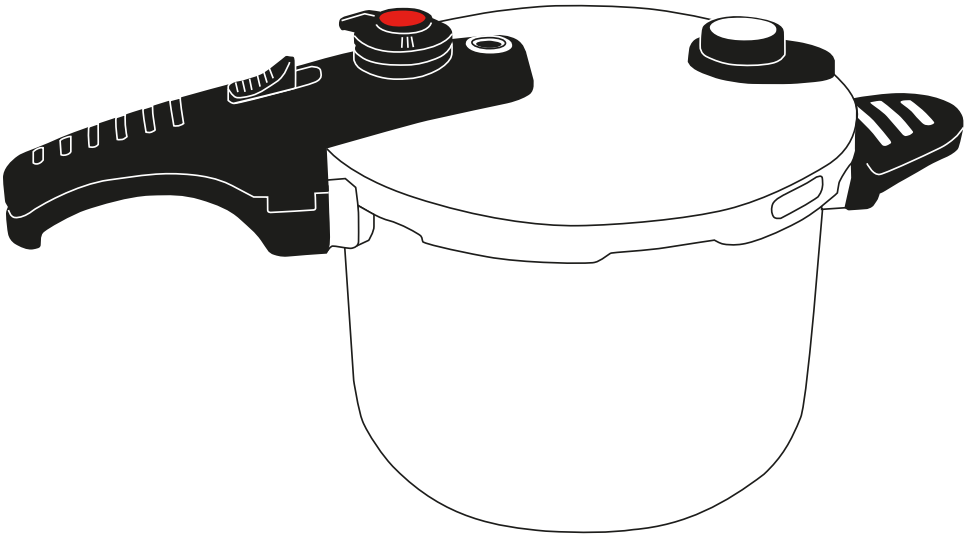
OLLA A PRESIÓN G-SOLA

G-SOLA Pressure cooker · Cocotte à pression G-SOLA· Schnellkochtopf G-SOLA

ACERO INOXIDABLE 18/10 MÁXIMA CALIDAD

The best quality of stainless steel 18/10
Acier inoxydable 18/10 de la meilleure qualité
Edelstahl erster güte 18/10



Manual del usuario de la olla a presión
Pressure cooker user manual
Manuel d'utilisation de l'autocuiseu
Gebrauchsanweisung für Schnellkochtopf

Índice

Index
Sommaire
Inhaltsverzeichnis

ESP

1. Precauciones importantes 4
2. Vista detallada y parámetros técnicos de la olla a presión 5
3. Instrucciones antes de usar la olla a presión por primera vez 7
4. Instrucciones de uso 8
5. Descripción y utilización de los dispositivos de seguridad 13
6. Mantenimiento 14
7. Solución de problemas 15
8. Aviso importante 15
9 Tiempos de cocción 16

ENG

1. Important precautions 18
2. Detailed view and technical parameters of the pressure cooker 19
3. Instructions before using your pressure cooker for the first time.... 21
4. Instructions for use 22
5. Description and use of the safety devices 27
6. Maintenance 28
7. Trouble shooting and solutions 29
8. Important warning 29
9. Cooking times 30

FR

1. Précautions importantes 32
2. Vue détaillée et paramètres techniques de l'autocuiseur 33
3. Instructions à suivre avant la première utilisation 35
4. Instructions d'utilisation 36
5. Description et utilisation des dispositifs de sécurité 41
6. Entretien / Maintenance 42
7. Résolution des problèmes 43
8. Recommandation importante 43
9. Temps de cuisson 44

DE

1. Wichtige Vorsichtsmaßnahmen 46
2. Detailansicht und technische Merkmale des Schnellkochtopfs 47
3. Vor der ersten Verwendung des Schnellkochtopfs zu beachten 49
4. Gebrauchsanweisung 50
5. Beschreibung und Verwendung der Sicherheitsvorrichtungen 55
6. Pflege 56
7. Fehlerbehebung 57
8. Wichtiger Hinweis 57
9. Garzeiten 58

INFORMACIÓN PRELIMINAR

La olla a presión G- SOLA de INOXIBAR es un producto de alta calidad, diseñado con especial cuidado con el fin de garantizar la facilidad de utilización, la seguridad y una mayor durabilidad.

Para su fabricación, se ha realizado una exhaustiva selección de materiales, estrictos procesos de producción y de control de calidad. Una correcta utilización de su olla hará que su vida útil sea mucho más larga.

Este manual contiene las normas relativas al cuidado, mantenimiento y cocinado. Por favor, léalo atentamente antes de utilizar la olla por primera vez.

Las ollas a presión G- SOLA están fabricadas en Acero Inoxidable AISI304, un material de alta calidad que se caracteriza por su buena tolerancia al calor, higiene y fácil limpieza. El fondo difusor, por su parte, está compuesto de aluminio y acero inoxidable AISI 430, que proporcionan una muy buena rigidez y conductividad, gracias a lo cual se puede utilizar también en cocinas de inducción. En cuanto a la tapa, está dotada de seis dispositivos para garantizar la seguridad, y su sistema de apertura y cierre es sencillo e intuitivo.

1. PRECAUCIONES IMPORTANTES

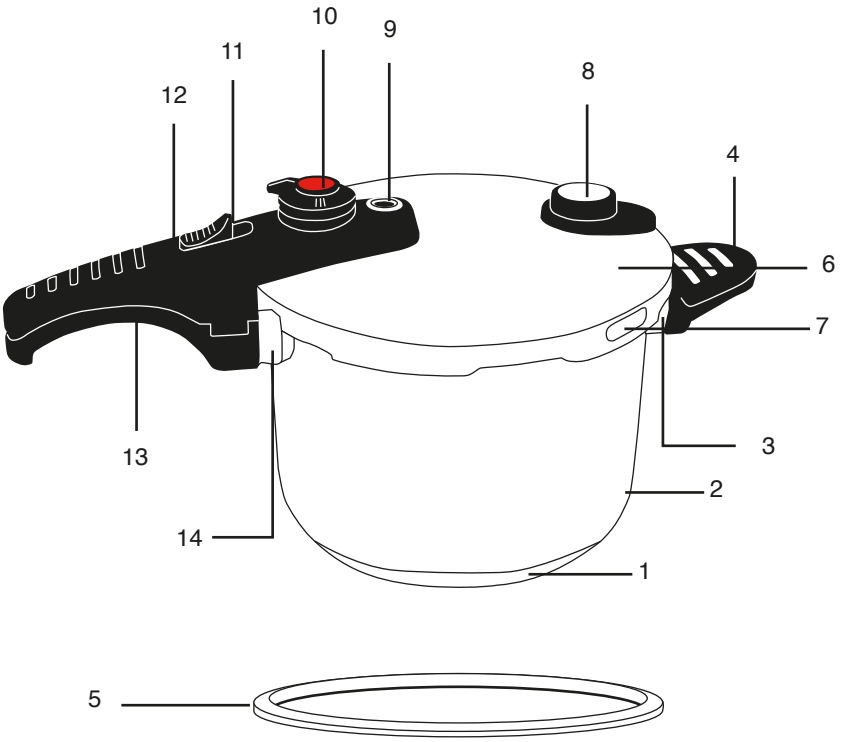
a) Leer todas las instrucciones
b) No permitir que los niños estén cerca de las ollas a presión cuando éstas se estén usando
c) No poner la olla a presión dentro de un horno caliente
d) Mover la olla a presión con gran cuidado cuando esté bajo presión. No tocar las superficies calientes. Emplear las asas y tiradores. Si fuera necesario, emplear protecciones.
e) No utilizar la olla a presión para otro propósito diferente de aquel para el cual está destinada.
f) Este aparato cocina bajo presión. Un uso inapropiado de la olla a presión puede causar escaldado. Asegurarse que la olla a presión se ha cerrado correctamente antes de aplicar calor. Véanse las “instrucciones de uso”.
g) Nunca forzar la apertura de la olla a presión. No abrir antes de estar seguro de que la presión interior se ha eliminado completamente. Véase las instrucciones de uso.
h) Nunca utilizar la olla a presión sin añadir agua, esto la dañaría seriamente.
i) No llenar la olla más de 2/3 de su capacidad. Cuando se cocinen artículos alimenticios que puedan expandirse durante su cocción, como arroz o vegetales deshidratados, no llenar la olla más de la mitad de su capacidad.
j) Emplear la(s) fuente(s) de calor apropiadas de acuerdo con las instrucciones de uso.
k) Después de cocinar carne con piel (por ejemplo, lengua de buey) que puede hincharse bajo los efectos de la presión, no pinchar la carne mientras la piel esté hinchada, usted podría escaldarse.
l) Cuando cocine comida pastosa, agitar suavemente la olla antes de abrir la tapa para evitar la eyección de la comida.
m) Antes de cada uso, comprobar que las válvulas no están obstruidas. Véanse las “instrucciones de uso”.
n) Nunca usar la olla a presión en su modo presurizado para freír alimentos en abundante aceite.
o) No manipular ninguno de los sistemas de seguridad más allá de las instrucciones de mantenimiento especificadas en las instrucciones de uso.
p) Sólo emplear recambios del fabricante de acuerdo con el modelo pertinente: En particular, emplear un cuerpo y una tapa del mismo fabricante que se indique como compatible.
q) CONSERVAR ESTAS INSTRUCCIONES.

2. VISTA DETALLADA Y PARÁMETROS TÉCNICOS

Parámetros técnicos

MODELO	Diám.	Ca-pac.	Presión de trabajo (Kpa)	Presión de seguri-dad (Kpa)		
			I	II	Primero	Segundo
G- SOLA 2.5 LITROS	22 cm	2.5 L	60 kPa	100 kPa	130 - 170 kPa	180 - 300 kPa
G- SOLA 4 LITROS	22 cm	4.0 L	60 kPa	100 kPa	130 - 170 kPa	180 - 300 kPa
G- SOLA 6 LITROS	22 cm	6.0 L	60 kPa	100 kPa	130 - 170 kPa	180 - 300 kPa
G- SOLA 8 LITROS	24 cm	8.0 L	60 kPa	100 kPa	130 - 170 kPa	180 - 300 kPa

Vista detallada

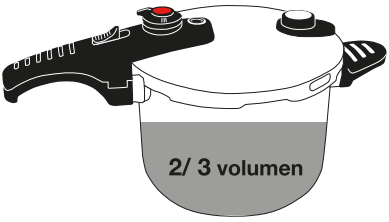


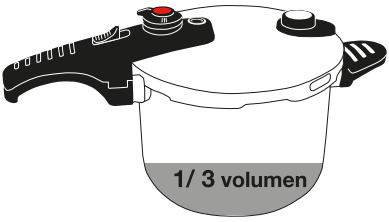
1. Fondo difusor
2. Cuerpo de la olla
3. Parallama para el asa auxiliar
4. Asa auxiliar
5. Junta de silicona
6. Tapa
7. Ventana de seguridad
8. Indicador de presión
9. Válvula de seguridad
10. Regulador de presión
11. Botón de apertura/cierre
12. Mango superior
13. Mango inferior
14. Parallama para el mango inferior

3. INSTRUCCIONES

ANTES DE USAR LA OLLA A PRESIÓN POR PRIMERA VEZ

- Lea atentamente este manual de instrucciones.
- Limpie todas las piezas a fondo con agua caliente y detergente, enjuague y seque con un paño suave.
- Si aparecen manchas blancas como resultado de un exceso de cal en el agua, limpiar con un chorrito de vinagre.
- El lavado en el lavavajillas puede alterar el color del acero inoxidable.
- No utilice estropajos de metal o productos abrasivos, ya que podrían rayar el acero inoxidable.
- Para ahorrar energía y evitar oscurecer o manchar el acero inoxidable, en las cocinas eléctricas utilice un fuego del mismo tamaño o menor que la base de la olla, y en las cocinas de gas regule el calor para que las llamas no se extiendan por los lados de la olla.
- Se debe poner al menos 1/4 de litro de agua u otro líquido adecuado en la olla.
- Precaución: use la olla a presión con una capacidad adecuada.
- Llenado máximo: Nunca la llene a más de 2/3 de su capacidad (señal MAX en el interior de la olla).
- Llenado mínimo: Nunca la llene a menos de 1/3 de su capacidad (señal MIN en el interior de la olla).
- Para los alimentos que se dilatan durante la cocción, como el arroz, las legumbres deshidratadas o las compotas, no llene la olla a más de la mitad de su capacidad.





-Utilice sólo piezas originales INOXIBAR adecuadas a este modelo. Cuando su olla a presión se dañe accidentalmente o los dispositivos de seguridad no funcionen correctamente, no siga utilizando la olla a presión. Realice el mantenimiento de su olla en un servicio técnico profesional autorizado.

4. INSTRUCCIONES DE USO

Antes de utilizar su olla por primera vez, rellénela de agua hasta la mitad y ponga la olla a hervir durante media hora. Luego, vierta el agua para deshacerse de las posibles impurezas.
No utilice estropajos de metal u otros materiales duros para limpiar la olla a presión, ya que podrían rayar la superficie del acero inoxidable.
Compruebe que todas las válvulas estén en la posición correcta antes de cada uso. Compruebe que estén limpias la válvula de control de presión, la válvula de seguridad y la junta de goma.
Agregue tanta agua o tanto líquido como sea preciso para usar la olla a presión.
Precaución: asegúrese de no añadir más líquido del necesario, y nunca llene la olla más de 2/3 de su capacidad incluyendo el líquido que tenga que añadir, ya que los sistemas de seguridad podrían dañarse (riesgo de quemaduras).
No utilice nunca la olla para freír con aceite con la tapa cerrada.

Cierre de la tapa:
Sitúe la marca ● de la tapa en línea con la marca ● ubicada en el mango del cuerpo de la olla (ver fig. 3), encajando la tapa en el cuerpo de la olla, y gire la tapa en el sentido de las agujas del reloj hasta que el mango superior coincida con el inferior. En ese momento podrá escuchar el sonido de cierre, “click”.

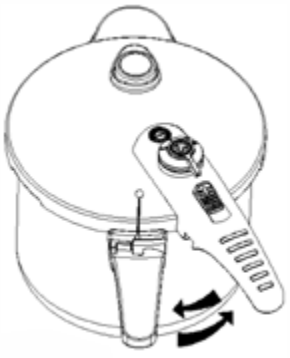


Fig. 3

Sugerencia: asegúrese de que el botón pulsador esté en la posición correcta (fig. 4).

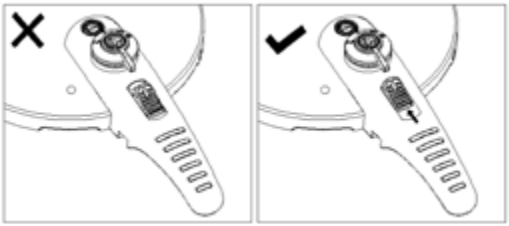


Fig. 4

Precaución: compruebe que el botón está en una posición correcta antes de cerrar la tapa. El botón de apertura retrocederá automáticamente y entonces la tapa estará correctamente cerrada. Ajuste el botón a su posición adecuada si no está en su lugar. (Ver fig. 6)

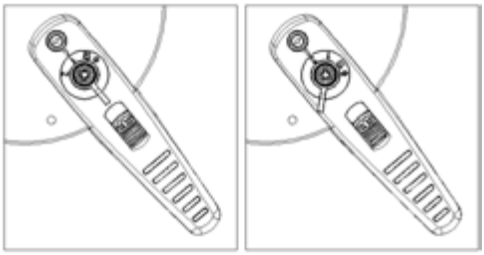


Fig. 6

1. Gire la válvula de control de presión a la posición requerida:
   1 es 60 ± 10 Kpa
   2 es 100±10 Kpa

2. Cocinar:

a) Al desplazar la olla a presión, sostenga suavemente y con ambas manos el mango y el asa de baquelita situados a los dos lados de la olla a presión. No sostenga sólo un lado, ya que el desequilibrio podría acarrear golpes y daños a la olla. Asimismo, alce y pose la olla con cuidado, y no la arrastre.

b) La olla a presión debe situarse plana sobre la fuente de calor. Cuando se caliente en una cocina eléctrica, el diámetro del fuego no puede ser mayor que el del fondo de la olla. Cuando se caliente en una cocina de gas, la llama no debe tocar el lateral de la olla.

c) Para calentar la olla rápidamente, póngala a fuego fuerte hasta que la válvula reguladora de presión empiece a funcionar. Sin embargo, debe evitar una potencia excesiva. La válvula de seguridad liberará una pequeña cantidad de vapor después de un período de tiempo (es normal). Cuando el vástago de la válvula de seguridad sube para empezar a funcionar, no hay vapor. En este momento, hay una indicación visual del tapón de la válvula en el primer anillo blanco. Mantenga el calor; pero reduzca y ajuste el fuego cuando la válvula reguladora de presión expulse vapor con profusión. (Ver fig. 8).

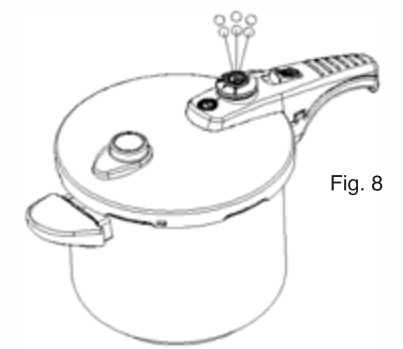


Fig. 8

Sugerencia:
Empiece a contar el tiempo de cocción cuando la válvula reguladora de presión empiece a liberar vapor. Vea las tablas de tiempo de cocción 1 y 2 como referencia.

Recordatorio:
- Cuando se ve la primera línea blanca en el indicador, significa que se ha alcanzado la presión de primer nivel (60Kpa); y la segunda, la presión de segundo nivel (100Kpa).

- Cuando se ve la línea roja en el indicador, significa que la presión interior es demasiado alta, que tiene que apagar la fuente de calor y comprobar el problema. (Ver fig. 9)

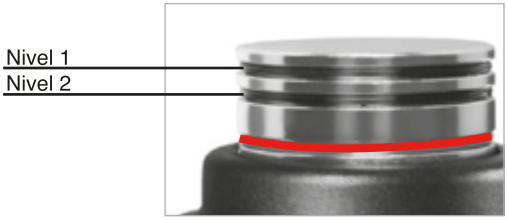
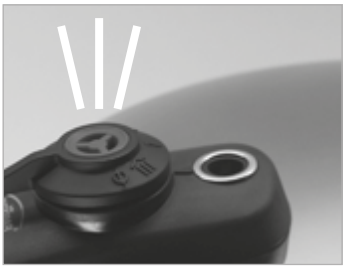


Fig. 9

Recordatorio especial:
- Para ahorrar energía y evitar que se produzcan manchas negras o marcas de suciedad, se recomienda utilizar un fogón de diámetro más pequeño que el de la olla. Si utiliza un quemador de gas, regule la llama de tal forma que no se alcance los laterales de la olla.

- Ponga la olla a presión en la fuente de calor; dele bastante potencia al principio, para aumentar rápidamente la presión dentro de la olla. Cuando se alcance la presión seleccionada, la válvula reguladora de presión liberará vapor automáticamente, y en ese momento baje el fuego a un nivel en el cual se libere un flujo continuo y constante de vapor de la válvula de regulación de presión.



Precaución: el tiempo de cocción se cuenta desde el momento en que la válvula de regulación de presión empiece a liberar vapor. Vea los tiempos de cocción al final de este manual.

Reduzca la presión.
- Cuando retire la olla a presión del fuego, sostenga suavemente y con ambas manos los mangos de baquelita situados a los dos lados de la olla a presión. No toque el cuerpo de la olla ni la tapa, podría quemarse.

- Por su seguridad, procure que la ventana de seguridad de la tapa no se encuentre dirigida a usted mientras la olla esté en funcionamiento.

- Reduzca la presión de las siguientes maneras:

a) Reducción rápida de la presión: ponga la olla a presión en el fregadero sin agua, abra el grifo y moje la tapa **(sin mojar el mango ni la válvula reguladora de presión)** (ver fig. 10), hasta que descienda el indicador rojo de la válvula de seguridad. Este método puede reducir la presión rápidamente.



Fig. 10

b) Precaución: no sumerja la olla a presión en el agua.

c) Liberación automática de la presión: retire la olla a presión de la fuente de calor, y reduzca la presión liberando vapor a través de la válvula de regulación de presión: el método consiste

en girar la válvula de regulaciónde presión de la posición 2 a la posición 1 para que el vapor pueda liberarse rápidamente; cuando el vapor liberado se haya reducido, gire la válvula de regulación de presión de la posición 1 a la posición x para liberar vapor en gran cantidad hasta que el vapor se haya liberado completamente y el indicador rojo de la válvula de seguridad descienda. Al manipular la válvula de regulación de presión, protéjase las manos con un paño o guantes resistentes al calor, porque podría estar muy caliente debido al vapor.

Este método tiende a verter líquido cuando hay mucho líquido en la olla; por lo tanto, este método sólo es adecuado cuando haya materia sólida en la olla.

d) Liberación natural de la presión: Retírela del fuego y deje que se enfríe sola hasta que el indicador de la válvula de seguridad descienda.

- Abra la tapa: compruebe si el sensor rojo de la válvula de seguridad ha descendido. No puede abrir la tapa hasta asegurarse de que el indicador rojo ha bajado. El método de apertura de la tapa es el siguiente: sostenga el mango superior e inferior con la mano derecha, presione el botón para liberar la presión con el pulgar de la mano derecha (véase fig. 11), luego sostenga el mango superior con la mano derecha, sostenga el mango inferior con la mano izquierda y gire la tapa en sentido contrario a las agujas del reloj hasta que la marca ● de la tapa quede alineada con la marca ● del mango inferior. Ahora retire la tapa levantándola directamente hacia arriba.



Fig. 11

Precaución: nunca fuerce la apertura de la olla a presión cuando haya presión dentro de la olla, para evitar daños. Nunca abra la tapa en dirección a su cara, ya que todavía puede haber vapor muy caliente en su interior.

5. DESCRIPCIÓN Y UTILIZACIÓN DE LOS DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD

Esta olla a presión está equipada con diversos dispositivos de seguridad para que usted pueda cocinar sin problemas.

Dispositivo de seguridad de apertura y cierre: hay un dispositivo de bloqueo automático entre la tapa y el mango superior. Cuando la presión en el interior de la olla suba hasta 5 Kpa, el nivel del sensor rojo ascenderá y el dispositivo de bloqueo automático comenzará a funcionar, impidiendo que se pueda abrir la tapa. Cuando la presión de la olla se reduzca pero se mantenga por encima de 5 Kpa, el indicador rojo sigue bloqueado automáticamente, impidiendo que se pueda abrir la tapa.

Precaución: antes de que el indicador rojo suba, es normal que se produzca un ligero escape de vapor a lo largo de los lados del mango superior.

Válvula de regulación de presión: sirve para ajustar la presión de cocción en el interior de la olla y liberar la presión rápidamente. (Ver fig. 12) (Ver fig. 13)

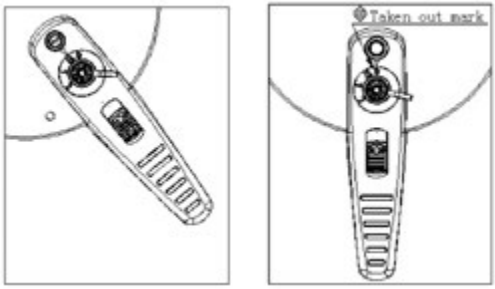


Fig. 12

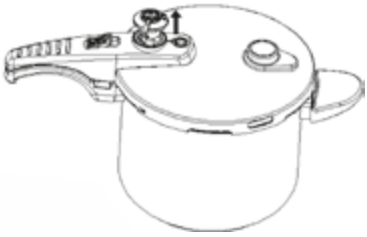


Fig. 13

Válvula de seguridad: en el caso de que la válvula de control de presión de la olla no pueda funcionar correctamente, la presión en el interior de la olla superará la presión normal de funcionamiento. Cuando la presión aumente a entre 130 Kpa y 180 Kpa, la válvula de seguridad liberará vapor automáticamente para mantener la presión por debajo de 180 Kpa y garantizar su seguridad.
Ventana de seguridad: en el caso de que la olla a presión esté dañada y todos los dispositivos de seguridad dejen de funcionar, la presión en el interior de la olla se elevará. Y cuando la presión aumente a entre 200 Kpa y 280 Kpa, la junta de goma ubicada dentro de la olla se deforma para liberar vapor rápidamente por la ventana, y reducir la presión por debajo de 20 Kpa en 60 segundos, garantizándole así su seguridad.

6. MANTENIMIENTO

Válvula de control de presión

1. Antes de cada uso, compruebe que las salidas de vapor estén limpias y no obstruidas.
2. Limpie siempre la válvula de regulación de presión de la siguiente manera: primero gire la válvula de regulación de presión en sentido contrario a las agujas del reloj hasta la posición x, luego gírela en sentido contrario a las agujas del reloj hasta su posición, y entonces levante la válvula de regulación de presión hacia arriba y mójela bajo el grifo. Después de mojarla, mueva la marca Φ de la válvula de control de presión hasta la marca ▼ en el mango superior y presiónela hacia abajo, y luego gire la válvula de regulación de presión en el sentido de las agujas del reloj hasta la posición x.

Válvula de seguridad

Antes de cada uso, utilice un palillo de dientes u otro palillo delgado para comprobar si las bolas de acero se pueden mover correctamente. Para que la válvula de seguridad pueda funcionar correctamente, es imprescindible que las bolas de acero se muevan. Si la válvula de seguridad funciona durante la cocción (el vapor sale de la válvula de seguridad), debe apagar la fuente de calor para reducir la presión dentro de la olla hasta que baje el indicador rojo; entonces, abra la tapa y limpie la válvula de seguridad. Después de asegurarse de que las válvulas de seguridad están libres de obstrucciones y de que las bolas de acero pueden funcionar correctamente, puede seguir usando la olla a presión.

Junta de goma

1. No lave nunca la tapa y la junta de goma en el lavavajillas.
2. Nunca cierre la tapa de la olla cuando no la utilice.
3. La junta de goma puede dañarse por el uso. Le recomendamos que la cambie al menos cada año.

7. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Problema	Posible causa	Solución
La válvula de control de presión no libera vapor	1. No hay suficiente líquido en la olla. 2. La fuente de calor no es lo suficientemente fuerte. 3. La válvula de control de presión está bloqueada.	1. Añadir un poco de líquido. Debe de haber al menos 0,50 litros de agua u otro líquido. 2. Avivar el fuego. 3. Limpiar la válvula de la olla a presión.
El vapor se escapa entre la tapa y el cuerpo de la olla	1. La tapa no está correctamente cerrada. 2. La junta no está correctamente colocada o está sucia. 3. La junta de goma está dañada. 4. El cuerpo de la olla se ha deformado por algún golpe.	1. Volver a colocar la tapa e intentarlo de nuevo. 2. Lavar la junta y colocarla en su lugar. 3. Reemplazar la junta. 4. Dejar de usar la olla.
No hay presión en la olla y el nivel del indicador rojo no sube	1. La tapa no está correctamente cerrada. 2. La junta no está correctamente colocada o está sucia. 3. La junta de goma está dañada. 4. La válvula de control de presión no está en su lugar.	1. Volver a colocar la tapa e intentarlo de nuevo. 2. Lavar la junta y colocarla en su lugar. 3. Reemplazar la junta. 4. Girar la válvula de control de presión a la posición 1 o 2.

8. AVISO IMPORTANTE

No intente modificar los componentes de la olla a presión ni utilice componentes o recambios no oficiales para reemplazar los suministrados con su olla, ya que esto podría dañar la olla a presión o causar un accidente grave.

Utilice únicamente piezas de repuesto oficiales INOXIBAR.

9. TIEMPOS DE COCCIÓN APROXIMADOS

Como principio general, debe agregar entre 0,5 y 1 litro de líquido (agua, sopa, salsa, etc.) cuando cocine carne o aves. Si el tiempo de cocción es superior a 15 minutos, debe añadir más de 1 litro de líquido.

Los tiempos indicados son solo orientativos. Debe ajustarlos en función de la cantidad y las características de lo que cocine. Cuente estos tiempos desde el momento en que la válvula de control de presión comience a liberar vapor.

ELABORACIÓN	POSICIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
CALDOS SOPAS Y CREMAS			
Caldo de pescado	1	12/15 min	Nivel máximo
Caldo de ave	2	18/20 min	Nivel máximo
Caldo de carne	2	20/25 min	Nivel máximo
Caldo de verdura	1	18/20 min	Nivel máximo
Caldo Gallego	2	14/16 min	Hasta cubrir ingredientes *
Sopa de cebolla	1	6/8 min	Según sea necesario *
Sopa minestrone	1	6/8 min	Según sea necesario *
Sopa de rabo de buey	2	28/35 min	Según sea necesario *
Sopa de almejas	1	4/6 min	Según sea necesario *
Sopa de tomate	1	6/8 min	Según sea necesario *
Crema de calabaza	1	6/10 min	Hasta cubrir ingredientes *
Crema Vichyssoise	1	8/10 min	Hasta cubrir ingredientes *
Crema de espárragos	1	6/8 min	Hasta cubrir ingredientes *
Crema de guisantes	1	6/8 min	Hasta cubrir ingredientes *
Hummus	2	20/25 min	Hasta cubrir ingredientes *

ARROCES			
Arroz bahía, basmati, bomba, jazmín, sénia	1	8/9 min	Según receta *
Arroz integral	2	8/12 min	Según receta *
Arroz salvaje	2	6/10 min	Según receta *
Arroz veneré	2	14/16 min	Según receta *
Risotto	1	6/8 min	Según receta *
Arroz a la cubana	1	8/9 min	Según receta *
Arroz a la marinera	1	8/9 min	Según receta *
VERDURAS, HORTALIZAS Y PATATAS			
Acelgas en hojas	1	2/4 min	250ml
Acelgas, pencas	2	3/4 min	250ml
Alcachofas medianas	2	4/6 min	250ml
Apio	1	4/5 min	250ml
Batata, camote	2	4/6 min	250ml
Brocoli en cuartos	1	4/6 min	250ml
Calabaza troceada	2	4/6 min	250ml
Calabacin	1	4/6 min	250ml
Cardo	2	18/20 min	Hasta cubrir ingredientes *
Cebolla	2	3/4 min	250ml
Coles de Bruselas	2	2/3 min	250ml
Coliflor troceada	1	4/6 min	250ml
Espárragos	2	8/10 min	Nivel medio
Espinacas frescas	1	2/3 min	250ml

* al menos 250ml

Endivias enteras	1	2/3 min	250ml
Guisantes	1	3/5 min	250ml
Hinojo	1	4/6 min	250ml
Judías verdes, vainas	1	6/10 min	250ml
Lombarda, col morada	2	4/6 min	Nivel medio
Mazorcas de maíz	2	6/8 min	Nivel medio
Okra	2	4/6 min	250ml
Patatas enteras	1	6/8 min	Nivel medio
Patatas troceadas	2	2/4 min	Hasta cubrir ingredientes *
Puerros	1	6/8 min	250ml
Remolacha entera	2	15/20 min	Nivel medio
Salsifí	2	6/8 min	Nivel medio
Tirabeques	1	6/8 min	250ml
Tomate entero	1	3/4 min	250ml
Zanahoria entera	2	4/6 min	Nivel medio
Zanahoria troceada	2	2/3 min	250ml
LEGUMBRES			
Alubias, judías blancas	2	12/16 min	Hasta cubrir ingredientes *
Alubias, judías verdinas	2	14/16 min	Hasta cubrir ingredientes *
Alubias, judías pintas	2	12/16 min	Hasta cubrir ingredientes *
Alubias, judías (fabada)	2	14/18 min	Hasta cubrir ingredientes *
Habitas tiernas	2	4/5 min	Según receta *
Lentejas sin remojo	2	6/8 min	Hasta cubrir ingredientes *
Garbanzos	2	20/25 min	Según receta *
Guandules	2	8/12 min	Según receta *
Soja	2	7/9 min	Según receta *
CARNES, CAZA Y AVES			
Vaca o buey, estofado	2	18/22 min	Según receta *
Vaca o buey, carne picada	2	4/6 min	Según receta *
Vaca o buey, lengua	2	28/32 min	Según receta *
Vaca o buey, Osso-buco en rodajas	2	12/18 min	Según receta *
Ternera, estofado	2	16/20 min	Según receta *
Ternera, carne picada	2	4/6 min	Según receta *
Ternera, lengua	2	20/26 min	Según receta *
Ternera, callos	2	25/30 min	Según receta *
Cerdo, estofado	2	12/16 min	Según receta *
Cerdo, costilla	2	10/15 min	Según receta *
Cerdo, codillo	2	22/28 min	Según receta *
Cordero, estofado	2	10/12 min	Según receta *
Cordero, manitas	2	18/20 min	Según receta *
Pollo, asado entero	2	12/16 min	Según receta *
Pollo, estofado	2	6/8 min	Según receta *
Gallina, troceada	2	20/25 min	Según receta *
Faisán, estofado	2	12/14 min	Según receta *
Conejo, estofado	2	18/20 min	Según receta *
Venado, estofado	2	20/25 min	Según receta *
PESCADOS Y MARISCOS			
Almejas	1	3/4 min	250ml
Atún o bonito en rodajas	1	3/5 min	250ml
Calamares	2	4/6 min	Según receta *
Mejillones al vapor	1	3/4 min	250ml
Pescado en lomos	1	3/5 min	Según receta *
Pescado en rodajas	1	4/6 min	Según receta *
Langostinos, camarones	1	2/4 min	Según receta *
FRUTAS Y POSTRES			
Albaricoques, melocotones, ciruelas, cerezas, etc,…	1	3/5 min	Según receta *
Peras, manzanas	1	4/6 min	Según receta *
Membrillo	2	6/10 min	Según receta *
Flanes	2	6/10 min	Cubrir 3/4 partes de la flanera

* al menos 250ml

ESP

G-SOLA

by

INOXIBAR®

Polígono Industrial de EITUA Nº19
48240 Berriz (Bizkaia) - SPAIN
(+34) 946 82 48 75
info@inoxibar.com

www.inoxibar.com