

IMPORTANT SAFEGUARDS

When using any electrical appliance, basic safety precautions should always be followed, including the following:

1. Read all instructions.
2. Do not touch hot surfaces. Use handles and knobs. Do not operate this appliance without handles in place.
3. To protect against electrical hazards, do not immerse cord, plugs, or heat control in water or other liquid.
4. This appliance is not intended for use by or near young children or infirm persons without supervision.
5. Unplug from outlet when not in use and before cleaning. Allow to cool before putting on or taking off parts or before cleaning the appliance.
6. Do not operate any appliance with a damaged cord or plug, or after the appliance malfunctions or has been damaged. Return appliance for examination and possible repair or adjustment.
7. The use of accessory attachments not recommended by the appliance manufacturer may cause injuries.
8. Do not use outdoors.
9. Do not let cord hang over edge of table or counter, or touch hot surfaces.
10. Do not place on or near a gas or electric burner or in a heated oven.
11. Use extreme caution when moving an appliance containing hot oil or other hot liquid.
12. Always attach plug to appliance first, then plug cord into wall outlet. To disconnect, press the OFF button, then remove plug from wall outlet.
13. This appliance has a polarized plug (one blade is wider than the other). To reduce the risk of electrical shock, this plug is intended to fit into a polarized outlet only one way. If the plug does not fit fully into the outlet, reverse the plug. If it still does not fit, contact a qualified electrician for assistance. **DO NOT ATTEMPT TO** modify the plug in any way.
14. Do not use appliance for other than intended household use.
15. Do not tamper with pressure relief valve behind handle. If oil leaks from under handles or from any part of the Skillet, do not use. For repairs, see warranty.
16. After cleaning, the appliance inlet (where the electrical connector plugs in) must be thoroughly dried before appliance is used again.
17. This appliance is not intended for deep frying foods.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

Your Safety is Our Concern

1. Check the handles on the appliance and tighten any loose screws when necessary.
2. The pressure relief valve for the unique “Oil Core” is guarded by the handle. It is important to have handles in place at all times. Do not operate this appliance without both handles securely in place.
3. If the appliance is dropped or the handles are broken, check for damage to the pressure relief valve. If parts are dislodged or if you notice oil leaking from under the handle, contact your distributor for service. Do not tamper with the pressure relief valve under any condition.
4. Always dry outside of appliance completely before connecting heat control.
5. Never immerse hot appliance in water. Always allow it to cool before cleaning.
6. To reduce the hazard of potential electrical shock, this item has a polarized plug which is designed to fit only one way in a polarized outlet.
7. A short cord is provided to reduce the risks of becoming tangled in or tripping over a longer cord. Extension cords are not recommended.

Features and Benefits

Stainless Steel Construction – Hard, polished stainless steel resists pitting, cracking, and chipping. Easy to clean, your Stainless Steel 5 Qt. Oil Core will retain its beautiful appearance for years.

Amazing Oil Core – Fast, even heat distribution over the entire cooking surface without hot spots is assured, thanks to a special heat conducting oil sandwiched between layers of high quality stainless steel. This is the finest heat conduction system available for cookware!

Touch-Pad Heat Control - Optimum heat selection is easy with the touch-pad heat control. Built-in timer allows you to select the cooking time, up to 12 hours, and the appliance shuts off automatically. Temperature and cooking time can be changed at any point during cooking.


Fully Immersible – With the touch-pad heat control removed, the appliance can be easily washed in your sink or placed in a dishwasher. Water cannot damage the heating element. It is sealed beneath the cooking surface, protected from moisture and corrosion.

Stores Heat – From kitchen to table, piping hot! The Oil Core holds heat long after the appliance is unplugged. Food stays at serving temperature at the table without an inconvenient cord attached.

Use and Care

1. Before the first use, remove heat control. Wash appliance and cover in warm, soapy water to which you have added one cup of vinegar per gallon of water. This removes all traces of manufacturing oils and polishing compounds. Rinse in clear, warm water and dry thoroughly with a clean, soft towel. **Caution: Always remove touch-pad heat control before immersing appliance in water.**
2. Always dry outside of appliance completely before connecting heat control.
3. Refer to Temperature Guide or use temperature specified in recipe to ensure best results.
4. When the appliance is turned off, disconnect the cord from the outlet. To transfer it to the table for serving, remove heat control, handling very carefully since the heat control will be very hot. It is important to lay the hot heat control on a heatproof surface to cool to avoid damage to the table or counter top. If food is not being served from the appliance, allow it to cool before removing heat control.
5. Allow appliance to cool before immersing it in water for cleaning. Do not immerse heat control.
6. See complete Operating and Cleaning Instructions that follow.
7. Before first use, remove the thin protective film covering the touch-pad heat control.

Operating Instructions

1. Insert automatic heat control into appliance. Plug into electric outlet. As soon as the appliance is plugged in, a red signal light will appear on the right side of the display.  **CAUTION:** Always operate appliance at least 4" (10 cm) from wall.
2. To set the desired temperature, press and release the temperature key (the default temperature will flash) then press the up or down arrow until the desired temperature appears on the display. To select the default temperature of 150°F (65°C), press the temperature key a second time. If no temperature is set, the display will flash for 2 minutes and automatically shut off. Pulsing the up or down arrow will adjust the temperature by 5-degree increments; pressing and holding the key will adjust it by 25-degree increments (10-degrees in Celsius). As the appliance preheats to desired temperature, the signal light (red light on left side of digital display) will blink on and off. Always preheat appliance (4 to 6 minutes), unless recipe states to start with it cold.
3. Add food when the signal light stops blinking, indicating that the cooking temperature has been reached. Heat may be increased or decreased by depressing the up or down arrow, depending upon the type or amount of food being prepared. The signal light will cycle on and off during cooking to indicate that the proper temperature is being maintained.
4. After the food is placed in the appliance, set the cooking time if desired. Press and release the time key. The display will flash "00:00." Press the up or down arrows until the desired length of time is set (maximum is 12 hours). If no time is set, the heat control will operate at the preset temperature until the off button is pressed. Pulsing the key will adjust the time by 1-minute increments; pressing and holding either key will adjust the time by 10-minute increments. The time will automatically count down and the remaining time will be displayed unless the temperature key is pressed. The temperature or time can be changed or displayed anytime during cooking by simply repeating the steps detailed above.
5. When cooking is complete, and the time setting has not been used, press the off button. The temperature and time settings will be cancelled.
6. Pressing and holding both temperature and time buttons at the same time will switch temperature reading between Fahrenheit and Celsius.

Automatic Rice Settings

The digital heat control features two convenient automatic rice settings that take all the guess work out of cooking rice. *It's as easy as 1-2-3!* (1) Insert desired ingredients. (See guide below.) (2) Press the temperature key. (3) Press the down arrow key once to select RIC1 or twice to select RIC2. Display will flash the chosen setting. When flashing stops, heating has begun. The unit will automatically heat to boiling, cook the rice (a count down timer will appear in the display) and then switch to the keep warm temperature of 150°F (65°C) when cycle is complete.

RIC1 – Low setting/shorter cooking time used for smaller amounts of rice. (1-3 cups dry measure)

RIC2 – High setting/longer cooking time used for larger amounts of rice. (4-5 cups dry measure) *This unit has a capacity of 5 cups dry measure. DO NOT EXCEED CAPACITY.*

Rice Cooking Guide		
<u>Rice</u>	<u>Water</u>	<u>Setting</u>
Standard Varieties		
1 cup	2 cups	RIC1
2 cups	3 cups	RIC1
3 cups	4 cups	RIC1
4 cups	5 cups	RIC2
5 cups	7 cups	RIC2
Jasmine <i>(For best results, rinse rice twice.)</i>		
2 cups	3 ¹ / ₂ cups	RIC1
Calrose		
2 cups	2 ³ / ₄ cups	RIC1
<i>These are general guidelines. Results may vary depending on quantity, type and brand of rice selected.</i>		

Spanish and American Rice

- 2 cups rice
- 3 cups chicken stock or broth
- 1/2 cup onion, shredded
- 1/2 cup carrots, shredded
- 1/2 cup zucchini
- 1/2 cup tomato, seeded and chopped (optional)

Add all ingredients; mix well. Set 5 Quart Cooker to the RIC1 setting. Cycle will begin automatically. *For vegetables that are more firm, add them when the display reads "20" and the cooking countdown has begun.*

Temperature Guide

Warm or Simmer
150 to 200°F
(65 to 95°C)

Keep foods warm; simmer meats and poultry.

225 to 250°F
(105 to 120°C)

Stew or braise meats; sauté vegetables; cook sauces, fruits, casseroles, fried rice, and snacks.

275 to 300°F
(135 to 150°C)

Prepare eggs, gravies, candies, and puddings.

325 to 350°F
(165 to 175°C)

Brown meats, seafood and potatoes; bake cakes, pancakes, and French toast; grill sandwiches.

375°F
(190°C)

Sear meats and poultry; stir-fry chicken.

400 to 425°F
(205 to 220°C)

Pan-broil meats and fish; stir-fry meats; pop corn.

Slow Cooking Temperature Guide

150 to 160°F
(65 to 70°C)

5-7 hours

Simmer: Baked beans, 4 to 6 hour stews, poultry-bone-in soups, cereals. Steam: Hot dogs, fresh-vegetables, puddings

170 to 190°F
(75 to 90°C)

3-5 hours

Simmer: Appetizer dips, hot beef, barbecue, "Sloppy Joes," etc.

200 to 220°F
(95 to 105°C)

2-3 hours

Fast Simmer: Spare ribs, lamb shanks, winter squash, fruit punch, vegetable juices, fish chowder, cheese sauce
Simmer: Frozen vegetables, potatoes, corn-on-the-cob, stuffed peppers, seafood, rice, dumplings

230 to 250°F
(110 to 120°C)

1½-3 hours

Bring liquids to boil. High-simmer: Corned beef, pot roasts and short ribs
Thicken: Gravies, soups and sauces
Prepare: Fresh applesauce, peach or apple butter and hot chocolate.

Most foods can be prepared at the listed settings. Use cooking times in chart as a guide only. Times will vary. When cooking roasts, ham or poultry, use a meat thermometer inserted in thickest part to ensure that recommended doneness is reached.

Cleaning

1. To maintain the beauty and cooking efficiency of the 5 Qt. Oil Core Cooker, it is important that it be cleaned thoroughly with warm, soapy water after each use. Food films left on the cooking surface will cause discoloration when the appliance is reheated.
2. Although durable, stainless steel is not indestructible. Pitting may result if undissolved salt remains in your appliance. Salt should be added just before serving foods or to boiling liquids. Liquids should be stirred immediately to completely dissolve the salt. Do not allow seasoned foods or high-acid foods to remain in your appliance for long periods.
3. With the heat control removed, your appliance can be immersed in water or placed in an automatic dishwasher to clean. **IMPORTANT: Allow appliance to cool before cleaning. Do not immerse hot appliance in water. Always remove touch pad heat control before putting appliance in water.** Clean in warm, soapy water with a sponge, dishcloth, nylon net, or plastic pad. Do not use a metal scouring pad, knife, or harsh scouring powder on the polished stainless steel finish. Rinse thoroughly with clear, warm water. Dry promptly to prevent water spots. Wipe heat control with a damp cloth, then dry.
4. Persistent overheating may cause blue or brown heat tints inside the appliance. Stains may also result from minerals in certain foods. To remove both heat tints and stains, make a paste with water and a non-abrasive stainless steel cleaner. Do not use a cleaner which contains chlorine bleach. Apply paste with a cloth or sponge, and rub lightly in a circular motion. Wash again, rinse, then dry promptly.
5. Remove minor scratches with a non-abrasive stainless steel cleaner, following the instructions in No. 4 above. To prevent scratches, do not cut, scrape, or chop food with sharp-edged kitchen tools in your appliance.
6. To remove stuck on foods, fill with warm water and let soak for 30 minutes. Then clean with warm, soapy water as usual. A non-abrasive stainless steel cleaner may also be used, following the instructions in No. 4 above.

Quick & Easy Vegetable Minestrone

Serves 10-12

- 1 medium onion, coarsely chopped
 - 3 14¹/₂-ounce (406g) cans vegetable broth
 - 2 large carrots, thinly sliced
 - 2 medium leeks (white part only), chopped
 - 1 large potato, diced
 - 1 rib celery with leaves, coarsely chopped
 - 1 14¹/₂-ounce (406g) can diced tomatoes, undrained
 - 1 cup (240ml) green beans, broken into 1-inch (2.5cm) pieces
 - ¹/₂ cup (120ml) coarsely chopped zucchini
 - ¹/₃ cup (80ml) egg noodles or spaghetti, broken into pieces
 - 1 15-ounce (420g) can white kidney beans, drained, rinsed
- Grated Parmesan cheese for garnish

Preheat 5 Quart Cooker, uncovered, at 250°F (120°C). Add onion and sauté until tender.

Add vegetable broth and bring to a boil. Add all remaining ingredients except egg noodles, kidney beans and Parmesan cheese. Return to a boil, cover and reduce heat to simmer. Cook for 30 minutes or until vegetables are tender.

Add egg noodles and kidney beans. Stir to combine. Cover and continue to simmer for 15 minutes until egg noodles are done.

Serve with Parmesan cheese as garnish.

Roasted Chicken

Serves 4

- 3-3¹/₂ pound (1¹/₂-1³/₄ kg) whole chicken**
- 2 tablespoons (30ml) paprika**
- 1 tablespoon (15ml) onion salt**
- 1 tablespoon (15ml) dried rosemary leaves**
- 1 tablespoon (15ml) poultry seasoning**
- 1 teaspoon (5ml) salt**

Rinse chicken; pat dry. In a small bowl combine paprika, onion salt, rosemary leaves, poultry seasoning and salt. Rub chicken with seasoning mixture.

Preheat 5 Quart Cooker, uncovered, at 375°F (190° C). add chicken, turning to brown on all sides. With breast side up, cover and reduce heat to simmer. Cook for 1 hour. Insert meat thermometer into chicken to ensure internal temperature is 180°F (80°C) or higher before serving.

Stoplight Stuffed Peppers

Serves 3-6

- 3 large bell peppers (1 green, 1 yellow, 1 red; or desired combination)**
- 1 pound (454g) ground turkey breast**
- 1 large onion, chopped**
- 2 tablespoons (30ml) Worcestershire sauce**
- 1 48-ounce (1¹/₃ kg) jar prepared spaghetti sauce**
- 2 cups (480ml) cooked white rice**

Wash and core peppers; set aside.

Preheat 5 Quart Cooker, uncovered at 375°F (190°C). Add ground turkey and onion; brown.

Add Worcestershire sauce, spaghetti sauce and cooked rice; mix well. Fill peppers with mixture, leaving some mixture in 5 Quart Cooker. Place peppers on top of the mixture in Cooker, cover and reduce heat to simmer. Cook 35 to 45 minutes or until peppers are tender. Garnish with parsley if desired.

Italian Style Spaghetti Sauce and Meatballs

Serves 8

MEATBALLS:

- 1 pound (454g) lean ground beef
- 1 cup (240ml) fine plain bread crumbs
- 1/2 cup (120ml) grated Parmesan cheese
- 1/2 cup (120ml) milk
- 2 large eggs
- 2 cloves garlic, minced
- 1 tablespoon (15ml) dried parsley flakes
- 1 1/2 teaspoons (7ml) salt
- 1/8 teaspoon (1/2 ml) pepper

SAUCE:

- 1 medium onion, chopped
- 1 green pepper, chopped
- 3 cups (720ml) water
- 2 15-ounce (420g) cans tomato sauce
- 2 12-ounce (336g) cans tomato paste
- 2 3-ounce (85g) envelopes Italian-style spaghetti sauce seasoning
- 2 cloves garlic, crushed
- 1 tablespoon (15ml) sugar
- 1 bay leaf, crumbled
- 1 teaspoon (5ml) dried oregano leaves

In a large bowl combine all ingredients for meatballs. Shape into 1-inch (2.5cm) balls, set aside. Makes about 30 meatballs.

Preheat 5 Quart Cooker, uncovered, at 350°F (175°C). Sauté onion and green pepper until soft. Add remaining sauce ingredients, stir to combine.

Add prepared meatballs to sauce; stir to combine. Cover; reduce heat to simmer for 1 1/2 hours, stirring occasionally, until meatballs are cooked through. Serve over spaghetti noodles, garnish with Parmesan cheese.

Le Coq Au Vin (Chicken & Wine)

Serves 8

- 3 pounds (1½ kg) chicken parts, skinned**
- 1 medium onion, chopped**
- 1 medium carrot, chopped**
- 1 rib celery, chopped**
- 2 tablespoons (30ml) flour**
- 1 cup (240ml) dry red wine**
- 1 cup (240ml) beef stock**
- 1 tablespoon (15ml) tomato paste**
- 2 cloves garlic, minced**
- 1/8 teaspoon (1/2 ml) dried thyme leaves**
- 1 bay leaf**
- 1/2 teaspoon (2-3ml) salt**
- 1/4 teaspoon (1-2ml) pepper**
- 18 white boiler onions**
- 1/4 pound (116g) bacon, cut in 1/2-inch (1.25cm) pieces**
- 1 tablespoon (15ml) vegetable oil or olive oil**
- 1/2 pound (225g) mushrooms, quartered**
- 2 tablespoons (30ml) chopped fresh parsley for garnish**

Preheat 5 Quart Cooker, uncovered, at 375°F (190°C). Add chicken; brown on all sides. Remove and set aside. Drain excess grease, leaving 1 tablespoon (15ml).

Add onion, carrot, and celery. Cook uncovered, stirring for 3 to 5 minutes until vegetables are softened. Add flour, stirring for 1 to 2 minutes until browned.

Stir in wine, beef stock, tomato paste, garlic, thyme, bay leaf, salt and pepper. Bring to a boil. Return chicken to pan, cover and reduce heat to simmer for 30 minutes.

Meanwhile, bring 1 quart (1 litre) water to a boil in a sauce pan. Add boiler onions, boil for 3 minutes. Drain, rinse with cold water. Peel, trim and set aside.

In a skillet, cook bacon until crisp. Remove, drain and set aside. Wipe out skillet. Add 1 tablespoon (15ml) oil to skillet; heat over medium heat. Sauté boiler onions and mushrooms until browned. Add to chicken mixture.

Simmer chicken 15 minutes or until onions are tender and chicken is done. Discard bay leaf. Transfer chicken to serving dish. Garnish with bacon pieces and parsley.

Picnic Bar-B-Que

Serves 16-18

- 2 pound (908g) pork shoulder butt roast
- 2 pound (908g) beef chuck roast
- 1 large onion, chopped
- 1 cup (240ml) celery, finely chopped
- 1 8-ounce (224g) can tomato sauce
- 2 8-ounce (224g) bottles chili sauce
- $\frac{1}{4}$ cup (60ml) sugar
- 2-3 teaspoons (10-15ml) chili powder

Preheat 5 Quart Cooker, uncovered, at 375°F (190°C). Add pork roast and beef roast, brown on all sides. Cover and reduce heat to simmer. Cook for 3 hours, until meat is very tender.

Shred meat by pulling apart with a fork. Add remaining ingredients, stir to combine. Cover and simmer 30 to 60 minutes, until heated through. Serve on buns.

Beef Stroganoff

Serves 6-8

- $1\frac{1}{2}$ pound (679g) sirloin steak, cut in $\frac{1}{4}$ -inch (5mm) slices
- $\frac{3}{4}$ cup (180ml) chopped onion
- 1 14.5-ounce (406g) can beef broth
- 1 7-ounce (196g) can mushrooms, undrained
- 1 8-ounce (224g) can tomato sauce
- 1 8-ounce (224g) package egg noodles, uncooked
- 12 ounces (336g) sour cream

Preheat 5 Quart Cooker, uncovered, at 400°F (205°C). Add sirloin steak and onion. Cover and cook for 5 minutes.

Add remaining ingredients except sour cream. Stir to combine. Cover and reduce heat to simmer for 15 to 20 minutes. Just before serving stir in sour cream and heat for 5 minutes.

Chicken Vegetable Soup

Serves 4

- 3 medium carrots, scraped, sliced 1/4-inch thick**
- 3 stalks celery, sliced 1/4-inch thick**
- 1 medium onion, chopped**
- 1 1/2-2 pounds chicken (thighs, breast, wings), skin and fat removed**
- 1/2 teaspoon pepper**
- 3 chicken bouillon cubes**
- 4-5 cups water**
- 1-2 cups egg noodles, optional**
- 3 tablespoons chopped fresh parsley**

In 5 Quart Cooker, combine carrots, celery, onion, chicken, pepper, bouillon cubes and water. Cover and cook 7 hours at 150°F (65°C) or 4 hours at 225°F (105°C). Remove and discard bones; return meat to soup. Add noodles and parsley. Cook 15 minutes or until noodles are tender. To keep warm for serving, reduce to 150°F (65°C).

Steak and Mushrooms

Serves 4-6

- 2 pounds extra thick cut, lean, boneless sirloin steak**
- 1 pound fresh mushrooms, cleaned, halved if large**
- 1/2 teaspoon coarsely ground pepper**
- 1 envelope beefy onion soup mix, dry**
- 1 10 1/2-ounce can beef consommé, or beef broth**
- 1 10 1/2-ounce can Healthy Choice cream of mushroom soup**

In 5 Quart Cooker, layer steak, mushrooms, pepper and dry soup. In small bowl, blend beef consommé and mushroom soup until smooth; pour over steak. Cover and cook 6 to 8 hours at 150°F (65°C). Serve with hot noodles, rice or mashed potatoes.

Chicken in Roasted Garlic Sauce

Serves 6

- 6 medium boneless, skinless chicken breast halves**
- 1 teaspoon snipped fresh rosemary**
- 8 ounces fresh mushrooms, sliced**
- 1 10¹/₂-ounce can Healthy Choice cream of roasted garlic soup**
- 1 cup reduced-fat sour cream**
- ¹/₄ cup flour**
- ¹/₂ teaspoon salt**
- ¹/₄ teaspoon pepper**
- ¹/₂ cup cream sherry, or nonfat chicken broth**
- 12 ounces spinach fettuccine, cooked**
- 2 tablespoons grated Parmesan or Romano cheese**
- Fresh rosemary sprigs**
- Paprika**

Arrange chicken breasts in 5 Quart Cooker, overlapping if necessary. Sprinkle snipped rosemary over chicken; layer mushrooms on top.

In small bowl, blend soup, sour cream and flour until smooth; do not beat. Stir in salt, pepper and wine; pour over chicken and mushrooms. Cover and cook 6 to 8 hours at 150°F (65°C) until chicken is tender. Remove chicken to center of heated, deep serving platter. Arrange hot pasta around chicken. Stir sauce and mushrooms to mix thoroughly; pour over chicken and pasta. Sprinkle with cheese; garnish with rosemary sprigs and paprika.

MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Cuando utilice un artículo eléctrico usted debe seguir precauciones de seguridad básicas, entre las que se incluyen las siguientes:

1. Lea las instrucciones.
2. No toque superficies calientes. Utilice las asas y perillas. No opere este artefacto sin las asas.
3. Para protegerse contra peligros eléctricos, no sumerja en agua o en otro líquido cables, enchufes, o el control de calor.
4. Los niños deben supervisarse para que no jueguen con el aparato.
5. Desconecte del tomacorriente cuando el artefacto no esté en uso y antes de limpiarlo. Permita que se enfríe antes de poner o remover piezas y antes de limpiar el producto.
6. No opere ningún artefacto con un cable o enchufe dañado, o después de haber evidenciado malfuncionamientos o daños del artefacto. Regrese el artefacto para su examinación y posible reparación o lo ajusten.
7. El uso de accesorios anexos no recomendados para el artefacto por los fabricantes podría causar lesiones.
8. No use al aire libre.
9. El aparato no se destina para funcionar por medio de un temporizador externo o por medio de un sistema de control remoto separado.
10. No deje que el cable cuelgue en el borde de una mesa o mostrador.
11. No colocar cercar de un quemador eléctrico o de gas ni en un horno caliente.
12. Use extrema precaución cuando mueva un artefacto que contenga aceite u otro líquido caliente.
13. Siempre conecte primero el enchufe al artefacto y después el cable al tomacorriente en la pared. Para desconectar, oprimir el botón OFF (apagado) y sacar el tomacorriente del enchufe de la pared.
14. Este artefacto tiene un enchufe polarizado (una hojilla es más ancha que la otra). Para reducir el riesgo de choques eléctricos, debe colocar el enchufe en la posición adecuada (hay sólo una posible). Si el enchufe no se ajusta al tomacorrientes cámbielo de posición. Si aún así no se ajusta, consulte a un electricista calificado para que le asista. **NO INTENTE MODIFICAR EL ENCHUFE EN NINGUNA FORMA.**
15. No utilice el artefacto para un uso que no sea uso doméstico.
16. No disturbe la válvula de alivio de presión ubicada detrás del asa. No continúe usando el Sartén si nota goteo de aceite por debajo de las asas o por alguna otra parte. Refiérase a la garantía para reparaciones.
17. Después de lavar, la parte donde se enchufa el control de temperatura, debe secarse completamente antes de volver a usarlo.
18. Este producto no es apto para freír alimentos en aceite abundante.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

Su Seguridad es Nuestro Interes

1. Revise las asas de este utensilio y apriete cualquier tornillo flojo cuando sea necesario.
2. La válvula de alivio de presión del inigualable “Núcleo de Aceite” está protegida por el asa. Es importante tener las asas en el lugar adecuado todo el tiempo. No opere este utensilio si ambas asas no están colocadas seguramente en el lugar adecuado.
3. Revise la válvula de alivio de presión si se deja caer el utensilio o si las asas se rompen. Contacte su distribuidor para servicio si nota que faltan algunas piezas o si nota goteo de aceite por debajo del asa. No altere la válvula de alivio de presión bajo ninguna circunstancia.
4. Siempre seque completamente la parte exterior del utensilio antes de conectar el control de calor.
5. Nunca sumerja el utensilio caliente en agua. Siempre permita que el utensilio se enfríe antes de limpiarlo.
6. Para reducir los daños asociados a choques eléctricos, este artículo tiene un enchufe polarizado que está diseñado para ajustar sólo en una posición en un tomacorriente polarizado.
7. Se le ha provisto un cable corto con el fin de reducir los riesgos de enredo o caídas más comunes en cables más largos. No se recomienda el uso de cables de extensión.

Las Características y los Beneficios

Construcción de Acero Inoxidable - Acero inoxidable, pulido, resiste la formación de marcas, hoyos o quebraduras. Fácil de limpiar, su Utensilio Electrico de 5 Cuartos de Acero Inoxidable y Núcleo de Aceite retendrá su bella apariencia por muchos años.

Sorprendente Núcleo de Aceite - Garantiza una rápida e uniforme distribución de calor sobre la superficie de cocción entera, sin puntos localizados calientes, esto gracias al aceite conductor de calor que está localizado como un emparedado entre capas de acero inoxidable de alta calidad.

Almohadilla de Tacto (“touch-pad”) del Control Digital de Calor - La selección de calor óptimo es fácil a través de la almohadilla del control digital de calor. El contador de tiempo (“timer”) incorporado le permite seleccionar el tiempo de cocción, hasta un máximo de 12 horas, y el utensilio se apaga automáticamente. La temperatura y tiempo de cocción se puede cambiar en cualquier momento de la cocción.

Totalmente sumergible - Una vez que remueva el control digital de calor, el utensilio puede ser fácilmente lavado en el fregadero o colocado en el lavaplatos. El agua no estropea el elemento de calor. Este elemento está completamente sellado debajo del elemento de cocina, protegido de la humedad y la corrosión.

Almacena calor - ¡Caliente de la cocina a la mesa! El centro de aceite mantiene calor mucho tiempo después que el utensilio es desconectado. La comida permanece a la temperatura debida en la mesa sin requerir ningún cable.

El Uso y el Cuidado

1. Antes de usarla por primera vez, remueva el control digital de calor. Prepare una solución jabonosa caliente, agréguele una taza de vinagre por galón de agua, y lave el utensilio y la tapa en esta agua jabonosa. Esto removerá todas las trazas de aceites de fabricación y substancias del pulido. Enjuague con agua limpia y tibia y seque cuidadosamente con una toalla limpia y suave. **Precaución: Siempre remueva el control digital de calor antes de sumergir el utensilio en agua.**
2. Siempre seque completamente el exterior del utensilio antes de conectar el control de calor.
3. Refiérase a la Guía de Temperatura o use la temperatura especificada en la receta para asegurar los mejores resultados.
4. Cuando el utensilio esté apagado, desconecte el cable del tomacorriente. Para transferir el utensilio a la mesa para servir, remueva el control digital de calor, manéjela con mucho cuidado ya que el control probablemente va a estar muy caliente. Es importante dejar reposar el control digital de calor en una superficie resistente al calor para que se enfríe y así evitar daños en la superficie de la mesa o mostrador. Si la comida no se va a servir en el utensilio permita que el utensilio se enfríe antes de remover el control de calor.
5. Para lavar el utensilio permita que la misma se enfríe antes de sumergirla en agua. No sumerja el control digital de calor.
6. Vea las instrucciones completas de Operación y Limpieza que siguen a continuación.
7. Antes de usarse por primera vez, remueva la película protectora que cubre la almohadilla del control digital de calor.

Instrucciones de Operación

1. Inserte el control digital de calor en el utensilio. Enchufe en un tomacorriente eléctrico. Una luz roja de señal aparecerá en el lado derecho tan pronto como conecte la unidad. **⚠ PRECAUCIÓN:** Para la operación del producto siempre utilice este por lo menos a 4" (10 cm) de distancia de cualquier pared.
2. Para seleccionar la temperatura deseada, presione y libere el botón de temperatura (la temperatura predeterminada parpadeará), luego presione la flecha hacia arriba o hacia abajo hasta que aparezca la temperatura deseada en la pantalla. Para seleccionar la temperatura predeterminada de 150°F (65°C), presione el botón de temperatura otra vez. Si no se selecciona una temperatura, la pantalla parpadeará durante 2 minutos y se apagará automáticamente. Presionar la flecha hacia arriba o hacia abajo ajustará la temperatura en incrementos de 5 grados. Presionar y mantener presionada la tecla ajustará la temperatura en incrementos de 25 grados en Fahrenheit (10 grados Centígrados). A medida que el utensilio se precalienta hasta llegar a la temperatura deseada, la luz de señal (la luz roja en el costado izquierdo de la pantalla digital) se encenderá y apagará. Siempre precaliente el utensilio (4 a 6 minutos), a menos que la receta indique que comience con un utensilio frío.
3. Agregue el alimento cuando la luz de señal deje de parpadear, lo que indica que se ha alcanzado la temperatura de cocción. Se puede aumentar o disminuir la temperatura presionando la flecha hacia arriba o hacia abajo, dependiendo del tipo o de la cantidad de comida que se prepara. La luz de señal se encenderá y apagará en ciclos durante la cocción para indicar que se mantiene la temperatura correcta.
4. Luego de poner el alimento en el utensilio, fije el tiempo de cocción si lo desea. Presione y suelte el botón de tiempo. En la pantalla parpadeará "00:00." Presione las flechas hacia arriba o hacia abajo hasta que se fije el tiempo deseado (el máximo es 12 horas). Si no se fija un tiempo, el control de temperatura funcionará a la temperatura ajustada previamente hasta que se presione el botón de apagado. Presionar la tecla ajustará el tiempo en incrementos de 1 minuto. Presionar y mantener presionada cualquiera de las teclas ajustará el tiempo en incrementos de 10 minutos. El tiempo se contará de manera regresiva automáticamente y se mostrará el tiempo restante a menos que se presione la tecla de temperatura. El simple hecho de repetir los pasos detallados anteriormente hará que se pueda cambiar o mostrar la temperatura o el tiempo, en cualquier momento durante la cocción.
5. Cuando finalice la cocción y si no se usó el ajuste de tiempo, presione el botón de apagado. Se cancelarán los ajustes de temperatura y tiempo.
6. Presionar y mantener presionados el botón de temperatura y el de tiempo simultáneamente, cambiará la lectura de la temperatura entre Fahrenheit y Centígrados.

Ajustes Automáticos para Arroz

El control digital de temperatura ofrece dos cómodos ajustes automáticos para arroz que eliminan todo el trabajo de adivinar cuánto cocer este ingrediente. *¡Es tan fácil como 1-2-3!* (1) Ponga los ingredientes deseados. (2) Presione la tecla de temperatura. (3) Presione la tecla con la flecha hacia abajo una vez para seleccionar RIC1 o dos veces para seleccionar RIC2. En la pantalla parpadeará el ajuste elegido. Cuando deje de parpadear, habrá comenzado el calentamiento. La unidad se calentará automáticamente hasta hervir, cocerá el arroz (en la pantalla aparecerá un temporizador de cuenta regresiva) y luego pasará a la temperatura para mantenerlo tibio de 150°F (65°C) cuando finalice el ciclo.

RIC1: Ajuste bajo/menor tiempo de cocción usado para cantidades más pequeñas de arroz. (entre 1 a 3 tazas de arroz seco)

RIC2: Ajuste alto/mayor tiempo de cocción usado para cantidades más grandes de arroz. (4 a 5 tazas de arroz seco) *Esta unidad tiene una capacidad de 5 tazas. NO EXCEDA LA CAPACIDAD.*

Guía de Cocción del Arroz

<u>Arroz</u>	<u>Agua</u>	<u>Ajuste</u>
Variedades estándar		
1 taza	2 tazas	RIC1
2 tazas	3 tazas	RIC1
3 tazas	4 tazas	RIC1
4 tazas	5 tazas	RIC2
5 tazas	7 tazas	RIC2
Jasmine <i>(Para obtener los mejores resultados, enjuague dos veces el arroz.)</i>		
2 tazas	3 ¹ / ₂ tazas	RIC1
Calrose		
2 tazas	2 ³ / ₄ tazas	RIC1

Estas son pautas generales. Los resultados pueden variar dependiendo de la cantidad, el tipo y la marca de arroz seleccionada.

Arroz Español y Estadounidense

- 2 tazas de arroz
- 3 tazas de caldo de pollo
- 1/2 taza de cebolla, picada
- 1/2 taza de zanahorias, picadas
- 1/2 taza de calabacita
- 1/2 taza de tomates, maduros y picados (opcional)

Agregue todos los ingredientes; mezcle bien. Coloque el cocedor de 4,75 litros en el ajuste RIC1. El ciclo comenzará automáticamente. *Para las verduras que son más duras, agréguelas cuando se lea "20" en la pantalla y la cuenta regresiva de cocción haya comenzado.*

La Guía de Temperatura

Calentar o cocinar lentamente De 150 a 200°F (De 65 a 95°C)	Mantiene la comida caliente, cocina lentamente carnes y aves de corral.
De 225 a 250°F (De 105 a 120°C)	Guisar o dorar a fuego lento carnes, saltear verduras, cocinar salsas, frutas, cacerolas, arroz frito y meriendas.
De 275 a 300°F (De 135 a 150°C)	Preparar huevos, salsas, caramelos y pudines.
De 325 a 350°F (De 165 a 175°C)	Dorar carnes, mariscos y papas, cocinar bizcochos, panqueques y tostadas francesas; y parrillar emparedados.
375°F (190°C)	Sasonar carnes y aves de corral y sofreír (“stir-fry”) pollo.
De 400 a 425°F (De 205 a 220°C)	Freír ligeramente carnes y pescados; sofreír (“stir-fry”) carne y palomitas de maíz.

Guía para Cocinar Despacio

De 150 a 160°F (De 65 a 70°C)	5 a 7 horas	Cocción: Frijoles guisados, estofados que tarden de 4 a 6 horas, sopas de aves con huesos, cereales. Cocer al vapor: Perritos calientes, verduras frescas y pudines.
De 170 a 190°F (De 75 a 90°C)	3 a 5 horas	Cocción: Salsas de aperitivo, ternera caliente, barbacoa, “Sloppy Joe”, etc.
De 200 a 220°F (De 95 a 105°C)	2 a 3 horas	Cocción rápida: Costillas de cerdo, patas de cordero, calabazas, ponches de frutas, jugos de verduras, sopas de pescado y salsas de quesos. Cocción: Verduras congeladas, papas, mazorcas de maíz, chiles rellenos, mariscos, arroz y bollitos rellenos.
De 230 a 250°F (De 110 a 120°C)	1½ a 3 horas	Ebullición de líquidos. Cocción a alta temperatura: Falda de ternera, asados de carne y costillas de res. Espesar: Sopas y salsas. Preparar: Compotas de manzana o melocotón (durazno) y chocolate caliente.

La mayoría de los alimentos pueden ser preparados de la manera indicada en la receta, use las instrucciones de arriba solo como guía. El tiempo de cocción variara cuando cocine, lomos, jamones o aves, use un termometro y pongalo en la parte mas gruesa para asegurar que esta cocido completamente.

La Limpieza

1. Para mantener la belleza y la eficiencia de cocción de su Utensilio Eléctrico de 5 Cuartos de Núcleo de Aceite, es importante que se limpie bien con agua tibia y jabonosa después de cada uso. Al ser recalentadas, películas de comida dejadas en la superficie de cocción pueden causar decoloración del utensilio.
2. Aunque duradero, el acero inoxidable no es indestructible. Se pueden formar picaduras debido a la permanencia en su utensilio de sales no disueltas. La sal debe ser añadida justo antes de servir las comidas o añadida a líquidos hirvientes. No permita que comidas sazonadas o con alto contenido de ácidos permanezcan en su utensilio por períodos prolongados de tiempo.
3. Para la limpieza de su utensilio, usted puede sumergir el utensilio en agua o colocarlo en el lavaplatos, siempre que haya removido el control digital de calor previamente. **IMPORTANTE: Permita que el utensilio se enfríe antes de limpiarlo. No lo sumerja en agua cuando aún esté caliente. Siempre remueva el control digital de calor antes de colocar el utensilio en agua.** Limpie el utensilio en agua jabonosa caliente con una esponja, un trapo, malla de nilón o almohadilla plástica. No utilice almohadillas metálicas de fibra, cuchillo, o polvos ásperos en el acabado del acero inoxidable pulido. Enjuague el utensilio cuidadosamente con agua caliente y clara. Seque rápidamente para evitar manchas de agua. Limpie el control digital con un trapo húmedo y después séquelo.
4. Sobrecalentamiento persistente puede causar matices azules o negros dentro de su utensilio asociados con el calor. Minerales contenidos en algunas comidas también pueden originar manchas. Para remover tanto los matices de calor como las manchas, prepare una pasta con agua y materiales limpiadores no abrasivos para acero inoxidable. No utilice un limpiador que contenga blanqueadores de cloro. Aplique la pasta con un trapo o una esponja, y frote suavemente con un movimiento circular. Lave el utensilio nuevamente, enjuague y seque prontamente.
5. Remueva rayaduras menores con un limpiador no abrasivo de acero inoxidable siguiendo las instrucciones indicadas en el número 4 descrito anteriormente. Para evitar rayaduras, no corte, raspe, o pique comida en su utensilio de cocina.
6. Para eliminar los residuos, llénelo con agua tibia y deje remojar durante 30 minutos. Luego limpie con agua tibia y jabonosa como siempre. También se puede usar un limpiador de acero inoxidable no abrasivo, siguiendo las instrucciones indicadas anteriormente en el N° 4.

Sopa de Legumbres Fácil y Rápida

Se obtienen 10-12 porciones

- 1 cebolla mediana, partida en pedazos medianos
- 3 latas de 406g (14¹/₂ onzas) de caldo de verduras
- 2 zanahorias grandes, rebanadas finamente
- 2 cebollas largas con hojas verdes medianas (la parte blanca solamente), cortada en pedazos
- 1 papa grande cortada en cuadritos
- 1 tallo de apio con las ojas, cortado en pedazos
- 1 lata de 406g (14¹/₂ onzas) de tomates en pedacitos, sin colar
- 240ml (1 taza) de judías, cortados en pedazos de 2.5cm (1 pulgada)
- 120ml (¹/₂ taza) de calabacitas cortadas en pedazos
- 80ml (¹/₃ taza) de fideos o espagueti, cortados en pedazos
- 1 lata de 420g (15 onzas) frijoles blancos, lavadas
- Queso parmesano rallado para acompañar

Destapada, precaliente la olla de 5 cuartos, a 120°C (250°F). Agregue la cebolla y fríala hasta que esté tiernita.

Añada el caldo de verduras y hiérvalo. Agregue el resto de los ingredientes, con excepción de los fideos, los frijoles blancos y el queso parmesano. Vuelva a hervir, tape y cocine a fuego lento. Cocine por 30 minutos o hasta que las verduras estén tiernitas.

Añada los fideos y los frijoles blancos, mezcle bien, tape y cocine a fuego lento por 15 minutos hasta que los fideos estén cocidos.

Acompañe con una cucharada de queso parmesano en cada plato.

Pollo Rostizado

Se obtienen 4 porciones

- 1¹/₂-1³/₄ kilos (3-3¹/₂ libras) de pollo entero**
- 30ml (2 cucharadas) de pimentón rojo en polvo**
- 15ml (1 cucharada) de sal de cebolla**
- 15ml (1 cucharada) de hojas de romero secas**
- 15ml (1 cucharada) de sazónador para pollo**
- 5ml (1 cucharadita) de sal**

Lave el pollo y séquelo parcialmente. En un recipiente pequeño combine el pimentón, sal de cebolla, hojas de romero, sazónador para pollo, y la sal. Frote el pollo con esta mezcla sazónadora.

Pre-caliente la olla de 5 cuartos, destapada a 190°C (375°F). Agregue el pollo y dórelo por ambos lados. Con la pechuga hacia arriba tape la cacerola y cocine a fuego lento por una hora. Inserte el termómetro de carne en el pollo para asegurarse de que la temperatura interna sea de al menos 80°C (180°F) antes de servir.

Chiles Rellenos

Se obtienen 3-6 porciones

- 3 chiles grandes (1 verde, 1 amarillo, 1 rojo o la combinación que desee)**
- 454g (1 libra) de pechuga de pavo, molida**
- 1 cebolla grande, picada**
- 30ml (2 cucharadas) de salsa “Worcestershire”**
- 1 frasco de 1¹/₃kgs. (48 onzas) de salsa preparada para espagueti**
- 480ml (2 tazas) de arroz blanco, cocido**

Lave bien los chiles, quíteles el corazón y las semillas y póngalos a un lado. Caliente la olla de 5 cuartos, destapada, a 190°C (375°F). Agregue el pavo molido y la cebolla y dórelos.

Añada la salsa “Worcestershire”, la salsa para espagueti y el arroz cocido; mezcle todo muy bien. Rellene los chiles con la mezcla que preparó antes, dejando un poco en la olla. Coloque los chiles encima de la mezcla que dejó en la olla, tape y cocine a fuego lento de 35 a 45 minutos o hasta que los chiles estén tiernos. Si lo desea, puede adornar con perejil.

Salsa de Espagueti con Bolitas de Carne Estilo Italiano

Se obtienen 8 porciones

BOLITAS DE CARNE:

- 454g (1 libra) de carne de res molida
- 240ml (1 taza) de migas de pan finamente picadas
- 120ml ($1/2$ taza) de queso parmesano, rallado
- 120ml ($1/2$ taza) de leche
- 2 huevos grandes
- 2 dientes de ajo molido
- 15ml (1 cucharada) hojas de perejil seco
- 7ml ($1/2$ cucharadita) de sal
- $1/2$ ml ($1/8$ cucharadita) de pimienta

SALSA:

- 1 cebolla mediana, picada
- 1 pimiento verde, picado
- 720ml (3 tazas) de agua
- 2 latas de 420g (15 onzas) de salsa de tomate
- 2 latas de 336g (12 onzas) de pasta de tomate
- 2 sobres de 85g (3 onzas) de sazónador para salsa de espagueti tipo italiano
- 2 dientes de ajo molido
- 15ml (1 cucharada) de azúcar
- 1 hoja de laurel desmenuzada
- 5ml (1 cucharadita) de hojas de orégano seco

En un recipiente grande combine todos los ingredientes necesarios para preparar las bolitas de carne, forme bolitas de aproximadamente 2.5cm (1 pulgada), póngalas a un lado. Se obtienen alrededor de 30 bolitas.

Destapada, precaliente la olla de 5 cuartos a 175°C (350°F). Sofría la cebolla y pimiento verde hasta que suavicen. Agregue el resto de los ingredientes necesarios para preparar la salsa y mezcle.

Agregue las bolitas de carne a la salsa, mezcle bien. Tape la olla y cocine a fuego lento por $1\frac{1}{2}$ horas, agitando ocasionalmente hasta que las bolitas de carne se cuezan bien. Sirva encima del espagueti. Para acompañar, espolvoreé queso parmesano molido.

Pollo Envinado

Se obtienen 8 porciones

- 1^{1/2} kilo (3 libras) de partes de pollo, sin huesos
- 1 cebolla mediana, picada
- 1 zanahoria mediana, picada
- 1 tallo de apio, picado
- 30ml (2 cucharadas) de harina
- 240ml (1 taza) de vino tinto seco
- 240ml (1 taza) de caldo de res
- 15ml (1 cucharada) de pasta de tomate
- 2 dientes de ajo, picado
- 1/2ml (1/8 cucharadita) de hojas secas de tomillo
- 1 hoja de laurel
- 2-3ml (1/2 cucharadita) de sal
- 1-2ml (1/4 cucharadita) de pimienta
- 225g (1/2 libra) de champiñones, cortados en cuartos
- 15ml (1 cucharada) de aceite vegetal o aceite de olivo
- 18 cebollas blancas chicas para hervir (perlititas)
- 116g (1/4 libra) de tocino, partido en pedacitos de 1.25cm
- 30ml (2 cucharadas) de perejil fresco, picado, para adornar

Precalente la olla de 5 cuartos, destapada, a 190°C (375°F). Agregue el pollo y dórelo por ambos lados. Remuévalo del fuego y póngalo a un lado. Cuele el exceso de grasa, dejando solamente 15ml (una cucharada).

Agregue la cebolla, zanahoria y apio; revolviendo, cocine de 3 a 5 minutos con la olla destapada, hasta que estén tiernos. Agregue la harina, cocine revolviendo de 1 a 2 minutos hasta que doren.

Añada el vino, caldo de res, pasta de tomate, ajo, tomillo, hojas de laurel, sal y pimienta; hiérvalos; regrese el pollo a la olla, tape y cocine a fuego lento por 30 minutos.

Al mismo tiempo, hierva 1 litro (un cuarto) de agua en un recipiente. Añada las cebollas y hierva por 3 minutos, cuele y enjuague con agua fría. Pele y corte las orillas y póngalas a un lado.

En una cacerola cocine el tocino hasta que esté tostadito. Remueva, póngalo a un lado. Limpie la cacerola con una toalla de papel. Agregue 15ml (1 cucharada) de aceite y caliente a temperatura mediana; fría ligeramente la cebolla y los champiñones hasta que doren. Agregue esto a la mezcla del pollo.

Hierva el pollo por 15 minutos o hasta que las cebollas estén tiernitas y el pollo cocido. Descarte la hoja de laurel. Coloque el pollo en un plato de servir. Adorne con pedacitos de tocino y perejil.

Picnic Bar-B-Que

Se obtienen 16-18 porciones

- 908g (2 libras) de lomo de puerco
- 908g (2 libras) de carne de res para asado
- 1 cebolla grande picada
- 240ml (1 taza) de apio, finamente picado
- 1 lata de 224g (8 onzas) de salsa de tomate
- 2 frascos de 224g (8 onzas) de salsa de chile
- 60ml ($\frac{1}{4}$ taza) de azúcar
- 10-15ml (2 a 3 cucharaditas) de chile en polvo

Destapada, caliente la olla de 5 cuartos, a 190°C (375°F). Añada el lomo de puerco y la carne de res para asado, dore por ambos lados. Tape y cocine a fuego lento por tres horas hasta que la carne esté bien blandita.

Desmenuce con un tenedor. Agregue el resto de los ingredientes y agite para mezclar. Tape y caliente a fuego lento de 30 a 60 minutos. Sirva en bollos de pan.

Carne Tipo Stroganoff

Se obtienen 6-8 porciones

- 679g ($1\frac{1}{2}$ libra) de bistec solomillo (sirloin), cortado en piezas de 5mm ($\frac{1}{4}$ de pulgada)
- 180ml ($\frac{3}{4}$ taza) de cebolla picada
- 1 lata de 406g (14.5 onzas) de caldo de res
- 1 lata de 196g (7 onzas) de champiñones, sin colar
- 1 lata de 224g (8 onzas) de salsa de tomate
- 1 paquete de 224g (8 onzas) de fideos, crudo
- 336g (12 onzas) de crema agria

Destapada, precaliente la olla de 5 cuartos, a 205°C (400°F). Agregue el bistec y la cebolla; tape la olla y cocine por 5 minutos.

Añada el resto de los ingredientes, con excepción de la crema agria, y mezcle. Tape la olla y cocine a fuego lento de 15 a 20 minutos. Justo antes de servir agregue la crema agria y caliente por 5 minutos.

Sopa de Pollo con Verduras

Se obtienen 4 porciones

- 3 zanahorias medianas, peladas y en rodajas de $\frac{1}{4}$ de pulgada
- 3 tallos de apio, en rodajas de $\frac{1}{4}$ de pulgada
- 1 cebolla mediana, picada
- 1 $\frac{1}{2}$ ó 2 libras de pollo (contramuslos, pechuga, alas), sin piel ni grasa
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de pimienta
- 3 cubitos de caldo de pollo
- 4 ó 5 tazas de agua
- 1 ó 2 tazas de pasta (opcional)
- 3 cucharadas de perejil fresco picado

En la olla de 5 cuartos, combinar las zanahorias, el apio, la cebolla, el pollo, la pimienta, los cubitos de caldo de pollo y agua. Cocine por 7 horas a 65°C (150°F) o por 4 horas a 105°C (225°F). Deshuesar el pollo, y echar de nuevo el pollo a la sopa. Agregue la pasta y perejil. Tape la olla y cocine otros 15 minutos o hasta que la pasta este lista. Cambiar el ajuste de temperatura a 65°C (150°F) para conservar la sopa caliente hasta servirla.

Bistec con Champiñones

Se obtienen 4-6 porciones

- 2 libras de solomillo deshuesado y magro, en filetes gruesos
- 1 libra de champiñones, limpios y cortados por la mitad si son grandes
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de pimienta gorda
- 1 sobre de mezcla deshidratada de sopa de cebolla con sabor a carne
- 1 lata de consomé o caldo de carne de 10 $\frac{1}{2}$ onzas
- 1 lata de sopa de crema de champiñones “Healthy Choice” de 10 $\frac{1}{2}$ onzas

En la olla de 5 cuartos, colocar en capas el bistec, los champiñones, la pimienta y la sopa deshidratada. En un tazón pequeño combinar el consomé de carne y la sopa de champiñones hasta que la mezcla esté suave y verter esta mezcla sobre el bistec. Tape la olla y cocine de 6 a 8 horas a 65°C (150°F). Servir con pasta, arroz o puré de papas calientes.

Pollo en Salsa de Ajo Asado

Se obtienen 6 porciones

- 6 mitades de pechuga de pollo deshuesadas y sin piel
- 1 cucharadita de romero fresco picado
- 8 onzas de champiñones frescos en rodajas
- 1 lata de sopa de crema de ajo asado “Healthy Choice” de 10 onzas y $\frac{1}{2}$
- 1 taza de crema agria de reducido contenido graso
- $\frac{1}{4}$ de taza de harina
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal
- $\frac{1}{4}$ de cucharadita de pimienta
- $\frac{1}{2}$ taza de jerez dulce o de caldo de pollo sin grasa
- 12 onzas de fettuccine de espinacas ya cocinado
- 2 cucharadas de queso parmesano o romano rallado
- Ramitas de romero fresco
- Pimentó

Colocar las pechugas de pollo en la olla de 5 cuartos, sobrepuestas si es necesario. Espolvorear el romero picado por el pollo y cubrir con una capa de champiñones.

En un tazón pequeño, combinar la sopa, la crema agria y la harina hasta que no formen grumos, no batir. Remover la sal, la pimienta y el vino y verter esta mezcla sobre el pollo y los champiñones. Tape la olla y cocine de 6 a 8 horas a 65°C (150°F) hasta que el pollo este listo. Pasar el pollo al centro de una fuente honda de servir que esté templada. Colocar la pasta caliente alrededor del pollo. Remover la salsa y los champiñones de modo que queden totalmente mezclados y verter esta mezcla sobre el pollo y la pasta. Espolvorear queso y decorar con los retoños de romero y el pimentón.

IMPORTANTES MISES EN GARDE

Quand vous utilisez un appareil électrique, vous devez toujours prendre des précautions élémentaires de sécurité, notamment :

1. Lisez toutes les instructions.
2. Ne touchez pas de surfaces chaudes. Utilisez les poignées et les boutons. N'utilisez pas l'appareil si les poignées ne sont pas à leur place.
3. Pour vous protéger contre les risques électriques, n'immergez pas le cordon, ni la fiche, ni le thermostat dans de l'eau ou un autre liquide.
4. Cet appareil ménager n'est pas prévu pour être utilisé par ou à proximité de jeunes enfants ou des personnes handicapées sans supervision.
5. Débranchez le poêlon de la prise quand il ne sert pas et avant le nettoyage. Laisser refroidir avant de mettre ou de retirer des pièces et avant de nettoyer l'appareil.
6. N'utilisez aucun appareil ménager dont le cordon ou la fiche est endommagé, après qu'il fonctionne mal ou a été endommagé. Retournez-le pour un examen et, le cas échéant, pour des réparation ou réglage éventuels.
7. L'utilisation d'accessoires non recommandés par le fabricant de l'appareil peut causer des blessures.
8. N'utilisez pas l'appareil à l'extérieur.
9. Ne laissez pas le cordon pendre du bord de la table ou du comptoir, ni toucher de surfaces chaudes.
10. Ne pas placer sur ou à proximité d'un brûleur à gaz ou électrique ou dans un fur chauffé.
11. Faites preuve d'une extrême prudence pour déplacer un appareil ménager qui contient de l'huile chaude ou tout autre liquide chaud.
12. Fixez toujours en premier la fiche à l'appareil, puis branchez le cordon sur la prise murale. Pour déconnecter, pressez la touche OFF (hors circuit), puis enlevez la fiche de la prise murale.
13. L'appareil possède une fiche polarisée (une des lames en est plus large que l'autre). Cette fiche ne s'adapte que d'une seule façon dans une prise polarisée, ce qui réduit les risques de choc électrique. Si la fiche ne se loge pas à fond dans la prise, tournez-la. Si elle ne s'y loge toujours pas comme il faut, faites appel à un électricien qualifié. **NE TENTEZ ABSOLUMENT PAS DE MODIFIER LA FICHE.**
14. Réservez l'appareil à l'usage ménager.
15. Ne touchez pas à la soupape de décompression située à l'arrière de la poignée. Si de l'huile fuit du dessous des poignées ou de toute partie du poêlon, n'utilisez pas l'appareil. Pour des réparations, reportez-vous à la garantie.
16. Après avoir nettoyé l'appareil, l'admission (l'endroit où le raccord électrique est branché) doit être parfaitement sec avant de pouvoir à nouveau utiliser l'appareil.
17. L'appareil n'est pas prévu pour faire de la friture.

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

Consignes de sécurité

1. Vérifiez les poignées du faitout et serrez toute vis qui se serait desserrée.
2. La soupape de décompression du «centre d'huile» unique est protégée par la poignée. Il importe que les poignées soient toujours à leur place. N'utilisez le faitout que si les poignées y sont bien fixées.
3. Si on a laissé tomber le faitout ou si les poignées en sont cassées, vérifiez si la soupape de décompression n'est pas abîmée. Si des pièces s'y sont délogées ou si vous remarquez une fuite d'huile du dessous de la poignée, communiquez avec votre marchand pour faire réparer l'appareil. Ne touchez en aucun cas à la soupape de décompression.
4. Avant de connecter le thermostat, séchez toujours à fond l'extérieur du faitout.
5. N'immergez jamais le faitout chaud dans de l'eau. Laissez toujours refroidir le faitout avant le nettoyage.
6. L'appareil possède une fiche polarisée qui ne s'adapte que d'une seule façon dans une prise polarisée, ce qui réduit le risque de choc électrique.
7. Un cordon court est fourni. Vous risquez moins de vous emmêler ou de trébucher qu'en présence d'un cordon long. Nous déconseillons les rallonges.

Avantages

Construction en acier inoxydable – L'acier en acier inoxydable, dur et poli, résiste à la formation de piqûres, de fissures et d'écailles. Facile à nettoyer, le faitout conservera sa magnifique apparence pendant de longues années.

Extraordinaire centre d'huile – Diffusion rapide et uniforme de la chaleur sur toute la surface de cuisson, sans points chauds, grâce à une huile conductrice spéciale logée entre des couches d'acier inoxydable de haute qualité. Il s'agit du meilleur système de conduction thermique qui soit.

Thermostat à bloc tactile – Facilite la sélection de la température. La minuterie incorporée vous permet de choisir la durée de cuisson (jusqu'à 12 heures) et le faitout se met automatiquement hors circuit. À tout moment de la cuisson, vous pouvez changer la température et la durée de cuisson.

Immersion intégrale – Après avoir enlevé le thermostat à bloc tactile, vous pouvez facilement laver le faitout dans l'évier ou le placer dans le lave-vaisselle. L'eau ne peut pas endommager l'élément chauffant, scellé au-dessous de la surface de cuisson, protégé contre l'humidité et la corrosion.

Emmagasine la chaleur – De la cuisine à la table, les aliments restent chauds! Le centre d'huile conserve la chaleur longtemps après le débranchement du faitout. Sur la table, la nourriture reste à la température voulue. Sans le désagrément d'un cordon.

Utilisation et entretien

1. Avant la première utilisation, enlevez le thermostat. Lavez le faitout et le couvercle dans de l'eau savonneuse chaude à laquelle vous aurez ajouté une tasse de vinaigre par gallon [4 litres] d'eau. Vous enlevez ainsi toutes traces d'huiles de fabrication et de pâtes à polir. Rincez dans de l'eau limpide et tiède et séchez bien avec un linge doux et propre. **Mise en garde : Enlevez toujours le thermostat à bloc tactile avant d'immerger le faitout dans de l'eau.**
2. Avant de brancher la thermostat, séchez toujours complètement l'extérieur du faitout.
3. Pour obtenir les meilleurs résultats possibles, reportez-vous au guide de température ou utilisez la température spécifiée dans la recette.
4. Une fois le faitout mis hors circuit, débranchez le cordon de la prise. Pour apporter le faitout à la table pour servir, enlevez le thermostat, en la manipulant avec grand soin car elle sera brûlante. Il importe de poser le thermostat chaude sur une surface à l'épreuve de la chaleur pour éviter d'endommager le dessus de la table ou du comptoir. Si vous ne servez pas la nourriture à partir du faitout, laissez-le refroidir avant d'enlever le thermostat.
5. Laissez refroidir le faitout avant de l'immerger dans de l'eau pour le nettoyage. N'immergez pas le thermostat.
6. Voyez les instructions complètes d'utilisation et de nettoyage qui suivent.
7. Avant la première utilisation, veuillez retirer la mince pellicule protectrice qui couvre le panneau de commande de chaleur.

Mode d'emploi

1. Insérer le régulateur de chaleur automatique dans l'appareil. Brancher dans une prise électrique. Dès que l'appareil est branché, un voyant rouge s'allume sur le côté droit de l'affichage. **⚠ ATTENTION :** Toujours faire fonctionner l'appareil à une distance d'au moins 10 cm (4") du mur.
2. Pour régler la température souhaitée, appuyer et relâcher la touche de température (la température par défaut clignotera) puis appuyer sur la flèche vers le haut ou vers le bas jusqu'à affichage de la température souhaitée. Pour sélectionner la température par défaut de 150 °F (65 °C), appuyer sur la touche de température une seconde fois. Si aucune température n'est réglée, l'affichage clignotera pendant 2 minutes et s'arrêtera automatiquement. Appuyer par pulsion sur la flèche vers le haut ou vers le bas permettra de régler la température par incréments de 5 degrés ; appuyer sur la touche et la maintenir enfoncée permettra de la régler par incréments de 25 degrés Fahrenheit (10 degrés Celsius). Tandis que l'appareil préchauffe pour arriver à la température souhaitée, le voyant (rouge sur le côté gauche de l'affichage numérique) clignotera par intermittence. Toujours préchauffer l'appareil (de 4 à 6 minutes), sauf si la recette indique de démarrer à froid.
3. Ajouter les ingrédients lorsque le voyant s'arrête de clignoter, indiquant que la température de cuisson est atteinte. Pour augmenter ou diminuer la chaleur, appuyer sur la flèche vers le haut ou vers le bas, en fonction du type ou de la quantité de nourriture à préparer. Le voyant s'allumera par intermittence durant la cuisson pour indiquer que la bonne température est maintenue.
4. Une fois les ingrédients placés dans l'appareil, régler le temps de cuisson le cas échéant. Appuyer sur la touche minuterie et la relâcher. L'écran affichera « 00:00 ». Appuyer sur les flèches vers le haut ou vers le bas jusqu'à obtention de la durée souhaitée (maximum de 12 heures). Si aucune durée n'est réglée, le régulateur de chaleur fonctionnera à la température pré-réglée jusqu'à ce que le bouton off/arrêt soit appuyé. Appuyer par pulsion sur la touche réglera la minuterie par incréments d'1 minute ; appuyer sur la touche et la maintenir pour ajuster la minuterie par incréments de 10 minutes. La minuterie commencera automatiquement à compter à rebours et le temps restant s'affichera à moins d'appuyer sur la touche de température. La température ou le temps peuvent être modifiés ou affichés à n'importe quel moment pendant la cuisson ; il suffit pour cela de refaire les étapes détaillées ci-dessus.
5. En fin de cuisson, appuyer sur le bouton off/arrêt si le réglage de minuterie n'a pas été utilisé. Les réglages de température et de minuterie sont annulés.
6. Appuyer sur les deux boutons de température et de minuterie simultanément et les maintenir enfoncés fera alterner le relevé de température entre Fahrenheit et Celsius.

Réglages automatiques pour riz

Le régulateur de chaleur numérique offre deux réglages automatiques pratiques pour le riz qui permettent de faire cuire le riz avec précision. *C'est aussi simple que 1-2-3!* (1) Introduire les ingrédients souhaités. (Voir guide ci-dessous.) (2) Appuyer sur la touche température. (3) Appuyer sur la touche fléchée vers le bas une fois pour sélectionner RIC1 ou deux fois pour sélectionner RIC2. L'affichage clignotera le réglage choisi. Lorsque le clignotement s'arrête, le chauffage a commencé. L'unité chauffera automatiquement jusqu'à ébullition, fera cuire le riz (une minuterie s'affichera) et passera ensuite à la température de conservation au chaud de 150 °F (65 °C) lorsque le cycle est terminé.

RIC1 – Faible réglage/temps de cuisson plus court utilisé pour de plus petites quantités de riz. (1-3 tasses-mesure pour matières sèches)

RIC2 – Réglage élevé/temps de cuisson plus long utilisé pour de plus grandes quantités de riz. (4-5 tasses-mesure pour matières sèches)

Cette unité a une capacité de 5 tasses-mesure pour matières sèches. NE PAS EXCÉDER LA CAPACITÉ.

Guide de cuisson de riz

<u>Riz</u>	<u>Eau</u>	<u>Réglage</u>
Variétés standard		
1 tasse	2 tasses	RIC1
2 tasses	3 tasses	RIC1
3 tasses	4 tasses	RIC1
4 tasses	5 tasses	RIC2
5 tasses	7 tasses	RIC2
Jasmin (<i>Pour de meilleurs résultats, rincer le riz à deux reprises.</i>)		
2 tasses	3 ¹ / ₂ tasse	RIC1
Calrose		
2 tasses	2 ³ / ₄ tasse	RIC1

Ces directives sont d'ordre général. Les résultats sont susceptibles de varier en fonction de la quantité, du type et de la marque de riz sélectionné.

Riz à l'espagnole et riz américain

- 2 tasses de riz
- 3 tasses de bouillon de volaille
- ¹/₂ tasse d'oignon, en lanières
- ¹/₂ tasse de carottes, en lanières
- ¹/₂ tasse de courgettes
- ¹/₂ tasse de tomates, épépinées et concassées (en option)

Ajouter tous les ingrédients ; bien mélanger. Régler le 5 Quart Cooker sur RIC1. Le cycle commencera automatiquement. *Pour les légumes qui sont plus fermes, les ajouter lorsque l'affichage indique « 20 » et le compte à rebours de cuisson a commencé.*

Guide de température

Au chaud ou mijoter 150 à 200 °F (65 à 95 °C)	Tenir les aliments au chaud; mijoter les viandes et la volaille.
225 à 250 °F (105 à 120 °C) les	Braiser les viandes ou les cuire en ragoût; sauter les légumes; cuire les sauces, les fruits, plats en casserole, le riz frit et les casse-croûte.
275 à 300 °F (135 à 150 °C)	Préparer les œufs, les sauces, les confiseries et les puddings.
325 à 350 °F (165 à 175 °C)	Dorer les viandes, les fruits de mer et les pommes de terre ; cuire au four les gâteaux, les crêpes et le pain doré ; griller le pain.
375 °F (190 °C)	Saisir les viandes et la volaille; sauter le à la chinoise.
400 à 425 °F (205 à 220 °C)	Griller à la poêle les viandes et les poissons; sauter les viandes à la chinoise; souffler le maïs.

Guide de température pour cuisson lente

150 to 160 °F (65 à 70 °C)	5 à 7 heures	Pour mijoter: Fèves cuites, ragoûts cuisant entre 4 et 6 heures, soupes à base de volaille non désossée, céréales. Pour étuver: Saucisses chaudes, légumes frais, poudings
170 to 190 °F (75 à 90 °C)	3 à 5 heures	Pour mijoter: Trempettes hors-d'oeuvre, boeuf chaud, barbecue, «Sloppy Joes», etc.
200 to 220 °F (95 à 105 °C)	2 à 3 heures	Pour mijoter vite: Côtes levées, jarrets d'agneau, courge d'hiver, punch aux fruits, jus de légumes, chaudière de poisson, sauce au fromage. Pour mijoter: Légumes congelés, pommes de terre, épis de maïs, poivrons farcis, fruits de mer, riz, boulettes de pâte
230 to 250 °F (110 à 120 °C)	1½ à 3 heures	Pour porter les liquides à ébullition. Pour mijoter à haut régime: Boeuf salé, boeuf en daube et bouts de côtes. Pour épaissir: Jus, soupes et sauces. Pour préparer: Purée de pommes, tartinade de pêches ou de pommes et chocolat chaud.

La plupart des aliments peuvent être préparés aux réglages indiqués. Utiliser les durées de cuisson du tableau comme référence seulement; les durées réelles varieront. Pour la cuisson de rôtis, de jambon ou de volaille, utiliser un thermomètre à viande inséré dans la partie la plus épaisse afin d'assurer l'obtention de la cuisson recommandée.

Nettoyage

1. Pour préserver la beauté et l'efficacité du faitout à centre d'huile, il est important de le nettoyer à fond à l'eau chaude savonneuse après chaque utilisation. Les dépôts d'aliments laissés sur la surface de cuisson causeront une décoloration quand le faitout sera réchauffé.
2. L'acier inoxydable est durable, mais non indestructible. Des piqûres peuvent se former si du sel non dissous reste dans votre faitout. Il convient d'ajouter du sel juste avant de servir les aliments ou aux liquides en ébullition. Il faut remuer immédiatement les liquides pour dissoudre tout le sel. Ne laissez pas dans votre faitout, pendant de longues périodes, d'aliments épicés, ni d'aliments très acidulés.
3. Le thermostat étant enlevé, vous pouvez immerger le faitout dans de l'eau ou le placer dans un lave-vaisselle automatique pour le nettoyage. **REMARQUE IMPORTANTE : Laissez refroidir le faitout avant le nettoyage. N'immergez pas le faitout dans de l'eau s'il est chaud. Enlevez toujours le thermostat à bloc tactile avant de mettre le faitout dans de l'eau.** Nettoyez le faitout dans de l'eau savonneuse chaude avec une éponge, un linge à vaisselle, un filet de nylon ou un tampon de plastique. N'utilisez ni tampon à récurer métallique, ni couteau, ni poudre à récurer abrasive sur le fini d'acier inoxydable poli. Rincez bien le faitout à l'eau chaude et limpide. Séchez sans délai pour prévenir les taches d'eau. Essayez le thermostat avec un linge humide, puis séchez.
4. Une surchauffe persistante peut bleuir ou brunir par endroits l'intérieur de votre faitout. Les minéraux contenus dans certains aliments peuvent causer des taches. Pour enlever les colorations et les taches, préparez une pâte composée d'eau et de détergent non abrasif à acier inoxydable. N'utilisez pas de détergent qui contienne de produit à blanchir au chlore. Appliquez la pâte avec un linge ou une éponge et frottez-la légèrement dans un mouvement circulaire. Relavez le faitout, puis séchez-le sans attendre.
5. Enlevez les petites éraflures avec un détergent non abrasif à acier inoxydable, en suivant les instructions du paragraphe 4 ci-dessus. Pour empêcher les éraflures, ne coupez pas, ni ne raclez, ni ne hachez les aliments dans le faitout avec des ustensiles de cuisine à bord tranchant.
6. Pour éliminer les aliments incrustés, remplir d'eau chaude et laisser tremper pendant 30 minutes. Nettoyer ensuite à l'eau chaude savonneuse comme à l'habitude. On peut également utiliser un nettoyeur non abrasif pour acier inoxydable, selon les instructions figurant au N° 4 ci-dessus.

Minestrone de légumes en un tour de main

10 à 12 portions

- 1 oignon moyen, haché gros
 - 3 boîtes de 14 1/2-ounce (406 g) de bouillon de légumes
 - 2 grosses carottes, finement tranchées
 - 2 poireaux moyens (partie blanche uniquement), hachés
 - 1 grosse pomme de terre, en dés
 - 1 carde céleri avec ses feuilles, haché gros
 - 1 boîte de 14 1/2-onces (406 g) de tomates en dés, non égouttées
 - 1 tasse (240 ml) de haricots verts, coupés en petits morceaux de 1 pouce (2,5 cm)
 - 1/2 tasse (120 ml) de courgettes hachées gros
 - 1/3 tasse (80 ml) de nouilles aux œufs ou de spaghettis, coupés en morceaux
 - 1 boîte de 15 onces (420 g) de haricots blancs, égouttés, rincés
- Parmesan râpé pour garnir

Préchauffer la cocotte mijoteuse (4,7 l) à 250 °F (120 °C). Ajouter l'oignon et faire sauter jusqu'à ce qu'il devienne tendre.

Ajouter le bouillon de légumes et porter à ébullition. Ajouter tous les ingrédients restants à l'exception des nouilles aux œufs, des haricots blancs et du parmesan. Porter à nouveau à ébullition, couvrir et cuire à feu doux. Cuire 30 minutes ou jusqu'à ce que les légumes deviennent tendres.

Ajouter les nouilles aux œufs et les haricots blancs. Mélanger en remuant. Couvrir et continuer à cuire à feu doux pendant 15 minutes jusqu'à ce que les nouilles soient cuites.

Servir avec du parmesan pour garnir.

Poulet rôti

4 portions

- 3 à 3¹/₂ livres (1¹/₂-1³/₄ kg) de poulet (entier)
- 2 cuillères à soupe (30 ml) de paprika
- 1 cuillère à soupe (15 ml) de sel à l'oignon
- 1 cuillère à soupe (15 ml) de feuilles de romarin séchées
- 1 cuillère à soupe (15 ml) d'épices pour volaille
- 1 cuillère à café (5 ml) de sel

Laver et sécher le poulet. Dans un petit bol, mélanger le paprika, le sel à l'oignon, les feuilles de romarin, les épices pour volaille et le sel. Frotter le poulet avec le mélange d'assaisonnements.

Préchauffer la cocotte mijoteuse (4,7 l), sans couvercle, à 375 °F (190 °C). Ajouter le poulet en le retournant pour qu'il soit bien doré sur tous les côtés. Le côté poitrine dirigé vers le haut, recouvrir et faire cuire à feu doux. Cuire 1 heure. Insérer le thermomètre à viande pour assurer une température interne d'au moins 180 °F (80 °C) avant de servir.

Poivrons farcis tricolores

3 à 6 portions

- 3 gros poivrons (1 vert, 1 jaune, 1 rouge ou toute autre assortiment souhaité)
- 1 livre (454 g) de poitrine de dinde hachée
- 1 gros oignon, haché
- 2 cuillères à soupe (30 ml) de sauce Worcestershire
- 1 bouteille de 48 onces (1¹/₃ kg) de sauce spaghetti préparée
- 2 tasses (480 ml) de riz blanc cuit

Laver et étrognier les poivrons. Les mettre de côté.

Préchauffer la cocotte mijoteuse (4,7 l) à 375 °F (190 °C). Ajouter la dinde hachée et l'oignon. Faire rissoler.

Ajouter la sauce Worcestershire, la sauce spaghetti et le riz cuit. Bien mélanger. Remplir les poivrons avec le mélange en laissant une partie du mélange dans la cocotte mijoteuse (4,7 l). Placer les poivrons au-dessus du mélange dans la cocotte, couvrir et cuire à feu doux. Cuire de 35 à 45 minutes ou jusqu'à ce que les poivrons deviennent tendres. Garnir au besoin de persil.

Sauce spaghetti à l'italienne et boulettes de viande

8 portions

BOULETTES DE VIANDE :

- 1 livre (454 g) de bœuf haché maigre
- 1 tasse (240 ml) de fine chapelure
- 1/2 tasse (120 ml) de parmesan râpé
- 1/2 tasse (120 ml) de lait
- 2 gros œufs
- 2 gousses d'ail, hachées
- 1 cuillère à soupe (15 ml) de persil en flocons
- 1 1/2 cuillère à café (7 ml) de sel
- 1/8 cuillère à café (1/2 ml) de poivre

SAUCE :

- 1 oignon moyen, haché
- 1 poivron vert, haché
- 3 tasses (720 ml) d'eau
- 2 boîtes de 15 onces (420 g) de sauce tomate
- 2 boîtes de 12 onces (336 g) de pâte de tomates
- 2 berlingots de 3 onces (85 g) de sauce spaghetti à l'italienne pour assaisonnement
- 2 gousses d'ail, écrasées
- 1 cuillère à soupe (15 ml) de sucre
- 1 feuille de laurier, en poudre
- 1 cuillère à café (5 ml) de feuilles d'origan séchées

Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients entrant dans la préparation des boulettes de viande. Former des boulettes de 1 pouce (2,5 cm), mettre de côté. Faire environ 30 boulettes.

Préchauffer la cocotte mijoteuse (4,7 l) à 350 °F (175 °C). Faire sauter l'oignon et le poivron vert jusqu'à ce qu'ils deviennent tendres. Ajouter les ingrédients restants pour la sauce, mélanger en remuant.

Ajouter les boulettes de viande à la sauce, mélanger en remuant. Couvrir, cuire à feu doux pendant 1 1/2 heure en remuant de temps en temps jusqu'à ce que les boulettes de viande soient bien cuites. Servir accompagné de spaghettis, garnir de parmesan.

Coq au vin

8 portions

- 3 livres (11¹/₂ kg) de morceaux de poulet, sans peau
- 1 oignon moyen, haché
- 1 carotte moyenne, râpée
- 1 carde céleri, haché
- 2 cuillères à soupe (30 ml) de farine
- 1 tasse (240 ml) de vin rouge
- 1 tasse (240 ml) de fond de bœuf
- 1 cuillère à soupe (15 ml) de pâte de tomates
- 2 gousses d'ail, hachées
- ¹/₈ de cuillère à café (¹/₂ ml) de feuilles de thym séchées
- 1 feuille de laurier
- ¹/₂ cuillère à café (2 à 3 ml) de sel
- ¹/₄ cuillère à café (1 à 2 ml) de poivre
- 18 petits oignons blancs
- ¹/₄ livre (116 g) de lard, coupé en morceaux de ¹/₂ pouce (1,25 cm)
- 1 cuillère à soupe (15 ml) d'huile végétale ou d'huile d'olive
- ¹/₂ livre (225 g) de champignons, en quartiers
- 2 cuillères à soupe (30 ml) de persil haché pour garnir

Préchauffer la cocotte mijoteuse (4,7 l) à 375 °F (190 °C). Ajouter le poulet, faire rissoler chaque côté. Retirer et mettre de côté. Éliminer l'excédent de graisse pour n'en laisser qu'une cuillère à soupe (15 ml).

Ajouter l'oignon, la carotte et le céleri. Cuire en couvrant, remuer de 3 à 5 minutes jusqu'à ce que les légumes deviennent tendres. Ajouter la farine, remuer de 1 à 2 minutes jusqu'à ce que la viande soit dorée.

Ajouter en mélangeant le vin, le fond de bœuf, la pâte de tomates, l'ail, le thym, la feuille de laurier, le sel et le poivre. Porter à ébullition. Retourner le poulet dans la cocotte, couvrir et cuire à feu doux pendant 30 minutes.

Dans le même temps, faire bouillir 1 quart (1 litre) d'eau dans une casserole. Ajouter les petits oignons, bouillir pendant 3 minutes. Égoutter, rincer à l'eau froide. Peler, parer et mettre de côté.

Dans une poêle à frire, cuire le lard jusqu'à ce qu'il devienne croustillant. Retirer, éliminer la graisse et mettre de côté. Essuyer la poêle à frire. Ajouter 1 cuillère à soupe (15 ml) d'huile dans la poêle à frire, chauffer à feu moyen. Faire sauter les petits oignons et les champignons jusqu'à ce qu'ils soient rissolés. Ajouter à la sauce du poulet.

Cuire à feu doux pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que les oignons soient tendres et que le poulet soit cuit. Retirer la feuille de laurier. Mettre le poulet sur un plat. Garnir avec les morceaux de lard et le persil.

Pique-nique barbecue

16 à 18 portions

- 2 livres (908 g) de rôti de porc
- 2 livres (908 g) de palette de bœuf
- 1 gros oignon, haché
- 1 tasse (240 ml) de céleri, finement haché
- 1 boîte de 8 onces (224 g) de sauce tomate
- 2 bouteilles de 8 onces (224 g) de sauce chili
- $\frac{1}{4}$ tasse (60 ml) de sucre
- 2 à 3 cuillères à café (10 à 15 ml) d'assaisonnement au chili

Préchauffer la cocotte mijoteuse (4,7 l) à 375 °F (190 °C). Ajouter le rôti de porc et le rôti de bœuf, faire rissoler chaque côté. Couvrir et cuire à feu doux. Cuire 3 heures jusqu'à ce que la viande devienne très tendre.

Effiloche la viande en la détachant à l'aide d'une fourchette. Ajouter les ingrédients restants, mélanger en remuant. Couvrir et cuire à feu doux de 30 à 60 minutes jusqu'à cuisson complète. Servir sur des tranches de pain.

Bœuf Stroganoff

6 à 8 portions

- $1\frac{1}{2}$ livre (679 g) de bifteck, coupé en tranches de $\frac{1}{4}$ pouce (5 mm) d'épaisseur
- $\frac{3}{4}$ de tasse (180 ml) d'oignon haché
- 1 boîte de 14,5 onces (406 g) de bouillon de bœuf
- 1 boîte de 7 onces (196 g) de champignons, non égouttés
- 1 boîte de 8 onces (224 g) de sauce tomate
- 1 paquet de 8 onces (224 g) de nouilles aux œufs, non cuites
- 12 onces (336 g) de crème aigre

Préchauffer la cocotte mijoteuse (4,7 l) à 400 °F (205 °C). Ajouter le bifteck et l'oignon. Couvrir et cuire 5 minutes.

Ajouter les ingrédients restants à l'exception de la crème aigre. Mélanger en remuant. Couvrir et cuire à feu doux de 10 à 20 minutes. Juste avant de servir, ajouter la crème aigre, remuer et cuire 5 minutes.

Soupe de légumes au poulet

4 portions

- 3 carottes moyennes, épluchées, coupées en tranches de $\frac{1}{4}$ pouce d'épaisseur
- 3 branches de céleri, coupées en tranches de $\frac{1}{4}$ pouce d'épaisseur
- 1 oignon moyen, haché
- 1 $\frac{1}{2}$ à 2 livres de poulet (cuisses, poitrine, ailes), sans peau ni graisse
- $\frac{1}{2}$ cuillère à café de poivre
- 3 cubes de bouillon de poulet
- 4-5 tasses d'eau
- 1 à 2 tasses de nouilles aux œufs, facultatif
- 3 cuillères à soupe de persil haché

Dans une cocotte mijoteuse (4,7 l), mélanger les carottes, le céleri, l'oignon, le poulet, le poivre, les cubes de bouillon et l'eau. Couvrir et cuire 7 heures à 150 °F (65 °C) ou 4 heures à 225 °F (105 °C). Retirer et jeter les os, remettre la viande dans la soupe. Ajouter les nouilles et le persil. Cuire 15 minutes ou jusqu'à ce que les nouilles deviennent tendres. Pour servir chaud, cuire à 150 °F (65 °C).

Steak aux champignons

4 à 6 portions

- 2 livres de bifteck désossé, maigre coupé en tranches très fines
- 1 livre de champignons frais, nettoyés et coupés en deux s'ils sont gros
- $\frac{1}{2}$ cuillère à café de poivre gris
- 1 berlingot de préparation pour soupe aux oignons et à la viande de bœuf, en poudre
- 1 boîte de 10 $\frac{1}{2}$ de consommé de bœuf ou de bouillon de bœuf
- 1 boîte de 10 $\frac{1}{2}$ de velouté de champignons Healthy Choice

Dans une cocotte mijoteuse (4,7 l), mettre successivement le steak, les champignons, le poivre et la préparation pour soupe. Dans un petit bol, mélanger le consommé de bœuf et le velouté de champignon jusqu'à ce qu'ils deviennent onctueux, verser sur le steak. Couvrir et cuire de 6 à 8 heures à 150 °F (65 °C). Servir avec des nouilles chaudes, du riz ou de la purée de pomme de terre.

Poulet sauce oignon rôti

6 portions

- 6 demi-poitriines de poulet pas trop grosses, sans peau et désossées
- 1 cuillère à café de romarin fraîchement coupé
- 8 onces de champignons frais, tranchés
- 1 boîte de 10 1/2 onces de velouté d'oignon rôti Healthy Choice
- 1 tasse de crème aigre à teneur réduite en gras
- 1/4 de tasse de farine
- 1/2 cuillère à café de sel
- 1/4 cuillère à café de poivre
- 1/2 tasse de cream sherry ou de bouillon de poulet non-gras
- 12 onces de fettuccini aux épinards, cuits
- 2 cuillères à soupes de parmesan ou de romano
- Brins de romarin fraîchement coupés
- Paprika

Mettre les poitrines de poulet dans une cocotte mijoteuse (4,7 l), l'une par-dessus l'autre au besoin. Saupoudrer le poulet de brins de romarin, recouvrir d'une couche de champignons.

Dans un petit bol, mélanger la soupe, la crème aigre et la farine jusqu'à ce que le mélange devienne onctueux, ne pas battre. Remuer en ajoutant du sel, du poivre et du vin. Verser sur le poulet et les champignons. Couvrir et cuire de 6 à 8 heures à 150 °F (65 °C) jusqu'à ce que le poulet devienne tendre. Retirer le poulet et le mettre sur un plat de service creux et chauffé. Garnir de pâtes chaudes autour du poulet. Remuer la sauce et les champignons pour bien les mélanger. Verser sur le poulet et les pâtes. Saupoudrez de fromage, garnir de brins de romarin et de paprika.

إجراءات وقائية هامة

عند استخدام أي جهاز كهربائي، يجب دائماً اتباع أي احتياطات سلامة أساسية، يشمل ذلك ما يلي:

1. اقرأ كافة التعليمات.
2. لا تلمس الأسطح الساخنة. استخدم المقابض والماسكات. لا تقم بتشغيل هذا الجهاز بدون وضع المقابض.
3. للحماية من المخاطر الكهربائية، تجنب غمس السلك أو القوابس أو وحدة التحكم بالحرارة في الماء أو سائل آخر.
4. هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام من قبل أو بالقرب من الأطفال الصغار أو الأشخاص العاجزين دون إشراف.
5. يجب فصل الجهاز عن مصدر الكهرباء في حالة عدم الاستخدام وقبل التنظيف. اترك الجهاز يبرد قبل وضع الأجزاء أو نزعها أو قبل تنظيفه.
6. لا تقم بتشغيل أي جهاز يحوي سلك أو قابس تالف، أو بعد حدوث أعطال في الجهاز أو تعرضه للتلف. قم بإعادة الجهاز لإجراء الفحص والإصلاح أو التعديل الممكن.
7. قد يؤدي استخدام ملحقات تكميلية التي لا توصي بها جهة تصنيع إلى التعرض للإصابات.
8. لا تستخدم الجهاز في الخارج.
9. لا تترك السلك يتدلى من على الطاولة أو المنضدة، أو يلامس أسطح ساخنة.
10. لا تضع الجهاز على موقد كهربائي أو موقد غاز أو بالقرب منه أو في فرن مسخن.
11. يجب توخي الحيلة التامة عند نقل جهاز يتضمن زيت ساخن أو سائل ساخن آخر.
12. قم بتوصيل القابس في الجهاز أولاً، ثم قم بتوصيل السلك في المأخذ على الحائط. للفصل، اضغط زر إيقاف التشغيل، ثم قم بنزع القابس من المأخذ على الحائط.
13. هذا الجهاز مزود بقابس مستقطب (وإحدى الريش تكون أعرض من الأخرى). لتقليل مخاطر الصدمة الكهربائية، فإن هذا القابس مخصص للتركيب في مأخذ مستقطب في اتجاه واحد فقط. إذا كان القابس لا يلائم التركيب في المأخذ، فقم بقلب القابس. وإذا كان لا يلائم التركيب بعد قلبه، فاتصل بفني مؤهل للحصول على مساعدة. لا تحاول تعديل القابس بأي طريقة.
14. لا تستعمل الجهاز في استخدامات أخرى خلاف الاستخدامات المنزلية.
15. لا تعبث في صمام تنفيس الضغط خلف المقبض. في حالة حدوث تسريب للزيت من تحت المقابض أو من أي جزء من القلاية، فلا تستخدمها. للإصلاح، راجع الضمان.
16. بعد التنظيف، يجب تجفيف مأخذ الإدخال في الجهاز بالكامل (الذي يتم فيه تركيب الموصل الكهربائي) قبل استخدام الجهاز مرة أخرى.
17. هذا الجهاز غير مخصص للقلي العميق للمأكولات.

احتفظ بهذه التعليمات

سلامتك أهم أولوياتنا

1. افحص المقابض الموجودة على هذا الجهاز وقم بربط أي مسامير مفكوكة حسب الضرورة.
2. تتم حماية صمام تنفيس الضغط الخاص "بالطبقة الباطنية الزيتية" الفريدة من خلال المقبض. ومن المهم تركيب المقابض في مكانها في كافة الأوقات. لا تقم بتشغيل هذا الجهاز بدون تثبيت المقبضين في مكانهما بشكل آمن.
3. إذا سقط الجهاز وتعرضت المقابض للكسر، فافحص وجود تلف في صمام تنفيس الضغط. إذا حدث ارتحال للأجزاء أو إذا لاحظت تسريب للزيت من تحت المقبض، فاتصل بالموزع الخاص بك للصيانة. لا تعبث في صمام تنفيس الضغط تحت أي ظروف.
4. احرص دائماً على تجفيف الجهاز من الخارج بالكامل قبل توصيل وحدة التحكم في الحرارة.
5. تجنب مطلقاً غمس الجهاز الساخن في الماء. احرص دائماً على تبريد الجهاز قبل التنظيف.
6. لتقليل خطر التعرض لصدمة كهربائية محتملة، يجب أن يتضمن هذا الجهاز قابس مستقطب والذي تم تصميمه للتركيب في اتجاه واحد فقط في مأخذ مستقطب.
7. ويتم توفير سلك قصير لتقليل مخاطر التشابك أو التعثر بسبب طول السلك. لا يوصى باستخدام أسلاك تمديد.

الخصائص والفوائد

هيكل الإستانل ستيل – يقاوم الإستانل ستيل الصلب اللامع تكون التجايف والتصدعات والتشققات كما يحافظ هذا الجهاز المصنوع من الإستانل ستيل سعة 5 كوارت ذو طبقة باطنية زيتية، والذي يتميز بسهولة التنظيف، بمظهره الجميل لعدة سنوات.

الطبقة الباطنية الزيتية المذهلة – تسهم هذه الطبقة في ضمان التوزيع المتساوي للحرارة عبر سطح الطهي بالكامل بدون مواضع ساخنة، بفضل الزيت الخاص الموصل للحرارة المحتجز بين طبقات الإستانل ستيل عالي الجودة. ويعتبر هذا الأمر أفضل نظام لتوصيل الحرارة متاح لأواني الطهي!

وحدة التحكم في الحرارة ذات لوحة لمس – أصبح اختيار الحرارة المثالية أمراً سهلاً مع وحدة التحكم في الحرارة ذات لوحة لمس. كما يتيح لك المؤقت المضمن اختبار وقت الطهي، والذي يصل إلى 12 ساعة، وبعدها يتم إيقاف تشغيل الجهاز تلقائياً. ويمكن تغيير درجة الحرارة ووقت الطهي في أي نقطة أثناء الطهي.

إمكانية الغمس بالكامل – عبر إزالة وحدة التحكم في الحرارة ذات لوحة للمس، يمكن غسل الجهاز بسهولة في الحوض أو وضعه في غسالة الأطباق. لا تؤدي المياه إلى إتلاف مكوّن التسخين. حيث يتم عزله بشكل محكم تحت سطح الطهي، وبالتالي يكون محمياً من الرطوبة والتآكل.

تخزين الحرارة – من المطبخ إلى طاولة التقديم، يظل الطعام ساخنًا! تحتفظ الطبقة الباطنية الزيتية بالحرارة لفترة طويلة بعد فصل قابس الجهاز. ويظل الطعام محتفظًا بدرجة حرارة التقديم على الطاولة بدون الحاجة إلى توصيل السلك بشكل غير ملائم.

الاستخدام والعناية

1. قبل الاستخدام لأول مرة، قم بإزالة وحدة التحكم في الحرارة. وقم بغسل الجهاز والغطاء في ماء دافئ وصابون والذي تمت إليه إضافة كوب من الخل لكل جالون ماء. تسهم هذه العملية في إزالة كافة بقايا زيوت التصنيع ومكونات التلميع. يجب بعد ذلك الشطف في ماء نظيف ودافئ ثم التجفيف بالكامل باستخدام منشفة نظيفة وناعمة. **تنبيه: احرص دائمًا على إزالة وحدة التحكم في الحرارة ذات لوحة اللمس قبل غمس الجهاز في الماء.**

2. احرص دائمًا على تجفيف الجهاز من الخارج بالكامل قبل توصيل وحدة التحكم في الحرارة.

3. راجع دليل درجة الحرارة أو استخدم درجة الحرارة المحددة في الوصفة لضمان أفضل النتائج.

4. عند إيقاف تشغيل الجهاز، قم بفصل السلك من المأخذ. وقلل الجهاز إلى الطاولة للتقديم، قم بإزالة وحدة التحكم في الحرارة، وحرص على التعامل معها بحذر نظرًا لأن وحدة التحكم في الحرارة تكون في غاية السخونة. من المهم وضع وحدة التحكم في الحرارة الساخنة على سطح مقاوم للحرارة لكي تبرد لتفادي تلف الجزء العلوي من الطاولة أو المنضدة. وفي حالة عدم تقديم الطعام من الجهاز، فاتركه يبرد قبل إزالة وحدة التحكم في الحرارة.

5. اترك الجهاز يبرد قبل وضعه في الماء لتنظيفه. لا تقم بغمس وحدة التحكم في الحرارة.

6. راجع تعليمات التشغيل والتنظيف الكاملة التي سيأتي ذكرها.

7. قبل الاستخدام لأول مرة، قم بإزالة شريط الحماية الرفيع الذي يغطي وحدة التحكم في الحرارة ذات لوحة اللمس.

تعليمات التشغيل

1. قم بتركيب وحدة التحكم التلقائي في الحرارة في الجهاز. قم بالتوصيل في المأخذ الكهربائي. بمجرد توصيل الجهاز، سوف يضيء مصباح إشارة أحمر في الجانب الأيمن من الشاشة. ⚠ تنبيه: احرص دائماً على تشغيل الجهاز بعيداً عن الحائط بمقدار 4 بوصة (10 سم) على الأقل.
2. لضبط درجة الحرارة المرغوبة، اضغط ثم حرر مفتاح درجة الحرارة (سوف تومض درجة الحرارة الافتراضية) ثم اضغط السهم لأعلى أو لأسفل حتى تظهر الحرارة المرغوبة على الشاشة. لتحديد درجة الحرارة الافتراضية بقيمة 150 درجة فهرنهايت (65 درجة مئوية)، اضغط مفتاح درجة الحرارة مرة ثانية. في حالة عدم ضبط درجة الحرارة، سوف تومض الشاشة لمدة 2 دقيقة ثم يتم إيقاف التشغيل تلقائياً. يؤدي الضغط على السهم لأعلى أو لأسفل إلى ضبط درجة الحرارة بمعدل تزايد 5 درجات؛ ويؤدي الضغط مع الاستمرار على المفتاح إلى الضبط بمعدل تزايد 25-درجة (10 درجات مئوية). مع التسخين المسبق للجهاز إلى درجة الحرارة المرغوبة، سوف يومض مصباح الإشارة (المصباح الأحمر في الجانب الأيسر من الشاشة الرقمية). احرص دائماً على عمل تسخين مسبق للجهاز (4 إلى 6 دقائق)، ما لم تقتضي الوصفة بدء الطهي من البارد.
3. قم بإضافة الطعام عندما يتوقف مصباح الإشارة عن الوميض، حيث يشير إلى أنه قد تم الوصول إلى درجة حرارة الطهي. يمكن زيادة أو تقليل الحرارة من خلال ضغط السهم لأعلى أو لأسفل، تبعاً لنوع أو مقدار الطعام الجاري تحضيره. سوف يتحول مصباح الإشارة بين التشغيل وإيقاف التشغيل للإشارة إلى الحفاظ على درجة الحرارة الصحيحة.
4. بعد وضع الطعام في الجهاز، قم بضبط زمن الطهي حسب الرغبة. اضغط ثم حرر مفتاح الوقت. سوف تومض الشاشة مع عرض "00:00". اضغط الأسهم لأعلى أو لأسفل حتى يتم ضبط طول المدة المرغوبة (الحد الأقصى 12 ساعة). في حالة عدم ضبط الوقت، سوف يتم تشغيل وحدة التحكم في الحرارة على درجة الحرارة المعدة مسبقاً حتى يتم الضغط على زر الإيقاف. يؤدي الضغط على المفتاح إلى ضبط الوقت بمعدل تزايد 1 دقيقة؛ ويؤدي الضغط مع الاستمرار على أي من المفاتيح إلى ضبط الوقت بمعدل تزايد 10 دقائق. سوف يبدأ الوقت في العد التنازلي تلقائياً ويتم عرض الوقت المتبقي إذا لم يتم الضغط على مفتاح درجة الحرارة. يمكن تغيير درجة الحرارة أو الوقت أو عرضه في أي وقت أثناء الطهي من خلال تكرار الخطوات الموضحة أعلاه ببساطة.
5. عند اكتمال الطهي، وعدم استخدام إعداد الوقت، اضغط زر الإيقاف. سوف يتم إلغاء إعدادات درجة الحرارة والوقت.
6. يؤدي الضغط مع الاستمرار على كل من زري درجة الحرارة والوقت في نفس الوقت إلى تبديل قراءة درجة الحرارة بين الدرجة الفهرنهايت والدرجة المئوية.

إعدادات الأرز التلقائية

تتضمن وحدة التحكم في الحرارة الرقمية إعدادين تلقائيين للأرز مريحين حيث تغنيك هذه الإعدادات عن التخمين أثناء طهي الأرز. **إنها إعدادات في منتهى البساطة من ثلاث خطوات 1-2-3!** (1) قم بإضافة المقادير المرغوبة. (راجع الدليل التالي). (2) اضغط مفتاح درجة الحرارة. (3) اضغط السهم لأسفل مرة واحدة لتحديد RIC1 أو مرتين لتحديد RIC2. سوف تعرض الشاشة الإعداد المختار في صورة وميض. وعندما يتوقف الوميض، تبدأ عملية التسخين. سوف تقوم الوحدة بالتسخين تلقائيًا إلى درجة الغليان، وتقوم بطهي الأرز (يظهر مؤقت عد تنازلي على الشاشة) ثم تتحول إلى درجة حرارة الحفاظ على التسخين والتي تعادل 150 درجة فهرنهايت (65 درجة مئوية) عند اكتمال الدورة.

RIC1 – الإعداد المنخفض/زمن طهي مختصر ويُستخدم لطهي مقادير صغيرة من الأرز. (1-3 كوب مقياس جاف)

RIC2 – الإعداد المرتفع/زمن طهي أطول ويُستخدم لطهي كميات كبيرة من الأرز. (4-5 كوب مقياس جاف) تصل سعة هذه الوحدة إلى 5 كوب مقياس جاف. لا تتجاوز هذه السعة.

دليل طهي الأرز

الإعداد	الماء	الأرز المتغيرات القياسية
RIC1	2 كوب	1 كوب
RIC1	3 كوب	2 كوب
RIC1	4 كوب	3 كوب
RIC2	5 كوب	4 كوب
RIC2	7 كوب	5 كوب
الأرز الأصفر (للحصول على أفضل النتائج، قم بشطف الأرز مرتين).		
RIC1	3 1/2 كوب	2 كوب
أرز كالروز		
RIC1	2 3/4 كوب	2 كوب
هذه إرشادات عامة. قد تختلف النتائج تبعًا للكمية والنوع وماركة الأرز المحدد.		

الأرز الأسباني والأمريكي

- 2 كوب أرز
- 3 مرق أو شوربة دجاج
- 1/2 كوب بصل مقطع
- 1/2 كوب جزر مقطع
- 1/2 كوب قرع صيفي
- 1/2 كوب طماطم، منزوعة البذور ومقطعة (اختياري)

قم بإضافة كافة المكونات؛ وامزجها جيدًا. قم بضبط جهاز الطهي سعة 5 كوارت على الإعداد RIC1. سوف تبدأ الدورة تلقائيًا. بالنسبة للخضروات الأكثر صلابة، قم بإضافتها عندما تكون القراءة المعروضة على الشاشة "20" ويبدأ العد التنازلي للطهي.

دليل درجات الحرارة

الحفاظ على الأطعمة مسخنة؛ وطهي اللحوم والدواجن على الهادئ.	التسخين أو الطهي على الهادئ 150 إلى 200 درجة فهرنهايت (65 إلى 95 درجة مئوية)
عمل البخن أو الطهي البطيء للحوم؛ وعمل سونيه للخضروات؛ وطهي المرق والفواكه والكسولات والأرز المحمر والوجبات الخفيفة.	225 إلى 250 درجة فهرنهايت (105 إلى 120 درجة مئوية)
تحضير البيض والصلصة والحلويات والبودنج.	275 إلى 300 درجة فهرنهايت (135 إلى 150 درجة مئوية)
تحمير اللحوم والمأكولات البحرية والبطاطس؛ خبز الكيك والشطائر والتوست الفرنسي؛ وشوي السندوتشات.	325 إلى 350 درجة فهرنهايت (165 إلى 175 درجة مئوية)
لفح اللحوم والدواجن؛ عمل قلبي سريع للدجاج.	375 درجة فهرنهايت (190 درجة مئوية)
شوي اللحوم والأسماك في الحلة؛ وعمل قلبي سريع للحوم؛ عمل الفيشار.	400 إلى 425 درجة فهرنهايت (205 إلى 220 درجة مئوية)

دليل درجة حرارة الطهي البطيء

الطهي على الهادئ: الفول المطبوخ، أطباق البخن 4 إلى 6 ساعات، مرق الدواجن بالعظم، البقوليات. التسوية بالبخار: الهوت دوج، الخضروات الطازجة، البودنج	7-5 ساعات	150 إلى 160 درجة فهرنهايت (65 إلى 70 درجة مئوية)
الطهي على الهادئ: الغموس الفاتح للشميه، الهوت بيف، الباربيكيو، "سلوبي جوس" وغيره.	5-3 ساعات	170 إلى 190 درجة فهرنهايت (75 إلى 90 درجة مئوية)
الطهي السريع على الهادئ: لحم الريش، وأرجل الماعز، والقرع الشتوي، وخلطة الفواكه، وعصائر الخضروات، وحساء السمك، وصوص الجبنة الطهي على الهادئ: الخضروات المجمدة، والبطاطس، وكوز الذرة، والفلفل المحشو، المأكولات البحرية، والأرز والزلاية	3-2 ساعات	200 إلى 220 درجة فهرنهايت (95 إلى 105 درجة مئوية)
غلي السوائل. الطهي السريع على الهادئ: لحم العجل المعالج بالذرة، والمشويات في الطواجن والريش القصيرة زيادة السمك: الصلصة والمرق والصوص التحضير: صوص التفاح الطازج، أو الخوخ أو زبدة التفاح والشيكلات الساخنة.	11/2-3 ساعات	230 إلى 250 درجة فهرنهايت (110 إلى 120 درجة مئوية)

يمكن تحضير معظم الأطعمة حسب الإعدادات المسرودة. استخدم أوقات الطهي في الجدول كإرشادات فقط. قد تختلف أوقات الطهي. عند طهي المشويات أو اللحم المدخن أو الدواجن، استخدم ترمومتر اللحم الذي يتم إدخاله في أكبر جزء للتأكد من الوصول إلى التسوية الموصى بها.

التنظيف

1. للحفاظ على المظهر الجميل وكفاءة الطهي لجهاز الطهي سعة 5 كوارت طبقة باطنية زيتية، من المهم أن يتم تنظيفها بالكامل في ماء دافئ وصابون بعد كل مرة استخدام. تؤدي بقايا الأطعمة الرقيقة التي تبقى على سطح الطهي إلى تغيير في اللون عند إعادة تسخين الجهاز.
2. على الرغم من أن الإستائل ستيل شديد التحمل غير قابل للتلف. لكن قد تتكون تجاويف في حالة بقاء ملح غير محلول في الجهاز. يجب إضافة الملح قبل تقديم الأطعمة مباشرة أو على سرائل تغلي. ويجب تقليب السوائل مباشرة لكي يذوب الملح بالكامل. لا تترك الأطعمة المتبلّة أو الأطعمة عالية الحمضية في الجهاز لفترات طويلة.
3. عبر إزالة وحدة التحكم في الحرارة، يمكن غمس الجهاز في الماء أو وضعه في غسالة أطباق أوتوماتيكية للتنظيف. هام: احرص على تبريد الجهاز قبل التنظيف. لا تقم بغمس الجهاز الساخن في الماء. احرص دائماً على إزالة وحدة التحكم في الحرارة ذات لوحة اللمس قبل وضع الجهاز في الماء. قم بتنظيف الجهاز في ماء دافئ وصابون باستخدام إسفنجة أو قماشة الصحون أو شبكة نيلون أو ضمادة بلاستيكية. لا تستخدم ضمادة لجلي المعادن أو سكين أو مسحوق جلي قوي على طلاء الإستائل ستيل اللامع. يجب الشطف بشكل كامل باستخدام ماء نظيف دافئ. قم بالتجفيف على الفور لتفادي تكون بقع للماء. امسح وحدة التحكم في الحرارة بقطعة قماش رطبة، ثم قم بتجفيفها.
4. قد يؤدي التسخين المفرط المستمر إلى تكون أصباغ حرارية زرقاء أو بنية داخل الجهاز. وتظهر بقع أيضاً نتيجة المعادن الموجودة في أطعمة معينة. لإزالة كلا من الأصباغ الحرارية والبقع، قم بعمل معجون من الماء ومنظف الإستائل ستيل غير المسبب للتآكل. لا تستخدم منظف يحتوي على مبيض من الكلور. ضع المعجون باستخدام قطعة قماش أو إسفنجة، وامسح بخفة في حركة دائرية. اغسل الجهاز مرة أخرى، ثم اشطفه وجففه على الفور.
5. قم بإزالة الخدوش الطفيفة باستخدام منظف الإستائل ستيل غير المسبب للتآكل، من خلال اتباع التعليمات في رقم 4 أعلاه. لتجنب الخدوش، تجنب تقطيع أو كشط أو تخريط الطعام باستخدام أدوات المطبخ الحادة في الجهاز الخاص بك.
6. لإزالة الأطعمة الملتصقة، قم بملء الجهاز بماء دافئ وانفعه لمدة 30 دقيقة. ثم قم بالتنظيف بماء دافئ وصابون كالمعتاد. يمكن أيضاً استخدام منظف الإستائل ستيل غير المسبب للتآكل، من خلال اتباع التعليمات في رقم 4 أعلاه.

مينسترون الخضروات السريعة والسهلة

وجبة تكفي 10-12 أفراد

- 1 بصلة متوسطة، مقطعة قطع غليظة
 - 3 141/2 أونصة (406 جرام) مرق خضروات
 - 2 حبة جزر كبيرة، مقطعة إلى شرائح رفيعة
 - 2 حبة كراث متوسطة (الجزء الأبيض فقط)، مقطعة
 - 1 حبة بطاطس كبيرة، مقطعة إلى مكعبات
 - 1 ساق كرفس مع الأوراق، مقطعة قطع كبيرة.
 - 1 141/2 أونصة (406 جرام) طماطم مقطعة إلى مكعبات، غير مصفاة
 - 1 1 كوب (240 مل) فول أخضر، مقسم إلى قطع 1 بوصة (2.5 سم)
 - 1/2 كوب (120 مل) قرع صيفي مقطع قطع كبيرة
 - 1/3 كوب (80 مل) شعيرية بيض أو مكرونة إسباجتي، مقطعة إلى قطع
 - 1 علبة 15 أونصة (420 جرام) لوبياء بيضاء، مصفاة، ومنقوعة
- جبنة بارميزان مبشورة للتزيين

قم بعمل تسخين مسبق لجهاز الطهي سعة 5 كوارت، بدون تغطية عند درجة حرارة 250 فهرنهايت (120 درجة مئوية). أضف البصل وقم بعمل سوتيه (تحمير خفيف) حتى يصبح طرياً.
قم بإضافة مرق الخضروات وقم بغليه. قم بإضافة كافة المقادير المتبقية باستثناء شعيرية البيض واللوبياء والجبنة البارميزان. استمر في الغلي، وقم بالتغطية وتقليل الحرارة للطهي على الهادئ. قم بالطهي لمدة 30 دقيقة أو حتى تصبح الخضروات طرية.
قم بإضافة شعيرية البيض واللوبياء. وقم بالتقليب. قم بالتغطية واستمر في الطهي على الهادئ لمدة 15 دقيقة حتى تتم تسوية شعيرية البيض.
يتم التقديم مع جبنة البارميزان كتزيين.

الدجاج المحمر

وجبة تكفي 4 أفراد

- 3 1/2-3 رطل (كجم) 1 1/2-1 3/4) دجاجة كاملة
- 2 ملعقة كبيرة (30 مل) فلفل حلو
- 1 ملعقة كبيرة (15 مل) ملح بصل
- 1 ملعقة كبيرة (15 ملم) أوراق إكليل الجبل المجفف
- 1 ملعقة كبيرة (15 مل) توابل الدجاج
- 1 ملعقة صغيرة (5 مل) ملح

قم بشطف الدجاج؛ وقم بالضرب عليها لتجفيفها. في وعاء صغير قم بخلط الفلفل الحلو وملح البصل وأوراق إكليل الجبل وتوابل الدجاج والملح. امسح الدجاج بخليط التوابل.
قم بعمل تسخين مسبق لجهاز الطهي سعة 5 كوارت، بدون تغطية، عند درجة حرارة 375 فهرنهايت (190 درجة مئوية). أضف الدجاج وقم بالتقليب لتحمير كافة الجوانب. اجعل صدر الدجاجة لأعلى، وقم بتقليل الحرارة للطهي على الهادئ. واصل الطهي لمدة 1 ساعة. قم بإدخال ترمومتر اللحوم في الدجاجة للتأكد من أن درجة الحرارة الداخلية 180 درجة فهرنهايت (80 درجة مئوية) أو أعلى قبل التقديم.

الفلفل المحشو على هيئة إشارات التوقف

وجبة تكفي 3-6 أفراد

- 3 حبة فلفل حلو كبيرة (1 أخضر، 1 أصفر، 1 أحمر؛
أو التوليفة المرغوبة)
- 1 رطل (454 جرام) صدر ديك رومي مفروم
- 1 بصلة كبيرة، مقطعة
- 2 ملعقة كبيرة (30 ملم) صوص ورسسترشاير
- 1 برطمان 48 أونصة (11/3 كجم) صوص الإسباجتي الجاهز
- 2 كوب (480 مل) أرز أبيض مطبوخ

قم بغسل الفلفل وانزع البذور منه؛ وضعه جانباً.
قم بعمل تسخين مسبق لجهاز الطهي سعة 5 كوارت، بدون تغطية عند درجة حرارة 375 فهرنهايت (190 درجة مئوية). قم بإضافة صدر الديك الرومي المفروم والبصل؛ وقم بتحميره.
أضف صوص ورسسترشاير، وصوص الإسباجتي والأرز المطبوخ؛ وقم بخلطه جيداً. املاً الفلفل بالخليط، واترك بعض الخليط في جهاز الطهي سعة 5 كوارت. ضع الفلفل أعلى الخليط في جهاز الطهي، وقم بالتغطية وتقليل الحرارة للطهي على الهادئ. قم بالطهي من 35 إلى 45 دقيقة حتى يصبح الفلفل طرياً. قم بتزيينه بالبقدونس حسب الرغبة.

صوص الإسباجتي على الطريقة الإيطالية وكرات اللحم

وجبة تكفي 8 أفراد

كرات اللحم:

- | | |
|-------|---|
| 1 | رطل (454 جرام) لحم بيف مفروم |
| 1 | كوب (240 مل) فتات خبز صاف صغير الحجم |
| 1/2 | كوب (120 مل) جبنة بارميزان مبشورة |
| 1/2 | كوب (120 مل) لبن |
| 2 | بيضة كبيرة |
| 2 | فص ثوم، مفروم |
| 1 | ملعقة كبيرة (15 ملم) فتات البقدونس المجفف |
| 1 1/2 | ملعقة صغيرة (7 مل) ملح |
| 1/8 | ملعقة صغيرة (1/2 مل) فلفل أسمر |

الصوص:

- | | |
|---|---|
| 1 | بصلة متوسطة، مقطعة |
| 1 | فلفل أخضر، مقطع |
| 3 | كوب (720 مل) ماء |
| 2 | علبة 15 أونصة (420 جرام) صوص الطماطم |
| 2 | علبة 12 أونصة (336 جرام) معجون الطماطم |
| 2 | ظرف 3 أونصة (85 جرام) توابل صوص الإسباجتي على الطريقة الإيطالية |
| 2 | فص ثوم، مهروس |
| 1 | ملعقة كبيرة (15 مل) سكر |
| 1 | ورقة غار، مفتتة |
| 1 | ملعقة صغيرة (5 مل) أوراق الأوريغانو المجففة |

في وعاء كبير، قم بمزج كافة المقادير الخاصة بكرات اللحم. قم بتشكيلها على صورة كرات حجم 1 بوصة (2.5 سم)، وضعها جانبًا. اصنع حوالي 30 كرة لحم. قم بعمل تسخين مسبق لجهاز الطهي سعة 5 كوارت، بدون تغطية عند درجة حرارة 350 فهرنهايت (175 درجة مئوية). قم بعمل سوتيه (تحمير خفيف) للبصل والفلفل الأخضر حتى يصبح طريًا. أضف بقية مقادير الصوص، وقم بتقليبها.

أضف كرات اللحم التي تم إعدادها إلى الصوص؛ وقم بتقليبها. قم بالتغطية وتقليل الحرارة للطهي على البطيء لمدة 1 1/2 ساعة، مع التقليب أحيانًا، حتى يتم طهي كرات اللحم بما يكفي. يتم التقديم مع شعيرية الإسباجتي، مع التزيين بجبنة البارميزان.

لو كوك أو فين (الدجاج والنيبذ)

وجبة تكفي 8 أفراد

3	رطل (11/2 كجم) قطع الدجاج، منزوعة الجلد
1	بصلة متوسطة، مقطعة
1	جزرة متوسطة، مقطعة
1	ساق كرفس، مقطع
2	ملعقة كبيرة (30 مل) دقيق
1	كوب (240 مل) نبيذ أحمر جاف
1	كوب (240 مل) مرق البيف
1	ملعقة كبيرة (15 مل) معجون طماطم
2	فص ثوم، مفروم
1/8	ملعقة صغيرة (1/2 مل) أوراق الزعتر المجفف
1	ورقة غار
1/2	ملعقة صغيرة (2-3 مل) ملح
1/4	ملعقة صغيرة (1-2 مل) فلفل أسمر
18	حبة بصل أبيض ملائم للغلي
1/4	رطل (116 جرام) لحم، مقطع إلى قطع حجم 1/2-بوصة (1.25 سم)
1	ملعقة كبيرة (15 مل) زيت نباتي أو زيت زيتون
1/2	رطل (225 جرام) عيش غراب، مقطع إلى أرباع
2	ملعقة كبيرة (30 مل) بقونس طازج مقطع للتزيين

قم بعمل تسخين مسبق لجهاز الطهي سعة 5 كوارت، بدون تغطية عند درجة حرارة 375 فهرنهايت (190 درجة مئوية). قم بإضافة الدجاج؛ مع تحمير كافة الجوانب. قم بإخراجه وضعه جانبًا. قم بتصفية الدهون الزائدة، مع ترك 1 ملعقة كبيرة (15 مل).

قم بإضافة البصل والجزر والكرفس. استمر في الطهي بدون تغطية، والتقليب لمدة 3 إلى 5 دقائق حتى تصبح الخضروات طرية. أضف الدقيق، مع التقليب لمدة 1 إلى 2 دقيقة حتى يصبح محمرًا. قم بإضافة النبيذ ومرق البيف ومعجون الطماطم والثوم والزعتر وورق الغار والملح والفلفل. قم بالغلي. أعد الدجاج إلى الوعاء، وقم بالتغطية وتقليل الحرارة للطهي على الهادئ لمدة 30 دقيقة. في غضون ذلك، قم بغلي 1 كوارت (1 لتر) من الماء في وعاء الصوص. قم بإضافة البصل الملائم للغلي، واستمر في الغلي لمدة 3 دقائق. قم بتصفيته واشطفه بماء بارد. قم بتقسيره، وتهذيبه، ثم ضعه جانبًا.

في قلاية، قم بطهي اللحم، حتى يصبح طريًا. قم بإخراجه وتصفيته، وضعه جانبًا. امسح القلاية. قم بإضافة 1 ملعقة كبيرة (15 مل) زيت إلى القلاية؛ وقم بالتسخين على حرارة متوسطة. قم بعمل تحمير خفيف للبصل الملائم للغلي وعيش الغراب حتى يصبح محمرًا. قم بإضافته إلى خليط الدجاج. قم بطهي الدجاج على الهادئ لمدة 15 دقيقة أو حتى يصبح البصل طريًا والدجاج مستويًا. تخلص من ورق الغار. قم بنقل الدجاج إلى طبق التقديم. قم بتزيين الطبق بقطع اللحم والبقونس.

بكنك باربكيو

وجبة تكفي 16-18 أفراد

- 2 رطل (908 جرام) شرائح لحم الكتف
- 2 رطل (908g) شرائح لحم بوفتيك البقر
- 1 بصلة كبيرة، مقطعة
- 1 كوب (240 مل) كرفس، مقطع إلى قطع صغيرة
- 1 علبة 8 أونصة (224 جرام) صوص الطماطم
- 2 زجاجة 8 أونصة (224 جرام) صوص الفلفل الحار
- 1/4 كوب (60 مل) سكر
- 3-2 ملعقة صغيرة (10 - 15 مل) مسحوق الفلفل الحار

قم بعمل تسخين مسبق لجهاز الطهي سعة 5 كوارت، بدون تغطية عند درجة حرارة 375 فهرنهايت (190 درجة مئوية). قم بإضافة شرائح الكتف وشرائح البوفتيك، وقم بتحميمها على كافة الجوانب. قم بالتغطية وتقليل الحرارة للطهي على البطيء. قم بالطهي لمدة 3 ساعات، حتى يصبح اللحم مستويًا. قم بتمزيق اللحم من خلال فصله بشوكة. أضف بقية المقادير، وقم بتقليبها. قم بالتغطية والطهي على البطيء لمدة 30 إلى 60 دقيقة، حتى تتم التسوية. يتم تقديمه على الفطائر.

ستروجانوف لحم البقر

وجبة تكفي 6-8 أفراد

- 1 1/2 رطل (679 جرام) شرائح لحم الخاصرة، مقطع إلى شرائح - 1/4 بوصة (5 ملم)
- 3/4 كوب (180 مل) بصل مقطع
- 1 علبة 14.5 أونصة (406 جرام) مرق البيف
- 1 علبة 7 أونصة (196 جرام) عيش غراب، غير مصفى
- 1 علبة 8 أونصة (224 جرام) صوص الطماطم
- 1 علبة 8 أونصة (224 جرام) شعرية البيض المعبأة، غير مطبوخة
- 12 أونصة (336 جرام) قشدة حامضية

قم بعمل تسخين مسبق لجهاز الطهي سعة 5 كوارت، بدون تغطية عند درجة حرارة 400 فهرنهايت (205 درجة مئوية). أضف شرائح لحم الخاصرة والبصل. قم بالتغطية والطهي لمدة 5 دقائق. أضف بقية المقادير باستثناء القشدة الحامضية. وقم بالتقليب. قم بالتغطية وتقليل الحرارة للطهي على الهادئ لمدة 15 إلى 20 دقيقة. قبل التقديم مباشرة، قم بإضافة القشدة الحامضية وقم بالتسخين لمدة 5 دقائق.

شوربة الدجاج بالخضروات

وجبة تكفي 4 أفراد

- 3 حبة جزر متوسطة، مكشوتة، ومقطعة إلى شرائح بسُمك -1/4 بوصة
- 3 ساق كرفس، مقطعة إلى شرائح بسُمك -1/4 بوصة
- 1 بصلة متوسطة، مقطعة
- 2-1 1/2 رطل دجاج (الورك والصدر والأجنحة) منزوع الجلد والدهون
- 1/2 ملعقة صغيرة فلفل أسمر
- 3 مكعبات مرق الدجاج
- 4-5 كوب ماء
- 1-2 كوب شعيرية بيض، اختياري
- 3 ملعقة كبيرة بقدونس طازج مقطع

في جهاز الطهي سعة 5 كوارت، قم بمزج الجزر مع الكرفس والبصل والدجاج والفلفل ومكعبات مرق الدجاج والماء. قم بالتغطية والطهي لمدة 7 ساعات عند درجة حرارة 150 فهرنهايت (65 درجة مئوية) أو 4 ساعات عند درجة حرارة 225 فهرنهايت (105 درجة مئوية). قم بإزالة الدجاج وتخلص من العظم؛ ثم أعد اللحم إلى الشوربة. قم بإضافة الشعيرية والبقدونس. قم بالطهي لمدة 15 دقيقة أو حتى تصبح الشعيرية طرية. لحفظ حرارتها وتقديمها ساخنة، قم بتقليل الحرارة إلى 150 درجة فهرنهايت (65 درجة مئوية).

شرائح اللحم وعيش الغراب

وجبة تكفي 4-6 أفراد

- 2 رطل شرائح لحم الخاصرة البقري الرفيعة جدًا والمخلية من العظم
- 1 رطل عيش غراب طازج، نظيف ومقطع إلى نصفين إذا كان كبيرًا
- 1/2 ملعقة صغيرة فلفل مطحون قطع كبيرة
- 1 غلاف خلطة شوربة البصل بلحم البيف، الجافة
- 1 -10 1/2 أونصة مرق البيف المركز أو مرق البيف العادي
- 1 -10 1/2 كريمة هيلسي تشويس من شوربة عيش الغراب

في جهاز الطهي سعة 5 كوارت، ضع طبقة من شرائح اللحم وعيش الغراب والفلفل والشوربة الجافة. في وعاء صغير قم بمزج مرق البيف مع شوربة عيش الغراب حتى تصبح ناعمة القوام؛ ثم قم بسكبها على شرائح اللحم. قم بالتغطية والطهي 6 إلى 8 ساعات عند درجة حرارة 150 فهرنهايت (65 درجة مئوية). يتم تقديم هذه الوجبة مع الشعيرية الساخنة أو الأرز أو البطاطس المهروسة.

الدجاج في صوص الثوم المحمر

وجبة تكفي 6 أفراد

- 6 أنصاف صدور الدجاج المخلية من العظم وبدون جلد متوسطة الحجم
- 1 ملعقة صغيرة إكليل الجبل الطازج المقصوص
- 8 أونصة عيش غراب طازج، مقطع إلى شرائح
- 1 -10 1/2 أونصة كريمة هيلسي تشويس لشورية الثوم المحمر
- 1 كوب قشدة حامضية قليلة الدهون
- 1/4 كوب دقيق
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 1/4 ملعقة صغيرة فلفل أسمر
- 1/2 كوب نبيذ كريمي أو مرق دجاج خالي من الدهون
- 12 أونصة مكرونة السبانخ، المطبوخة
- 2 ملعقة كبيرة جبنة بارميزان أو رومانو مبشورة
- أغصان إكليل الجبل الطازجة
- الفلفل الحلو

قم بترتيب صدور الدجاج في جهاز الطهي 5 كوارت، مع وضعها فوق بعضها إذا لزم الأمر. قم برش إكليل الجبل المقصوص فوق الدجاج؛ ووضع طبقة من عيش الغراب في الأعلى. في وعاء صغير، قم بمزج الشورية مع القشدة الحامضية والدقيق حتى يصبح الخليط ليناً؛ لا تتم بالتسخين. قم بمزج الملح والفلفل والنبيذ؛ وقم بسكبه على الدجاج وعيش الغراب. قم بالتغطية والطهي 6 إلى 8 ساعات عند درجة حرارة 150 فهرنهايت (65 درجة مئوية) حتى يصبح الدجاج طرياً. انقل الدجاج إلى وسط طبق تقديم عميق مسخن. قم بترتيب المكرونة الساخنة حول الدجاج. قم بتقليب المرق وعيش الغراب لمزجها بالكامل؛ ثم قم بالسكب على الدجاج والمكرونة. قم برش الجبنة؛ والتزيين بأغصان إكليل الجبل والفلفل الحلو.