-6371000, για να μάθετε την διεύθυνση του πλησιέστερου εξουσιοδοτημένου κέντρου σέρβις της TEFAL.

---

## ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΣΤΗΝ ΧΥΤΡΑ

Σήμανση	Εντοπισμός
Στοιχεία κατασκευαστή ή εμπορικού σήματος	Πλήκτρο ασφάλισης
Έτος και παρτίδα κατασκευής	Εξωτερικό τοίχωμα σκεύους (άνω χείλος)
Μοντέλο αναφοράς	Εξωτερικό τοίχωμα σκεύους (άνω χείλος)
Ανώτατη πίεση λειτουργίας (PF)	Κάτοψη σκεύους
Μέγιστη πίεση ασφαλείας (PS)	Κάτοψη σκεύους
Χωρητικότητα	Εξωτερικός πάτος σκεύους

# Νόστιμες συνταγές

Όλες οι συνταγές πραγματοποιούνται για 4 άτομα.

Για τις χύτρες με χωρητικότητα μικρότερη από 6 λίτρα, μειώστε τις αναλογίες κατά το ένα τρίτο.

## Σούπα

### Φακές σούπα

Μερίδες 4

Προετοιμασία: 30 λεπτά

Μαγείρεμα: 20 λεπτά.

**Υλικά:** 500 γρ. φακές, 50 γρ. ρύζι, 6 ποτήρια νερό, ½ κουταλάκι αλάτι, ½ κουταλάκι κύμινο σε σκόνη, 1 τριμμένο κρεμμύδι, 1 κουταλάκι λάδι, ½ ματσάκι ψιλοκομμένο μαϊντανό, τριμμένη φρυγανιά (προαιρετικά).

**Κ**αθαρίστε και πλύντε τις φακές πριν να τις βάλετε στην Αυθεντική Χύτρα με 6 ποτήρια νερό. Κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το φαγητό να μαγειρευτεί για 30 λεπτά. Εκτονώστε την πίεση. Εν τω μεταξύ, τηγανίστε το τριμμένο κρεμμύδι με το λάδι. Γυρίστε τις φακές, με το ζουμί τους, σε ένα ηλεκτρικό μπλέντερ για 2 λεπτά, κατόπιν σουρώστε τις για να απομακρυνθούν τα φλούδια. Γυρίστε τις στη χύτρα, προσθέστε το κρεμμύδι, το ρύζι και το λάδι, ανακατέψτε με μία ξύλινη κουτάλα σε μέτρια φωτιά και, μόλις το μίγμα πάρει βράση, κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το φαγητό να μαγειρευτεί για τον καθορισμένο χρόνο. Ανοίξτε το καπάκι, προσθέστε πιπέρι, αλάτι και κύμινο και τελευταίο το μαϊντανό. Ανακατέψτε.

Σερβίρετε αφού πασπαλίσετε με τριμμένη φρυγανιά.

### Σούπα λαχανικών

Μερίδες 4

Προετοιμασία: 15 λεπτά.

Μαγείρεμα: 10 λεπτά.

**Υλικά:** 4 πατάτες, 1 πράσο, 4 καρότα, 1 γογγύλι, 1 λίτρο νερό, αλάτι, πιπέρι, 3 κουταλιές της σούπας κρέμα γάλακτος (προαιρετικά).

**Κ**αθαρίστε και πλύντε τα λαχανικά.

Κόψτε σε μεγάλους κύβους τις πατάτες και το γογγύλι. Κόψτε σε μικρές φέτες τα καρότα και τα πράσα.

Βάλτε 1 λίτρο νερό μέσα στη χύτρα ταχύτητας, προσθέστε τα λαχανικά, το αλάτι και το πιπέρι.

Κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, μειώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το φαγητό να μαγειρευτεί για τον υποδεικνυόμενο χρόνο. Εκτονώστε την πίεση βάζοντας τη χύτρα κάτω από βρύση που τρέχει.

Τέλος, λίγο πριν το σερβίρισμα, προσθέστε την κρέμα γάλακτος.

# Πουλερικά

## Κοτόπουλο γεμιστό

Μερίδες 4

Προετοιμασία: 20 λεπτά.

Μαγείρεμα: 65 λεπτά.

**Υλικά** 2 ολόκληρα κοτόπουλα, με βάρος 1 κιλό το καθένα, ¼ φλιτζάνι κουκουνάρι, ¼ φλιτζάνι καθαρισμένα φιστίκια, 250 γρ. κιμά, 1 ποτήρι ρύζι, 2 ποτήρια νερό, ½ φλιτζάνι λάδι, 1 κουταλάκι αλεύρι, αλάτι, κανέλα, κούρκουμα, κάρδαμο σε σκόνη (1 κουταλάκι από το καθένα), 1 δαφνόφυλλο.

**Ζεστάνετε** το λάδι στη χύτρα σε υψηλή φωτιά, ροδίστε τα κουκουνάρι και βάλτε τα στην άκρη. Κάντε το ίδιο με τα φιστίκια. Τηγανίστε τον κιμά από όλες τις μεριές και προσθέστε το αλάτι με τη μισή ποσότητα του πιπεριού. Στη συνέχεια, προσθέστε 2 ποτήρια νερό. Πλύντε το ρύζι και στραγγίξτε το, κατόπιν προσθέστε το στον κιμά και ανακατέψτε. Κλείστε τη χύτρα και βάλτε την σε μεσαία φωτιά για 25 λεπτά. Εν τω μεταξύ, πλύνετε τα κοτόπουλα και καθαρίστε τα από μέσα. Μόλις ετοιμαστέτε το ρύζι, ανακατέψτε το με τα κουκουνάρι, τα φιστίκια και το πιπέρι. Γεμίστε τα κοτόπουλα με το ρύζι και κλείστε το άνοιγμά τους, ράβοντάς το. Βάλτε τα 2 κοτόπουλα στη χύτρα, προσθέστε το δαφνόφυλλο και 2 ποτήρια νερό. Αφού τα βράσετε, βγάλτε την πέτσα τους, αλατίστε τα και κλείστε τη χύτρα. Μαγειρέψτε σε σιγανή φωτιά για 30 λεπτά. Μόλις γίνουν: βγάλτε τα κοτόπουλα και βάλτε τα σε ένα ταψί με λίγο λάδι και βάλτε τα στο φούρνο για 10 λεπτά μέχρι να ροδίσουν. Εν τω μεταξύ, προετοιμάστε τη σούπα. Βάλτε ένα κουταλάκι αλεύρι στο ζουμί από τα κοτόπουλα και ανακατέψτε σε μέτρια φωτιά.

Σερβίρετε σε ένα μεγάλο σκεύος με φιλοκομμένο μαιντανό.

Η σούπα είναι προαιρετική.

Προαιρετικά: μπορείτε να ροδίσετε σπαγκετίνι στο λάδι πριν να το προσθέσετε στη σούπα.

# Λαχανικά

## Γεμιστό λάχανο

Μερίδες 5

Προετοιμασία: 30 λεπτά

Μαγείρεμα: 15 λεπτά.

**Υλικά:** 1 ολόκληρο λάχανο βάρους 1,5 κιλό, ¼ φλιτζάνι λάδι, 8 σκελίδες σκόρδο, ξεφλουδισμένες και πιεσμένες, ½ ποτήρι χυμό λεμόνι, μία κουταλιά ντοματοπελτέ, 1 κουταλάκι αποξηραμένη μέντα.

**Γέμιση:** 1 ½ ποτήρι ρύζι, ½ κιλό κιμά, αλάτι, πιπέρι, κανέλα

**Κόψτε** τις ρίζες του λάχανου και ξεχωρίστε τα φύλλα, ζεματίστε τα σε βραστό νερό για ένα λεπτό και βάλτε τα στην άκρη, κόψτε τα σε μέτρια κομμάτια. Προετοιμάστε τη γέμιση και γεμίστε τα λαχανόφυλλα (απλώστε τα σε ένα ρηχό πιάτο και βάλτε τη γέμιση στο κέντρο, κατόπιν τυλίξτε τα). Τακτοποιήστε τα γεμισμένα λαχανόφυλλα μέσα στη χύτρα και προσθέστε το λάδι. Διαλύστε το ντοματοπελτέ σε τρία ποτήρια νερό, προσθέστε το σκόρδο και τα αποξηραμένα φύλλα μέντας και χύστε επάνω από τα γεμισμένα λαχανόφυλλα. Κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βολβίδα αρχίσει να σφुरίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το φαγητό να μαγειρευτεί για 15 λεπτά. Εκτονώστε την πίεση.

Γυρίστε προσεκτικά τη χύτρα ανάποδα σε μία πιατέλα.

Σερβίρετε με γιαούρτι.

# Ψάρι

## Λεμονάτα πουγκιά μπακαλιάρου\*

Μερίδες 4

Προετοιμασία: 25 λεπτά.

Μαγειρέμα: 7 λεπτά.

**Υλικά:** 4 φιλέτα μπακαλιάρου, 150 γρ. το καθένα, 1 γρέιπ-φρουτ, 1 πορτοκάλι, το χυμό από 1 λάιμ, 2 ντομάτες, 1 κρεμμύδι, 2 ψιλοκομμένα κρεμμυδάκια τύπου σπιράδο, 60 γρ. βούτυρο, μερικά φύλλα από φρέσκο εστραγκόν, αλάτι και πιπέρι.

**Κόψτε** τις ντομάτες σε φέτες. Καθαρίστε το κρεμμύδι και ψιλοκόψτε το. Καθαρίστε το γκρέιπ-φρουτ και το πορτοκάλι και βγάλτε την ψίχα τους. Κόψτε σε κομμάτια, προσέχοντας να κρατήσετε όλο το χυμό.

Πάρτε τέσσερα φύλλα αλουμινοχαρτό και βάλτε το κέντρο κάθε φύλλου 3 φέτες ντομάτα, με τις άκρες τους να συμπίπτουν. Καλύψτε με λίγο κρεμμύδι και τα ψιλοκομμένα κρεμμυδάκια. Προσθέστε μερικά φύλλα εστραγκόν και βάλτε από πάνω τα φιλέτα του μπακαλιάρου. Ανασηκώστε τις άκρες κάθε πουγκιού, για να χύσετε μέσα 1 κουταλιά χυμό γκρέιπ-φρουτ/ πορτοκαλιού πάνω στο ψάρι χωρίς να τον χύσετε. Προσθέστε μερικές σταγόνες χυμό λάιμ και καρυκεύστε με αλάτι και πιπέρι. Πάνω από κάθε φιλέτο τοποθετήστε ένα κομματάκι γκρέιπ-φρουτ, ένα κομματάκι πορτοκάλι και 15 γρ. βούτυρο. Κλείστε καλά τα πουγκιά προτού τα τοποθετήσετε προσεκτικά στο καλάθι ατμού. Βάλτε 750 ml νερό μέσα στη χύτρα. Βάλτε το καλάθι ατμού στην υποδοχή του εντός της χύτρας, προσέχοντας να μην έρχεται σε επαφή με το νερό. Κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το φαγητό να μαγειρευτεί για τον καθορισμένο χρόνο. Βυθίστε τη χύτρα μέσα σε ένα δοχείο με κρύο νερό για να κρυώσει γρήγορα προτού την ανοίξετε. Αφαιρέστε το καλάθι ατμού από τη χύτρα και προσεκτικά βάλτε από ένα πουγκί μπακαλιάρου σε κάθε πιάτο.

Ανοίξτε τα πουγκιά στο τραπέζι με ένα ψαλίδι. Μπορούν να σερβιριστούν με σαλάτα αβοκάντο.

## Κρέας & Λαχανικά

### Αρακάς με κρέας & ντομάτα

Μερίδες 5

Προετοιμασία: 15 λεπτά.

Μαγειρέμα: 40 λεπτά.

**Υλικά:** 2 κιλά πλυμένος αρακάς, 500 γρ. κρέας σε μέτριους κύβους, 3 καρότα, 1 ½ κιλό φρέσκιες ντομάτες, 4 σκελίδες σκόρδο, αλάτι, πιπέρι, κανέλα, ½ ποτήρι φυτικό λάδι, 3 ποτήρια νερό, 1 μάτσο κόλιαντρο.

**Ξεφλουδίστε**, κόψτε τις ντομάτες και τρίψτε τις με το μπλέντερ. Βράστε το κρέας στην Αυθεντική χύτρα και βγάλτε την πέσσα. Κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το φαγητό να μαγειρευτεί για 20 λεπτά. Βγάλτε το κρέας, πλύντε τη χύτρα και βάλτε τα καρότα, τον αρακά, το λάδι και βάλτε τη στη φωτιά ανακατεύοντας για 5 λεπτά. Προσθέστε τη ντομάτα, το σκόρδο, τον κόλιαντρο και το νερό, στη συνέχεια κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το φαγητό να μαγειρευτεί για 15 λεπτά.

Σερβίρετε με ζεστό ρύζι.

# Σπιτικό γλυκό

## Γλυκό ρύζι

Μερίδες 7

Προετοιμασία: 20 λεπτά.

Μαγείρεμα: 90 λεπτά.

**Υλικά:** 1 κούπα ρύζι, 5 ποτήρια νερό, 2 κούπες ζάχαρη, 600 γρ. λευκό τυρί, 5 κομμάτια αραβικό αρωματικό, ½ ποτήρι ροδόνηρο.

**Α**ν το τυρί είναι αλμυρό, κόψτε το σε λεπτές φέτες και μουλιάστε το σε νερό, αλλάζετε το νερό κάθε 15 λεπτά μέχρι που να γλυκάνει το τυρί, στεγνώστε το και βάλτε το στην άκρη. Πλύντε το ρύζι αρκετές φορές. Βάλτε νερό μέσα στη χύτρα, κατόπιν προσθέστε το ρύζι και ανακατέψτε. Κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το φαγητό να μαγειρευτεί για 45 λεπτά. Βάλτε το ρύζι στο μπλέντερ και χτυπήστε το, για να γίνει απαλό. Στη συνέχεια, βάλτε το ρύζι στη χύτρα σε μέτρια φωτιά, ανακατέψτε με ξύλινη κουτάλα, προσθέστε τη ζάχαρη και ανακατέψτε. Αν το ρύζι είναι πολύ σκληρό, προσθέστε μισό ποτήρι νερό. Κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το να μαγειρευτεί για 60 λεπτά. Προσθέστε το αρωματικό σε σκόνη με ένα κουτάλι ζάχαρη, κατόπιν το ροδόνηρο και ανακατέψτε. Προσθέστε σιγά-σιγά το τυρί, λίγο-λίγο, για να διαλυθεί μέσα στο μίγμα.

Βάλτε το σε πιάτα και σερβίρετε.

## Mufattaqah

Μερίδες 10

Προετοιμασία: 20 λεπτά.

Μαγείρεμα: 180 λεπτά.

**Υλικά:** ½ κιλό σησαμέλαιο, ½ κιλό ρύζι, 1 κιλό ζάχαρη, ¼ ποτήρι κούρκουμα, ½ κουτάλακι κανέλα, 5 ποτήρια νερό, 1 φλιτζάνι κουκουνάρι.

**Π**λύντε το ρύζι πολλές φορές και μουλιάστε το σε νερό για 3 ώρες. Στεγνώστε το ρύζι και βάλτε το στη χύτρα, σε δυνατή φωτιά, προσθέστε την κούρκουμα και 10 ποτήρια νερό, ανακατέψτε λιγάκι. Μόλις πάρει βράση, κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το να μαγειρευτεί για 30 λεπτά. Προσθέστε το σησαμέλαιο και την κανέλα, ανακατέψτε καλά με ξύλινη κουτάλα, βάλτε τη χύτρα στη φωτιά και ανακατέψτε το μίγμα μέχρι να αρχίσει να βράζει. Κλείστε τη χύτρα. Μόλις η βαλβίδα αρχίσει να σφυρίζει, χαμηλώστε τη θερμοκρασία και αφήστε το φαγητό να μαγειρευτεί για 60 λεπτά. Ανοίξτε τη χύτρα, βάλτε τη σε χαμηλή φωτιά και ανακατέψτε το Mufattaqah με ξύλινη κουτάλα για να μην κολλήσει, ανακατέψτε συνεχώς επί 45 λεπτά (εξαρτάται από την ποιότητα του σησαμελαίου) μέχρι που να γίνει ομοιογενές και να βγει το κίτρινο λάδι (σησαμέλαιο) του Mufattaqah. Προσθέστε τα κουκουνάρια και ανακατέψτε το για να πάνε παντού. Βάλτε το σε πιάτα και αφήστε το να κρυώσει· στη συνέχεια, σερβίρετε.



## Précautions importantes

- Pour votre sécurité, cet appareil est conforme aux normes et réglementations applicables :
  - Directive des Équipements sous Pression
  - Matériaux en contact avec les aliments
  - Environnement
- Cet appareil a été conçu pour un usage domestique.
- **Prenez le temps de lire toutes les instructions et reportez-vous au “Guide de l'utilisateur”.**
- Comme pour tout appareil de cuisson, assurez une étroite surveillance si vous utilisez la cocotte à proximité d'enfants.
- Ne mettez pas votre cocotte dans un four chaud.
- Déplacez votre cocotte sous pression avec un maximum de précaution. Ne touchez pas les surfaces chaudes (en particulier les pièces métalliques). Utilisez les poignées et boutons. Utilisez des gants, si nécessaire.
- N'utilisez pas votre cocotte dans un autre but que celui auquel elle est destinée.
- Vérifiez régulièrement que les poignées de la cuve sont correctement fixées. Revissez-les si besoin.
- Votre cocotte cuit sous pression. Des blessures par ébullantage peuvent résulter d'une utilisation inadéquate. Assurez-vous que la cocotte est convenablement fermée avant de la mettre en service. Voir paragraphe “Fermeture”.
- N'ouvrez jamais la cocotte en force. Assurez-vous que la pression intérieure est retombée. Voir paragraphe “Sécurité”.
- N'utilisez jamais votre cocotte sans liquide, cela la détériorerait gravement. Assurez-vous qu'il y a toujours suffisamment de liquide pendant la cuisson.
- Utilisez la (les) source(s) de chaleur compatible(s), conformément aux instructions d'utilisation.
- Ne réalisez jamais de recette à base de lait dans votre cocotte.
- N'utilisez pas de gros sel dans votre cocotte, ajoutez du sel fin en fin de cuisson.
- Ne remplissez pas votre cocotte au-delà des 2/3 (repère maximum de remplissage).
- Pour les aliments qui se dilatent pendant la cuisson, comme le riz, les légumes déshydratés, ou les compotes, ne remplissez pas votre cocotte au-delà de la moitié de sa capacité.
- Après cuisson de viandes qui comportent une peau superficielle ( ex. langue de bœuf...), qui risque de gonfler sous l'effet de la pression, ne pas piquer la viande tant que la peau présente un aspect gonflé ; vous risqueriez d'être ébouillanté. Veillez à piquer la viande avant cuisson.
- Dans le cas d'aliments pâteux (pois cassés, rhubarbe...), la cocotte doit être légèrement secouée avant ouverture pour que ces aliments ne giclent pas à l'extérieur.
- Vérifiez que les soupapes ne sont pas obstruées avant chaque utilisation. Voir paragraphe “Avant la cuisson”.
- N'utilisez pas votre cocotte pour frire sous pression avec de l'huile.
- N'intervenez pas sur les systèmes de sécurité au-delà des consignes de nettoyage et d'entretien.
- N'utilisez que des pièces d'origine TEFAL correspondant à votre modèle.  
En particulier, utilisez une cuve et un couvercle TEFAL.
- Les vapeurs d'alcool sont inflammables. Portez à ébullition environ 2 minutes avant de mettre le couvercle. Surveillez votre appareil dans le cadre des recettes à base d'alcool.
- N'utilisez pas votre cocotte pour stocker des aliments acides ou salés avant et après cuisson au risque de dégrader votre cuve.
- Si vous constatez qu'une partie de votre cocotte est cassée ou fissurée, n'essayez en aucun cas de l'ouvrir si elle est fermée, attendez qu'elle refroidisse complètement avant de la déplacer, ne l'utilisez plus et rappez-la à un Centre de Service Agréé TEFAL pour réparation.

## Conservez ces instructions



# Schéma descriptif

- A - Soupape de fonctionnement
- B - Bouton de serrage
- C - Soupape de sécurité
- D - Etrier
- E - Tige d'évacuation de vapeur
- F - Joint
- G - Panier vapeur\*

- H - Rivets
- I - Oreillon
- J - Poignée
- K - Vis de fixation
- L - Cuve
- M - Support panier\*

## 1 - Caractéristiques

### Diamètre du fond de la cocotte

Inox		
Capacité	Ø Fond	Modèles
4,5L	15,5 cm	P05306
6 L	15,5 cm	P05307
8 L	18 cm	P05311
10 L	20 cm	P05316

### Informations normatives

Pression maximum de fonctionnement : 55 kPa.

Pression maximum de sécurité : 110 kPa.

### Sources de chaleur compatibles



- Ces modèles s'utilisent sur tous les modes de chauffage y compris induction.
- Sur plaque électrique, employez une plaque de diamètre égal ou inférieur à celui du fond de la cocotte.
- Sur table vitrocéramique, assurez-vous que le fond de la cuve est propre et net.
- Sur gaz, la flamme ne doit pas déborder du diamètre de la cuve.
- Sur tous les foyers, veillez à ce que votre cocotte soit bien centrée.

### Accessoires TEFAL

■ Les accessoires de l'Authentique Cocotte Minute disponibles dans le commerce sont :

Panier vapeur	4,5 L ou 6 L	Ref. 792185
	8 L ou 10 L	Ref. 792654
Joint	4,5 L ou 6 L	Ref. 790141
	8 L	Ref. 790142
	10 L	Ref. 790138
Support panier*		Ref. 792691

- Pour le changement d'autres pièces ou réparations faites appel aux Centres de Service Agréés TEFAL.
- N'utilisez que des pièces d'origine TEFAL correspondant à votre modèle.

\*selon modèle

## 2 - Fermeture

- Tournez le bouton de serrage vers la gauche pour abaisser l'étrier - **Fig 1**
- Faites glisser le couvercle à l'horizontale et embôitez-le sur le bord de la cocotte en vous assurant qu'il coiffe correctement le corps de la cocotte.
- Tournez le bouton de serrage vers la droite jusqu'à ce que l'étrier soit en contact avec les oreillons de la cocotte.
- Pour assurer le blocage du couvercle, tournez à nouveau le bouton de serrage (**trois tours complets minimum**).

## 3 - Ouverture

- Tournez le bouton de serrage vers la gauche pour abaisser l'étrier - **Fig 2**
- Soulevez le couvercle pour le déboîter.
- Glissez-le horizontalement.

## 4 - Remplissage

**Minimum** - Mettez toujours une quantité minimale de liquide au moins égale à 25 cl (2 verres) - **Fig 3**

**Maximum** - Ne remplissez jamais votre cocotte au-delà des 2/3 de la hauteur de la cuve - **Fig 4**

### Pour une cuisson vapeur\*

- Le remplissage doit être au moins égal à 75 cl.
- Posez le support panier\* (M) au fond de la cuve.
- Remplissez la cuve (L) d'eau jusqu'aux 2/3
- Positionnez le panier\* (G) sur le support\* (M).

### Pour certains aliments

■ Pour les aliments qui se dilatent pendant la cuisson, comme le riz, les légumes déshydratés, ou les compotes, ne remplissez pas votre cocotte au-delà de la moitié de la hauteur de la cuve. Dans le cadre des soupes, nous vous conseillons d'effectuer une décompression rapide.

## 5 - Première utilisation

- Retournez votre cocotte pour monter les poignées. Positionnez-les correctement, engagez la vis et vissez à fond - **Fig 5**
- Après quelques jours d'utilisation, serrez à nouveau les vis.

■ Posez la soupape sur la tige d'évacuation de vapeur et appuyez à fond - **Fig 6**

■ Posez le support\* (M) au fond de la cuve.

■ Remplissez la cuve (L) d'eau jusqu'aux 2/3.

■ Positionnez le panier\* (G) sur le support\* (M).

■ Fermez la cocotte.

■ Posez la cocotte sur une source de chaleur, puis réglez-la à sa puissance maximum.

■ Lorsque la vapeur commence à s'échapper par la soupape, réduisez la source de chaleur et décomptez 20 min. - **Fig 7**

■ Lorsque les 20 min. sont écoulées, éteignez votre source de chaleur.

■ Décompressez en passant votre cocotte sous un jet d'eau froide. - **Fig 8**

■ Lorsque plus rien ne sort par la soupape de fonctionnement, retirez la soupape et ouvrez la cocotte - **Fig 9**

■ Rincez la cocotte à l'eau et séchez-la.

□ *Utilisez une éponge métallique et un peu de vinaigre dilué pour faire disparaître les éventuelles traces de calcaire.*

## 6 - Avant la cuisson

■ Avant chaque utilisation, vérifiez que la tige d'évacuation de vapeur n'est pas obstruée - **Fig 10**

■ Mettez en place la soupape - **Fig 6**

■ Posez la cocotte sur une source de chaleur puis réglez-la à sa puissance maximum.

## 7 - Pendant la cuisson

■ Lorsque la soupape de fonctionnement laisse échapper de la vapeur de façon continue, en émettant un son régulier (PSCHHHT), réduisez la source de chaleur - **Fig 7**

■ Décomptez le temps de cuisson indiqué dans le livre de recettes.

■ Veillez, au cours de la cuisson, à ce que la soupape tourne en chuchotant régulièrement. S'il n'y a pas assez de vapeur, augmentez légèrement la source de chaleur, dans le cas contraire, réduisez la source de chaleur.

■ Dès que le temps de cuisson est écoulé, éteignez la source de chaleur.

## 8 - Fin de cuisson

### Pour libérer la vapeur

■ Une fois la source de chaleur éteinte, vous avez deux possibilités :

□ **Décompression lente** : soulevez la soupape jusqu'au premier cran de la tige d'évacuation de vapeur ou enlevez-la directement - **Fig 11**

□ **Décompression rapide** : placez votre cocotte sous un robinet d'eau froide - **Fig 8**

■ Lorsque plus rien ne sort par la soupape de fonctionnement : votre cocotte n'est plus sous pression

■ Retirez la soupape - **Fig 9**.

■ Ouvrez la cocotte.

## 9 - Nettoyage

Lavez-la après chaque utilisation avec de l'eau tiède additionnée de produit à vaisselle.

### Pour nettoyer l'intérieur de la cuve

■ Lavez avec un tampon à récurer.

### Pour nettoyer l'extérieur de la cuve et le panier

■ Lavez avec une éponge végétale.

■ Vous pouvez mettre la cuve et le panier au lave-vaisselle.

### Pour nettoyer le couvercle

■ Lavez le couvercle sous un filet d'eau.

### Pour nettoyer la soupape de fonctionnement

■ Nettoyez la soupape de fonctionnement sous l'eau - **Fig 12**

■ Nettoyez la tige d'évacuation de vapeur sous un jet d'eau violent ou à l'aide d'une aiguille. - **Fig 10**

### Pour nettoyer la soupape de sécurité

■ Nettoyez la base de la soupape de sécurité à l'intérieur du couvercle.

■ Vérifiez son bon fonctionnement en appuyant légèrement sur la bille qui doit s'enfoncer sans difficulté - **Fig 13**

*N'utilisez pas d'objet tranchant ou pointu pour effectuer cette opération.*

## 10 - Entretien

### Pour ranger votre cocotte

■ Retournez le couvercle sur la cuve. - **Fig 14**

### Pour conserver plus longtemps les qualités de votre cocotte

■ Evitez de surchauffer votre cuve lorsqu'elle est vide.

■ Le brunissement et les rayures qui peuvent apparaître à la suite d'une longue utilisation de présentent pas d'inconvénient.

■ Si l'intérieur de votre cuve inox présente des reflets irisés ou des taches blanches (calcaire), la nettoyer avec du vinaigre ou avec le produit nettoyant spécial inox.

### Pour nettoyer votre cocotte lorsqu'elle a noirci

□ Nettoyez la cuve avec un produit nettoyant spécial inox vendu en Centre de Service Agréé TEFAL.

### **Pour changer le joint**

- Prenez toujours un joint correspondant à votre modèle.
- Pour mettre votre nouveau joint en place, reportez-

vous aux indications figurant au dos de l'emballage de celui-ci.

- Ne coupez pas le joint.

## **Recommandations d'utilisation**

**1 - Assurez une étroite surveillance si la cocotte est utilisée à proximité des enfants.**

**2 - Un léger échappement de vapeur est normal au niveau de la soupape de sécurité.**

**3 - Attention au jet de vapeur.**

**4 - Pour déplacer la cocotte, servez-vous des poignées.**

**5 - Ne laissez pas séjourner d'aliments dans votre cocotte.**

**6 - N'utilisez jamais d'eau de javel ou de produits**

**chlorés.**

**7 - Ne faites pas tremper le couvercle. Ne passez pas le couvercle au lave-vaisselle.**

**8 : Changez le joint tous les ans.**

**9 - N'utilisez pas d'objet tranchant ou pointu pour nettoyer les valves.**

**10 - Il est impératif de faire vérifier votre cocotte dans un Centre de Service Agréé TEFAL après 10 ans d'utilisation.**

---

## **TEFAL répond à vos questions**

**1 - Si vous ne pouvez pas ouvrir le couvercle :**

- Décompressez et enlevez la soupape.
- Assurez-vous qu'il n'y a plus de pression.
- Au besoin, remettez en chauffe quelques instants sans soupape.

**2 - Si la cocotte a chauffé sans liquide à l'intérieur :**

- Faites vérifier votre cocotte par un Centre de Service Agréé TEFAL.

**3 - Si rien ne s'échappe par la soupape, et la cocotte ne fait aucun bruit pendant la cuisson.**

- La cocotte n'est pas montée en pression. Ceci est normal pendant les premières minutes de chauffage.

**- Si le phénomène persiste, vérifiez que :**

- La source de chaleur est assez forte.
- La quantité de liquide dans la cuve est suffisante.
- La soupape de fonctionnement est en position.
- La cocotte est bien fermée.
- La soupape de fonctionnement n'est pas sale.
- Le joint ou le bord de la cuve ne sont pas détériorés.

**4 - Si un des systèmes de sécurité se déclenche :**

- Arrêtez la source de chaleur.
- Laissez refroidir la cocotte.
- Vérifiez la tige d'évacuation de vapeur, la soupape de fonctionnement, la soupape de sécurité et le joint.

**5 - Si la vapeur fuit autour du couvercle, vérifiez :**

- La fermeture du couvercle, au besoin resserrez-le.
- Le bon état du joint.
- Le positionnement du joint du couvercle.
- La propreté du couvercle, de la soupape de sécurité et de la soupape de fonctionnement.
- Le bon état du bord de la cuve.

**6 - Si les aliments ne sont pas cuits ou s'ils sont brûlés, vérifiez :**

- Votre temps de cuisson.
- La puissance de la source de chaleur.
- La bonne mise en place de la soupape de fonctionnement.
- La quantité de liquide.

**7 - Si des aliments ont brûlé dans votre cocotte :**

- Laissez tremper votre cuve quelque temps avant de la laver.
- N'utilisez jamais d'eau de javel ou de produits chlorés.

## Sécurité

Pendant le fonctionnement, si la tige d'évacuation de vapeur vient à se boucher, 2 sécurités à la surpression entrent en action :

- Premier dispositif : la soupape de sécurité libère la pression.
- Second dispositif : une fuite se produira entre le couvercle et la cuve par déformation de l'étrier.

Si un des systèmes de sécurité se déclenche :

- Arrêtez la source de chaleur.
- Laissez refroidir la cocotte.
- Ouvrez la cocotte
- Vérifier la tige d'évacuation de vapeur, la soupape de fonctionnement, la soupape de sécurité et le joint.

## Garantie

- Dans le cadre de l'utilisation préconisée par le mode d'emploi, **la cuve** de votre nouvelle cocotte TEFAL est **garantie 10 ans** contre :
  - Tout défaut lié à la structure métallique de votre cuve,
  - Toute dégradation prématurée du métal de base.
- Toutes les autres pièces de votre cocotte sont garanties contre tout défaut de fabrication ou de matière, pour la période de garantie définie par la loi en vigueur dans le pays d'achat et à partir de la date d'achat.
- **Cette garantie contractuelle sera acquise sur présentation du ticket de caisse ou facture de cette date d'achat.**

### Ces garanties excluent :

- Les dégradations consécutives au non respect des précautions importantes ou à des utilisations négligentes, notamment :
  - Chocs, chutes, passage au four, ...
  - Passage du couvercle au lave vaisselle.
- Seuls les Centres Services Agréés TEFAL sont habilités à vous faire bénéficier de cette garantie.
- Veuillez vous référer au site internet : [www.tefal.com](http://www.tefal.com) pour l'adresse du Centre Service Agréés TEFAL le plus proche de chez vous.

---

## Marquages normatifs

Marquage	Localisation
Identification du fabricant ou marque commerciale	Bouton de serrage
Année et lot de fabrication	Paroi extérieure de cuve (bord supérieur)
Référence modèle	Paroi extérieure de cuve (bord supérieur)
Pression supérieure de fonctionnement (PF)	Face intérieure oreillon cuve
Pression maximale de sécurité (PS)	Face intérieure oreillon cuve
Capacité	Fond extérieur de cuve

# 8 recettes savoureuses

Toutes les recettes sont réalisées pour 4 personnes.  
Pour les cocottes d'une capacité inférieure à 6 litres,  
diminuer les proportions d'un tiers.

## Soupes

### Soupe de lentilles :

4 pers.  
Préparation: 30 min.  
Cuisson: 30 min.

**Ingrédients:** 500g de lentilles, 50g de riz blanc, 6 verres d'eau, ½ cuillère à café de sel, ½ cuillère à café de cumin en poudre, 1 oignon finement haché, 1 cuillère à soupe (10 ml) d'huile, ½ bouquet de persil haché finement, pain grillé (optionnel).

Nettoyer et laver les lentilles avant de les mettre dans la cocotte-minute Authentique avec 6 verres d'eau. Fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape commence à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire pendant 20 min. Décompresser sous l'eau. Durant ce temps, faire frire l'oignon haché dans l'huile. Mixer pendant 2 minutes les lentilles avec le liquide de cuisson dans un blender puis égoutter à l'aide d'une passoire pour enlever les peaux. Verser le résultat dans la cocotte-minute, ajouter l'oignon, le riz et l'huile, remuer avec une cuillère en bois, chauffer à feu moyen, quand la préparation arrive à ébullition, mettre le couvercle et fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape commence à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire pendant 10 minutes. Décompresser sous l'eau. Ouvrir la cocotte-minute, ajouter le poivre, le sel, le cumin et le persil. Remuer.

Servir avec du pain grillé.

### Soupe de légumes :

4 pers.  
Préparation: 15 min.  
Cuisson : 10 min.

**Ingrédients:** 4 pommes de terre, 1 poireau, 4 carottes, 1 navet, 1 litre d'eau, sel et poivre, 3 cuillères à soupe (30ml) de crème fraîche (optionnel).

Peler et laver les légumes.

Couper les pommes de terre et le navet en gros cube. Couper finement les carottes et le poireau en tranches.

Mettre 1 litre d'eau dans la cocotte-minute, ajouter les légumes, le sel et le poivre.

Fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape se met à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire le temps indiqué. Décompresser sous l'eau.

Ajouter éventuellement la crème fraîche avant de servir.

# Volaille

## Poulet farci :

4 pers.

Préparation: 20 min.

Cuisson : 65 min.

**Ingrédients :** 1 gros poulet entier, ¼ tasse de pignons de pin (60g), ¼ tasse de pistaches pelées (60g), 250g de viande hachée, 1 verre de riz, 2 verres d'eau, ½ tasse d'huile (125mL), 1 cuillère à café de farine, 1 cuillère à café de chaque : sel, poivre, cannelle, curcuma, cardamome en poudre, 1 feuille de laurier.

Chauffer l'huile dans la cocotte-minute à feu vif et faire dorer les pignons de pin. Les réserver. Puis faire de même avec les pistaches. Faire frire la viande sur tous les côtés et ajouter le sel avec la moitié de la quantité de poivre. Retirer la viande. Verser 2 verres d'eau. Laver le riz et l'égoutter, puis l'ajouter dans la cocotte-minute et remuer. Fermer la cocotte-minute, dès que le soupape se met à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire 25 minutes. Pendant la cuisson, laver le poulet et le nettoyer. Quand le riz est prêt, mélanger le avec les pignons de pain, les pistaches et le poivre. Farcir le poulet avec le riz, et fermer le poulet par sécurité avec de la ficelle. Mettre le poulet dans la cocotte-minute, ajouter la feuille de laurier et 2 verres d'eau. Après ébullition, retirer la mousse, ajouter le sel et fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape se met à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire 30 minutes. Décompresser, sortir le poulet et le placer sur une plaque au four avec un peu d'huile, garder au four pendant 10 minutes pour faire dorer. Durant la cuisson préparer la soupe. Mettre une cuillère à café de farine dans le jus de cuisson du poulet, remuer à température moyenne jusqu'à ce que cela épaississe.

Servir dans un grand plat décoré avec le persil haché.

Soupe optionnelle

Option : vous pouvez faire dorer des vermicelles avec de l'huile avant d'ajouter la soupe.

# Légumes

## Chou farci :

5 pers.

Préparation: 30 min.

Cuisson : 15 min.

**Ingrédients :** 1 chou entier d'1,5 kg, 1 tasse d'huile (60mL), 8 gousses d'ail pelées et écrasées, ½ verre de jus de citron, 1 cuillère à soupe de purée de tomate, 1 cuillère à café de menthe sèche.

**Farce :** 1 verre ½ de riz, 500g de viande hachée, sel, poivre, cannelle

Retirer les nervures épaisses du chou et séparer les feuilles, faire bouillir dans de l'eau sans couvrir pendant une minute et réserver, couper les feuilles en morceaux moyens. Préparer la farce et farcir les feuilles de chou (disposer sur une assiette plate et mettre la farce au centre puis resserrer). Arranger les feuilles de chou farcies dans la cocotte-minute puis ajouter l'huile. Mélanger la purée de tomate dans 3 verres d'eau, ajouter l'ail et la menthe sèche et verser sur les feuilles de chou farcies. Fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape se met à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire 15 minutes. Décompresser sous l'eau.

Verser délicatement le chou farci cuit et son jus dans une large assiette.

Servir avec du yaourt.

# Poisson

## Papillotes de cabillaud aux agrumes\*:

4 pers.

Préparation: 25 min.

Cuisson : 7 min.

**Ingrédients :** 4 filets de cabillaud de 150g chacun, 1 pamplemousse, 1 orange, 1 jus d'un citron, 2 tomates, 1 oignon, 2 échalotes hachées, 60g de beurre, quelques feuilles d'estragon frais, sel et poivre.

Couper les tomates en tranches. Peler l'oignon et hacher le en très petits morceaux. Peler le pamplemousse et l'orange et retirer les pépins. Séparer les quartiers en gardant tout le jus.

Prendre 4 feuilles d'aluminium et placer 3 tranches de tomates au centre de chacune d'entre elles, légèrement les unes sur les autres. Couvrir avec une partie de l'oignon et des échalotes hachées. Ajouter quelques feuilles d'estragon et placer les filets de cabillaud par-dessus. Soulever le bord de chaque coin de manière à pouvoir verser 1 cuillère à café de jus d'orange et de pamplemousse sur le poisson sans avoir d'écoulement. Ajouter quelques gouttes de jus de citron et assaisonner avec du sel et du poivre. Ajouter un morceau de pamplemousse, 2 morceaux d'orange et 15g de beurre frais sur chaque filet. Fermer les papillotes avant de les placer délicatement dans le panier vapeur. Verser 750mL d'eau dans le fond de la cocotte-minute. Placer le panier vapeur dans la cocotte-minute et s'assurer qu'il ne touche pas l'eau. Fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape se met à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire 7 minutes. Décompresser avant d'ouvrir. Retirer le panier vapeur de la cocotte-minute et servir une papillote par assiette.

Ouvrir les papillotes à table à l'aide de ciseaux. Elles peuvent être servies avec une salade d'avocat.

# Viande et légumes

## Petits pois avec viande et tomates :

5 pers.

Préparation: 15 min.

Cuisson : 40 min.

**Ingrédients :** 2kg de petits pois frais, 500g de viande coupée en cubes de taille moyenne, 3 carottes (coupées en dés ou en fines tranches), 1 kg ½ de tomates fraîches, 4 gousses d'ail, sel, poivre, cannelle, 1 verre ½ d'huile végétale, 3 verres d'eau, 1 bouquet de coriandre.

Peler et couper les tomates et les mixer dans un blender. Faire bouillir la viande dans 450mL d'eau dans la cocotte-minute. Authentique, retirer la mousse. Fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape commence à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire pendant 20 minutes. Retirer la viande et garder chaud, nettoyer la cocotte-minute, puis ajouter les carottes, les petits pois, l'huile et faire revenir en remuant sur feu moyen pendant 5 minutes. Ajouter la purée de tomate, l'ail, la coriandre et 3 verres d'eau, puis fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape commence à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire pendant 15 minutes.

Servir avec du riz chaud.

# Desserts fait maison

## Riz moelleux :

7 pers.

Préparation: 20 min.

Cuisson : 90 min.

**Ingrédients :** 1 tasse de riz, 5 verres d'eau, 2 tasses de sucre, 600g de fromage blanc, 5 morceaux de musc arabe, ½ verre d'eau de rose.

Si le fromage est salé, couper le en fines tranches et tremper le dans de l'eau, changer l'eau toutes les 15 minutes jusqu'à ce que le fromage devienne doux, égoutter et réserver. Laver le riz plusieurs fois. Verser de l'eau dans la cocotte-minute puis ajouter le riz et remuer. Fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape se met à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire 45 minutes. Décompresser sous l'eau et verser le riz dans un blender pour le mixer. Puis remettre le riz dans la cocotte-minute sur feu moyen, remuer avec une cuillère en bois, ajouter le sucre et remuer. Si le riz est trop épais et dur ajouter ½ verre d'eau. Fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape se met à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire 45 minutes. Ajouter le musc en poudre avec une cuillère à café puis l'eau de rose et remuer. Ajouter le fromage petit à petit pour dissoudre le mélange.

Verser dans des assiettes et servir.

## Mufattaqah:

10 pers.

Préparation: 20 min.

Cuisson : 180 min.

**Ingrédients :** 500g de jus de sésame, 500g de riz, 1kg de sucre, ¼ verre de curcuma, ½ cuillère à café de cannelle, 5 verres d'eau, 1 tasse de pignons de pin.

Laver le riz plusieurs fois et le tremper dans de l'eau chaude pendant 3 heures. Egoutter le riz et le placer dans la cocotte-minute sur feu vif, ajouter le curcuma et 10 verres d'eau, remuer un peu. Quand le mélange arrive à ébullition, fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape se met à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire pendant 30 minutes. Décompresser sous l'eau et ajouter le jus de sésame, le sucre et la cannelle, remuer bien le tout avec une cuillère en bois, puis placer la cocotte-minute sur le feu, remuer le mélange jusqu'à ébullition. Fermer la cocotte-minute. Dès que le soupape se met à siffler, réduire la source de chaleur et laisser cuire pendant 60 minutes. Décompresser sous l'eau et ouvrir la cocotte-minute ; continuer de chauffer à feu doux en remuant le Mafattaqah avec une cuillère en bois pour éviter que le mélange ne colle à la cuve, remuer continuellement pendant 45 minutes (cela dépend de la qualité du jus de sésame) jusqu'à ce que cela devienne un ensemble homogène et que l'huile jaune (huile de sésame) ressorte du Mafattaqah. Ajouter les pignons de pins, mélanger le tout.

Verser dans des assiettes et laisser refroidir puis servir.



# حلويات منزلية

## حلاوة الأرز

تكفي ٧ أشخاص

التحضير : ٢٠ دقيقة

الطهي : ٩٠ دقيقة

**المكونات :** كوب من الأرز المصري، ٥ أكواب من الماء، كويان من السكر، ٦٠٠ جرام من الجبنة البيضاء، ٥ حبات من المستكة العربية، ١/٢ كوب من ماء الورد

### طريقة التحضير :

إذا كانت الجبنة مملحة، تقطع إلى شرائح رقيقة وتقع بالماء وبيدك ماء النقع كل ربع ساعة إلى أن تصبح الجبنة حلوة المذاق ثم تصفى وتترك جانباً  
ينقى الأرز و يغسل عدة مرات. يوضع الماء في طنجرة الضغط Authentique ويضاف إليه الأرز ويحرك المزيج. تغطى الطنجرة وتوضع الصافرة عليها ثم تخفف النار تحتها. تترك لمدة ٤٥ دقيقة. ينعم الأرز بواسطة الملعقة الكهربائية حتى يصبح ناعماً جداً. يوضع الأرز في الطنجرة على نار هادئة ويحرك بالملعقة الخشبية، يضاف بعدها السكر ويحرك المزيج إلى أن يغلي. إذا كان المزيج جامداً جداً يضاف إليه نصف كوب من الماء (يجب أن تكون كثافة المزيج مثل كثافة اللبن الرائب). تغطى الطنجرة وتترك على نار هادئة لمدة ساعة ثم تبرد تحت الماء البارد ويفتح الغطاء. يحرك المزيج بالملعقة الخشبية ويكون لونه قد أصبح شفافاً أبيضاً رمادياً. ترفع الطنجرة عن النار. تُدق المستكة مع معلقة طعام من السكر ثم تضاف مع ماء الورد إلى حلاوة الأرز ويحرك المزيج. تضاف الجبنة المحلاة بالتدريج إلى مزيج الأرز ويحرك باستمرار حتى يتجانس المزيج. تسكب حلاوة الأرز في أطباق صغيرة وتقدم.

## المفتقة

تكفي ١٠ أشخاص

التحضير : ٢٠ دقيقة

الطهي : ١٨٠ دقيقة

**المكونات :** نصف كجم طحينة، نصف كجم أرز مصري، ١ كجم سكر، ١/٤ كوب كركم (عقدة صفراء)، نصف ملعقة من القرفة، ٥ أكواب ماء لغلي الأرز، كوب صنوبر

### طريقة التحضير :

ينقى الأرز ويغسل عدة مرات وينقع بالماء الدافئ لمدة ٣ ساعات، يصفى الأرز من الماء ويوضع في طنجرة الضغط ويضاف إليه الكركم و ١٠ أكواب من الماء. توضع الطنجرة على نار قوية ويحرك الأرز قليلاً، وعندما يغلي الأرز والماء تغلق الطنجرة. بعد أن تبدأ الطنجرة بالصغير، تخفف النار ويترك الأرز على النار لمدة نصف ساعة. تفتح الطنجرة بعد تبريدها بالماء البارد، تضاف الطحينة والسكر والقرفة إلى الأرز ويحرك جيداً بملعقة خشبية، ثم توضع الطنجرة على النار، ويحرك الخليط قليلاً حتى يغلي وعندما تغلق الطنجرة وتوضع صفاة الطنجرة عليها. تترك الطنجرة على نار هادئة لمدة ساعة. ترفع الطنجرة عن النار وتبرد تحت الماء البارد، وتفتح الطنجرة وتحرك المفتقة بالملعقة الخشبية. توضع الطنجرة على النار وتحرك المفتقة باستمرار حتى لا يلتصق الأرز في قعر الطنجرة. يستمر تحريك المفتقة مدة ثلاث أرباع الساعة (حسب نوعية الطحينة) حتى تصبح كتلة واحدة ويطفو زيت الطحينة (السارح) ويغلف كتلة المفتقة. يضاف الصنوبر ويخلط جيداً. تسكب وتترك لتبرد.

# السمك

## \* سمك القد بالحامض

تكفي ٤ أشخاص  
التحضير : ٢٥ دقيقة  
الطهي : ٧ دقائق

**المكونات :** ٤ قطع فيليه من سمك القد تزن الواحدة ١٥٠ جرام، حبة واحدة برتقال وجريب فروت، عصير ليمونة واحدة، حبتان طماطم، بصلة واحدة، كراث مفروم، ٦٠ جرام زبدة، قليل من ورق الطرخون، ملح وبهار.

### طريقة التحضير :

تُقطع الطماطم الى شرائح. تُقشّر البصلة و تُفْرَم ناعماً. يُقشّر الجريب فروت والبرتقال ويُنزع منه اللب، ثم يحمص وتأكد من المحافظة على العصير داخل الحصوص. توضع ٤ قطع من ورق الألمنيوم في وسط كل منها ٣ شرحات طماطم وتُغطى بقليل من البصل المفروم والكراث. تضاف بعض أوراق الطرخون ثم توضع فيليه السمك فوقهم. ارفع أطراف ورق الألمنيوم بحيث يمكن سكب ملعقة صغيرة من عصير البرتقال فوق السمك، وقليل من عصير الليمون، وتتبّل بالملح والبهار. يُوضع حص واحد جريب فروت، وإثنان من البرتقال مع ١٥ جرام زبدة طازجة فوق السمك. اغلق ورق الألمنيوم بإحكام قبل وضعهم برفق في سلّة البخار. اسكب ٧٥٠ مللتر ماء في طنجرة الضغط. ضع سلّة البخار، وتأكد من عدم ملامسة السلّة للماء. اغلق الطنجرة. عندما يبدأ صمام البخار بالصفير، اخفض الحرارة واتركها لتطهى حسب الوقت المحدد. ضع الطنجرة تحت ماء الصنبور لتبريدها بسرعة قبل فتحها. ارفع سلّة البخار من الطنجرة وضع كل لفافة المنيوم في طبق، افتح لفافة الألمنيوم على الطاولة مستخدماً المقص. يمكن تقديمها مع سلطة الأفوكادو.

# اللحوم والخضار

## يخنة البازلاء باللحمة والطماطم

تكفي ٥ أشخاص  
التحضير : ١٥ دقيقة  
الطهي : ٤٠ دقيقة

**المكونات :** ٢ كلج من البازلاء المغسولة، ٥٠٠ جرام من اللحم المُقطع الى مكعبات متوسطة الحجم، ٣ جزرات (مقطعة الى شرائح رقيقة)، ١ كلج من الطماطم الطازجة، ٤ فصوص من الثوم، ملح، فلفل، فرفرة، كوب من الزيت النباتي، ٣ أكواب ماء، باقة كزبرة.

### طريقة التحضير :

تقشر الطماطم وتقطع قطعاً متوسطة الحجم وتهرس في الخلاط. تسلق اللحمة في ٤٥٠ ملتر ماء في طنجرة الضغط وتقطع الزفرة عن اللحمة، وتغطي طنجرة الضغط. بمجرد أن يبدأ الصمام بالهسهسة، تُخفف الحرارة وتترك للطهي لمدة ٢٠ دقيقة. تُرفع اللحمة وتُحفظ ساخنة، تُغسل طنجرة الضغط، ثم يُضاف الجزر، البازلاء، الزيت، وتوضع على نار متوسطة، وتُقلّب لمدة ٥ دقائق. تضاف الطماطم، الثوم، الكزبرة، والماء، ثم تغلق طنجرة الضغط. بمجرد أن يبدأ الصمام بالهسهسة، تُخفف الحرارة وتترك للطهي لمدة ١٥ دقيقة..

تُقدّم ساخنة مع الأرز.

# الطيور

## دجاج محشي

تكفي ٦ أشخاص  
التحضير : ٢٠ دقيقة  
الطهي : ٦٥ دقيقة

**المكونات :** دجاجتان وزن الواحدة : ١ كلج ، ١/٤ كوب صنوبر ، ١/٤ كوب فستق حليبي ، ٢٥٠ غرام لحم مفروم، كوب من الأرز الأمريكي، كوبان من الماء، نصف كوب من الزيت ، ملعقة من الدقيق، ملعقة من : ملح، قرفة، بهار، عصفور، حب هال مطحون. ورقة غار

### طريقة التحضير :

يُحمّر الصنوبر بالزيت داخل طنجرة Authentique، ثم يرفع، ويحمّر بعدها الفستق ثم يرفع. يُضاف اللحم المفروم إلى الزيت ثم يضاف الملح و نصف كمية التوابل. يُقلّب اللحم مدة ٥ دقائق ثم يضاف إليه كوبان من الماء. يُغسل الأرز ويُصفي ثم يضاف إلى اللحم و يحرك. تُغفل طنجرة الضغط، وتوضع على حرارة متوسطة مدة ٢٥ دقيقة. في هذه الأثناء، يغسل الدجاج جيداً و ينظف من الداخل و يصفى من الماء، ثم يُفرك ببقية التوابل من الداخل والخارج. بعد انتهاء طهي الأرز، يخلط بالفستق والصنوبر والتوابل وتحشى به الدجاجتين ثم تغفل فتحة الدجاج ويخاط طرفيها بالآبارة والخيوط. توضع الدجاجتان على ظهرهما في طنجرة الضغط ويضاف إليهما ورقة الغار وكوبان من الماء. بعد أن يغلي الماء، تستخرج الزفرة التي تغطي سطح المرققة، ويضاف إلى الماء قليل من الملح وتُغطى طنجرة الضغط وتترك على نار هادئة مدة ٣٠ دقيقة. ترفع الدجاجتان من الطنجرة وتوضع في صينية مع قليل من الزيت وتحمر في الفرن مدة ١٠ دقائق. لتحضير الشوربة، تُذوب ملعقة من الدقيق بقليل من الماء ويضاف إلى مرق الدجاج وتحرك على نار متوسطة.

يقدم ساخناً في طبق كبير ويزين بالبقدونس. وتقدم الشوربة إلى جانبه.  
اختيار: يمكن تحمير الشعيرية بملعقة زيت وتضاف إلى مرق الدجاج.

# الخضار

## ورق الملفوف المحشو باللحم

تكفي ٥ أشخاص  
التحضير : ٣٠ دقيقة  
الطهي : ١٥ دقيقة

**المكونات :** ملفوفة متوسطة الحجم ( كيلو ونصف)، ملعقة من الملح، ١/٤ كوب من الزيت، رأس ثوم كامل مقشر، ١/٢ كوب من عصير الليمون، ملعقة كبيرة من صلصة الطماطم ، ملعقة صغيرة من النعناع اليابس.  
**الحشو :** كوب ونصف من الأرز المصري ، ١/٢ كلج من اللحم المفروم، ملعقة صغيرة من الملح، ١/٢ ملعقة من البهار والقرفة

### طريقة التحضير :

يُقطع جذر الملفوف وتورق الأوراق، يُسلق الملفوف بالماء المغلي لمدة دقيقة ثم يرفع ويصفي.، تقطع العروق العريضة من الأوراق ويحتفظ بها جانبا. تقطع الأوراق المسلوقة إلى قطع متوسطة الحجم. يحضر الحشو وتحشى الأوراق (تشد ورقة الملفوف على طبق بحيث يلاصق مسطحها الأملس سطح الطبق ويوضع عليها قليل من الحشو وتطوى الجوانب وتلف). تُصَف عروق ورق الملفوف في قعر الطنجرة ويضاف إليها الزيت. تذاب صلصة الطماطم بثلاثة أكواب من الماء ويُمزج معها الثوم والنعناع المدقوق ويسكب فوق الملفوف المحشو. تغفل الطنجرة وتوضع على النار لمدة ١٥ دقيقة.

يُقلّب القدر فوق طبق كبير ويقدم ساخناً مع اللبن.

# وصفات طهي شهية

جميع الوصفات مناسبة لتكفي ٤ أشخاص.  
جميع طناجر الضغط ذات سعة ٦ لتر،  
تُخفّض الكميات بنسبة الثلث.

## الشوربة

### شوربة العدس

**المكونات:** ٥٠٠ جرام عدس أخضر، ٥٠ جرام أرز، ٦ أكواب ماء، نصف ملعقة ملح، نصف ملعقه كمون ناعم، رشّة بهار، بصلة مفرومة ناعماً، ملعقة كبيرة من السمّن أو الزيت النباتي، نصف باقة من البقدونس المفروم، كسر من الخبز المحمصّ.

تكفي ٤ أشخاص  
التحضير: ٣٠ دقيقة  
الطهي: ٢٠ دقيقة

#### طريقة التحضير:

يُغسل العدس بالماء جيداً قبل وضعه في طنجرة Authentique مع ٦ أكواب من الماء. تُغلق طنجرة الضغط وتوضع على مصدر حراري ذو درجة حرارة عالية. عندما يبدأ البخار بالخروج من صمام الضغط، تخفف درجة الحرارة ويترك العدس يطهى ببطء لمدة ٣٠ دقيقة. بعد إنقضاء المدة المذكورة تترك الطنجرة الى أن تبرد، أو يمكن تبريدها بوضعها تحت ماء الصنبور البارد. في هذه الأثناء تُحمّر البصلة المفرومة بالزيت / السمّن. تُفتح طنجرة الضغط بعد تبريدها. ويرفع منها العدس ويبرد قليلاً. يُسكب مع مائه في الخلاط الكهربائي ثم يصفى في المصفاة للتخلص من القشور، ويوضع في الطنجرة ثم تضاف اليه البصلة المفرومة والأرز وملعقة السمّن. ثم يحرك بملعقة خشبية على نار متوسطة، وعندما يغلي تُغلق الطنجرة وتوضع على النار لمدة ٢٠ دقيقة. بعد فتح الغطاء يُضاف الملح والبهارات والكمون، ثم يضاف البقدونس المفروم قبل رفع القدر عن النار بقليل. تقدم الشوربة مع كسر الخبز المحمصّ.

### شوربة الخضار

**المكونات:** ٤ حبات بطاطس، ١ كراث، ٤ جزرات، ١ حبة لفت، ١ لتر ماء، ملح، فلفل، ٣ ملاعق كبيرة كريما فرانشيه (اختيارية).

تكفي ٤ أشخاص  
التحضير: ١٥ دقيقة  
الطهي: ١٠ دقائق

تُغسّر وتُغسل جميع الخضار.

تُقطع البطاطس واللّفت الى مكعبات كبيرة الحجم. يُقطع الجزر الى شراحت رقيقة وكذلك الكراث. يُسكب لتر من الماء في طنجرة الضغط، وتُضاف الخضار، الملح، والفلفل. تُغلق طنجرة الضغط بمجرد أن يبدأ الصمام بالصفير، تُخفّض الحرارة تحت الطنجرة وتترك للطهي حسب الوقت المذكور في الوصفة. يمكنك إضافة الكريما فرانشيه قبل التقديم، إذا أحببت.

## من أجل السلامة

- تتمتع طنجرة الضغط لديك بعدة ضوابط للسلامة، اثنان منها للضغط الزائد:
- ضابط السلامة الأول: صمام الأمان الذي يُصرف الضغط والبخار من تحت المودول
- ضابط السلامة الثاني: يتسرب البخار من بين الغطاء والقدر

إذا فُعل أحد أنظمة السلامة :

- أوقف المصدر الحراري عن العمل.
- دغ طنجرة الضغط تبرد
- افتح طنجرة الضغط
- يرجى التأكد من عمود التفريغ، صمام التشغيل، صمام الأمان والحلقة المطاطية المانعة للتسرب.

## الضمانة

- تتمتع طنجرة الضغط TEFAL بعشر سنوات ضمان، اعتباراً من تاريخ شرائها ضد أية أعطال تصنيعية في الهيكل أو أعطال سابقة لأوانها في المعدن الذي صنعت منه القاعدة، على أن يكون الإستعمال قد تم حسب الإرشادات التي توصي بها الشركة المُصنعة.
- لا تشمل هذه الضمانة الأعطال الناتجة عن سوء الإستعمال، أو الصدمات، أو السقوط من أماكن عالية، أو في حال وضعت الطنجرة في الفرن أو إذا تم تنظيف الغطاء في جلاية الصحون.
- جمع الأجزاء الأخرى من طنجرة الضغط مضمونة ضد العيوب التصنيعية ومواد التصنيع، وذلك خلال فترة الضمانة التي تحددها القوانين والتشريعات النافذة والسارية المفعول في البلد حيث تم الشراء، اعتباراً من تاريخ الشراء.
- كما يجب الملاحظة أيضاً أن الموديلات المزودة بمؤقت الكهروني، فإن المؤقت مكفول للسنة الأولى فقط. أما بالنسبة لبقية الملحقات مثل السلة، المنصب، ولوحة البخار هي أيضاً تحمل ضمان ١٢ شهراً فقط.
- يسري مفعول هذه الضمانة عند إبراز وصل الشراء.
- يعتبر مركز خدمة TEFAL المعتمد هو الجهة الوحيدة المُخولة إعطاء هذه الضمانة والإستفادة منها (يرجى زيارة موقعنا : [www.tefal.com](http://www.tefal.com)).
- صُمم هذا المنتج للإستعمال المنزلي فقط. في حال أي استعمال تجاري، أو أي استعمال خاطئ، أو لا يتطابق مع الإرشادات المرفقة، لن تتحمل الشركة المُصنعة مسؤوليته وبالتالي تسقط الضمانة عن المنتج.

## علامات قياسية

العلامات	المواقع
بيانات المُصنّع ، أو العلامة التجارية	زر الإقفال
سنة الصنع والدفعة	الجدار الخارجي للقدر (أعلى الحافة)
مرجع الموديل	الجدار الخارجي للقدر (أعلى الحافة)
ضغط التشغيل العالي (PF)	السطح الداخلي لمقبض الأذن في القدر
الحد الأقصى للضغط الآمن (PS)	السطح الداخلي لمقبض الأذن في القدر
السعة	القعر الخارجي للقدر

## توصيات حول الإستعمال

- ٦ - لا تستعمل المواد المبيضة أو مشنقات الكلور.
- ٧ - لا تغمر الغطاء في الماء. لا تضع الغطاء في جلاية الصحون.
- ٨ - يجب استبدال حلقات منفع التسرب سنوياً.
- ٩ - لا تستعمل أدوات حادة أو قاسية لتنظيف الصمامات.
- ١٠ - يُرجى الحرص أن تعرض طنجرة الضغط على مركز خدمة TEFAL المُعتمد بعد ١٠ سنوات من الإستعمال.
- ١ - يجب الإنتباه والحذر إذا كنت تستعمل طنجرة الضغط والأطفال من حولك.
- ٢ - قليل من البخار قد يتسرب من صمام الأمان: هذا أمر طبيعي.
- ٣ - لتصريف البخار: انتبه: دفعة قوية من البخار.
- ٤ - لنقل طنجرة الضغط من مكانها، استعمل فقط المقابض.
- ٥ - لا تترك الطعام داخل طنجرة الضغط .

## أسئلة تُطرح عادة

- ١ - إن لم تستطع فتح الغطاء:
  - تأكد بأنه لم يعد هناك أي ضغط .
  - فرغ الضغط ، وارفع صمام منظم الضغط .
  - عند الضرورة، أعد وضعها على الحرارة لبضع ثواني.
- ٢ - إذا وضعت طنجرة الضغط على الحرارة من دون وجود سائل بداخلها:
  - يجب عرض طنجرة الضغط على مركز خدمة سب المعتمد لفحصها .
- ٣ - إذا لم يخرج البخار من صمام مُنظم الضغط ولم يعد يصدر عن طنجرة الضغط أي صوت تنفيث أثناء الطهي:
  - لم يتولد الضغط بعد في داخل الطنجرة. يحدث هذا عادة في الدقائق الأولى من التسخين.
- إذا بقيت المشكلة على حالها، افحص مايلي:
  - إذا كانت الحرارة عالية بما يكفي.
  - إذا كانت السوائل في داخل القدر كافية.
  - إذا كان صمام مُنظم الضغط موجود في مكانه.
  - إذا كانت طنجرة الضغط مغلقة تماماً .
  - إذا كان صمام مُنظم الضغط نظيفاً .
  - إذا كانت الحلقة المطاطية وحافة القدر غير معطوبة.
- ٤ - إذا كان صمام الأمان معطوباً:
  - أوقف الحرارة.
  - برد طنجرة الضغط.
  - تأكد من مخرج البخار و صمام منظم الضغط.
  - يُرجى التأكد من عمود التفريغ، صمام التشغيل، صمام الأمان والحلقة المطاطية المانعة للتسرب.
- ٥ - إذا حدث تسرب للبخار حول الغطاء، افحص مايلي:
  - إذا كان الغطاء مقللاً. ثبت إغلاقه إذا كان ذلك ضرورياً.
  - أن الحلقة المطاطية المانعة للتسرب في حالة جيدة.
  - استبدالها بانتظام.
  - إذا كانت الحلقة المطاطية في مكانها الصحيح داخل الغطاء.
  - إذا كان الغطاء وصمام مُنظم الضغط نظيفان.
  - إذا كانت حافة القدر غير معطوبة.
- ٦ - إذا كان الطعام لا يبيضج أو يحترق، افحص مايلي:
  - أوقات الطهي.
  - إذا كانت الحرارة عالية بما فيه الكفاية.
  - صحح موقع صمام مُنظم الضغط.
  - كمية السوائل.
- ٧ - إذا احترق الطعام داخل طنجرة الضغط:
  - إنقع القدر لمدة وجيزة قبيل تنظيفه.
  - لا تستعمل المواد الكاشطة او التي يدخل الكلورين في تركيبها.

■ إِمْلَأُ التَّنْظِيفِ (٢/٣) بِالْمَاءِ.

■ إِغْلِقْ طَنْجِرَةَ الضَّغْطِ.

■ ضَع طَنْجِرَةَ الضَّغْطِ عَلَى مَصْدَرٍ حَرَارِيٍّ وَأَرْفَعِ دَرَجَةَ الحَرَارَةِ إِلَى الحَدِّ الأَقْصَى.

■ عِنْدَمَا يَبْدَأُ خُرُوجُ البَخَارِ مِنْ خِلَالِ صَمَامِ البَخَارِ، خَفِّفِ دَرَجَةَ الحَرَارَةِ وَانْتَظِرْ ٢٠ دَقِيقَةً - الشَّكْل 7

■ عِنْدَمَا تَنْتَهِي الـ ٢٠ دَقِيقَةً، أَوْقِفِ الحَرَارَةَ.

■ خَفِّفِ الضَّغْطِ بِوَضْعِ طَنْجِرَةِ الضَّغْطِ تَحْتَ صَنْبُورِ المَاءِ البَارِدِ - الشَّكْل 8

■ عِنْدَمَا يَبْدَأُ البَخَارُ بِالتَّوَقُّفِ عَنِ الخُرُوجِ مِنْ صَمَامِ مَنْظَمِ البَخَارِ، انْزِعِ الصَّمَامَ وَأَفْتَحِ الغِطَاءَ - الشَّكْل 9

■ اغْسِلْ طَنْجِرَةَ الضَّغْطِ بِالْمَاءِ وَجَفِّفْهَا.

□ اسْتَعْمَلِ اسْفَنْجَةً مَعْدِنِيَّةً مَعَ قَلِيلٍ مِنَ الخَلِّ لِإِزَالَةِ أَيِّ بَقَايَا مِنَ التَّكَلُّسِ.

## 6 - قَبْلَ الطَّهْيِ

■ فِي كُلِّ مَرَّةٍ تَسْتَعْمَلُ فِيهَا طَنْجِرَةَ الضَّغْطِ، تَأكَّدْ أَوَّلًا مِنْ أَنْ مَخْرَجَ البَخَارِ نَظِيفٌ تَمَامًا - الشَّكْل 10

■ ضَع صَمَامَ مَنْظَمِ الضَّغْطِ فِي مَوْقِعِهِ - الشَّكْل 6

■ ضَع طَنْجِرَةَ الضَّغْطِ عَلَى مَصْدَرٍ حَرَارِيٍّ ذُو دَرَجَةِ حَرَارَةٍ عَالِيَةٍ.

■ عِنْدَمَا يَبْدَأُ صَمَامَ مَنْظَمِ البَخَارِ بِالدُّورَانِ بِانْتِظَامٍ وَيَصْدُرُ صَوْتِ التَّنْفِثِ، يَكُونُ الطَّهْيُ قَدْ بَدَأَ. خَفِّفِ الحَرَارَةَ

- الشَّكْل 7

## 7 - أثنَاءَ الطَّهْيِ

■ مَدَّةُ الطَّهْيِ كَمَا هِيَ مُحدَّدةٌ فِي وَصْفَةِ الطَّهْيِ.

■ أثنَاءَ الطَّهْيِ، تَأكَّدْ أَنْ الصَّمَامَ يَدُورُ بِشَكْلِ طَبِيعِيٍّ وَيَصْدُرُ عَنْهُ صَوْتٌ هَسْهَسَةٌ. إِنْ لَمْ يَكُنْ هُنَاكَ مَا يَكْفِي مِنَ البَخَارِ،

أَرْفَعِ الحَرَارَةَ قَلِيلًا؛ وَإِنْ كَانَ البَخَارُ كَثِيرًا أَخْفِضِ الحَرَارَةَ.

■ بِمَجْرَدِ انْتِهَاءِ وَقْتِ الطَّهْيِ، أَوْقِفِ الحَرَارَةَ.

## 8- عِنْدَ نِهَائَةِ الطَّهْيِ

### لتصريف البخار

■ بِمَجْرَدِ تَوْقِيفِ الحَرَارَةِ، يَكُونُ عَلَيْكَ الإِخْتِيَارُ بَيْنَ أَمْرَيْنِ:

□ **تَصْرِيفٌ بَطِيءٌ لِلبَخَارِ:** أَرْفَعِ الصَّمَامَ نَحْوَ المَوْقِعِ

الأوَّلِ مِنْ تَصْرِيفِ البَخَارِ لِإِزَالَتِهِ تَمَامًا - الشَّكْل 11

□ **تَصْرِيفٌ سَرِيعٌ لِلبَخَارِ:** ضَع طَنْجِرَةَ الضَّغْطِ تَحْتَ مَاءِ الصَنْبُورِ البَارِدِ - الشَّكْل 8

■ عِنْدَمَا يَنْتَهِي وَيَتَوَقَّفُ البَخَارُ عَنِ الخُرُوجِ مِنْ صَمَامِ مَنْظَمِ الضَّغْطِ: فَتَكُونُ طَنْجِرَةُ الضَّغْطِ قَدْ اصْبَحَتْ فَارِغَةً مِنْ

الضَّغْطِ - الشَّكْل 9

■ أَرْفَعِ صَمَامَ مَنْظَمِ البَخَارِ.

■ افْتَحْ طَنْجِرَةَ الضَّغْطِ.

## 9 - التَّنْظِيفُ

■ تُغْسَلُ بَعْدَ كُلِّ اسْتِعْمَالِ المَاءِ الفَاتِرِ وَ سَائِلِ تَنْظِيفِ الجِلِّيِّ.

لتتنظيف القدر من الداخل

■ اسْتَعْمَلِ اسْفَنْجَةً مَعْدِنِيَّةً

لتتنظيف القدر من الخارج

■ اسْتَعْمَلِ اسْفَنْجَةً عَادِيَّةً.

■ يَمْكُنُ وَضْعُ القَدْرِ وَالسَّلَةِ فِي جَلَابِيَّةِ الصَّحُونِ.

لتتنظيف الغطاء

■ اغْسِلِ الغِطَاءَ تَحْتَ مَاءِ الصَنْبُورِ الجَارِيَّةِ.

لتتنظيف صمام مُنظَّمِ البَخَارِ

■ اغْسِلِ صَمَامَ مُنظَّمِ البَخَارِ بِالْمَاءِ - الشَّكْل 12

■ اغْسِلِ فَتْحَةَ خُرُوجِ البَخَارِ بِضَغْطِ مَاءٍ قَوِيٍّ أَوْ بِسَائِلِ

ابرة - الشَّكْل 10

لتتنظيف صمام الأمان

■ نَظِّفْ قَاعَةَ صَمَامِ الأَمَانِ دَاخِلَ الغِطَاءِ.

■ يُرْجَى التَّأكَّدُ أَنْ الصَّمَامَ يُؤَدِّي عَمَلَهُ بِكِفَاءَةٍ، وَذَلِكَ

بِالضَّغْطِ قَلِيلًا عَلَى الكُرَةِ، الَّتِي دُبُورُهَا قَابِلَةٌ لِلدَّفْعِ إِلَى

الأَسْفَلِ دَرْنِ آيَةِ صَعُوبَةٍ - الشَّكْل 13

لَا تَسْتَعْمَلِ أَدَوَاتَ حَادِدَةٍ أَوْ أَدَوَاتَ ثَابِتَةٍ لِهَذَا الغَرَضِ

## 10 - الصِّيَانَةُ

تخزين طنجرة الضغط

■ اقلب الغطاء رأساً على عقب فوق القدر - الشَّكْل 14.

لكي تحافظ على طنجرة الضغط لديك و تجعلها

تعمل طويلاً

■ تَجَنَّبِ التَّسْخِيفَ المَفْرَطَ إِذَا كَانَتْ فَارِغَةً.

■ اللُّوْنُ الدَاكِنُ وَالعِلَامَاتُ الأُخْرَى الَّتِي قَدْ تَظْهَرُ عَلَى

طَنْجِرَةِ الضَّغْطِ، هِيَ نَتِيجَةٌ لِلإِسْتِعْمَالِ المَتَكَرِّرِ، وَليْسَ لَهَا

أَيُّ تَأْثِيرٍ عَلَى أَدَائِهَا.

■ إِذَا ظَهَرَتْ عِلَامَاتٌ بِيضَاءَ دَاخِلِ الطَنْجِرَةِ (تَكَلُّسٌ)، نَظِّفْهَا

بِالخَلِّ أَوْ بِالمُنْظِفِ الخَاصِّ بِالإِسْتَانَالْسِ سَتِيلِ.

لتتنظيف طنجرة الضغط إذا أصبحت داكنة اللون

□ يُنظَّفُ القدر بمواد تنظيف خاصة بالإستانالس ستيل التي

تُباعُ فِي مَرَاكِزِ خِدْمَةِ TEFAL المَعْتَمَدَةِ.

لإستبدال الحلقة المطاطية

■ تَأكَّدْ أَنَّكَ قَدْ اشْتَرَيْتِ الحَلْقَةَ المَطَاطِيَّةَ المَانِعَةَ لِلتَّسْرِبِ

الَّتِي تَتَّاسِبُ مَوْدِيلِ الطَنْجِرَةِ الَّتِي لَدَيْكَ.

■ لِتَرْكِيبِ الحَلْقَةِ فِي مَكَانِهَا الصَّحِيحِ، يُرْجَى قِرَاءَةَ

التعليمات الموجودة خلف التغليف.

■ لَا تَقْصُ أَوْ تَقَطِّعِ الحَلْقَةَ المَطَاطِيَّةَ المَانِعَةَ لِلتَّسْرِبِ.

## رسوم توضيحية

- G - سلّة البخار (حسب الموديل)  
H - مسمار مُبرشم  
I - مسكة قابضة  
J - مقبض  
K - بُرغي للتثبيت  
L - القدر  
M - حاملة ثلاثية

- A - صمام مُنظّم الضّغط  
B - مقبض للإغلاق المُحكّم  
C - صمام للأمان  
D - ملزمة  
E - مخرج للبخار  
F - حلقة مطاطية لمنع التسرب

## 1 - المواصفات

قطر القاعدة في طنجرة الضّغط :

إستانلس ستيل	السعة الإجمالية* السلّة	السعة الطنجرة	الموديل
٤,٥ لتر	١٥,٥ سنتم	٥,١ لتر	PO 5306
٦ لتر	١٥,٥ سنتم	٦,٦ لتر	PO 5307
٨ لتر	١٨ سنتم	٨,٧ لتر	PO 5311
١٠ لتر	٢٠ سنتم	١١ لتر	PO 5316

\* سعة المنتج مع الغطاء في موضعه

معلومات تقنية:

الحد الأقصى لضّغط البخار عند التشغيل: ٥٥ كيلوباسكال  
الحد الأقصى ضمن حدود الأمان: ١١٠ كيلوباسكال

المصادر الحرارية المتوافقة



يمكن استعمال موديلات الإستانلس ستيل على جميع المصادر الحرارية بما فيها الحثية.

على السخّان الكهربائي، استعمل صفيحة حرارية يكون قطرها مساوياً لقطر قاعدة طنجرة الضّغط أو أقل بقليل.

على سخان السيراميك، احرص على أن يكون قطر القدر نظيفاً تماماً.

على الغاز، يجب أن لا يتعدى اللهب حدود قاعدة طنجرة الضّغط.

جميع المصادر الحرارية الأخرى، يُرجى احرص أن تكون طنجرة الضّغط في وسط المصدر الحراري.

ملحقات TEFAL

تتوفر الملحقات التالية لطنجرة الضّغط أوثنتيك لدى الوكيل :

سلّة البخار	٤,٥ أو ٦ لتر	المرجع: 792185
	٨ أو ١٠ لتر	المرجع: 792654
الحلقة المطاطية	٤,٥ أو ٦ لتر	المرجع: 790141
	٨ لتر	المرجع: 790142
	١٠ لتر	المرجع: 790138
حاملة ثلاثية		المرجع: 792691

للحصول على قطع الغيار أو للتصليح، يُرجى الإتصال بمركز خدمة TEFAL لما بعد البيع.

استعمل لهذا الموديل قطع غيار TEFAL الأصلية فقط.

## 2 - الإغلاق

■ ابرم مقبض القفل المُحكّم الى اليسار لتنزيل الملزمة

- الشكل 1

■ اسحب الغطاء أفقياً نحو حافة طنجرة الضّغط، وتأكد من أنه يأخذ مكانه الصحيح فوق القدر.

■ ابرم مقبض القفل المُحكّم الى اليمين الى أن تأخذ

الملزمة مكانها في المسكة القابضة لطنجرة الضّغط

■ للتأكد من إقفال الغطاء، ابرم زر الإقفال مرة ثانية (على الأقل ٣ دورات كاملة).

## 3 - الفتح

■ ابرم مقبض القفل المُحكّم الى اليسار لتنزيل الملزمة

- الشكل 2

■ ارفع الغطاء لتحريره.

■ اسحب الغطاء أفقياً بعيداً عن القدر.

## 4 - التعبئة

حد أدنى ٢٥ سنتنتر (كوبان صغيران) - الشكل 3

حد أقصى - لا تملأ القدر بأكثر من ثلثيه (٢/٣)

- الشكل 4

للطهي على البخار \*

■ استعمل ٧٥ سنتنتر من السوائل.

■ ضع الحاملة الثلاثية (M) في قعر الطنجرة، ثم ضع سلّة البخار (G) فوقها\*.

■ املأ طنجرة الضّغط بالماء الى الثلثين (٢/٣) (L).

لبعض أنواع أخرى من الطعام

■ للطعام الذي يتمدد أثناء الطهي، مثل الأرز، الخضار

المجففة، أو الفواكه المطبوخة بالسكر، لا تملأ طنجرة

الضّغط بأكثر من نصفها. في حالات وصفات تحضير

الشوربات، ننصح بالإسراع في تنزيل الضّغط

## 5 - عند الإستعمال للمرة الأولى

■ اقلب القدر رأساً على عقب لتركيّب المقابض. ضعهم في

مكانهم المُخصّص، ضع البراغي وشدها تماماً - الشكل 5

■ بعد الإستعمال لعدة أيام، شد البراغي مرة ثانية.

■ ضع صمام تنظيم الضّغط على مخرج البخار وإضغط

الى الأسفل بشكل تام - الشكل 6

■ ضع الحاملة الثلاثية (M) في قعر الطنجرة، ثم ضع سلّة

البخار (G) فوقها\*.

■ املأ طنجرة الضّغط بالماء الى الثلثين (٢/٣) (L).



## إرشادات هامة للسلامة

- من أجل سلامتك، يخضع هذا المنتج لجميع القوانين السارية المفعول :
  - قانون الأواني التي تعمل بالضغط
  - قانون المواد التي لها اتصال مباشر بالطعام
  - قانون البيئة
- صُمم هذا المنتج للإستعمال المنزلي فقط
- خذ الوقت الكافي لقراءة جميع التعليمات ثم تحوّل الى "إرشادات الإستعمال".
- إن أي استعمال تجاري أو إحتراقي أو لا يتفق مع الإرشادات المرفقة وينتج عنه عطب في المنتج، لن تكون الشركة المُصنّعة مسؤولة عنه، وبالتالي تسقط الضمانة عن المنتج.
- لم يعد هذا المنتج للإستعمال بواسطة أشخاص (بمن فيهم الأطفال) ممن لا يتمتعون بالقدرة الجسدية، أو بالإمكانات العقلية، أو إذا كانوا يعانون من القصور أو النقص في الخبرة أو المعرفة، ما لم يكونوا تحت المراقبة أو إذا تلقوا المعلومات الضرورية المتعلقة باستعمال هذا المنتج بواسطة شخص مسؤول عن سلامتهم.
- يجب مراقبة الأطفال للتأكد بأنهم لا يلعبون بالمنتج.
- مثل أي أداة طهي أخرى، يجب مراقبة عملية الطهي عن كثب في حال تواجد أطفال أو أشخاص مُعاقين بالقرب.
- لا تضع طنجرة الضغط داخل الفرن.
- عندما تكون طنجرة الضغط في حالة التشغيل، يرجى توخي الحذر عند نقلها من مكانها. لا تلمس الأسطح الساخنة منها (بالأخص الأجزاء المعدنية أو الإستانلس ستيل، فإنها تكون ساخنة جداً). استعمل المقابض ومقبض الغطاء، كما يرجى وضع القفازات إن كان ذلك ضرورياً. لا تستعمل مقبض الغطاء لحمل طنجرة الضغط.
- لا تستعمل طنجرة الضغط في أي استعمال آخر غير الذي صممت لإجله.
- يرجى التأكد دائماً وبشكل منتظم أن المقابض محكمة التركيب. أحكم تركيبها إذا كان ذلك ضرورياً.
- إن طنجرة الضغط لديك تعمل بالضغط. ولكنها قد تُسبب لك الحروق إن لم تستعمل بطريقة صحيحة. تأكد من أن طنجرة الضغط محكمة الإقفال قبل البدء بتسخينها. انظر فقرتي (الفتح - الإغلاق)
- لا تحاول فتح طنجرة الضغط بالقوة. تأكد أولاً بأن الضغط بداخلها أصبح عاديًا. انظر فقرة "السلامة"
- لا تستعمل طنجرة الضغط أبداً بدون سوائل: قد ينتج عن ذلك عطب كبير. يرجى التحقق دائماً من وجود كمية كافية من السوائل أثناء الطهي
- استعمل المصدر/المصادر: الحرارية المتوافقة، المدرجة في هذا الدليل.
- لا تلهو الوصفات التي تدخل مشتقات الألبان في تركيبها في طنجرة الضغط
- لا تستعمل الملح الحجري في طنجرة الضغط، ولكن من الأفضل إضافة ملح الطعام العادي قبيل انتهاء عملية الطهي.
- لا تملأ طنجرة الضغط بأكثر من الثلثين (علامة الحد الأقصى للتعبئة).
- للطعام الذي يتمد أثناء الطهي، مثل الأرز، الخضار المجففة، أو الفواكه المطبوخة بالسكر، لا تملأ طنجرة الضغط بأكثر من نصفها.
- بعد طهي اللحوم ذات الجلد الخارجية (مثل لسان العجل)، والتي قد تنتفخ أثناء تعرضها للضغط، لا تحاول تقبها وإن بدت الجلد ناضجة، فقد تتعرض للحرق بما فيها من بخار و سائل. ونصح بتقبها قبل الطهي.
- عند طهي أنواع الطعام من الحبوب (مثل الحمص، الفول وغيرها) يجب هز طنجرة الضغط برفق قبل فتحها للتأكد من أن الطعام لن يطفو الى الخارج.
- تأكد دائماً أن الصمامات نظيفة قبل الإستعمال انظر فقرة "قبل الطهي"
- لا تستعمل طنجرة الضغط للقلي تحت الضغط باستعمال الزيت.
- دع نظام السلامة يعمل من تلقاء نفسه، ما عدا التنظيف والصيانة بحسب الإرشادات.
- استعمل فقط قطع غيار TEFAL للموديل الذي عندك، بالأخص، استعمل فقط المقلاة والغطاء من TEFAL.
- بخار الكحول قابل للإشتعال. يُغلي الطعام لمدة دقيقتين قبل التغطية بالغطاء. يُرجى التأكد دائماً وبشكل منتظم أن كنت بصدد تحضير وجبات تدخل الكحول في تركيبها.
- لا تستعمل طنجرة الضغط لتخزين الطعام من الحوامض أو الموالح قبل أو بعد الطهي، لأنه قد يُتلف الطنجرة.
- إذا لاحظت أن طنجرة الضغط التي لديك مصابة بالكسر أو بالتشقق، فلا تحاول فتحها تحت أي ظرف من الظروف؛ يرجى الإنتظار الى أن تبرد تماماً قبل تحريكها من مكانها. لا تستعملها مرة ثانية، واعرضها على مركز خدمة TEFAL المعتمد لتصلحها.

## إحتفظ بهذه الإرشادات

# Tefal®

## *Authentique*

طنجرة ضَغُط



كُتَيْبُ الإِسْتِعْمَالِ