



pentru aparatul **HG LS 1000**



pentru aparatul **HG EK 1000**





PUI CU LĂMÂIE ȘI USTUROI ÎN OALĂ SUB PRESIUNE

Lămâia și usturoiul fac o combinație extraordinară de arome! Puiul preparat în acest fel este fraged și succulent datorită vasului de gătit care face toată treaba. Simplu, sănătos și alegerea perfectă pentru o cină rapidă și ușoară în timpul săptămânii. Se servește cu orez sau bulgur, dar și cu o salată vă puteți bucura de o masă cu adevărat săturoasă.



2-3 persoane 30 minute ușoară

Ingrediente:

- 4 buc. piept de pui întreg, dezosat și fără piele
- 1/4 linguriță de usturoi granulat
- 1/4 linguriță de boia
- sare de mare și piper negru măcinat după gust
- 2 linguri de ulei de măsline, adăugat treptat
- 1/2 ceapă mică, tocată mărunt
- 2 căței de usturoi, tăiați mărunt sau presuși
- zeama de la 1 lămâie, stoarsă
- 1/3 cană de supă de pui preparate acasă sau bază de pui cu conținut scăzut de sare
- 1^{1/2} linguri de amestec de condimente italiene
- pătrunjel tocat (opțional)
- felii de lămâie (opțional)

Preparare:

Se condimentează bucățile de piept de pui cu praf de usturoi, boia, sare de mare și piper negru. Încălziți 1 lingură de ulei de măsline în oala interioară, selectând programul „Sauté” (prăjire). Adăugați bucățile de piept de pui și prăjiți-le până se rumenesc ușor, câte 2-3 minute pe fiecare parte. Mutăți bucățile de piept de pui pe o farfurie. Turnați restul de 1 lingură de ulei de măsline în vasul de gătit din oțel din interiorul oalei cu presiune; apoi adăugați ceapa, usturoiul și sucul de lămâie în uleiul încălzit, sotați și prăjiți până când se eliberează aromele, timp de aproximativ 1 minut.

Adăugați supa de pui și condimentele italiene la amestecul de ceapă, apoi așezați deasupra bucățile de pui. Fixați capacul oalei cu presiune în poziție și rotiți mânerul supapei de control al presiunii în poziția „Sealing”

(etașare). Selectați „Poultry” și preparați timp de 15 minute. La expirarea timpului setat rotiți mânerul regulatorului de presiune în poziția „Venting” (aerisire) pentru a egaliza rapid presiunea internă a aburului. Scoateți puiul din vasul de gătit și întindeți deasupra sosul cu ceapă și usturoi. Presărați deasupra bucăților de piept de pui după gust pătrunjel și stropiți cu suc de lămâie.



CHILI CON CARNE CU 3 TIPURI DE FASOLE ÎN OALĂ SUB PRESIUNE

În acest delicios preparat cu ardei iute, trei tipuri de fasole se amestecă armonios: carnea de vită tocată și un amestec special de condimente. Serviți fie unei mulțimi mari, fie familiei într-o seară din timpul săptămânii și veți fi ales regele/regina bucătăriei. Se servește cu plăcinte din porumb, chipsuri de porumb, o lingură de smântână sau cremă de avocado.



2-3 persoane 120 minute puțin complicat

Ingrediente:

- 1/3 cană de fasole neagră uscată
- 1/3 cană de fasole albă
- 1/3 cană de fasole pistruiată
- 0,5 kg carne tocată de vită
- porumb conservă
- 1 cutie de roșiile la conservă
- 2 ardei iute roșu uscat
- 1 linguriță de ulei de gătit sau atât cât este necesar
- 1 ceapă medie, tocată mărunt
- 2 căței de usturoi, tocați mărunt
- condimente: sare, chimen, pudră de chili

Preparare:

Spălați în prealabil fasolea, clătind până când apa de scurgere este limpede și îndepărtați pietricelele. În bolul de oțel din interiorul oalei cu presiune, se amestecă fasolea neagră, fasolea albă și fasolea pistruiată cu 1 ardei iute roșu. Se toarnă suficientă apă încât să acopere fasolea cu până la 3-5 cm. Fixați capacul oalei cu presiune în poziție și rotiți mânerul supapei de control al presiunii în poziția „Sealing” (etașare). Selectați funcția Bean/Chili pentru 30 de minute. Când timpul a expirat, eliberați presiunea și lăsați fasolea să se înmoaie în apa de gătit timp de cel puțin 1 oră pentru a elibera aromele și a se înmuia. Strecurați fasolea, turnați apa de gătit și transferați fasolea într-un castron. Clătiți vasul interior de oțel și puneți-l înapoi în oală. Încingeți uleiul în oala interioară, selectând programul „Sauté”

(prăjire). Se sotează ceapa și usturoiul în uleiul încălzit timp de 3-4 minute, până devin translucide. Se amestecă chimenul măcinat, pudra de chili, în amestecul de ceapă și se prăjește până când se eliberează mirosul plăcut, aproximativ 1 minut. Se fărâmițează carnea de vită tocată în ceapă și se prăjește până când carnea de vită are o crustă albicioasă și este ușor rumenită, aproximativ 5-8 minute. Adăugați în amestecul de carne de vită conserva de roșii, fasolea, ardelul roșu rămas și sarea. Apăsăți butonul „Cancel” (Anulare) pentru a dezactiva funcția „Sauté” (prăjire). Fixați capacul oalei cu presiune în poziție și rotiți mânerul supapei de control al presiunii în poziția „Sealing” (etașare). Selectați funcția Bean/Chili timp de 30 de minute. Când timpul a expirat, eliberați presiunea. Serviți mâncarea în boluri.

PIURE DE CARTOFI CREMOS ÎN OALĂ SUB PRESIUNE

De ce să nu faci piure de cartofi în oala cu presiune electrică? Genial!! Este ușor, cremos și spumos în același timp; s-ar putea să fie cel mai bun piure de cartofi pe care l-ai mâncat vreodată. Și partea cea mai bună este că se prepară în câteva momente. Este garnitura perfectă pentru orice fel de mâncare principală!



2-3 persoane 30 minute ușoară

Ingrediente:

- 1 kg de cartofi, curățați de coajă și tăiați în patru
- 1 cană de apă
- 1/2 linguriță de sare
- 100 ml de smântână grasă de gătit
- 10-15 dkg de unt nesărat
- arpagic proaspăt tocat sau piper negru proaspăt măcinat, după gust

Preparare:

Așezați cartofii în oala cu presiune, turnați apă peste ei și presărați cu sare. Fixați capacul oalei cu presiune în poziție și rotiți mânerul supapei de control al presiunii în poziția "Sealing" (etanșare). Selectați funcția Soup (Supă), apoi utilizați butonul Adjust pentru a o seta la 20 de minute (Less). Când timpul a expirat, rotiți ușor regulatorul de presiune în poziția "Venting" (aerisire) pentru a egaliza rapid presiunea internă a aburului. Într-o cratiță mică, la foc mediu, se amestecă smântâna de gătit cu untul până se topește untul, aproximativ 4-5 minute. Se strecoară cartofii și se pune deoparte apa de gătit. Se pun cartofii într-un castron mare și se pasează. Se încorporează amestecul cremos în piureul de cartofi; se azonează cu sare și piper negru. Adăugați la piureul de cartofi o cantitate suficientă din apa de gătit rezervată

pentru a obține consistența dorită. Ornați piureul de cartofi cu arpagic și piper negru zdrobit înainte de servire.



2-3 persoane 40 minute puțin complicat

Ingrediente:

- 1,5 căni de apă
- 2 ouă mari
- 1/3 cană de zahăr cristal
- 1/3 cană de făină albă
- 1/3 ceașcă de pudră de cacao neîndulcită
- 1/3 cană de fulgi de ciocolată semi-dulce
- 1/3 cană de nuci tocate grosier
- 1/4 cană de ulei de măsline
- 1 lingură de lapte
- 1 linguriță de praf de copt
- 1 vârf de cuțit de sare de mare

Preparare:

Turnați apa în vasul de oțel interior al oalei cu presiune. Așezați un triepid metalic în oala interioară. Se tapetează un coș de gătit cu aburi cu hârtie de copt. Se bat ouăle și zahărul într-un bol până când amestecul devine omogen; se adaugă făina, pudra de cacao, fulgii de ciocolată, nucile, uleiul de măsline, laptele, praful de copt, sarea și se frământă până se obține un aluat gros. Se toarnă aluatul de prăjitură în coșul de gătit cu aburi pregătit anterior și se nivelează uniform. Fixați capacul oalei cu presiune în poziție și reglați supapa de control al presiunii în poziția "Sealing" (etanșare). Selectați funcția Steam (abur) și gătiți la aburi timp de 30 de minute. Rotiți regulatorul de presiune în poziția "Venting" (aerisire) pentru a egaliza rapid presiunea internă a aburului. Îndepărtați

capacul și lăsați brownie-ul să se răcească timp de 10 minute înainte de a-l felia și servi.





PIEPT DE PUI CU MIERE ȘI MUȘTAR PREPARAT CU CAPAC DE PRĂJIT

Așezați bucățile de piept de pui într-o oală sub capacul de coacere, amestecați muștarul de Dijon cu mierea și rozmarinul proaspăt, apoi întindeți peste bucățile de piept de pui, rezultând un pui suculent și fraged. Serviți piulul cu muștar și miere alături de legume, cum ar fi broccoli și varză kale. Pentru un meniu complet, adăugați o garnitură de orez sau quinoa.



2 persoane 30 minute ușoară

Ingrediente:

- 2 linguri muștar de Dijon
- 1 lingură de miere
- 2 lingurițe de rozmarin proaspăt zdrobit
- ¼ linguriță de sare
- piper negru măcinat, după gust
- 2 buc file din piept de pui, fără piele
- spray pentru gătit

Preparare:

Într-un bol mic, amestecați muștarul de Dijon, mierea, rozmarinul, sarea și piperul negru măcinat. Ungeți bucățile din piept de pui cu amestecul obținut. Stropiți generos oala cu spray pentru gătit. Așezați bucățile de piept de pui pe grilajul de prăjire. Așezați trepidul în oala interioară a oalei electrice, apoi așezați pe acesta grilajul de prăjire. Așezați capacul de coacere pe oala interioară a oalei electrice și conectați-o la priză electrică. Setează temperatura la 180°C și prăjiți în total 20 - 24 minute, întorcând la jumătatea timpului. La sfârșit verificați dacă piulul este bine prăjit, termometrul alimentar introdus în cea mai grosă parte trebuie să indice minim 74°C. Se servește imediat.



PUI PREPARAT CU CAPAC DE PRĂJIT

Piulul prăjit auril și crocant este super ușor de preparat cu ajutorul unui capac de copt! Luați piulul, rulați prin făină condimentată și ou, apoi se prepară pane și se așează sub capacul de prăjire timp de 25 de minute. Atât!



4 persoane 45 minute puțin complicat

Ingrediente:

- 420 g făină fină, folosită în mai multe rețeze (180 g + 240 g)
- 1 lingură de sare, sau mai mult după gust
- 1 lingură piper negru proaspăt măcinat, sau mai mult după gust
- 1 lingură usturoi granulat
- 2 ouă
- 6 pulpe de pui, cu piele
- spray pentru gătit

Preparare:

Puneți 180 g de făină într-un castron plat. Într-un alt castron plat, se amestecă restul de 240 g de făină, 1 lingură de sare, 1 lingură de piper negru măcinat, usturoi granulat. Într-un al treilea bol, bateți ouăle. Condimentați piulul cu sare și piper negru măcinat. Dați 1 pulpa de pui prin făină și scuturați excesul. Bucățile de pui se dau prin ouăle bătute, se scurge excesul, apoi se dau și prin amestecul de făină condimentată. Așezați pulpa de pui în coșul de prăjire. Repetați pașii de mai sus până ce ați panat toate pulpele și acestea sunt așezate într-un singur strat în coș (lucrați în episoade, dacă este necesar). Pulverizați generos piulul cu spray pentru gătit, acoperind ambele părți. Așezați trepidul în vasul interior din oala sub presiune, apoi așezați coșul de prăjire pe acesta. Așezați capacul de gătit pe vasul interior a

oalei cu presiune și conectați-l la priză. Setează temperatura la 180°C și prăjiți piulul până când are o crustă aurie, 25-30 de minute în total, întorcându-l la jumătatea timpului. La sfârșit, verificați dacă piulul este bine gătit, un termometru alimentar introdus în partea cea mai grosă a piulului trebuie să indice minim 74°C. Se servește imediat.





COTLET DE PORC CROCANȚ, PREPARAT CU CAPAC DE PRĂJIT

Cotletul de porc este îmbrăcat cu pesmet amestecat cu fulgi de porumb mărunțiți, obținând astfel experiența unui cotlet crocant de porc. Va fi pe placul tuturor din familie! Pentru meniu complet, poate fi servit cu orez și sparanghel.



4 persoane 45 minute puțin complicat

Ingrediente:

- 6 (140 gr) cotlet de porc dezostat, degresat
- 14 lingurițe de sare de mare fină
- 65 de grame de fulgi panko
- 25 de grame de fulgi de porumb mărunțiți
- 1/4 lingurițe usturoi granulat
- 1/4 lingurițe de boia
- piper negru proaspăt măcinat, după gust
- 1 ou mare
- spray pentru gătit

Preparare:

Condimentați cotețele de porc pe ambele părți cu sare de mare. Se lasă deoparte. Într-un castron plat, amestecați fulgii de panko, fulgii de porumb mărunțiți, praful de usturoi, praful de ceapă, ardeii și piperul negru măcinat. Bateți ouăle într-un alt castron. Înmuiați cotletul de porc în oul bătut, lăsați să scurgă surplusul. Rulați feliele de carne în amestecul de pesmet, apăsând ușor pentru a acoperi în întregime. Așezați 2 - 3 felii de carne de porc în coșul de prăjire, după care stropiți generos carnea cu spray de gătit. Așezați trepidul în vasul interior din oala sub presiune, apoi așezați coșul de prăjire pe acesta. Așezați capacul de gătit pe vasul interior al oalei cu presiune și conectați-l la priză.

Setați temperatura la 200°C și prăjiți cotletul de porc pentru 20 de minute în total, întorcându-l după 10 minute, până când feliele

au o crustă aurie, iar termometrul alimentar introdus în partea cea mai groasă a cârnii trebuie să indice minim 63°C. Măncarea poate fi servită.



FISH AND CHIPS, PREPARAT CU CAPAC DE PRĂJIT

Peștele și chipsurile perfect crocante sunt ușor de preparat cu capacul de prăjit, ceea ce înseamnă, de asemenea, că nu mai prăjiți în ulei! Numai aruncați cartofii în puțin ulei, puneți peștele în aluatul amestecat cu fulgi de porumb și obțineți o gustare rapidă și ușoară pentru o cină obișnuită sau întâlniri de familie și de prieteni. Serviiți peștele și chipsurile cu sosul Dvs. preferat.



2-3 persoane 30 minute ușoară

Ingrediente:

CHIPS

- 2 cartofi galbeni mici, curați și de coajă și tăiați în felii groase de 0,5 cm
- 2 linguri de ulei pentru gătit
- sare și piper negru măcinat, după gust
- spray de gătit

PEȘTE

- 500 g de file de cod, tăiat în bucăți mari
- 40 g de făină fină
- 1 ou mare, bătut
- 1 lingură de apă
- 50 g de fulgi de porumb mărunțiți
- sare după gust

Preparare:

Puneți cartofii și uleiul într-un bol, până când toți cartofii sunt ruși uniform; se asezonează cu sare și piper negru măcinat. Pulverizați coșul de prăjire cu spray de gătit. Aranjați cartofii în coșul pregătit într-un strat uniform. Așezați trepidul în vasul interior din oala sub presiune, apoi așezați coșul de prăjire umplut cu cartofi pe acesta. Așezați capacul prăjitorului deasupra tăvii interioare și conectați-l la priză. Setați la 200 ° C și prăjiți cartofii timp de 10 minute. Rotiți și continuați să prăjiți încă 7-10 minute până devine crocant. Scoateți cartofii din coș și păstrați-i la cald.

În timp ce se pregătesc cartofii, puneți făină într-un castron plat. Într-un alt castron, amestecați ouăle și apa. Turnați fulgii de porumb într-un alt castron plat. Condimentați codul cu sare.

Rulați codul în făină, scuturând excesul înapoi în bol. Înmuiați peștele în amestecul de ouă și rotiți-l în fulgi de porumb. Aranjați codul în coșul de prăjit într-un singur strat. Dacă este necesar, pregătiți întregul volum în mai multe porții. Așezați capacul de prăjit deasupra tăvii interioare. Setați la 200 ° C și prăjiți peștele timp de 4 minute. Întoarceți și prăjiți pentru cca. 4 minute până când exteriorul este crocant și interiorul este complet copt. Așezați peștele pe o farfurie. Conectați capacul înapoi în coș, așezați capacul de prăjit în partea de sus a tăvii interioare și țineți la 200 ° C timp de 2 minute pentru a-i reîncălzi. Serviiți imediat.



CARTOFI PRĂJIȚI CU CAPAC DE PRĂJIRE

Tot ce aveți nevoie pentru a prepara cartofi prăjiți delicioși sunt cartofi, ulei, sare și piper! Serviți ca gustare, aperitiv sau cu sandvișul sau hamburgerul Dvs. preferat.



4 persoane 20 minute ușoară

Ingrediente:

- spray de gătit
- 1 kg cartofi, tăiați felii
- lingură ulei de măsline
- sare și piper negru proaspăt măcinat, după gust

Preparare:

Puneți cartofii și uleiul de măsline într-un bol, până când toți cartofii sunt rulați uniform; se asezonează cu sare și piper negru măcinat. Pulverizați coșul de prăjire cu spray de gătit. Aranjați cartofii în coșul pregătit într-un strat uniform. Așezați trepiedul în vasul interior din oala sub presiune, apoi așezați coșul de prăjire umplut cu cartofi pe acesta. Așezați capacul prăjitorului deasupra tăvii interioare și conectați-l la priză. Setați la 190 °C și prăjiți cartofii timp de 9 minute. Rotiți și continuați să prăjiți încă 9 minute până devine crocant. Cartofii se asezonează cu sare și piper negru măcinat. Serviți imediat. Se poate prepara și cu cartofi dulci!



CARTOFI CU CAȘCAVAL ÎN OALĂ SUB PRESIUNE PRĂJIȚI

Întreaga familie adoră această garnitură de cartofi cu cașcaval! Cartofii se introduc la aburi în oala sub presiune, apoi se adaugă sos cheddar și vor fi prăjiți sub capacul de prăjire. Vă garantăm că nu vor rămâne resturi!



2-3 persoane 25 minute puțin complicat

Ingrediente:

- 8 cartofi galbeni mici, curățați de coajă și tăiați în felii groase de 0,5 cm
- 250 ml apă
- 250 de grame de brânză Cheddar albă, rasă și folosită în mai multe tranșe
- 3 linguri smântână de gătit groasă
- 1 linguriță usturoi granulat
- 1 linguriță sare
- 1/2 linguriță piper negru măcinat

Preparare:

Puneți cartofii în oala sub presiune și adăugați apă. Fixați capacul la loc. Setați ventilatorul de abur pe Sealing (închidere etansă). Selectați funcția Steam pentru 10 minute implicite. Când ciclul de gătit este complet, setați ventilatorul de abur pe Venting (aerisire) pentru a elibera rapid presiunea. Cu o lingură cu strecurare, așezați cartofii pe tigaie, lăsând lichidul de gătit în tigaie. Setați oala sub presiune pe Sauté (prăjire rapidă). Se amestecă în lichidul pentru gătit 200 de grame de brânză Cheddar, smântână groasă, usturoi granulat, sare și piper proaspăt măcinat; gătiți timp de 3-4 minute, amestecând, până când sosul devine moale. Pentru a opri prăjirea rapidă, selectați Cancel (anulare). Deconectați oala electrică. Turnați cartofii înapoi în bolul interior și amestecați până când sosul acoperă complet. Presărați

brânza rămasă pe cartofi. Așezați capacul de prăjit deasupra recipientului interior din oțel și conectați-l la priză. Setați capacul cuptorului la 220 °C și prăjiți cartofii timp de cca. 7 minute până când brânza se rumenește și clocotește, iar cartofii devin maro deschis. Înainte de a servi se lasă să se răcească cca. 5 minute.



CHEC CU BANANE CU CAPAC DE COPT

Prin folosirea capacului pentru copt puteți pregăti și chec cu banane cald, acoperit cu nucă. Durează doar 30 de minute la aburi, iar checul cu banane moale și gustos este gata în cca. 1 oră. Pregăriți-l pentru micul dejun, la gustarea de ora 10, sau ca gustare simplă, și toată lumea va dori din nou.



2-3 persoane 40 minute puțin complicat

Ingrediente:

- 95 g de făină fină
- 1 linguriță scorțișoară măcinată
- 1/2 linguriță sare
- 1/4 linguriță praf de copt
- 2 banane, piure
- 2 ouă mari, bătute
- 115 g de zahăr cristalin
- 65 ml de lapte
- 2 linguri ulei vegetal
- 1/2 linguriță extract de vanilie
- 2 linguri de nuci tocate dur
- spray de gătit

Preparare:

Stropiți o formă rotundă cu diametru de cca. 15 cm cu spray de gătit. Într-un castron amestecați făina, scorțișoara, sarea și praful de copt. Într-un alt bol, amestecați banana, ouăle, zahărul, laptele, uleiul și extractul de vanilie. Adăugați amestecul de banane la făină, amestecați până se formează aluatul, apoi turnați în tava de copt pregătită. Presărați nuci pe aluat. Așezați tripodul în vasul interior din oțel din oala sub presiune, apoi așezați vasul de copt pe acesta. Așezați capacul de copt deasupra recipientului interior din oțel și conectați-l la priză. Setează capacul de copt la 160 °C și prăjiți timp de cca. 30 de minute, până când scobitoarea introdusă în mijlocul pâinii poate fi scoasă curat. Așezați checul cu banane în formă pe un grătar și lăsați să se răcească 15 de minute. Scoateți checul din tavă și serviți-l.



OREZ BRUN, PERFECT GĂTIT ÎN OALĂ SUB PRESIUNE

Pregătiți orez brun perfect condimentat și delicios cu această rețetă rapidă și ușoară. Gătirea orezului brun durează de obicei mai mult timp decât gătirea orezului alb, dar cu oala electrică sub presiune, este gata în mai puțin de 30 de minute. Datorită gustului și aromei de nucă a uleiului de susan și a semințelor de susan prăjite, cu această rețetă puteți prepara o garnitură ideală și sănătoasă pentru orice masă.



2-3 persoane 30 minute ușoară

Ingrediente:

- 1 cană de orez brun, clătit până când apa devine limpede
- 1 cană de apă

La gust:

- 2 lingurițe de oțet de orez condimentat - oțetul de orez poate fi înlocuit cu oțet de mere
- 2 lingurițe de ulei de susan
- 1 lingură de semințe de susan prăjite

Oțet de mere condimentat:

- 2 lingurițe de oțet de mere
- 1 vârf de cuțit de zahăr
- 1 vârf de cuțit de sare

Preparare:

Amestecați orezul brun clătit și apă în bolul de oțel din interiorul oalei sub presiune. Montați capacul recipientului și rotiți supapa de abur în poziția închisă. Selectați modul Multigrain și gătiți timp de 15 minute. La sfârșitul timpului de gătire, rotiți supapa de aburi spre deschis pentru a elibera rapid presiunea. Se lasă capacul încă 5 minute după ce se eliberează presiunea. Folosiți o furculiță pentru orez. Amestecați cu oțetul, uleiul și semințele de susan după care poate fi servit.





TOCĂNIȚĂ DE CARNE DE VITĂ CU CARTOFI

Într-o zi friguroasă de iarnă, nimic nu este mai bun decât o tocăniță de vită fierbinte și gustoasă, cu cartofi. În mod normal, prepararea acestui fel de mâncare durează ore întregi, dar cu oala electrică sub presiune, acest timp se reduce la 35 de minute. Cu rețeta clasică putem prepara o mâncare delicioasă cu bucăți fragede de carne, cartofi și morcovi. Serviți tocănița de vită cu cartofii gătiți în oala sub presiune cu pâine caldă și crocantă care se înmoaie în sosul delicios din tigaie. Cu siguranță va fi felul de mâncare preferat al familiei Dvs.!



4-5 persoane 35 minute complicat

Ingrediente:

- 2 linguri de ulei vegetal
- 1 kg de pulpă de vită, tăiată în cuburi de 2-3 cm
- 1 pahar de vin roșu
- 1 ceapă, tocată mărunt
- 1 linguriță de usturoi granulat
- 1 linguriță de sare
- 1 frunză de dafin
- 6 morcovi, tăiați în felii
- 4 cartofi noi, tăiați în felii de 2 cm grosime
- 2 linguri de amidon de porumb
- 3 linguri de apă

Preparare:

Încălziți uleiul în oala de oțel interioră, folosind funcția Saute. Se rumenește carnea de vită pe toate părțile în uleiul încins până când devine aurie, aproximativ 5 minute. Se toarnă vinul în oală și cu o lingură de lemn cu vârful plat se răzuiesc bucățile de carne care ar fi putut lipii pe partea de jos a tigaiei. Se încorporează ceapa, usturoiul granulat, sarea și foaia de dafin. Puneți capacul pe oala sub presiune și rotiți supapa de abur în poziția închisă. Selectați modul Meat/Stew și gătiți timp de 15 minute. Setează supapa de aburi să se deschidă pentru a elibera rapid presiunea și apăsați butonul Cancel. Puneți morcovii și cartofii deasupra tocăniței; nu amestecați. Puneți capacul pe oala sub presiune și rotiți supapa de abur în poziția închisă. Selectați modul Meat/Stew și gătiți timp de 5 minute. Setează supapa de aburi să se deschidă pentru a

elibera rapid presiunea. Amestecați amidonul de porumb cu apa într-un bol până când amidonul se dizolvă, apoi turnați-l peste tocăniță și amestecați bine. Se pornește funcția Saute și se lasă la fiert tocănița la foc mic, neacoperită, până se îngroașă, 5-15 minute.



aparatură **HG LS 1000**

<https://www.somogyi.ro/product/capac-de-gatit-cu-aburi-hg-ls-1000-17065>



aparatură **HG EK 1000**

<https://www.somogyi.ro/product/oala-sub-presiune-electrica-multicooker-6l-1000-w-hg-ek-1000-17064>

SOMOGYI ELEKTRONIC S.R.L.,

J12/2014/2006, RO18761195

Str. Prof. Dr. Gh. Marinescu, Nr. 2

400337 Cluj Napoca, Județ Cluj

Pentru a comanda produsele din catalog ne puteți contacta la:

Tel.: +40 264/406 488 • Fax: +40 264/406 489 • E-mail: office@somogyi.ro

Ne rezervăm dreptul de a efectua modificări tehnice ulterioare, produsele pot diferi de cele prezentate în poze. Nu ne asumăm răspunderea pentru eventualele greșeli de tipar și ne cerem scuze în acest sens.