



INSTRUCCIONES DE USO

INSTRUCTIONS FOR USE

INSTRUÇÕES DE USO

ZURICH

OLLA A PRESIÓN
PRESSURE COOKER
PANELA DE PRESSÃO

RECETARIO · RECIPES · RECEITAS



ÍNDICE

INSTRUCCIONES DE USO

Descripción del producto.....	3-4
Seguridad del producto	5
Advertencias	5-6
Cómo usar la olla	6
Resolución de problemas.....	6-7
Garantía	7
Recetario.....	8-14



MÓDULO B INFORME N. °:
CERTIFICADO MÓDULO CI:
FECHA:
VOLUMEN:
MARCA REGISTRADA:
TIPO:

Origine:Turcia

- 1-Leer todas las instrucciones.
- 2-No dejar que los niños permanezcan junto a la olla a presión mientras se encuentre en uso.
- 3-No colocar la olla a presión en el interior de un horno caliente.

CE 0036

Presión de trabajo: 0,5 bar = Presiune de lucru: 0,5 bar
Máxima presión admitida: 1,1 bar = Presiune maxim admisa: 1,1 bar

CATALOGUE

INSTRUCTIONS FOR USE

The structure drawing and the model of products	15
Safety of products	16
Attention points of operation	16-17
How to use	17
Trouble shooting	17-18
Gurantee	18
Recipes.....	19-24

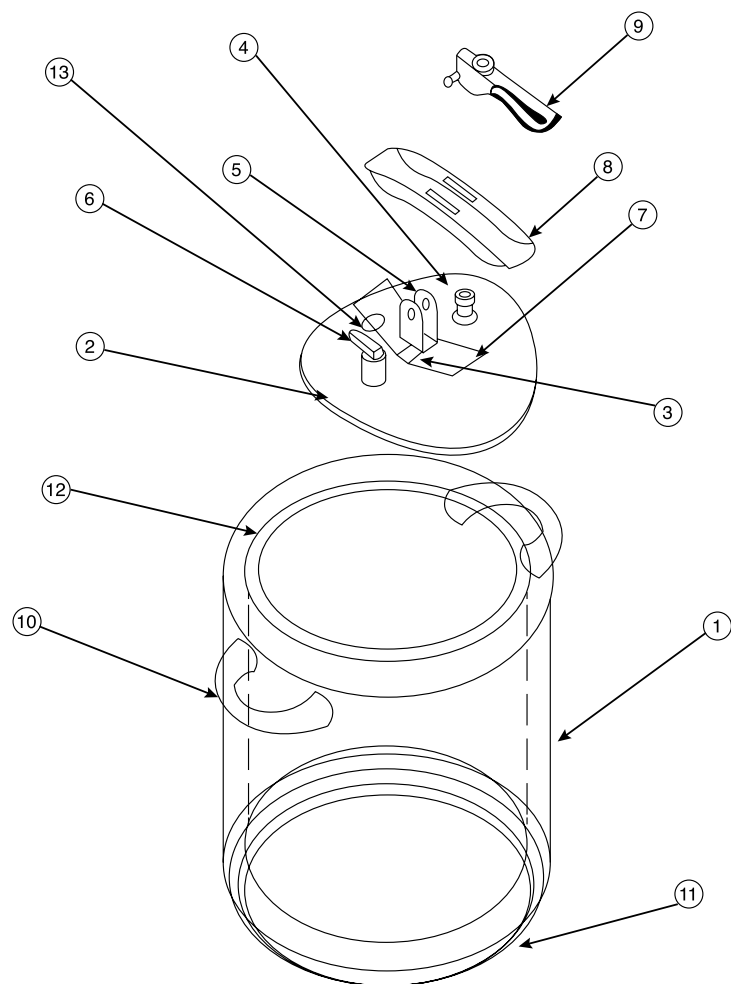
PRECAUCIONES IMPORTANTES

- a) Leer todas las instrucciones.
- b) No dejar que los niños permanezcan junto a la olla a presión mientras se encuentre en uso.
- c) No utilizar la olla a presión en un horno caliente.
- d) Mover la olla bajo presión con la máxima precaución. No tocar las superficies calientes. Utilizar las asas y pomos. En caso necesario, utilizar protección.
- e) No utilizar la olla a presión para otro fin distinto del que está destinada.
- f) Este aparato cocina a presión. El uso inadecuado de la olla a presión puede producir quemaduras. Asegúrese de que la olla está bien cerrada antes de aplicarle temperatura. Véanse las «Instrucciones de uso».
- g) Nunca forzar la apertura de la olla a presión. No abrir antes de estar seguro de que ha bajado totalmente la presión interna. Véanse las «Instrucciones de uso».
- h) No utilizar nunca la olla a presión sin agua, puesto que se dañaría seriamente.
- i) No llenar la olla más de 2/3 de su capacidad. Al cocinar alimentos que se expanden durante la cocción, como por ejemplo el arroz o las verduras deshidratadas, no llenar la olla más de la mitad de su capacidad.
- j) Utilizar la(s) fuente(s) de calor adecuada(s) según las instrucciones de uso.
- k) Después de cocinar carne con piel (por ej. lengua de buey) que puede aumentar de tamaño bajo los efectos de la presión, no pinchar la carne mientras la piel se encuentra aumentada de tamaño ya que podría escaldarse.
- l) Al cocinar alimentos pastosos, mueva suavemente la olla antes de abrir la tapa para evitar que salpiquen los alimentos.
- m) Antes de cada uso, comprobar que no están obstruidas las válvulas. Ver las instrucciones de uso.
- n) No utilizar nunca la olla con presión para freír alimentos, bien superficialmente o muy hechos.
- o) No alterar los sistemas de seguridad más allá de las instrucciones de mantenimiento especificadas en las instrucciones de uso.
- p) Utilizar solo los recambios del fabricante de acuerdo con el modelo pertinente. En particular, utilizar una olla y una tapa del mismo fabricante indicadas como compatibles.
- q) CONSERVAR ESTAS INSTRUCCIONES

ÍNDICE

INSTRUÇÕES DE USO

Descrição do produto	25-26
Segurança do produto	27
Advertências	27-28
Como usar a panela	28
Resolução de problemas	28-29
Garantia	29
Receitas	30-36



- 1_ Olla
- 2_ Tapa
- 3_ Tornillo
- 4_ Válvula de seguridad
- 5_ Pieza para el mango
- 6_ Válvula de descarga
- 7_ Arco
- 8_ Puente
- 9_ Mango de la tapa
- 10_ Asa lateral de la olla
- 11_ Base encapsulada
- 12_ Junta de goma

Litro	Diámetro	Altura
3,5	Ø22	10
4	Ø22	11
5	Ø22	13,2
6	Ø22	16
7	Ø22	18,5
8	Ø22	21,5
9	Ø22	24
10	Ø24	22,2
11	Ø24	24,4
12	Ø24	26,6

LEER ATENTAMENTE EL SIGUIENTE MANUAL ANTES DE UTILIZAR EL APARATO POR PRIMERA VEZ Y CONSERVARLO PARA POSTERIORES CONSULTAS EN EL FUTURO

INSTRUCCIONES PARA SU SEGURIDAD

Mantener fuera del alcance de los niños.

No tocar la superficie caliente con las manos descubiertas, durante el manejo e inmediatamente después.

Solo para uso doméstico, no para uso profesional.

SISTEMA DE TRIPLE CONTROL

Los tres dispositivos de control de la presión garantizan la máxima seguridad en todas las condiciones.



1. Dispositivo «indicador de presión» que impide que se abra la tapa cuando hay una presión mínima en el interior de la olla.



2. Válvula de respiración: descarga constantemente el exceso de vapor periódicamente para evitar el aumento de la presión.



3. Válvula de seguridad: sistema reajutable y termomecánico que garantiza la máxima fiabilidad.



APERTURA:

MANTENER LA PALANCA HACIA ARRIBA, INCLINAR LA TAPA HACIA ABAJO Y EXTRAER.



CAPACIDAD:

LA OLLA A PRESIÓN SE PUEDE LLENAR HASTA 2/3 DE SU VOLUMEN, INCLUSO ALGO MENOS SI LOS ALIMENTOS SUELTAN ESPUMA (COMO POR EJEMPLO GARBANZOS, JUDÍAS, LENTEJAS, ETC.)



CIERRE:

INCLINAR LEVEMENTE LA PARTE SUPERIOR Y FIJARLA CUANDO LA PALANCA SE ENCUENTRE EN LA POSICIÓN DE «APERTURA», A CONTINUACIÓN GIRAR LA PALANCA EN LA DIRECCIÓN CONTRARIA.

**ANTES DE LA COCCIÓN:**

COMPROBAR LA VÁLVULA DE DESCARGA ANTES DE EMPEZAR A COCINAR Y ASEGURARSE DE QUE SE ELEVA FÁCILMENTE.

**DURANTE LA COCCIÓN:**

CUANDO LA OLLA A PRESIÓN EMPIEZA A COCINAR, LA TEMPERATURA DEBE SER ALTA. LA VÁLVULA DE DESCARGA DEBERÁ ESTAR COLOCADA EN POSICIÓN VERTICAL HASTA QUE SE OIGA UN PITIDO Y EMPIECE A SALIR EL VAPOR.

**CUANDO HAYA COMENZADO A SALIR EL VAPOR:**

CAMBIE LA VÁLVULA DE LA POSICIÓN VERTICAL A LA POSICIÓN HORIZONTAL Y REDUZCA LA TEMPERATURA. EL TIEMPO DE COCCIÓN SE TIENE QUE TENER EN CUENTA A PARTIR DE ESTE MOMENTO.

**DURANTE LA COCCIÓN:**

COMPROBAR SI LA VÁLVULA DE DESCARGA ESTÁ FUNCIONANDO CORRECTAMENTE Y SI ESTÁ SALIENDO EL VAPOR.

**DESPUÉS DE LA COCCIÓN:**

ESPERAR HASTA QUE SE HAYA REDUCIDO LA PRESIÓN EN EL INTERIOR DE LA OLLA Y, A CONTINUACIÓN, ABRIR LA VÁLVULA DE DESCARGA Y ESPERAR HASTA QUE HAYA SALIDO EL VAPOR. ABRIR LA OLLA.

TIEMPO DE COCCIÓN**CARNES**

VACA: 45-50 MIN
TERNERA: 35-40 MIN
CORDERO: 20-25 MIN
POLLO: 35-40 MIN

LEGUMINOSAS

JUDÍAS: 20-25 MIN
GARBANZOS: 20-25 MIN.
LENTEJAS: 15-20 MIN.
GUISANTES: 20-25 MIN.

VERDURAS

JUDÍAS VERDES: 20-25 MIN
BERENJENAS: 10-15 MIN
COLIFLOR: 10-15 MIN
APIO: 10-15 MIN
PATATAS: 8-10 MIN
PUERROS: 10-12 MIN
GUISANTES: 15-20 MIN

MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA:

SE PUEDEN UTILIZAR TODO TIPO DE DETERGENTES, PERO NO UTILIZAR LIMPIADORES QUÍMICOS Y ESTROPAJOS METÁLICOS. SECAR BIEN DESPUÉS DE HABERLA LIMPIADO. UTILIZAR VINAGRE O LIMÓN PARA ELIMINAR LOS RESTOS DE SUCIEDAD Y LAS MANCHAS MÁS RESISTENTES. LAS VÁLVULAS DE DESCARGA DEBEN ESTAR SIEMPRE BIEN LIMPIAS POR SU SEGURIDAD.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS:

SI NO SALE VAPOR, COMPRUEBE QUE SE HA CERRADO CORRECTAMENTE LA OLLA A PRESIÓN, QUE EL TAPÓN DE PLÁSTICO NO ESTÁ SUCIO Y QUE LA TEMPERATURA NO ES DEMASIADO ALTA.

NOTAS DE USO:

RETIRE EL TAPÓN Y LÍMPIELO CON AGUA TEMPLADA Y DETERGENTE. LLENE LA OLLA HASTA 2/3 DE SU VOLUMEN Y ALGO MENOS SI LOS ALIMENTOS QUE SE VAN A COCINAR SUELTAN MUCHA ESPUMA (GUISANTES, LENTEJAS,

ETC.) AÑADA COMO MÍNIMO 2 VASOS DE AGUA PARA CONSEGUIR UNA PRESIÓN SUFICIENTE. AÑADA MÁS AGUA SI TIENE QUE COCINAR VERDURAS FRESCAS. COCINE A ALTAS TEMPERATURAS AL INICIO Y A CONTINUACIÓN REDUZCA CUANDO HAYA COMENZADO A SALIR EL VAPOR. EL TIEMPO DE COCCIÓN EMPIEZA CUANDO LA PRESIÓN EN EL INTERIOR DE LA OLLA SE ELEVA Y ALCANZA UN NIVEL ADECUADO.

PARA EVALUAR EL TIEMPO DE COCCIÓN HAY QUE TENER EN CUENTA EL VAPOR QUE ESTÁ SALIENDO. PARA AHORRAR TIEMPO Y TRABAJO, LA TEMPERATURA CORRECTA DEBERÁ SER DE ENTRE 105/108°C.

INSTRUCCIONES GENERALES:

- NO UTILIZAR LA OLLA A PRESIÓN EN HORNOS CALIENTES
- UTILIZAR LA OLLA A PRESIÓN ÚNICAMENTE COMO SE DESCRIBE EN ESTE MANUAL.
- NO UTILIZAR EL APARATO SIN AGUA, YA QUE PODRÍA CAUSARLE DAÑOS Y SER UN RIESGO PARA LAS PERSONAS Y LOS OBJETOS.
- UTILIZAR LAS FUENTES DE CALOR ADECUADAS TAL Y COMO SE DESCRIBEN EN LA OLLA A PRESIÓN.
- DESPUÉS DE COCINAR CARNE CON PIEL, QUE PODRÍA AUMENTAR DE TAMAÑO DEBIDO A LA PRESIÓN, PRESTAR ATENCIÓN A NO PINCHAR LA CARNE PARA EVITAR QUEMADURAS.
- SI HA COCINADO ALIMENTOS PASTOSOS, MUEVA SUAVEMENTE LA OLLA ANTES DE ABRIR LA TAPA PARA EVITAR QUE SALPIQUEN LOS ALIMENTOS.
- ANTES DE CADA USO, COMPROBAR QUE LAS VÁLVULAS NO ESTÁN BLOQUEADAS Y VER LAS INSTRUCCIONES DE USO.
- NO UTILIZAR NUNCA LA OLLA A PRESIÓN EN MODO PRESIÓN PARA FREIR ALIMENTOS.
- NO OPERAR EN LOS SISTEMAS DE SEGURIDAD SI NO SE ESPECIFICA EN LAS INSTRUCCIONES.
- USAR LA OLLA A PRESIÓN TAL Y COMO SE VENDIÓ Y SE RECIBIÓ EN EL EMBALAJE Y NO UTILIZAR LA OLLA Y LA TAPA CON PIEZAS FABRICADAS Y VENDIDAS POR OTROS FABRICANTES.

GARANTÍA DE 2 AÑOS

BERGNER garantiza sus piezas de cocina de la gama Zurich – Olla a Presión, por un período de 2 años, mientras se haga un uso normal y siguiendo las instrucciones de uso y cuidado que le indicamos. Todos los productos están garantizados por BERGNER contra defectos de fabricación siempre desde la fecha de compra del producto. Esta garantía no cubre su uso en establecimientos profesionales, abusos, uso negligente o no acorde a las instrucciones de uso proporcionados.

En caso de que su producto resultase defectuoso en las condiciones indicadas durante el período de garantía, por favor, envíelo a portes pagados a la siguiente dirección: BERGNER IBERIA, Pol. Ind. Malpica, Calle E, num 88, 50016, Zaragoza, Spain donde BERGNER analizará el producto y si es defectuoso, reparará el defecto de fábrica o bien se sustituirá por otro idéntico, o si no no estuviese disponible, por uno similar. La garantía será válida siempre presentando el recibo de compra y este documento de garantía.



RECETARIO PARA COCINA A PRESIÓN

Tarta de queso en olla a presión

Ingredientes

4 Huevos	4 cucharadas de azúcar
1 bote de leche en polvo	200ml de queso cremoso
Caramelo líquido o azúcar para caramelizar	
Moras negras y rojas	Chocolate líquido



Realización

Ponemos todos los ingredientes en un bol y los batimos hasta que quede una mezcla homogénea.

Caramelizamos el molde y ponemos en él la mezcla.

Cerramos el molde con su tapa o con papel de aluminio, ajustándolo bien al molde para que no nos entre agua al cocerlo. Lo introducimos en la olla a presión con dos dedos de agua. Cerramos la olla a presión y una vez que hayan subido los dos anillos la dejamos al fuego 15 y 20 minutos.

Pasado el tiempo y una vez haya bajado la presión de la olla, dejamos enfriar en el frigorífico.

Servir

Desmoldamos sobre una fuente.

Decoramos con chocolate líquido, moras negras y rojas.

Receta de Flan casero al huevo

Ingredientes (4-6 personas):

1/2 l. de leche	4 huevos
6 cucharadas de azúcar	agua



Realización

Comenzamos poniendo 4 cucharadas de azúcar en un bol, cascamos los huevos y batimos bien con una varilla.

Seguidamente añadimos la leche poco a poco sin dejar de remover. Reservar.

Para hacer el caramelo, echamos 2 cucharadas de azúcar en una sartén.

Agregamos 2 cucharadas de agua y dejamos que caramelice. Seguidamente hay que colocar el caramelo en el fondo de un molde y añadir la mezcla que estaba reservada.

Hecha un poco de agua en la olla rápida e introduce el molde. Tapa el molde con papel de aluminio, coloca la tapa de la olla y cocina (al 2) durante 4 minutos a partir de que comience a salir el vapor.

Deja templar el flan.

Desmolda y sirve.

Receta de Croquetas de gallina y huevo

Ingredientes (4-6 personas):

Para 6-8 personas:

1 muslo de gallina peregil	1 cebolla
2-3 huevos	1 zanahoria
1 puerro	135 gr. de harina
1 cebolleta	aceite virgen extra
1/2 l. de leche	nuez moscada
agua	harina, huevo batido y pan rallado
sal	



Realización

En la olla a presión con agua y sal, pon a cocer la gallina con el puerro, la cebolleta y la zanahoria. Cierra con la tapa y cocina durante 20-25 minutos. Cuando la gallina esté tierna, limpia de huesos y pieles y pica fino.

Pon a cocer los huevos en una cacerola pequeña con agua y sal durante 10 minutos.

Pica la cebolla y pon a pochar en una cazuela con aceite, a fuego medio. Añade la harina y remueve con una varilla, hasta que se dore un poco. Echa 1/2 l. de leche y remueve bien y agrega la misma cantidad de caldo, sin dejar de remover. Trabaja la masa a fuego suave. Espolvorea con nuez moscada rallada. Añade a la salsa bechamel la gallina y los huevos picados. Mezcla bien y cocina a fuego suave durante 20- 25 minutos. Vierte la masa a una fuente. y deja enfriar.

Una vez que la masa esté fría, corta y moldea las croquetas, enharínalas, pásalas por huevo y pan rallado y fríelas en una sartén con aceite muy caliente.

Cuando estén hechas, retíralas de la sartén a una fuente con papel absorbente para que escurra el exceso de aceite.

Servir

Bizcocho en olla a presión

Ingredientes (8 personas):

1 ½ de harina	1 taza de azúcar
1 huevo	½ taza de aceite
1 taza de leche	1 cucharadita de esencia de vainilla

Para el glaseado :

200 g de azúcar glass.	10 cucharadas de agua (unos 75 ml)
------------------------	------------------------------------



Realización

Poner en la batidora los huevos y batir hasta que queden bien espumosos y tengan el doble de su volumen inicial. Mezclar los huevos con el azúcar y el aceite, agregar poco a poco la harina alternando con la leche hasta conseguir una preparación suave y sin grumos. Agregar la esencia de vainilla. Verter la mezcla sobre un molde de bizcocho Bonio de Bergner previamente engrasado. Colocar el molde en el interior de la olla a presión y poner la tapa y dejar a fuego fuerte 2 minutos, luego bajar la intensidad del fuego y dejar que se cueza durante 40 a 45 minutos. Transcurrido 10 minutos de apagar el fuego abrir y comprobar si el bizcocho esta cocido con un cuchillo, si este sale seco esta listo, sacar y desmoldar sobre una rejilla.

Elaboración del glaseado

Mezclamos el agua con el azúcar y removemos hasta que esté completamente integrado.

Una vez que tenemos el glaseado listo solo nos queda cubrir el bizcocho. Colocamos el bizcocho sobre una rejilla y esta a su vez encima de una bandeja. Es importante echar el glaseado de una sola vez y en la parte central del bizcocho. Dejamos enfriar a temperatura ambiente.

Servir

Crema de calabaza

Ingredientes (4-6 personas):

- 1 Kg. de calabaza
- 2 patatas grandes
- 1 cebolla mediana
- 2 tomates maduros
- 1 hoja de laurel
- 3 huevos duros
- 1 brik de nata para cocinar (200 ml.)
- aceite
- sal



Realización

Se le quita la corteza a la calabaza y se corta a tacos. Se pela la patata y se corta de igual manera. Se limpia la cebolla y se corta por la mitad y lo mismo el tomate. Se pone todo junto en la olla a presión, añadiéndole la hoja de laurel, agua que cubra lo justo, un poco de aceite y sal. Se tapa la olla y se pone al fuego. Cuando empiece a salir vapor se cuenta 10 minutos y se baja un poco el fuego. Mientras se van haciendo los huevos duros. Una vez pasado el tiempo se destapa la olla, y la calabaza, la patata, la cebolla y el tomate se pasa por la batidora.

Servir

Se echa la crema en una cazuela y se le añade la nata líquida, se mezcla bien y se sirve con los huevos picados.

Receta de Coliflor y pollo con bechamel

Ingredientes (4-6 personas):

- 400 gr. de carne de pollo troceada
- 1 coliflor
- 2 lonchas de panceta
- 100 gr. de queso
- 1 cebolla
- 1 pimiento verde
- harina
- 1/2 l. de leche
- agua
- aceite virgen extra
- sal
- pimienta negra
- perejil



Realización

Limpia la coliflor y separa los ramilletes. Pon a cocer la coliflor en la olla a presión con agua y sal. Deja que se cocine a fuego medio durante 5 minutos. Escurre y reserva. Pica la cebolla y ponlo a pochar en una cacerola con aceite. Añade el pimiento verde, también picadito. Sazona y deja que se dore. Añade la panceta y el pollo cortado en dados y saltea. Para la bechamel, pon la mantequilla a fundir en una cazuela, agrega la harina, sazona y rehógala. Vierte la leche poco a poco y cocínala durante unos 5-6 minutos. Coloca los ramilletes de coliflor en tarteras aptas para el horno, vierte encima la bechamel de verduras y carne. Hornea a 220 grados durante 5 minutos.

Servir

Sirve bien caliente

Receta de Panaché de verduras

Ingredientes:

- 250 gr de judías
- 1 calabacín
- 1 rodaja de calabaza
- 8 espárragos verdes
- 100 gr de panceta ibérica
- 2 patatas
- agua
- aceite virgen extra
- sal



Realización

Pela y trocea las patatas y ponlas a cocer en la olla a presión con agua. Coloca en la cesta de vapor las judías limpias y cortadas en juliana. Sazona. Cierra la olla y deja que se cocine a fuego moderado durante 4 minutos. Reserva las judías al calor y tritura bien fino las patatas. Corta en dados gruesos el calabacín y la calabaza. Unta estas verduras, junto con los espárragos en aceite, ponlos en una plancha y deja que se asen durante 6-8 minutos. Pica la panceta y dora en una sartén.

Cubre el fondo de un plato o fuente con la crema de patata y coloca las judías cocidas al vapor y las verduras asadas en la plancha.

Servir

Receta de Sopa de lentejas al curry

Ingredientes (6 personas):

- 1/2 vaso de lentejas pardinas
- 1 puerro
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- 2 dientes de ajo
- 1 lata de 400 gr. de tomates enteros
- 1 patata
- 1 cucharadita de curry
- 1 yogur natural
- agua
- aceite
- sal



Realización

Pon a pochar la cebolla picada, la zanahoria cortada en dados y el puerro picado en una olla a presión con aceite. Añade los ajos picados, rehoga bien y sazona para que suden. Incorpora las lentejas, cúbreelas con agua, y agrega la cucharadita de curry. Tapa la olla y cocina durante 7 minutos. Una vez cocinadas las lentejas, añade los tomates cortados en dados y deja que cuezan otros 2-3 minutos.

En una sartén al fuego fríe la patata pelada y cortada en dados. Retírala con la espumadera y e incorpórala a la sopa.

Servir

Receta de Sopa de cebolla con queso gratinado

Ingredientes (4 personas):

- 6 cebollas
- 3 huesos de ternera
- 2 puerros
- 3 dientes de ajo
- 400 gr. de garbanzos
- 75 gr. de pan del día anterior
- 100 gr. de queso emmental
- aceite de oliva virgen extra
- agua
- sal
- perejil



Realización

Pon los garbanzos a remojo en agua de víspera. Cuece en la olla a presión los puerros, la cebolla partida por la mitad, los garbanzos escurridos, los dientes de ajo pelados, los huesos, unas ramas de perejil y una pizca de sal. Coloca la tapa y cocina durante 30 minutos a partir de que comience a salir el vapor. Pasado este tiempo, retira la carne, los garbanzos y la verdura. Cuela el caldo. Reserva. Pela y pica finamente el resto de las cebollas y ponlas a pochar en una cazuela con aceite. Sazona y cocínalas hasta que se poche bien. Pica el pan, añádelo y rehógalo brevemente. Vierte el caldo y cocina todo durante 10 minutos aproximadamente. Bate con una varilla hasta que el pan se deshaga.

Servir

Sirve la sopa de cebolla espolvoréalos con el queso y gratínalo todo en el horno. Sirve y espolvorea las tazas con un poco de perejil picado.

Arroz con pollo en olla a presión

Ingredientes (4 personas):

1 vaso y 1/2 de arroz	4 vasos de agua.
1/2 kg de pollo troceado y sin piel	1 ñora.
2 dientes de ajo	1 tomate.
1 brócoli	1 pimiento verde
1 pimiento amarillo	1 zanahoria
sal	aceite

**Realización**

En un cazo ponemos a hervir el agua y salamos al gusto.

Ponemos un poco de aceite en la olla a presión. Cuando esté caliente doramos en él la ñora y los ajos. Cuando esté dorado sacar y machacar todo en el mortero, reservar.

Sofreír en la olla el pollo y mientras rallamos el tomate y cuando el pollo esté un poquito dorado lo añadimos junto con el brócoli y los pimientos y las zanahorias costados en tiras y damos vueltas.

Agregamos el arroz y le damos unas vueltas, añadimos el agua y el contenido del mortero. Mezclamos y cerramos la olla. Como el agua ya está hirviendo ponemos directamente a fuego lento, 10 minutos. Apagamos y dejamos unos 5 minutos más, y destapamos.

Servir caliente.**Receta de Canelones de hongos y castañas**

Ingredientes (4 personas):

20 láminas de canelón	500 gr. de hongos
8 ajos frescos	1 cebolleta
500 gr. de castañas	800 ml. de leche
80 gr. de harina	80 gr. de mantequilla
100 gr. de queso rallado	agua
aceite de oliva virgen extra	sal

**Realización**

En la olla a presión colócalas las castañas. Cúbrelas con agua, sazona, coloca la tapa y cuécelas durante 5 minutos a partir de que comience a salir el vapor. Pélalas y pícalas finamente. Reserva.

Pon abundante agua en una cazuela grande. Cuando empiece a hervir, sálala y agrega las láminas de canelón. Cuécelas durante 10-12 minutos.

Escurre, refresca y extiéndelas sobre un trapo limpio.

Pica finamente los ajos y la cebolleta y ponlos a pochar. Pica los hongos y agrégalos. Saltéalos brevemente. Sazona. Añade las castañas picaditas. Mezcla bien y deja reposar.

Para la bechamel, pon la mantequilla a fundir en una cazuela, agrega la harina, sazona y rehógala. Vierte la leche poco a poco y cocínala durante unos 5-6 minutos.

Mezcla la mitad de la bechamel con la farsa. Rellena los canelones. Cúbrelos si quieres con el resto de la bechamel, espolvorea con el queso y gratinalos durante 3 minutos.

Servir**Receta de costilla de cordero con ensalada**

Ingredientes (4 personas):

1,5 kg. de costilla de cordero	3 tomates
12 aceitunas negras (sin hueso)	1 cebolleta
2 dientes de ajo	agua
aceite de oliva virgen extra	vinagre
1/2 cucharadita de pimentón	sal
2 ramas de romero	pimienta

**Realización**

Corta la costilla en trozos y colócalos en la olla a presión. Agrega una rama de romero, cubre con agua y sazona. Tapa la olla y cuece las costillas durante 10-12 minutos a partir de que salga el vapor. Retíralas y colócalas en una placa de horno. Reserva.

Coloca en el vaso batidor los dientes de ajo pelados y troceados, 4 cucharadas de aceite, 1 de vinagre, el pimentón, las hojas de una rama de romero y sal. Tritura la mezcla.

Salpimienta la carne y úntala con la salsa. Hornéalas a 190°C durante 20 minutos.

A mitad de cocción, dales la vuelta y riégalas con el resto de la salsa. Mantenlas calientes dentro del horno con el calor residual. Pela 2 tomates, córtalos en trozos irregulares y colócalos en un bol, pica la cebolleta en juliana y añádela junto con unos canónigos. Agrega también las aceitunas laminadas y aliña con aceite, vinagre y sal.

Servir

Sirve la ensalada de tomate y canónigos con las costillas de cordero.

Calamares rellenos

Ingredientes:

Calamares	Carne de cerdo o ternera
Huevo	1 tomate rallado
aceitunas rellenas	2 cebollas medianas picadas
1 patata	400 g de tomate triturado
aceite de oliva	sal
perejil	1 pastilla de caldo de pescado
200 ml de vino blanco	

**Realización**

En una sartén con aceite de oliva, freír una cebolla mediana picada, añadir 1 tomate rallado y cocer a fuego lento unos minutos. Seguidamente añadir carne de cerdo o ternera picada, darle unas vueltas y echar un huevo duro cortado a trocitos, las aletas y las patas de los calamares, aceitunas rellenas a rodajitas y sal. Cocer unos 3 minutos a fuego lento. Si se quiere más espeso, añadir un poco de pan rallado. Dejar enfriar. Untar cada calamar con un poco de aceite de oliva, rellenarlos con el preparado anterior y cerrar con un palillo.

En la olla a presión con aceite de oliva echar una cebolla picada, sofreír y añadir 400 g de tomate triturado, una patata cortada a rodajas, 200 ml de vino blanco y una pastilla de caldo de pescado. Cocer con la olla tapada unos 7 minutos. Después empatar los calamares pasar la salsa por el chino y echarla encima de los calamares finalizando la presentación con un poco de perejil. Si ha sobrado relleno de los calamares, echarlo en la salsa.

Servir

Lenguado con salsa de hongos

Ingredientes:

- 200g de hongos
- 1 Cebolla pequeña, pelada y troceada finamente
- 600g Filetes de lenguado, bien sazonados
- 1dl Vino blanco
- 1 Cucharada sopera de Mantequilla
- 3 Cucharadas soperas Nata para cocinar.
- 1 Cucharada sopera Perejil, cortado fino.

**Realización**

Derretir la mantequilla en la olla a presión y sofreír los hongos. Guisar brevemente la cebolla. Poner los filetes de lenguado encima de la cebolla y sofreír.

Echar el vino tinto a gotas encima del pescado.

Cerrar la tapa y dejar cocinar durante 2 min en el nivel bajo.

Transcurrido el tiempo de cocción apartar la olla a presión del fuego, quitar el vapor rápidamente y abrir cuando la presión se haya ido por completo.

Reservar los filetes de lenguado en un plato precalentado.

Refinar la salsa con nata, añadir el perejil, sazonar y hervir brevemente.

Servir

Poner el pescado en el plato, echar la salsa encima del pescado y servir con arroz o patata hervida.

Brownie

Ingredientes:

- 2 huevos
- 100 gr de azúcar
- 50 gr de mantequilla
- 70 gr de harina
- 1 cucharadita de levadura
- 25 gr de cacao puro
- 25 gr de almendra picada
- Una cucharada Aroma de vainilla

**Realización**

Batir con la batidora eléctrica los huevos con el azúcar y la mantequilla (que habremos fundido en el microondas) hasta conseguir un poquito de espuma e incorporamos el aroma de vainilla. Seguidamente añadimos la harina y el cacao y seguimos batiendo bien.

Cuando está todo integrado echamos la almendra y movemos con una espátula para terminar de mezclar.

Vertemos en un molde que entre en la olla, engrasado y enharinado

Echamos en la olla 2 dedos de agua más o menos, introducimos el molde y ponemos al fuego y esperamos a que la válvula de la olla suba un nivel en ese momento apagar el fuego y dejar hasta que baje de nuevo la válvula

Servir

Sacamos del molde y esperamos que enfríe antes de desmoldar y servir.



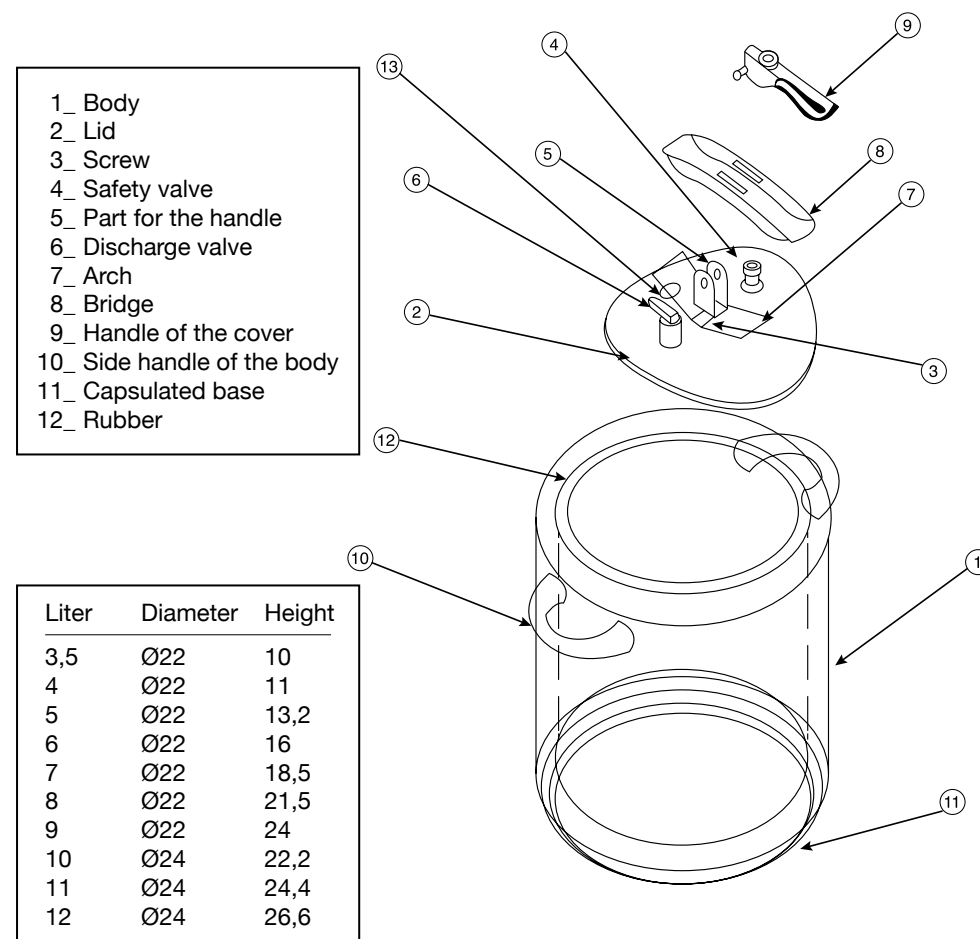
MÓDULO B INFORME N. °:
CERTIFICADO MÓDULO CI:
FECHA:
VOLUMEN:
MARCA REGISTRADA:
TIPO:

Origine:Turcia

- 1-Read all the instructions.
- 2-Do not let children near the pressure cooker when in use.
- 3-Do not put pressure cooker into a heated oven.

CE 0036

Working pressure: 0,5 bar = Presiune de lucru: 0,5 bar
Max. Allowed pressure: 1,1 bar = Presiune maxim admisa: 1,1 bar



IMPORTANT PRECAUTIONS

- Read all the instructions.
- Do not let children near the pressure cooker when in use.
- Do not put the pressure cooker into a heated oven.
- Move the pressure cooker under pressure with the greatest care. Do not touch hot surfaces. Use the handles and knobs. If necessary, use protection.
- Do not use the pressure cooker for a purpose other than the one for which it is intended.
- This appliance cooks under pressure. Scalds may result from inappropriate use of the pressure cooker. Make sure that the cooker is properly closed before applying heat. see "Instructions for use".
- Never force open the pressure cooker. Do not open before making sure that its internal pressure has completely dropped. see the "Instructions for use".
- Never use your pressure cooker without adding water, this would seriously damage it.
- Do not fill the cooker beyond 2/3 of its capacity. When cooking foodstuffs which expand during cooking, such as rice or dehydrated vegetables, do not fill the cooker to more than half of its capacity.
- Use the appropriate heat source(s) according to the instructions for use.
- After cooking meat with a skin (e.g. ox tongue) which may swell under the effect of pressure, do not prick the meat while the skin is swollen; you might be scalded.
- When cooking doughy food, gently shake the cooker before opening the lid to avoid food ejection.
- Before each use, check that the valves are not obstructed. See the Instructions for use.
- Never use the pressure cooker in its pressurized mode for deep or shallow frying of food.
- Do not tamper with any of the safety systems beyond the maintenance instructions specified in the instructions for use.
- Only use manufacturer's spare parts in accordance with the relevant model. In particular, use a body and a lid from the same manufacturer indicated as being compatible
- KEEP THESE INSTRUCTIONS




READ THE FOLLOWING MANUEL CAREFULLY BEFORE USING THE APPLIANCE FOR THE FIRST TIME ANDE KEEP IT FOR FURTHER QUESTIONS IN FUTURE.

INSTRUCTIONS FOR YOUR SAFETY

Keep out of the reach of the children.
Don't touch the hot surface with bare hands, while operating and immediately after.
For household use only, not for Professional one.

THREE CONTROL SYSTEM

The three pressure control devices guarentee maximum safety in all conditions.

-  1. "Pressure indicator" device that prevents the lid from being opened when there is a minimum pressure inside the cooker.
-  2. Breather valve: it constantly discharges surplus steam regularly to prevent the pressure from increasing.
-  3. Safety valve: thermo-mechanical, re-settable system that guarantees maximum reliability.



OPENING:

KEEP THE LEVER UPWARD, INCLINE THE LID DOWNWARD AND TAKE IT OUT.



CAPACITY:

THE PRESSURE COOKER CAN BE FILLED UP TO 2/3 OF ITS VOLUME, EVEN A LITTLE LESS IF FOOD IS FOAMY (AS FOR EXAMPLE CHICKPEAS, BEANS, LENTILS, ETC.)



CLOSING:

SLIGHTLY INCLINE THE UPPER PART AND FIX IT WHEN THE LEVER IS IN "OPENING" POSITION, THEN TURN THE LEVER IN THE OPPOSITE DIRECTION.



BEFORE COOKING:

CHECK THE DISCHARGE VALVE BEFORE STARTING COOKING AND ASSURE THAT IT IS EASILY LIFTABLE.



DURING COOKING:

WHEN PRESSURE COOKER STARTS COOKING, TEMPERATURE MUST BE HIGH. THE DISCHARGE VALVE MUST BE VERTICALLY POSITIONED TILL A WHISTLE WILL BE HEARD AND STEAM WILL START GOING OUT.



WHEN STEAM HAS STARTED GOING OUT:

CHANGE THE VALVE FROM VERTICAL TO HORIZONTAL POSITION AND REDUCE THE TEMPERATURE. THE COOKING TIME HAS TO BE CONSIDERED FROM NOW ON.



DURING COOKING:

CHECK IF THE DISCHARGE VALVE IS CORRECTLY WORKING AND THAT STEAM IS GOING OUT.



AFTER COOKING:

WAIT TILL PRESSURE INSIDE THE COOKER IS REDUCED, THEN OPEN THE DISCHARGE VALVE AND WAIT TILL STEAM HAS GONE OUT. OPEN THE COOKER.

COOKING TIME

MEATS

BEEF: 45-50 MIN
VEAL: 35-40 MIN
LAMB: 20-25 MIN
CHICKEN: 35-40 MIN

LEGUMES

BEANS: 20-25 MIN.
CHICKPEAS:20-25 MIN.
LENTILS:15-20 MIN.
PEAS:20-25 MIN.

VEGETABLES

FRENCH BEANS:20-25 MIN
AUBERGINES:10-15 MIN
CAULIFLOWERS: 10-15 MIN
CELERY:10-15 MIN
POTATOES:8-10 MIN
LEEKs:10-12 MIN
PEAS:15-20 MIN

CARE AND CLEANING:

EVERY KIND OF DETERGENTS CAN BE USED, BUT DO NOT USE CHEMICAL CLEANERS AND WIRE WOOLS. DRY WELL AFTER HAVING WASHED IT. USE VINEGAR OR LEMON TO REMOVE MORE RESISTANT DIRT AND STAINS. DISCHARGE VALVES MUST ALWAYS BE WELL CLEAN FOR YOUR SAFETY.

PROBLEM SOLVING:

IF STEAM DOESN'T GO OUT PLEASE CHECK THAT THE PRESSURE COOKER HAS BEEN RIGHTLY CLOSE, THAT PLASTIC GASKET IS NOT DIRTY AND THAT TEMPERATURE ISN'T TOO HIGH.

USING NOTES:

TAKE THE GASKET OUT AND CLEAN IT WITH WARM WATER AND A DETERGENT. FILL THE COOKER UP TO 2/3 OF ITS VOLUME AND A LITTLE LESS IF THE FOOD TO BE COOKED IS FOAMY (CHICKPEAS, LENTILS ETC.). ADD AT LEAST 2 GLASSES OF WATER TO OBTAIN A SUFFICIENT PRESSURE. ADD MORE WATER IF YOU'LL HAVE TO COOK FRESH VEGETABLES. COOK AT HIGH TEMPERATURE AT THE BEGINNING, THEN REDUCE IT WHEN STEAM HAS STARTED TO GO OUT. THE COOKING TIME STARTS WHEN THE PRESSURE INSIDE THE COOKER RAISES AND REACH A SUITABLE LEVEL. TO EVALUATE COOKING TIME, CONSIDER THE STEAM THAT IS GOING OUT. TO SAVE TIME AND WORK THE RIGHT TEMPERATURE SHOULD BE OF 105/108°C.

GENERAL INSTRUCTIONS:

- DO NOT PUT THE PRESSURE COOKER IN HOT OVENS
- DO USE THE PRESSURE COOKER AS DESCRIBED IN THIS MANUAL ONLY.
- DO NOT USE THE APPLIANCE WITHOUT WATER, AS THIS COULD CAUSE DAMAGES AND BE A RISK FOR PEOPLE AND OR OBJECTS.
- USE THE SUITABLE HEAT SOURCES AS DESCRIBED ON THE PRESSURE COOKER.
- AFTER HAVING COOKED MEAT WITH SKIN , WHICH COULD HAVE SWELLED BECAUSE OF PRESSURE , PAY ATTENTION NOT TO PIERCE THE MEAT TO PREVENT BURNS.
- IF YOU HAVE COOKED DOUGHY FOOD , GENTLY SHAKE THE COOKER BEFORE OPENING THE LID , TO AVOID FOOD GOING OUT.

2 YEARS GUARANTEE

BERGNER guarantees The Zurich – Pressure Cooker for a period of 2 years, provided it is used as per the instructions on use herby attached.

The cookware is intended to be used only in standard home use only, thus guarantee does not include use in professional establishments, bad use, or abnormal wear not according to the care tips provided.

If you find your product defective during the guarantee period, may the owner send the product, with the postage paid to:

BERGNER IBERIA, Pol. Ind. Malpica, Calle E, num 88, 50016, Zaragoza, Spain
BERGNER will then examine the product, and if it is found to be defective, BERGNER will replace the product for a new one, or, a similar product if it is no longer available.

This guarantee will be valid only against the presentation of dated proof of purchase, this guarantee card and the defective product.

**RECIPES FOR PRESSURE COOKING****Chicken and egg croquettes**

Ingredients (4-6 people):

For 6-8 people:	1 chicken thigh
2-3 eggs	1 onion
1 leek	1 carrot
1 spring onion	135 gr. flour
Flour, beaten egg and breadcrumbs	1/2 l. of milk
Water	Extra virgin olive oil
Salt	Nutmeg
Parsley	

**Instructions**

In the pressure cooker with water and salt, cook chicken with leek, onion and carrot. Close the lid and cook for 20-25 minutes. When chicken is tender, separate from bones and skins and mince. Boil the eggs in a small saucepan with water and salt for 10 minutes.

Chop the onion and fry in a pan with oil over medium heat. Add flour and stir with a whisk until lightly browned. Take 1/2 l. of milk and stir well and add the same amount of broth, stirring constantly. Work the dough over low heat. Sprinkle with grated nutmeg. Add the béchamel sauce to the chicken together with chopped eggs. Mix well and cook over low heat for 20 to 25 minutes. Pour batter to a source and allow it to cool down.

Once the dough is cold, cut and shape into croquettes, roll them in flour, then in eggs and breadcrumbs and fry in a pan with hot oil.

When they are done, remove them from the pan to a plate covered with absorbent (or a tissue) to drain the excess oil.

Serve**Cake in a pressure cooker**

Ingredients (8 people):

1 ½ flour	1 cup sugar
1 egg	½ cup oil
1 cup milk	1 teaspoon of vanilla extract
For the glaze:	200 g of powdered sugar
10 tablespoons of water (about 75 ml)	

**Instructions**

Put eggs in a mixer and mix until smooth and frothy with as much as twice of its initial volume. Mix the eggs with sugar and oil, slowly add flour alternately with milk until smooth and lump-free. Add the vanilla essence. Pour the mixture to a previously greased Bonio biscuit mould. Place the mould inside of the pressure cooker and put the lid on and leave at high heat for 2 minutes, then lower the intensity of the fire and let it cook for 40-45 minutes. Leave it for 10 minutes with fire turned off and check if the cake is baked with a knife, if it comes out dry, the cake is ready. Remove and unmould on a wire rack. Preparation of the glaze: Mix water with sugar and stir until completely integrated. Once we have the icing ready we can cover the cake. Place the cake on a rack. It is important to pour the glaze at once and at the centre of the cake. Let it cool down at room temperature.

Ready for serving.

Cheesecake in a pressure cooker**Ingredients**

4 tablespoons of sugar	4 Eggs
1 can of milk powder	200ml cream cheese
Caramel or sugar to caramelize	
Black and red berries	Liquid Chocolate

**Instructions**

Put all the ingredients in a bowl and beat until blended. Caramelize the pan and put the mixture in it. Close the mould with a lid or aluminium foil, fitting well into the mould so that no water gets in during cooking. Put the mould into the pressure cooker with two fingers height of water. Close the pressure cooker and cook for 15 to 20 minutes. After a while and once the pressure is reduced in the pot, let it cool in the refrigerator.

Serving

Unmould on a platter.
Decorate with liquid chocolate, black and red berries.

Spanish Flan Recipe**Ingredients (4-6 people):**

1/2 l. milk	4 eggs
6 tablespoons of sugar	Water

**Instructions**

We start with putting 4 tablespoons of sugar in a bowl, beat eggs and whip well with a whisk. Then we add milk gradually, stirring constantly. When whipped, set aside for a while. To make caramel, we add 2 tablespoons of sugar in a pan. Add 2 tablespoons water and let it caramelize. Then you can place the caramel in the bottom of the pan and add the egg mixture which was set aside. Add a bit of water in the pressure cooker and add the mixture to it. Cover the pan with aluminium foil, place the lid on the pot and cook (setting number 2) for 4 minutes after the steam starts coming out. Allow the flan to rest for a while.

Take out and serve.**Lentil Soup with curry****Ingredients (6 persons):**

1/2 cup pardina lentils	1 leek
1 can of 400 gr. whole tomatoes	1 onion
2 cloves of garlic	11 potato
1 teaspoon curry	1 carrot
1 plain yogurt	water
extra virgin olive oil	salt

**Instructions**

Cut onion and carrot into cubes and chop leek and add into pressure cooker with oil. Add garlic, fry and season well. Stir in the lentils, cover with water and add the teaspoon of curry. Cover and cook for 7 minutes. Once the lentils are cooked, add diced tomatoes and let it cook for another 2-3 minutes. In a frying pan fry peeled potatoes and cut into cubes. Remove it with a slotted spoon and add into the soup.

Serve.**Pumpkin cream soup****Ingredients (4-6 people):**

1 kg. Pumpkin	2 large potatoes
1 medium onion	2 ripe tomatoes
1 bay leaf	1 package of cream (200 ml.)
Oil	Salt
3 hard-boiled eggs	

**Instructions**

Peel the pumpkin and cut to pieces.
Peel potatoes and cut equally.
Clean the onion and cut in half and do the same with tomato.
Mix everything together in the pressure cooker, adding the bay leaf, just enough water to cover, a little oil and salt. Cover the pot and put on the fire. When steam starts coming out cook it for 10 minutes and lower heat slightly. After some time remove the lid and mash potato, onion and tomato as if it were passed through the blender.

Serve

Pour the soup into a plate and add the cooking cream, mix well and serve with the chopped eggs.

Cauliflower and chicken with béchamel sauce**Ingredients (4-6 people):**

1 cauliflower	400 gr. chopped chicken meat
2 slices of bacon	100 gr. cheese
1 onion	1 green pepper
Flour	1/2 l. milk
Water	Extra virgin olive oil
Salt	Black Pepper
Parsley	

**Instructions**

Clean cauliflower and separate the florets. Boil cauliflower in the pressure cooker with water and salt. Let it cook over medium heat for 5 minutes. Drain and set aside.
Chop onion and add it to a frypan with oil. Add green pepper, also chopped. Season and let it brown. Add bacon and diced chicken and sauté.
For the sauce, put the butter melted in a pan, add the flour, season and sauté. Pour the milk gradually and cook for about 5-6 minutes.
Place the cauliflower florets in a pan suitable for the oven, pour over the white sauce with vegetables and meat. Bake at 220 degrees for 5 minutes

Serve hot.**Vegetable Panache****Ingredients:**

250 g of beans	1 zucchini
1 slice of pumpkin	8 green asparagus
100 gr of Iberian bacon	2 potatoes
Water	Extra virgin olive oil
Salt	

**Instructions**

Peel and dice potatoes and cook in the pressure cooker with water. Place clean beans into steamer basket and cut into strips. Season. Close the pot and let it cook over medium heat

for 4 minutes. Keep the beans warm while mashing potatoes finely. Cut zucchini into large chunks. Add zucchini and asparagus with oil, place them on a plate and let them be for 6-8 minutes. Chop bacon and brown in a frypan. Cover the bottom of a plate with mashed potatoes and place steamed vegetables and roasted beans on plate.

Serve

Onion soup with melted cheese

Ingredients (for 4 persons):

6 onions	three beef bones
2 leeks	3 cloves of garlic
400 gr. chickpea	75 gr. of day-old bread
100 gr. of emmental cheese	water
salt	Extra virgin olive oil
parsley	



Instructions

Soak the chickpeas in the water first. Cook the leeks in the pressure cooker, one onion half, drained chickpeas, peeled garlic cloves, beef bones, some sprigs of parsley and a pinch of salt. Place the lid and cook for 30 minutes after it starts steaming. After this time, remove the meat, chickpeas and vegetables. Strain the broth. Put aside. Peel and finely mince the remaining onions and put them to fry in a pan with oil. Season and cook until well poached. Chop the bread, add it and stir briefly. Pour the broth and cook everything for about 10 minutes. Beat with a whisk until the bread dissolves.

Serve

Serve the onion soup and sprinkle with cheese and put in the oven all together to melt the cheese. Serve cups and sprinkle with a little chopped parsley.

Sole fish with Mushroom Sauce

Ingredients:

200g fungi	
1 small, peeled and finely chopped onion	
600g fillets of sole fish, well-seasoned	
1 dl of white wine	1 Tablespoon of Butter
3 tablespoons of cooking cream	
1 Tablespoon Parsley, chopped finely	



Instructions

Melt the butter in the pressure cooker and fry the mushrooms. Briefly cook the onion. Put the sole fillets on top of the onion and sauté. Pour the red wine over the fish. Close the lid and cook for 2 min at low level. After the cooking time, remove the pressure cooker away from heat, quickly remove steam and open when the pressure is gone completely. Put sole fillets in a preheated dish. Refine sauce with cream, add the parsley, season and simmer briefly.

Serve.

Put the fish on the plate, pour the sauce over the fish and serve with rice or boiled potatoes.

Rice with chicken in pressure cooker

Ingredients (4):

1 and 1/2 cup of rice	4 glasses of water
1/2 kg chicken pieces without skin	
1 dried bell pepper	2 garlic cloves
1 tomato	1 broccoli
1 yellow pepper	1 carrot
salt	oil



Instructions

Boil the water in a saucepan and salt it by taste. Add some oil to the pressure cooker. When the oil is hot, add dried bell pepper and garlic. When browned remove and crush everything in the mortar. Sauté chicken in the pot and grate it while peeling tomato and when the chicken gets golden color add tomato together with broccoli, peppers and carrots cut into strips. Add rice and give a few stirs, add water and the contents from the mortar. Stir and close the pot. As the water is boiling keep it over low heat for 10 minutes. Stir and leave for about 5 more minutes and remove the lid.

Serve hot

Mushroom cannelloni with chestnuts

Ingredients (for 4 persons):

20 sheets of cannelloni	500 gr. mushrooms
8 fresh garlic cloves	1 spring onion
500 gr. chestnuts	800 ml. milk
80 gr. flour	80 gr. butter
100 gr. grated cheese	water
extra virgin olive oil	salt
parsley	



Instructions

Place the chestnuts in the pressure cooker. Cover with water, season, place the lid and cook for 5 minutes after it starts steaming. Peel them. Set aside. Put plenty of water in a large saucepan. Bring to the boil, and add cannelloni sheets. Cook them for 10-12 minutes. Drain, cool and spread them on a clean cloth. Finely chop garlic and onion and put fry them. Chop the mushrooms and add them. Sauté briefly. Season. Add the chopped chestnuts. Mix well and set aside. For the sauce, put the butter melted in a pan, add the flour, season and sauté it. Pour milk gradually and cook for about 5-6 minutes. Mix half the béchamel sauce. Fill the cannelloni. Cover them if you want with the rest of the sauce, sprinkle with cheese and grate them for 3 minutes.

Serve

Lamb ribs with salad

Ingredients (4 people):

1.5 kg. Lamb ribs	3 tomatoes
1 spring onion	12 black olives (pitted)
2 cloves of garlic	water
extra virgin olive oil	vinegar salt
1/2-teaspoon of paprika	2 sprigs of rosemary
pepper	parsley



Instructions

Cut the ribs into pieces and place them into the pressure cooker. Add a sprig of rosemary, cover with water and season. Cover and cook for 10-12 minutes from the time the steam starts getting out. Remove them and place them on a baking sheet. Put aside. Place garlic cloves, peeled and chopped, 4 tablespoons oil, 1 vinegar, paprika, the leaves of a sprig of rosemary and salt into a slicer. Grind the mixture. Salt and pepper the meat and grease it with the sauce. Bake at 190 for 20 minutes. Halfway through cooking, turn them over and water them with the remaining sauce. Keep them warm in the oven with the residual heat. Peel 2 tomatoes, cut into irregular pieces and place in a bowl, chop the onion into strips and add it along with some corn salad. Add also olive oil, vinegar and salt.

Serve.

Serve the salad with lettuce, tomato and lamb chops.

Stuffed squid**Ingredients:**

Squid	Pork or beef
Egg	1 grated tomato
2 medium onions, chopped	Stuffed olives
400 g of crushed tomatoes	1 potato
Olive oil	Salt
200 ml of white wine	1 cube of fish broth
Parsley	

**Instructions**

In a frypan with olive oil, fry a medium onion, add 1 chopped tomato and simmer for a few minutes. Then add minced pork or beef, stir it and take a hard boiled egg cut into pieces, the wings and legs of squid stuffed with sliced olives and salt. Cook for about 3 minutes on low heat. If you like thicker texture, add some breadcrumbs. Leave it to cool down. Spread on each squid a little bit of olive oil, fill with the previously prepared mixture and close with a toothpick. Add chopped onion to the pressure cooker with some olive oil, sauté and add 400 g of crushed tomatoes, one sliced potato, 200 ml of white wine and fish broth cube. Cook in a covered pot for about 7 minutes. Add it to the plate and decorate nicely with some parsley. If you have leftover squid stuffing, add it to the sauce.

Serve**Brownie****Ingredients:**

2 eggs	100 gr sugar
25g chopped almonds	70 grams of flour
1 teaspoon baking powder	25g pure cocoa
One tablespoon vanilla flavouring	50 gr of butter

**Instructions**

Beat with electric mixer the eggs with the sugar and butter (which we melted previously in the microwave) until it turns into light foam and add the vanilla flavour. Then add the flour and cocoa and continue beating well. When integrated add whole almonds and toss the move with a spatula to finish mixing. Pour into a greased and floured mould. We add 2 fingers height of water into the pot and then we add the pan and put on the fire and wait for the valve on the pot to go up one level then turn off heat and leave until the valve is off again.

Serve

SwissHome
ZURICH
PANELA DE PRESSÃO

MÓDULO B INFORME N. °:
CERTIFICADO MÓDULO CI:
FECHO:
VOLUME:
MARCA REGISTRADA:
TIPO:

Origem: Turquia

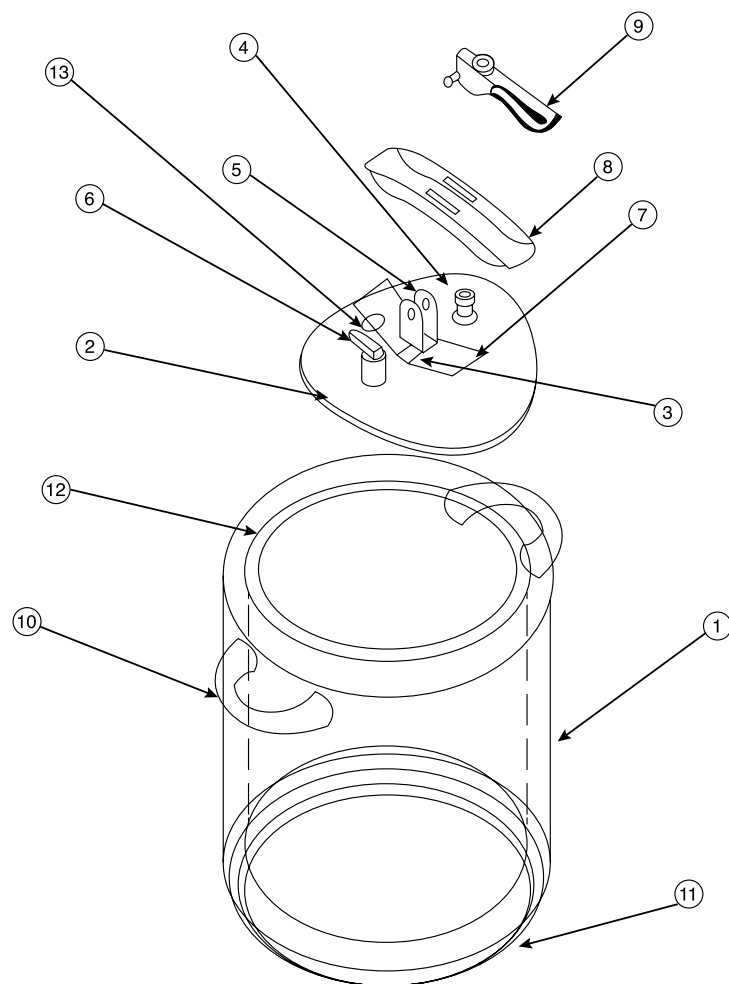
- 1-Ler todas as instruções.
- 2-Não deixar que as crianças permaneçam junto da panela de pressão enquanto está em uso.
- 3-Não colocar a panela de pressão dentro de um forno quente.

CE 0036

Pressão de trabalho: 0,5 bar
Máxima pressão admitida: 1,1 bar

PRECAUÇÕES IMPORTANTES

- a) Ler todas as instruções.
- b) Não deixar que as crianças permaneçam junto da panela de pressão enquanto está em uso.
- c) Não colocar a panela de pressão dentro de um forno quente.
- d) Mover a panela de pressão com a máxima precaução. Não tocar nas superfícies quentes. Utilizar as pegas. Se necessário utilizar proteção.
- e) Não utilizar a panela de pressão para outro fim, além daquele a que ela se destina.
- f) Este aparelho de cozinha funciona a pressão. O uso inadequado da panela de pressão pode levar a queimaduras graves. Garanta que a panela está bem fechada antes de a levar ao lume. Ver as «Instruções de uso».
- g) Nunca forçar a abertura da panela de pressão. Não abrir antes de estar seguro de que a pressão interna baixou totalmente. Ver as «Instruções de uso».
- h) Nunca utilizar a panela de pressão sem água, pois irá danificá-la seriamente.
- i) Não encher a panela a mais do que 2/3 da sua capacidade. Ao cozinhar alimentos que se expandem durante a cozedura, como por exemplo o arroz ou as verduras desidratadas, não encher a panela a mais do que metade da sua capacidade.
- j) Utilizar a(s) fonte(s) de calor adequada(s) segundo as instruções de uso.
- k) Depois de cozinhar carne com pele (por ex. língua de boi) que pode aumentar de tamanho devido aos efeitos da pressão, não picar a carne enquanto a pele se encontra aumentada de tamanho uma vez que se poderá queimar.
- l) Ao cozinhar alimentos pastosos, mova suavemente a panela antes de abrir a tampa para evitar que salpiquem os alimentos.
- m) Antes de cada uso, comprovar que as válvulas não estão obstruídas. Ver as instruções de uso.
- n) Não utilizar nunca a panela de pressão para fritar alimentos.
- o) Não alterar os sistemas de segurança além do que está especificado nas instruções de manutenção da panela de pressão.
- p) Utilizar apenas peças de substituição do fabricante, de acordo com o modelo pertinente. Em particular, utilizar uma panela e uma tampa do mesmo fabricante indicadas como compatíveis.
- q) CONSERVAR ESTAS INSTRUÇÕES.



- | | |
|-----|-----------------------|
| 1_ | Panela |
| 2_ | Tampa |
| 3_ | Parafuso |
| 4_ | Válvula de segurança |
| 5_ | Peça para a manga |
| 6_ | Válvula de descarga |
| 7_ | Arco |
| 8_ | Ponte |
| 9_ | Manga da tampa |
| 10_ | Asa lateral da panela |
| 11_ | Base encapsulada |
| 12_ | Junta da borracha |

Litros	Diâmetro	Altura
3,5	Ø22	10
4	Ø22	11
5	Ø22	13,2
6	Ø22	16
7	Ø22	18,5
8	Ø22	21,5
9	Ø22	24
10	Ø24	22,2
11	Ø24	24,4
12	Ø24	26,6

LER ATENTAMENTE O SEGUINTE MANUAL ANTES DE UTILIZAR A PANELA DE PRESSÃO PELA PRIMEIRA VEZ E CONSERVÁ-LO PARA POSTERIORES CONSULTAS NO FUTURO

INSTRUÇÕES PARA SUA SEGURANÇA

Manter fora do alcance das crianças.

Não tocar na superfície quente com as mãos descobertas durante e imediatamente depois de usar.

Apenas para uso doméstico, não para uso profissional.

SISTEMA DE TRIPLO CONTROLO

Os três dispositivos de controlo da pressão garantem a máxima segurança em todas as condições.



1. Dispositivo «indicador de pressão» que impede que se abra a tampa quando há uma pressão mínima no interior da panela.



2. Válvula de respiração: descarrega constantemente o excesso de vapor periodicamente para evitar o aumento da pressão.



3. Válvula de segurança: sistema reajustável e termomecânico que garante a máxima fiabilidade.



ABERTURA:

MANTER A ALAVANCA PARA CIMA, INCLINAR A TAMPA PARA BAIXO E REMOVER.



CAPACIDADE:

A PANELA DE PRESSÃO PODE SER CHEIA ATÉ 2/3 DO SEU VOLUME, EXCEPTO QUANDO OS ALIMENTOS COZINHADOS LIBERTAM ESPUMA (POR EXEMPLO: GRÃO DE BICO, FEIJÃO, LENTILHAS)



FECHO:

INCLINAR LEVEMENTE A PARTE SUPERIOR E FIXÁ-LA QUANDO A ALAVANCA SE ENCONTRAR NA POSIÇÃO DE «ABERTURA», CONTINUE A GIRAR A ALAVANCA NA DIRECÇÃO CONTRÁRIA.

**ANTES DA COZEDURA:**

VERIFICAR A VÁLVULA DE DESCARGA ANTES DE COMEÇAR A COZINHAR E ASSEGURAR QUE ESTA SE ELEVA FACILMENTE.

**DURANTE A COZEDURA:**

QUANDO A PANELA DE PRESSÃO COMEÇA A COZINHAR, A TEMPERATURA DEVE SER ALTA. A VÁLVULA DE DESCARGA DEVERÁ ESTAR COLOCADA NA POSIÇÃO VERTICAL ATÉ QUE SE OUÇA UM APITO E COMECE A SAIR VAPOR.

**QUANDO COMEÇAR A SAIR VAPOR:**

MUDE A VÁLVULA DA POSIÇÃO VERTICAL PARA A POSIÇÃO HORIZONTAL E REDUZA A TEMPERATURA. O TEMPO DE COZEDURA TEM DE SER TIDO EM CONTA A PARTIR DESTA MOMENTO.

**DURANTE A COZEDURA:**

COMPROVAR SE A VÁLVULA DE DESCARGA ESTÁ A FUNCIONAR CORRECTAMENTE E SE ESTÁ A SAIR VAPOR.

**DEPOIS DA COZEDURA:**

ESPERAR ATÉ QUE A PRESSÃO TENHA REDUZIDO NO INTERIOR DA PANELA E, DE SEGUIDA, ABRIR A VÁLVULA DE DESCARGA E ESPERAR ATÉ QUE TENHA SAÍDO TODO O VAPOR. ABRIR A PANELA.

TEMPO DE COZEDURA**CARNES**

VACA: 45-50 MIN

VITELA: 35-40 MIN

CORDEIRO: 20-25 MIN

FRANGO: 35-40 MIN

LEGUMINOSAS

FEIJÕES: 20-25 MIN

GRÃO DE BICO: 20-25 MIN.

LENTILHAS: 15-20 MIN.

ERVILHAS: 20-25 MIN

VERDURAS

FEIJÃO VERDE: 20-25 MIN

BERINJELA: 10-15 MIN

COUVE-FLOR: 10-15 MIN

AIPO: 10-15 MIN

BATATA: 8-10 MIN

ALHO-FRANCÊS: 10-12 MIN

ERVILHAS: 15-20 MIN

MANUTENÇÃO E LIMPEZA:

UTILIZAR TODO O TIPO DE DETERGENTES, PORÉM NÃO UTILIZAR PRODUTOS QUÍMICOS E ESFREGÕES METÁLICOS. SECAR BEM DEPOIS DE LIMPAR. UTILIZAR VINAGRE OU LIMÃO PARA ELIMINAR OS RESTOS DE SUJIDADE E AS MANCHAS MAIS RESISTENTES. AS VÁLVULAS DE DESCARGA DEVEM ESTAR SEMPRE BEM LIMPAS POR QUESTÕES DE SEGURANÇA.

SOLUÇÃO DE PROBLEMAS:

SE NÃO SAIR VAPOR, VERIFIQUE SE A PANELA DE PRESSÃO ESTÁ BEM FECHADA, QUE A ROLHA DE PLÁSTICO NÃO ESTÁ SUJA E QUE A TEMPERATURA NÃO ESTÁ DEMASIADO ALTA.

NOTAS DE USO:

RETIRE A ROLHA DE PLÁSTICO E LIMPE-A COM ÁGUA MORNA E DETERGENTE. ENCHA A PANELA ATÉ 2/3 DO SEU VOLUME OU UM POUCO MENOS SE OS ALIMENTOS A COZINHAR SOLTAREM MUITA ESPUMA (ERVILHAS, LENTILHAS,

ETC.) ADICIONE NO MÍNIMO 2 COPOS DE ÁGUA PARA GARANTIR A PRESSÃO SUFICIENTE. ADICIONE MAIS ÁGUA SE TIVER QUE COZINHAR VERDURAS FRESCAS. COZINHE A ALTAS TEMPERATURAS DE INÍCIO E REDUZA A PARTIR DO MOMENTO EM QUE COMEÇA A SAIR VAPOR. O TEMPO DE COZEDURA COMEÇA QUANDO A PRESSÃO NO INTERIOR DA PANELA AUMENTA E ALCANÇA O NÍVEL ADEQUADO. PARA AVALIAR O TEMPO DE COZEDURA HÁ QUE TER EM CONTA A QUANTIDADE DE VAPOR QUE VAI SAINDO. PARA POUPAR TEMPO E TRABALHO, A TEMPERATURA CORRECTA DEVERÁ ESTAR ENTRE OS 105/108°.

INSTRUÇÕES GERAIS:

- NÃO UTILIZAR A PANELA DE PRESSÃO EM FORNOS QUENTES
- UTILIZAR A PANELA DE PRESSÃO UNICAMENTE COMO DESCRITO NESTE MANUAL
- NÃO UTILIZAR A PANELA SEM ÁGUA, UMA VEZ QUE PODERIA CAUSAR DANOS E SER UM RISCO PARA AS PESSOAS E OS OBJECTOS
- UTILIZAR AS FONTES DE CALOR ADEQUADAS TAL COMO DESCRITO NA PANELA DE PRESSÃO
- DEPOIS DE COZINHAR CARNE COM PELE, QUE PODE AUMENTAR DE TAMANHO DEVIDO À PRESSÃO, PRESTAR ATENÇÃO E NÃO PICAR A CARNE POIS PODE PROVOCAR GRAVES QUEIMADURAS
- SE COZINHAR ALIMENTOS PASTOSOS, MOVA SUAVEMENTE A PANELA ANTES DE ABRIR A TAMPA PARA EVITAR QUE OS ALIMENTOS SALPIQUEM
- ANTES DE CADA UTILIZAÇÃO, VERIFICAR SE AS VÁLVULAS NÃO ESTÃO BLOQUEADAS E REVER AS INSTRUÇÕES DE USO
- NUNCA UTILIZAR A PANELA DE PRESSÃO PARA FRITAR ALIMENTOS
- NÃO USAR OS SISTEMAS DE SEGURANÇA DE MODO DIFERENTE DO ESPECIFICADO NAS INSTRUÇÕES DE USO
- USAR A PANELA DE PRESSÃO TAL COMO ESTAVA DENTRO DA EMBALAGEM AQUANDO DA VENDA. NÃO UTILIZAR A PANELA E A TAMPA COM PEÇAS FABRICADAS E VENDIDAS POR OUTROS FABRICANTES

GARANTIA DE 2 ANOS

BERGNER garante as suas peças de cozinha da gama Zurich – Panela de Pressão, por um período de 2 anos, consoante um uso normal e segundo as instruções de uso e cuidado indicadas neste manual. Todos os produtos são garantidos por BERGNER contra defeitos de fabricação, a partir da data de compra do produto. Esta garantia não cobre o uso em estabelecimentos profissionais, uso abusivo ou negligente, ou que não siga as instruções de uso presentes neste manual.

Em caso do seu produto estar defeituoso, e dentro das condições acima indicadas, durante o período de garantia, por favor envie-o com portes a pagar no destinatário, para a seguinte morada:

BERGNER IBERIA, Pol. Ind. Malpica, Calle E, num 88, 50016, Zaragoza, Spain.
BERGNER analisará o produto e caso se verifique algum defeito de fábrica, será reparado, substituído por outro idêntico ou, caso já não exista igual, por um semelhante. A garantia será sempre válida mediante apresentação do talão de compra junto com este manual de garantia.

RECEITAS PARA COZINAR A PRESSÃO

Tarte de queijo na panela de pressão

Ingredientes:

4 Ovos
1 Pacote de leite em pó
Caramelo líquido ou açúcar para caramelizar
Amoras pretas e vermelhas
Chocolate líquido

4 colheres de sopa de açúcar
200ml de queijo cremoso



Como fazer

Colocar todos os ingredientes numa tijela. Bater até que fique uma mistura homogénea. Caramelizar a forma e verter a mistura. Fechar a forma com a tampa e cobrir com papel de alumínio, ajustando-o bem à forma para que não entre água ao cozer. Introduzir a forma dentro da panela de pressão, com dois dedos de água. Fechar a panela de pressão e depois de os 2 parafusos subirem, deixar ao lume durante 15 a 20 minutos.

De seguida, depois de baixar a pressão, colocar no frigorífico.

Desenformar sobre um prato.

Decore com o chocolate líquido e com as amoras pretas e vermelhas e sirva.

Receita de Pudim Flan

Ingredientes (4-6 pessoas):

1/2 l. de leite
6 colheres de sopa de açúcar

4 ovos
água



Como fazer

Começar por colocar 4 colheres de sopa de açúcar numa tijela, juntar os ovos e bater com uma vara de arames. De seguida, adicionar o leite pouco a pouco, sem deixar de bater.

Reservar.

Para fazer o caramelo, colocar 2 colheres de sopa de açúcar numa frigideira. Adicionar 2 colheres de sopa de água e deixar que caramelize. Seguidamente verter o caramelo para uma forma e adicionar a mistura reservada. Encha com um pouco de água a panela e introduza a forma. Cubra a forma com papel de alumínio, coloque a tampa da panela e deixe cozinhar durante 4 minutos a partir do momento em que comece a sair vapor.

Deixe arrefecer.

Desenforme e sirva.

Receita de Croquetes de gallina e ovo

Ingredientes (6-8 pessoas):

1 coxa de galinha	salsa qb.
2-3 ovos	1 cebola
1 alho-francês	1 cenoura
1 cebolinha	135 gr. de farinha
1/2 l. de leite	azeite virgem extra
água	noz moscada qb.
sal	farinha, ovo batido e pão ralado



Como fazer

Na panela de pressão com água e sal, colocar a galinha com o alho-francês, a cebolinha e a cenoura. Fechar com a tampa e deixar cozinhar durante 20-25 minutos.

Quando a galinha estiver tenra, retirar os ossos, a pele e picar miudinho. Pôr a cozer os ovos numa caçarola pequena, com água e sal durante 10 minutos. Picar a cebola e pôr a alourar numa caçarola com azeite, em lume brando. Junte a farinha e mexa, até que fique dourado. Junte 1/2 l. de leite e mexa bem, junte a mesma quantidade de caldo, sem deixar de mexer. Trabalhe a massa em lume brando. Polvilhe com noz moscada ralada. Junte o molho bechamel à galinha e aos ovos picados. Mexa bem e cozinhe em lume brando durante 20-25 minutos.

Verta a massa para uma forma e deixe esfriar. Quando a massa estiver fria, corte e molde em forma de croquetes, passe por ovo e pão ralado e leve a fritar em numa frigideira com azeite quente. Quando prontas, retire para um prato com papel absorvente, para que escorra o excesso de azeite.

Servir.

Biscoito na panela de pressão

Ingredientes (8 pessoas):

1 1/2 de farinha	1 xícara de açúcar
1 ovo	1/2 xícara de azeite
1 xícara de leite	1 colher de chá de essência de baunilha

Para o glacé:

200g de açúcar em pó	10 colheres de sopa de água (75ml)
----------------------	------------------------------------



Como fazer

Colocar os ovos numa tijela e bater até que fiquem bastante espumosos e tenham o dobro do tamanho inicial. Misturar os ovos já batidos com o açúcar e o azeite, ir juntando alternadamente a farinha e o leite pouco a pouco, até conseguir uma mistura suave e sem grumos. Adicionar a essência de baunilha. Verter a mistura para uma forma de biscoito Bonio da BERGNER, previamente untada. Colocar o molde dentro da panela de pressão, tapar com a tampa e levar ao lume forte, durante 2 minutos. De seguida baixar a intensidade do lume e deixar a cozinhar durante 40 a 45 minutos. Passado 10 minutos de apagar o lume, abrir a panela e verificar com um palito se o biscoito está cozinhado. Se o palito sair seco, o biscoito está pronto. Desenformar e colocar num prato.

Glacé

Misturar a água com o açúcar e mexer até ficar uma mistura homogénea. Uma vez pronto o glacé, cobrir o biscoito. É importante verter o glacé de uma só vez para cima do biscoito. Deixar arrefecer à temperatura ambiente.

Servir

Creme de abóbora

Ingredientes (4-6 pessoas):

1 Kg de abóbora	2 batatas grandes
1 cebola média	2 tomates maduros
1 folha de louro	azeite
3 ovos cozidos	sal
1 pacote de natas para cozinhar (200 ml)	

**Como fazer**

Retirar a casca da abóbora e cortá-la em pedaços.

De seguida, retirar a casca das batatas e cortá-las de igual forma. Limpar a cebola e o tomate e cortá-los em metades.

Colocar tudo na panela de pressão, juntar a folha de louro, água até cobrir os ingredientes, um pouco de azeite e sal. Tapar a panela e levá-la ao lume.

Quando começar a sair vapor, contar 10 minutos e baixar o lume. Em simultâneo, cozer os ovos.

No final do tempo de cozedura, destapar a panela de pressão e triturar a abóbora, as batatas, a cebola e o tomate.

Por fim, deitar o creme numa caçarola e juntar as natas.

Servir com os ovos cozidos picados.

Receita de couve-flor e frango com bechamel

Ingredientes (4-6 pessoas):

400 gr. de carne de frango picada	
1 couve-flor	2 fatias de bacon
100 gr. de manteiga	1 cebola
1 pimento verde	farinha
1/2 l. de leite	água
azeite virgem extra	sal
pimenta preta	salsa

**Como fazer**

Limpar a couve-flor e separar os raminhos. Pôr a cozer a couve-flor na panela de pressão com água e sal. Deixar cozinhar em lume brando durante 5 minutos. Escorrer e reservar.

Pique a cebola e leve a fritar numa caçarola com azeite. Junte o pimento verde picado. Tempere a gosto e deixe alourar. Junte o frango e o bacon cortado aos pedaços.

Para o bechamel, derreta a manteiga numa caçarola, junte a farinha e tempere com sal e pimenta preta. Verta o leite pouco a pouco e deixe ao lume durante 5-6 minutos.

Coloque os raminhos de couve-flor num piréx, junte a carne e cubra com o molho bechamel. Leve ao forno, a 220°, durante 5 minutos.

Sirva bem quente.

Receita de verduras salteadas

Ingredientes:

250 gr de feijão verde	1 abobrinha
1 fatia de abóbora	8 espargos verdes
100 gr de bacon	2 batatas
água	azeite virgem extra
sal	

**Como fazer**

Descasque as batatas, corte-as aos cubos e leve a cozer em água na panela de pressão. Coloque na cesta de vapor o feijão verde limpo e cortado em juliana. Tempere. Feche a panela de pressão e deixe cozinhar em lume brando, durante 4 minutos. Reserve o feijão verde e triture bem miudinho as batatas.

Corte a abóbora e a abobrinha em cubos grandes. Unte estes legumes, juntamente com os espargos verdes, com azeite. Coloque-os num grelhador e deixe que assem durante 6-8 minutos.

Pique o bacon e leve-o a alourar numa frigideira.

Coloque o creme de batata num prato, junte o feijão verde, os legumes grelhados e o bacon e sirva.

Receita de Sopa de caril de lentilhas

Ingredientes (6 pessoas):

1/2 copo de lentilhas	1 batata
1 lata de 400 gr. de tomate inteiro	1 alho francês
2 dentes de alho	1 cenoura
1 colher de chá de caril	água
1 iogurte natural	azeite
1 cebola	sal

Como fazer

Colocar a cebola picada, a cenoura cortada aos cubos e o alho francês picado na panela de pressão com

azeite e deixar fritar. Juntar o alho picado, temperar a gosto e deixar refogar.

De seguida, juntar as lentilhas, cobrir com água e adicionar a colher de chá de caril. Tapar a panela de pressão e deixar cozinhar durante 7 minutos. Uma vez cozinhadas as lentilhas, juntar o tomate cortado aos cubos e deixar cozer durante mais 2-3 minutos.

Frite as batatas cortadas aos cubos numa frigideira. Retire o excesso de azeite e junte à sopa de lentilhas.

Sirva.

**Receita de Sopa de cebola com queijo gratinado**

Ingredientes (4 pessoas):

6 cebolas	100 gr. de queijo emmental
3 ossos de vaca	azeite virgem extra
2 alhos franceses	água
3 dentes de alho	sal
400 gr. de grão de bico	salsa
75 gr. de pão duro	

Como fazer

Pôr o grão de bico de molho no dia anterior.

Cozer na panela de pressão o alho francês, 1 cebola cortada em metades, o grão de bico, os dentes de alho, os ossos de vaca, a salsa e uma pitada de sal, durante 30 minutos após começar a sair vapor.

De seguida, retire a carne, o grão e as verduras. Passe o caldo por um passador. Reserve.

Pique o resto das cebolas e leve-as a alourar numa frigideira com azeite. Triture o pão. Junte-o às cebolas e ao caldo reservado. Deixe cozinhar durante 10 minutos. Junte o resto dos vegetais reservados e triture tudo até o pão se desfazer.

Deite numa caçarola, cubra com o queijo e leve ao forno a gratinar.

Polvilhe com um pouco de salsa e sirva.



Arroz de frango na panela de pressão

Ingredientes (4 pessoas):

1/2 kg de frango cortado e sem pele	1 malagueta
1 1/2 copo de arroz	1 tomate
2 dentes de alho	1 brócolo
4 copos de água	1 cenoura
1 pimento amarelo	azeite
1 pimento verde	sal

**Como fazer**

Num tacho, colocar água e sal a ferver.

Colocar um pouco de azeite na panela de pressão, quando estiver quente, juntar a malagueta e os alhos. Retirar e esmagar tudo num almofariz. Reservar.

Fritar o frango na panela. Simultaneamente, ralar o tomate. Quando o frango estiver dourado, juntar o tomate, os brócolos, os pimentos e as cenouras cortados em tiras. Mexer.

De seguida, junte o arroz enquanto mexe, junte água e o conteúdo do almofariz. Mexa e feche a panela de pressão. Deixar a água ferver e levar a lume brando, durante 10 minutos. Apagar o lume e deixar repousar durante 5 minutos.

Servir quente.

Receita de Canelones de cogumelos e castanhas

Ingredientes (4 pessoas):

20 tubos de canelones	800 ml. de leite
8 alhos frescos	80 gr. de manteiga
500 gr. de castanhas	água
80 gr. de farinha	sal
100 gr. de queijo ralado	azeite virgem extra
500 gr. de cogumelos	salsa
1 cebolinha	

**Como fazer**

Colocar as castanhas na panela de pressão, cobrir com água, temperar e cozer durante 5 minutos, a partir do momento em que comece a sair vapor. Tirar a casca, picá-las e reservar.

Encher uma panela grande com água. Quando começar a ferver, colocar os tubos de canelones e sal e deixar cozer durante 10-12 minutos. Escorra a água e reserve.

Pique os alhos e a cebolinha e frite-os em azeite. Junte os cogumelos picados, tempere a gosto e deixe saltear. Junte as castanhas picadas, mexa bem e deixe repousar.

Para o bechamel, ponha uma caçarola ao lume, deite a manteiga e deixe derreter. Junte a farinha e mexa. Verta o leite pouco a pouco e deixe cozinhar durante 5-6 minutos.

Junte metade do bechamel com a mistura de cogumelos e castanhas. Recheie os canelones. Coloque tudo num piréx e cubra com o restante molho bechamel, polvilhe com queijo e leve ao forno a gratinar, durante 3 minutos.

Sirva.

Receita de costeleta de borrego com salada

Ingredientes (4 pessoas):

1,5 kg. de costeleta de borrego	1 cebolinha
12 azeitonas negras (sem caroço)	salsa
1/2 colher de chá de pimenta caiena	água
2 dentes de alho	vinagre
2 ramos de alecrim	sal
3 tomates	pimenta
azeite virgem extra	

**Como fazer**

Coloque as costeletas de borrego na panela de pressão. Junte um ramo de alecrim, cubra com água e adicione sal e pimenta a gosto. Tape a panela e deixe cozinhar durante 10-12 minutos, a partir do momento em que comece a sair vapor. Retire as costeletas e disponha-as sobre um tabuleiro. Reserve.

Coloque no copo triturador os dentes de alho, 4 colheres de sopa de azeite, 1 colher de sopa de vinagre, a pimenta caiena, o alecrim e sal. Triture tudo e cubra a carne. Leve ao forno, a 190°, durante 20 minutos. Após 10 minutos no forno, vire as costeletas.

Tire a pele a 2 tomates e corte-os em pedaços. Misture numa tigel, o tomate com a cebolinha picada em juliana e os canónigos. Por fim, junte as azeitonas laminadas. Tempere com azeite, vinagre e sal.

Sirva as costeletas de borrego com a salada.

Receita de Lulas recheadas

Ingredientes:

Lulas	azeitonas
Carne de porco ou vaca	Ovo
400 g de polpa de tomate	200 ml de vinho branco
1 batata	azeite
2 cebolas médias	salsa
1 tomate	sal
1 cubo de caldo de peixe	

**Como fazer**

Numa frigideira, junte azeite e frite uma cebola picada, adicione 1 tomate ralado e deixe alourar em lume brando, durante uns minutos. De seguida, junte a carne de porco ou vaca picada, um ovo cozido cortado, os tentáculos das lulas, as azeitonas e sal. Deixar cozinhar durante 3 minutos em lume brando. Caso pretenda que a mistura fique mais espessa, junte um pouco de pão ralado. Deixe arrefecer.

Unte cada lula com um pouco de azeite, recheie com a mistura e feche com um palito. Coloque dentro da panela de pressão um pouco de azeite e frite a cebola picada. Junte as 400g de polpa de tomate, 1 batata cortada em rodelas, 200ml de vinho branco e um cubo de caldo de peixe. Tape a panela e deixe cozinhar durante 7 minutos.

Retire do lume, emprate e deite um pouco do caldo por cima das lulas. Polvilhe com um pouco de salsa e sirva.

Linguado com molho de cogumelos

Ingredientes:

- 200g de cogumelos
- 1 cebola pequena
- 600g Filetes de linguado
- 1dl vinho branco
- 1 colher de sopa de manteiga
- 3 colheres de sopa de natas para cozinhar
- 1 colher de sopa de salsa picada



Como fazer

Derreter a manteiga na panela de pressão e fritar os cogumelos. Juntar a cebola e deixar cozinhar um pouco. Adicionar os filetes de linguado e deixar fritar. Verter o vinho tinto por cima dos filetes. Tapar a panela e deixar cozinhar durante 2 minutos em lume brando. Retirar a panela do lume, deixar arrefecer um pouco e abrir apenas quando todo o vapor tiver saído. Reservar os filetes.

Juntar ao caldo, as natas e a salsa e deixar ferver um pouco.

Deitar o molho por cima dos filetes e servir com arroz branco ou batata cozida.

Brownie

Ingredientes:

- 2 ovos
- 100 gr de açúcar
- 50 gr de manteiga
- 70 gr de farinha
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 25 gr de cacau puro
- 25 gr de amêndoa triturada
- 1 colher de sopa de aroma de baunilha



Como fazer

Bater os ovos com o açúcar e a manteiga derretida, até conseguir uma mistura homogénea. De seguida junte o aroma de baunilha. Junte a farinha e o cacau e continue a bater bem.

Por fim, junte a amêndoa triturada e mexa com a espátula para terminar a mistura. Deite numa forma.

Encha a panela de pressão com 2 dedos de água, introduza a forma e leve ao lume. Espere que a válvula da panela suba e nesse momento apague o fogo e deixe que a válvula volte a baixar.

Retire a forma, deixe arrefecer, desenforme e sirva.