

Perfect



Perfect



Perfect

ES Cupón de garantía
PT Cupão de garantia

Datos del comprador

Nombre y apellidos _____

Dirección _____

Ciudad, provincia y código postal _____

Distribuidor WMF

Fecha de la compra _____

Sello del establecimiento _____



perfect



WMF Española, S.A.
www.wmf.es
64 1077 0790 printed 06/14



Perfect

Design Jo. Laubner



Perfect



Perfect



Contenido

- 1. Indicaciones de seguridad**
- 2. Utilización de la olla rápida**
- 3. Indicaciones de uso**
- 4. Cocinar con la olla rápida**
- 5. Cuatro métodos para liberar la presión**
- 6. Cuidados de la olla rápida**
Limpieza, conservación, mantenimiento
- 7. Múltiples aplicaciones**
- 8. Declaración de garantía**
- 9. Exención de responsabilidad**
- 10. Solución de averías**
- 11. Tabla de tiempos de cocción**
- 12. Recetario**
- 13. Servicios de asistencia técnica**

Consultar numeración en el interior de las dos contraportadas.

1. Indicaciones de seguridad

1. Lea detenidamente las instrucciones y todas las indicaciones antes de empezar a utilizar la olla rápida WMF. La incorrecta utilización de la olla podría dañarla.
2. No deje la olla rápida a nadie que no haya leído antes las instrucciones.
3. Mantenga a los niños alejados de la olla cuando la esté utilizando.
4. No utilice nunca la olla rápida en el horno. Las altas temperaturas dañarán los mangos, las válvulas y los dispositivos de seguridad.
5. Cuando esté bajo presión, tenga mucho cuidado al mover la olla. No toque ninguna superficie caliente. Utilice los mangos y los botones. En caso necesario, utilice guantes.
6. Utilice la olla rápida sólo para los fines previstos.
7. Esta olla cocina por presión. La utilización de la olla para otros fines podría ocasionar quemaduras. Asegúrese de haber cerrado la olla correctamente antes de ponerla en la fuente de calor. En el manual de instrucciones encontrará información al respecto.
8. No fuerce nunca la olla para abrirla. Antes de abrirlo, asegúrese siempre de que la presión ha sido completamente liberada. En el manual de instrucciones encontrará información al respecto.
9. No utilice nunca la olla sin haber echado antes agua, de hacerlo, le ocasionaría graves daños. Mínimo: 1/4 l de líquido.

Observación importante:

Asegúrese de que no se evapore todo el líquido. Las piezas de plástico podrían derretirse y dañar la olla. También podrían quemarse los alimentos o derretirse el aluminio del fondo y dañar la placa. Si esto sucediera, apague la fuente de calor y no mueva la olla hasta que se enfríe completamente.

10. No llene la olla nunca más de 2/3 de su capacidad. Cuando cocine alimentos que se expandan durante la cocción, como arroz o verduras secas, llene la olla, como máximo, hasta la mitad de su capacidad y observe las instrucciones complementarias del fabricante de la olla.
11. Mantenga la olla controlada en todo momento. Regule la potencia de calor para que el indicador no suba del correspondiente anillo naranja. Si no se reduce la potencia del calor, saldrá vapor por la válvula. Los tiempos de cocción serán diferentes y la pérdida de líquido puede ocasionar averías.
12. Utilice sólo las fuentes de calor indicadas en el manual de instrucciones.
13. Cuando cocine carne que tenga piel (como lengua), que pueda inflarse bajo el efecto de la presión, no pinche la carne mientras la piel esté hinchada, puesto que podría quemarse.
14. **Agite la olla antes de abrirla**, para que las burbujas de vapor no salpiquen y usted no se queme. Esto resulta especialmente importante cuando efectúe una descompresión rápida o sosteniendo la olla bajo un chorro de agua corriente.
15. Cuando efectúe una descompresión rápida o poniendo la olla bajo un chorro de agua corriente, mantenga las manos, la cabeza y el cuerpo fuera de la zona de peligro. Podría dañarse con el vapor que sale.
16. Antes de utilizar la olla, compruebe que los dispositivos de seguridad, las válvulas y las juntas están en perfectas condiciones de funcionamiento. Sólo así se podrá garantizar el funcionamiento seguro de la olla. En el manual de instrucciones encontrará información al respecto.
17. No utilice la olla para freír alimentos a presión con aceite.
18. No manipule los sistemas de seguridad. Limítese a cumplir las instrucciones de mantenimiento indicadas en las instrucciones de uso.
19. Cambie periódicamente las piezas que sufren desgaste (véase la garantía). Las piezas que se decoloren, se agrieten o presenten otros daños o bien que no asienten correctamente, deberán cambiarse por piezas de repuesto originales WMF.
20. Utilice siempre piezas de repuesto originales WMF. Utilice especialmente siempre ollas y tapas del mismo modelo.
21. No utilice la olla rápida si está dañada o deformada completamente o sólo en parte, o bien, cuando no funcione tal y como se indica en el manual de instrucciones. En este caso, acuda a su tienda especializada WMF más cercana o a uno de los servicios técnicos indicados en este manual.

Guarde estas instrucciones de uso.

2. Utilización de la olla rápida

Antes de usar la olla por primera vez

2.1. Abrir la olla

Deslice la corredera de cocción (7) sosteniéndola por ambos lados hasta el final del mango. La corredera de cocción (7) deberá estar en ABIERTO/OPEN (A).

Gire el mango de la tapa (5) hacia la derecha, hasta que las marcas de la tapa y del mango del cuerpo (6) coincidan (B). Levante la tapa.

2.2. Limpiar la olla

Antes de usar la olla por primera vez, quite las pegatinas y lave todas las piezas (véase el capítulo »Limpieza«).

Gire la tapa y quite el mango (5). Para ello, tire del pulsador naranja (4) situado en la parte inferior del mango de la tapa (5) en la dirección de la flecha hasta el final del mango (C), abra el mango y desengáncelo (D). Quite el anillo-junta (10) de la tapa (P).

2.3. Cerrar la olla

Enganche el mango en la tapa y deslice el pulsador naranja (4) por el borde de la tapa hasta que encaje perceptiblemente (E). Coloque el anillo-junta (10) en el borde de la tapa de forma que quede situado debajo del borde que dobla hacia dentro (G). Coloque la tapa (véase las marcas en la tapa y en el mango de la olla) y gire el mango de la tapa hacia la izquierda hasta que haga tope (B). Deslice la corredera de cocción (7) exactamente hasta la posición CERRADO/CLOSED.

3. Indicaciones de uso

3.1. Comprobación de los dispositivos de seguridad antes de cada uso

Asegúrese de que el anillo-junta (10) y el borde de la tapa están limpios. Compruebe que la bola está asentada correctamente en la válvula de seguridad (9) situada en la parte inferior de la tapa (G).

Si la bola se encuentra en la cámara superior de la válvula de seguridad/del dispositivo automático de calentamiento (9), retire el mango (5) y presione la bola con el dedo introduciéndola en la cámara inferior (F).

Retire el mango y compruebe la movilidad de la válvula principal (3) presionando con el dedo (H). Compruebe si la junta indicador de cocción (2) asienta correctamente o si está dañada.

Observe: No presione completamente la junta indicador de cocción, porque al hacerlo, podría dañar el sistema de presión residual y la olla podría dejar de funcionar correctamente (Q).

Enganche el mango en la tapa (E). Coloque la tapa en la olla y ciérrela (B).

3.2. Cantidades de líquido

Para generar vapor se necesita, al menos, 1/4 l de líquido, independientemente de que se utilice o no el cestillo (12).

Deberá llenarse la olla rápida hasta los 2/3 como máximo para que su funcionamiento no se vea afectado (M). Cuando cocine alimentos que generan espuma y se hinchan (por ejemplo, caldo de carne, legumbres, vísceras, compota), llene la olla solo hasta la mitad. Si desea más información, consulte el capítulo »Preparación de alimentos integrales«.

Si desea rehogar algún alimento (cebollas, trozos de carne, etc.) antes de cocinarlo a presión, puede utilizar la olla rápida WMF como si se tratase de una olla convencional.

Cuando prepare algún plato, antes de cerrar la olla rápida, deberá remover el contenido y añadir la cantidad de líquido necesaria (al menos, 1/4 l).

¡Atención! No utilice nunca la olla sin suficiente líquido y asegúrese siempre de que el líquido no se consume completamente. Si no observa estas indicaciones, la comida podría quemarse y la olla y los mangos de plástico podrían resultar dañados.

4. Cocinar con la olla rápida

4.1. Generalidades

En esta olla los alimentos se cocinan a presión, es decir, con temperaturas superiores a 100 °C. Los tiempos de cocción se reducen así hasta en un 70 %, lo que supone un ahorro considerable de energía. Además, este tipo de cocción rápida mantiene el olor, el sabor y las vitaminas.

4.2. Cocinar con cestillos

Dependiendo del tamaño de la olla, podrá utilizar cestillos (12) y soporte (13). Podrá adquirirlos en una tienda especializada (véase »Accesorios y piezas de repuesto« en la portada).

4.3. Calentar

Coloque la olla llena y cerrada en la fuente de calor a la máxima potencia. Mediante el dispositivo automático de calentamiento (9), que sirve al mismo tiempo de válvula de seguridad, se expulsa aire durante la fase inicial de la ebullición hasta que la válvula se cierra haciendo un sonido, y se puede formar presión.

El indicador (1) se eleva, el anillo amarillo y los dos anillos naranjas quedan a la vista (J). Reduzca el foco de calor a tiempo y hasta una potencia suficiente de forma que sólo quede visible el anillo naranja recomendado en la receta.

4.4. Tiempos de cocción

El tiempo de cocción empieza cuando el anillo recomendado en la receta queda totalmente visible. Asegúrese de que la posición del anillo permanece estable. Regule el fuego. Si el indicador (1) desciende hasta quedar por debajo del anillo naranja correspondiente, deberá aumentar la potencia de la fuente de calor.

El tiempo de cocción se prolongará.

Si el indicador (1) sube y queda por encima del segundo anillo naranja, se generará una presión excesiva que saldrá emitiendo un sonido a través de la válvula principal (3) del mango de la tapa.

Retire la olla de la fuente de calor, espere a que el indicador haya bajado del segundo anillo naranja y reduzca la potencia del foco de calor.

La olla rápida permite lograr tiempos de cocción cortos, porque gracias a la presión del vapor de la olla se alcanzan temperaturas más elevadas:

Primer anillo, aproximadamente 110 °C para alimentos sensibles como el pescado o la compota.

(45 kPa presión de funcionamiento, 90 kPa presión de regulación)

Segundo anillo, aproximadamente 119 °C para todos los demás alimentos.

(95 kPa presión de funcionamiento, 130 kPa presión de regulación, máx. 150 kPa)

Las personas sensibilizadas con el ahorro energético desconectan la fuente de calor antes de que finalice el tiempo de cocción, porque el calor acumulado en la olla basta para finalizar el proceso. Un mismo alimento puede tener tiempos de cocción diferentes, ya que la cantidad, la forma y el estado varían.

4.5. Abrir la olla

Tras finalizar el tiempo de cocción, retire la olla rápida de la fuente de calor. La tapa sólo se podrá abrir y retirar de la olla una vez que la presión haya caído completamente, es decir, cuando el indicador (1) haya desaparecido completamente del mango.

El sistema de presión residual garantiza que la olla sólo se pueda abrir una vez que la presión haya caído completamente, es decir, cuando el anillo amarillo esté totalmente oculto.

Si el anillo amarillo sigue a la vista (**K**), el dispositivo de seguridad de la presión residual se ha activado. Para soltarlo, deslice la corredera de cocción (**7**) hasta la posición CERRADO/LOCKED. Si no sale más vapor, agite la olla.

De esta forma se deshacen las burbujas de vapor de los alimentos que puedan haberse formado, especialmente en el caso de alimentos líquidos y pastosos, y que le pueden salpicar al sacar la tapa. A continuación, gire el mango de la tapa hacia la derecha y abra la olla.

4.6. Indicaciones para placas de inducción

La base TransTherm® (**11**) es apta para todo tipo de placas, incluso para las de inducción.

En las placas de inducción puede oírse un zumido si se aplica un nivel de cocción elevado.

Este ruido se produce por una cuestión técnica, y no significa que la placa ni la olla estén defectuosas.

El tamaño de la olla deberá coincidir con el del campo de cocción, puesto que de no ser así, existe la posibilidad (especialmente si los diámetros son pequeños) de que el campo de cocción (campo magnético) no reaccione en la base de la olla.



5. Tres métodos para liberar la presión

Observación importante: Si ha cocinado alimentos que forman espuma o que se hinchan (como legumbres, caldo de carne, cereales), no deje que la olla pierda la presión utilizando el método 2 ó 3. Las patatas cocidas con pella revientan cuando la olla se descomprime utilizando el método 2 ó 3.

Cuando efectúe una descompresión rápida utilizando la corredera de cocción o po- niendo la olla bajo un chorro de agua corriente, mantenga las manos, la cabeza y el cuerpo fuera de la zona de peligro. Podría dañarse con el vapor que sale.

Método 1

Retire la olla de la fuente de calor. Tras un breve espacio de tiempo, el indicador desciende (**1**). Cuando esté totalmente oculto en el mango (**I**), deslice lentamente la corredera de cocción hasta la posición ABIERTO/OPEN (**A**). Al hacerlo, se escapará el resto del vapor que quede por debajo del mango de la tapa. Cuando no salga más vapor, agite la olla un poco, para deshacer las burbujas de vapor que se hayan formado en los alimentos.

Método 2

En los alimentos con tiempos de cocción cortos (por ejemplo, verduras), deslice la corredera de cocción (**7**) despacio, paso a paso, hacia la posición ABIERTO/OPEN (**A**), hasta que salga vapor por debajo del mango de la tapa. Cuando haya colocado la corredera de cocción en la posición ABIERTO/OPEN, no salga más vapor y el indicador haya descendido por completo (**I**), **agite la olla y ábrala**.

Método 3

Si le molesta el vapor, coloque simplemente la olla en el fregadero y deje correr un chorro de agua fría por encima de la tapa (**L**) hasta que el indicador (**1**) quede oculto en el mango de la tapa (**I**). **Agite la olla y ábrala**.

6. Cuidados de la olla rápida

6.1. Limpieza

Desencaje el mango de la tapa y lávelo por ambos lados con un chorro de agua corriente (**D**) (**N**).

Suelte el anillo-junta (**10**) de la tapa (**P**) y enjuáguelo.

La olla, la tapa y los cestillos se pueden lavar en el lavavajillas. No rasque los restos de suciedad que queden, deje que se ablanden. Si presenta cal, ponga la olla al fuego con agua y vinagre.

Limpie periódicamente la base de la olla.

6.2. Conservación

Tras la limpieza, el anillo-junta (**10**) deberá guardarse por separado para protegerlo.

6.3. Mantenimiento

Las piezas de la olla rápida están sometidas a un desgaste. Por ello, después de un largo período de utilización, deberán revisarse comprobando la »Lista de piezas de repuesto».

Si se han producido cambios visibles, las piezas afectadas deberán cambiarse.

Utilice siempre piezas de repuesto originales del fabricante.

Observación: Si se daña el mango de la tapa (**5**), deberá repararse en el servicio técnico.

7. Múltiples aplicaciones

Las ventajas de este modo de cocina rápida no se aplican sólo a los modos de preparación convencionales:

7.1. Preparación de alimentos congelados

Los alimentos congelados pueden cocinarse en la olla rápida sin necesidad de descongelarlos antes. Deje que se descongele un poco la carne antes de sofreírla. La verdura puede echarse directamente del envase en la olla.

El agua tardará más tiempo en romper a hervir, pero los tiempos de cocción no varían.

7.2. Preparación de alimentos integrales

Para hacer comidas integrales, se suelen utilizar cereales y legumbres. En la olla rápida, no es necesario poner a remojo antes los cereales ni las legumbres. Los tiempos de cocción suelen ser la mitad de los convencionales.

Introduzca 1/4 l de líquido como mínimo en la olla y además por cada parte de cereales/legumbres añada como mínimo 2 partes de líquido. El calor residual del foco de calor puede utilizarse para que la comida acabe de hacerse. Observe que para los alimentos que generan espuma o se hinchan (cereales, legumbres), deberá llenar la olla sólo hasta la mitad.

7.3. Preparación de conservas

Para recipientes de 1 l se utiliza la olla de 6,5 y 8,5 l, para envases más pequeños, la olla de 4,5 l. Prepare los alimentos como siempre.

Llene la olla con 1/4 l de agua. Introduzca los recipientes en el cestillo perforado.

Cueza la verdura/la carne en el 2º anillo naranja durante aproximadamente 20 minutos

Cueza la fruta en el 1º anillo naranja durante aproximadamente 5 minutos

Cueza la fruta con hueso en el 1º anillo naranja durante aproximadamente 10 minutos

Para hacer salir el vapor, deje que la olla se enfrie lentamente (método 1): no utilice la corredera de cocción ni la coloque bajo un chorro de agua, porque de hacerlo así, el zumo haría presión en los tarros.

7.4. Exprimir

Puede utilizar la olla rápida para hacer zumo de pequeñas cantidades de fruta. Introduzca 1/4 l de agua en la olla, coloque la fruta del cestillo perforado al cestillo no perforado y eche azúcar al gusto. Cuézala en el 2º anillo naranja. Dependiendo del tipo de fruta, el tiempo de cocción oscila entre 10 y 20 minutos. Deje que salga la presión de la olla colocándola bajo un chorro de agua corriente (método 3). Agítela un poco antes de abrirla.

7.5. Esterilizar

Podrá esterilizar biberones, tarros de cristal, etc. muy rápidamente. Colóquelos con la abertura hacia abajo en el cestillo perforado, eche 1/4 l de agua y esterilícelos durante 20 minutos como mínimo en el 2º anillo naranja. Deje que enfrie lentamente (método 1).

7.6. Cocción con interiores

Dependiendo del tamaño de la olla, podrá utilizar interiores y soporte. Podrá adquirirlos en la tienda especializada como accesorios. La olla rápida también le permite preparar varios platos al mismo tiempo. Los diferentes ingredientes se separan utilizando cestillos. El plato que necesite un mayor tiempo de cocción deberá colocarse en primer lugar sin cestillo en la olla.

Ejemplos

Asado (20 min) – base de la olla
Patatas (8 min) – cestillo perforado
Verdura (8 min) – cestillo no perforado

Deje que el asado se haga durante 12 minutos. A continuación, abra la olla según las indicaciones. Coloque las patatas en el cestillo perforado sobre el soporte portacomidas, coloque las verduras en el cestillo no perforado, cierre la olla y deje que se hagan durante otros 8 minutos. Si los tiempos de cocción de los diferentes alimentos no son muy diferentes, puede introducir todos los cestillos en la olla al mismo tiempo.

Al abrir de vez en cuando la olla, sale vapor, por lo que deberá echar más líquido del necesario.

8. Declaración de garantía

Mientras la olla está en garantía, tendrá garantizado el correcto funcionamiento del producto y de todas sus piezas. La garantía cubre un período de 3 años, y empieza en el momento de la compra del producto en la tienda especializada WMF, documentada mediante un certificado de garantía cumplimentado en su totalidad por el vendedor.

Si el producto presenta algún defecto mientras está en garantía, solucionaremos el problema de forma gratuita, cambiando la pieza defectuosa por otra en buen estado. Las piezas defectuosas sólo pueden cambiarse en las tiendas especializadas WMF o en uno de los servicios técnicos que figuran en este manual. La garantía sólo cubre esta reclamación, y no genera ningún otro derecho.

Para hacer efectiva la garantía, deberá presentarse el certificado, que deberá entregarse al comprador al adquirir la olla rápida WMF. La garantía sólo tendrá validez presentando el certificado de garantía debidamente cumplimentado en su totalidad.

Por supuesto, esta declaración de garantía no restringe sus derechos legales. Dentro del período de garantía, le corresponden los derechos de garantía legales de rectificación de defectos por reparación o reemplazo de la mercancía, reducción del precio, renuncia e indemnización.

Se excluyen del derecho de garantía:

- Junta indicador de cocción
- Junta del sistema de presión residual
- Junta de la salida del vapor
- Válvula de seguridad
- Anillo-junta
- Pilas

Estas piezas están sometidas a un desgaste natural. 10 años de garantía de entrega sobre las piezas de repuesto.

9. Exención de responsabilidad

No se ofrece ninguna garantía en caso de daños debidos a los siguientes motivos:

- Utilización indebida e incorrecta
- Trato incorrecto o negligente
- Reparaciones incorrectas
- El montaje de piezas de repuesto que no se corresponde con el modelo original
- Efectos químicos o físicos sobre las superficies de la olla
- Incumplimiento de estas instrucciones de manejo

Nombre y dirección del otorgante de la garantía

WMF ESPAÑOLA, S. A.
Avda. Llano Castellano, 15
28034 Madrid (España)

El derecho de garantía deberá hacerse efectivo directamente en una tienda especializada WMF o en uno de los servicios técnicos indicados en este manual.



10. Solución de averías

Averías de la olla rápida

El tiempo inicial de calentamiento o el indicador (1) no sube.

El vapor sale por la tapa.

De la válvula de seguridad/automática de cocción (9) sale continuamente vapor (no se aplica a la fase inicial de calentamiento).

Causa	Solución
El diámetro del foco de calor no es apto.	Seleccione el foco de calor adecuado al diámetro de la olla.
La potencia del foco de calor no es la adecuada.	Aumente la potencia.
La tapa no está colocada correctamente.	Libere completamente la presión de la olla, abra la tapa. Compruebe que el anillo-junta (10) asienta correctamente y vuelva a cerrar la olla.
La bola no asienta correctamente en la válvula de seguridad/en la automática de cocción (9) .	Libere totalmente la presión de la olla, ábrala, retire el mango, compruebe la válvula de seguridad (9) , compruebe que la bola de metal asienta en la tapa (F) y (G) vuelva a cerrar la olla.
Falta líquido (mín. 1/4 l.).	Libere completamente la presión, abra la tapa. Eche más líquido y cierre nuevamente la olla.
El anillo-junta (10) y/o el borde de la olla no están limpios.	Libere completamente la presión, abra la tapa. Limpie la junta de cierre (10) y el borde de la tapa y vuelva a cerrar la olla.
La corredera de cocción (7) no está en CERRADO/LOCKED.	Coloque la corredera de cocción (7) en CERRADO/LOCKED.
El anillo-junta (10) está dañado o está duro (por desgaste).	Cambie el anillo-junta (10) por otro original WMF.
La bola no asienta correctamente en la válvula. La bola se ha introducido en la cámara superior.	Libere completamente la presión, abra la tapa y retire el mango. Introduzca la bola en la cámara inferior (F) , compruebe si la válvula principal (3) se mueve (G) y vuelva a cerrar la olla.

11. Tabla de tiempos de cocción

Minutos

Cerdo y ternerae Cocinar con el anillo 2 y tener en cuenta la cantidad mínima de llenado de 1/4 l. No se necesita ningún accesorio especial.	Cerdo troceado	5 - 7	Tiempo de cocción según tamaño y forma
	Goulasch de cerdo	10 - 15	
	Carne de cerdo adobada	20 - 25	
	Ternera troceada	5 - 7	
	Goulasch de ternera	10 - 15	
	Pierna de ternera en pieza	25 - 30	
	Lengua de ternera	15 - 20	
Vaca Cocinar con el anillo 2 y tener en cuenta la cantidad mínima de llenado de 1/4 l. Para la lengua de vaca se necesita un portacomidas calado.	Asado de ternera Vasca	20 - 25	Tiempo de cocción según tamaño y forma
	Asado de carne picada	10 - 15	
	Carne adobada	30 - 35	
	Lengua de vaca	45 - 60	
	Troceada	6 - 8	
	Goulasch	15 - 20	
	Rulada	15 - 20	
Pollo Cocinar con el anillo 2 y tener en cuenta la cantidad mínima de llenado de 1/4 l. Para la sopa de pollo se necesita un portacomidas calado.	Asado de vaca	35 - 45	Tiempo de cocción según tamaño y forma
	Sopa de pollo	20 - 25	
	Piezas de pollo	6 - 8	
	Muslo de pavo	25 - 30	
	Ragout de pavo	6 - 10	
	Filete de pavo	2 - 3	
Caza Cocinar con el anillo 2 y tener en cuenta la cantidad mínima de llenado de 1/4 l. No se necesita ningún accesorio especial.	Asado de liebre	15 - 20	Máx. 1/2 cantidad de llenado Dependiendo del grosor del muslo
	Lomo de liebre	10 - 12	
	Asado de ciervo	25 - 30	
	Goulasch de ciervo	15 - 20	
Cordero Cocinar con el anillo 2 y tener en cuenta la cantidad mínima de llenado de 1/4 l.	Ragout de cordero	20 - 25	El carnero tiene tiempos de cocción más largos Tiempo de cocción según tamaño y forma
	Asado de cordero	25 - 30	
Sopas Cocinar con el anillo 2 y tener en cuenta la cantidad mínima de llenado de 1/4 l y la cantidad máxima de llenado de 1/2 contenido de la olla. No se necesita ningún accesorio especial.	Puré de guisantes, de lentejas	12 - 15	Legumbres secas reblandecidas Válido para todo tipo de carnes
	Caldo de carne	25 - 30	
	Puré de verduras	5 - 8	
	Sopa de goulasch	10 - 15	
	Sopa de pollo	20 - 25	
	Sopa de rabo de buey	35	
	Puré de patata	5 - 6	
			Tiempo dependiendo del tamaño

Minutos

Hortalizas

Cocinar con el anillo 1 y tener en cuenta la cantidad mínima de llenado de 1/4 l. Para la col fermentada y la remolacha roja no se necesita ningún accesorio. Para los demás platos se precisa el portacomidas. A partir de las judías se incrementa la temperatura del tiempo de cocción (Anillo 2).

Berenjenas, pepinos, tomates	2 - 3	Hortalizas cocidas al vapor no se disuelven tan rápidamente
Coliflor, pimiento, puerro	3 - 5	
Guisantes, apio, colinabo	4 - 6	
hinojo, zanahoria, berza	5 - 8	
Judías, col común, lombarda	7 - 10	
Col fermentada	10 - 15	
Remolacha roja	15 - 25	
Patatas hervidas	6 - 8	
Patatas con piel	6 - 10	Las patatas con piel se abren si se escapa el vapor muy rápido
Filetes de pescado	2 - 3	Rociados en su propio jugo
Pescados enteros	3 - 4	Rociados en su propio jugo
Ragout o goulasch	3 - 4	
Guisantes, judías, lentejas	10 - 15	Las judías grandes 10 min. más de cocción
Trigo sarraceno, gachas de maíz	7 - 10	Tiempo de cocción para cereales reblandecidos
Maíz, escanda verde	6 - 15	Tiempo de cocción para cereales reblandecidos
Arroz con leche	20 - 25	Cocción con el anillo 1
Arroz de grano largo	6 - 8	
Arroz integral	12 - 15	
Trigo, centeno	10 - 15	Tiempo de cocción para cereales reblandecidos
Cerezas, ciruelas	2 - 5	Cocción con portacomidas calado.
Manzanas, peras	2 - 5	Cocción con portacomidas calado.

Legumbres secas Cereales

Cocinar con el anillo 2 y tener en cuenta la cantidad mínima de llenado de 1/4 l y la cantidad máxima de llenado de 1/2 contenido de la olla, con dos partes de agua por cada parte de cereales. Los cereales no reblandecidos precisan una cocción de 20-30 min más larga.

Fruta

Cocinar con el anillo 1 y tener en cuenta la cantidad mínima de llenado de 1/4 l.

- ☒ El tiempo de cocción empieza cuando en el indicador esté visible el anillo recomendado.
- ☒ Los tiempos de cocción indicados son aproximativos.
- ☒ Es preferible seleccionar tiempos de cocción cortos, pues la cocción siempre puede continuarse cuando sea preciso.
- ☒ Los tiempos de cocción para las verduras están definidos de manera que éstas sigan algo crujientes después de la cocción.
- ☒ La temperatura de cocción en el primer anillo asciende a 109 °C y en el segundo a 117 °C.

Encontrará recetas en www.wmf.com

12.0. Recetario

12.1. Caldos – Sopas – Potajes

Alubias rojas a la burgalesa
Alubias estofadas al azafrán
Cocido
Consomé
Fabada asturiana
Garbanzos con arroz
Guiso de fideos
Lentejas estofadas
Potaje de alubias con arroz
Sopa de escudella catalana
Sopa de verduras
Sopa de mariscos

12.2. Verduras

Coliflor al ajo arriero
Guisantes con champiñones
Judías verdes a la extremeña
Pimientos rellenos
Pisto riojano
Puré de verduras
Verdura estofada
Zanahorias salteadas

12.3. Arroz

Arroz a la marinera
Arroz a la valenciana

12.4. Pasta

Macarrones con queso ahumado
Tortellini al jerez

12.5. Pescados – Mariscos

Almejas a la marinera
Atún con verduras
Bacalao con patatas
Calamares guisados
Caldero de pescado
Merluza a la marinera
Pulpo a la gallega
Salmón a la jardinera

12.6. Carnes

Calderata de cordero
Callos a la madrileña
Carne asada
Codornices con salsa de naranja
y nueces
Estofado agri-dulce
Fiambre de carne picada
Filetes en salsa
Gallina en pepitoria
Pierna de cerdo al jerez
Pollo al ajillo
Pollo envuelto en jamón
Pollo con pimientos
Redondo de pavo
Riñones al jerez
Ternera rellena

12.7. Postres

Flan
Flan de coco
Pudín de chocolate

12.1. Caldos – Sopas – Potajes

Alubias Rojas a la Burgalesa

Tiempo de cocción:
2 anillos, 5-6 minutos

400 grs. de alubias rojas
1 chorizo
1 morcilla de Burgos
1 cebolla
2 dientes de ajo
1 cucharadita de pimentón rojo dulce
1 cucharadita de harina
2 cucharaditas de aceite de oliva y sal

Remojar las alubias la noche anterior a su preparación.
Escurrir el agua del remojo y ponerla en la olla con agua fría y el chorizo.
Hacer el sofrito poniendo el aceite en una sartén, freír la cebolla y ajos picados y añadir la harina y el pimentón, echar sobre las alubias una vez abierta la olla, salar y dejar que todo junto dé uno hervor sin cerrar la olla.
Freír la morcilla a rodajas y servir junto a las alubias.

Alubias estofadas al azafrán

Tiempo de cocción:
2 anillos, 7-8 minutos

400 grs. de alubias blancas
2 dientes de ajo
1 cebolla (200 grs.)
1 cucharada de vinagre
2 cucharadas de aceite de oliva
perejil, tomillo, comino, azafrán
1 1/2 litros de agua
pimienta y sal

Remojar las alubias durante la noche anterior a su preparación.
Escurrirlas del agua del remojo y ponerlas en la olla con agua fría.
Agregar los ajos y la cebolla picada, el vinagre, aceite, perejil, tomillo, azafrán y pimienta.
Terminada la cocción, abrir la olla y echar el

comino y la sal.

Abrir la olla, colar el caldo y poner de nuevo en la olla, echar los fideos, la patata a trocitos y las butifarras. Dejar hervir 3 minutos sin cerrar. Trocear todas las carnes y añadirlas al caldo, así como los garbanzos.
Servir caliente.

Cocido

Tiempo de cocción:
2 anillos, 12 minutos

1/4 kilo de garbanzos
1 repollo
1 zanahoria
1 ó 2 patatas pequeñas
100 grs. de chorizo
100 grs. de tocino
1 hueso de tuétano,
1 hueso de espinazo
1 pechuga de gallina
1 punta de jamón
1 trozo de carne de vaca, sal
60 grs. de fideos

Los garbanzos hay que ponerlos en agua el día anterior. Se cuecen en la olla todos los ingredientes, menos la sal. Una vez cocido se cuela el caldo y se hace la sopa que se prefiera. Las verduras cocerlas en el cestillo. El resto se sirve junto, la carne, tocino y chorizo cortados en trocitos.

Consomé

Tiempo de cocción:
2 anillos, 8 minutos

1/4 kilo de carne de morcillo
1/4 de gallina
1 hueso de rodilla de vaca
1 punta de jamón
2 tomates
2 ó 3 dientes de ajo sin pelar
1/2 cebolla
1 copita de vino blanco
perejil, sal, 1 clara de huevo

En litro y medio de agua fría se ponen a cocer todos los ingredientes menos la sal, que se añadirá después de la cocción. Una vez cocido se cuela el caldo a través de un paño húmedo y se añade la clara mezclada con algo de caldo. Se sirve frío o caliente. Solo o con trocitos de pan frito, jamón, huevo cocido, etc.

Fabada asturiana

Tiempo de cocción:
2 anillos, 8-10 minutos

1/2 kilo de judías blancas de la mejor clase
1/4 kilo de chorizo curado
1/2 kilo de lacón curado
1 morcilla asturiana
1 trozo de espinazo de cerdo, sal

Se pone en la olla litro y medio de agua y todos los ingredientes menos la sal.
Se sirve todo junto, troceados la morcilla, el chorizo y el lacón.

Garbanzos con arroz

Tiempo de cocción:
2 anillos, 7-8 minutos
250 grs. de garbanzos
150 grs. de arroz
200 grs. de cebolla
1 dl. de aceite
2 dientes de ajo
1 hoja de laurel
100 grs. de puré espeso de tomate
1/2 litro de caldo o agua
sal, pimienta

Previamente se ponen los garbanzos en remojo con agua templada y un poco de sal. Se frien en la olla con aceite la cebolla y el ajo picados, se añade el tomate y los garbanzos, a continuación se agrega la pimienta y el laurel, y se cubren los ingredientes con el caldo hirviendo, posteriormente se cierra la olla. Una vez cocidos los garbanzos, se añade el arroz, y se vuelve a cerrar la olla dejándola a presión en el primer anillo otros 3 minutos.

Guiso de fideos

Tiempo de cocción:
2 anillos, 2-3 minutos
200 grs. de fideos gordos
1 calamar mediano
250 grs. de chirlas
1 cebolla (150 grs.)
2 dientes de ajo
250 grs. de tomates maduros
200 grs. de patatas
4 cucharadas de aceite de oliva
1 1/2 litros de agua
sal

Calentar el aceite en la olla y freír la cebolla, los ajos y los tomates, todo muy picadito. Cuando el sofrito está hecho, añadir el calamar y las patatas, ambos a dados pequeños. Cubrir con el agua hirviendo y echar los fideos y las chirlas.

Lentejas estofadas

Tiempo de cocción:
2 anillos, 5-6 minutos

400 grs. de lentejas
1 hueso de jamón
100 grs. de jamón serrano
100 grs. de chorizo
4 dientes de ajo
1 tomate, 1 cebolla,
1 hoja de laurel, sal, aceite

Se ponen en la olla el aceite, la cebolla cortada en trozos, los ajos enteros pelados, el tomate partido por la mitad, el chorizo y el jamón en tacos, la hoja de laurel, el hueso del jamón y por último las lentejas, que habrán estado en remojo anteriormente.

Se cubren de agua hasta alcanzar unos dos dedos por encima de los ingredientes, se sazón.

Potaje de alubias con arroz

Tiempo de cocción:
2 anillos, 4-5 minutos

300 grs. de alubias pintas
 250 grs. de judías verdes
 100 grs. de arroz
 una punta de jamón
 1 1/2 litros de agua

Remojar las alubias la noche anterior a su preparación.

Calentar el aceite en la olla, freír los ajos, cebolla y tomates, todo muy picado, añadir el pimentón, las alubias, el agua fría y la punta de jamón.

Sofrito:

2 cucharadas de aceite de oliva
 2 dientes de ajo
 1 cebolla (150 grs.)
 2 tomates rojos
 1 cucharadita de pimentón rojo
 sal

Abrir la olla, añadir las judías verdes, el arroz y sal.

Tiempo de cocción:

2 anillos, 3 minutos

Sopa de escudella catalana

Tiempo de cocción:
 2 anillos, 12 minutos

100 grs. de garbanzos
 250 grs. de carne de ternera (morcillo)
 100 grs. de tocino entreverado
 1/4 de pollo
 1 hueso de jamón
 2 zanahorias
 1 rama de apio
 1 cebolla
 unas hojas de col
 1 patata
 un trozo de butifarra negra
 un trozo de butifarra blanca
 50 grs. de fideos
 1 1/2 litros de agua
 sal

Remojar los garbanzos la noche anterior a su preparación.

En la olla con el agua fría poner la carne, el tocino, el pollo sin piel, el hueso de jamón, la rama de apio, las zanahorias, la cebolla y las hojas de col.

Llevar al fuego hasta que rompa a hervir, espumarlo y en el cestito de la olla echar los garbanzos y sumergirlos.

Sopa de verduras

Tiempo de cocción:
 2 anillos, 7 minutos

1/4 kilo de champiñon
 limpio y picado
 1/4 kilo de carne de ternera cocida
 3 zanahorias
 200 grs. de espinacas
 1 rama de apio
 1 cucharada de salsa de soja
 1 pizca de pimienta, sal

Lavar las verduras y cortarlas en tiras o cuadrados. Cocer la carne previamente cortada.

Abrir y añadir las verduras.

Poner todo a cocer en litro y medio de agua. Una vez cocido, condimentarlo con la salsa y la pimienta. La sopa será mucho más sabrosa si empleamos el caldo donde se ha cocido la carne, y si ésta no estaba muy hecha al ponerla a cocer con las verduras.

Sopa de mariscos

Tiempo de cocción:
 2 anillos, 3 minutos

Una docena de cangrejos
 1/4 kilo de almejas
 1/4 kilo de gambas
 1/2 kilo de mejillones
 cebolla, ajo, perejil, tomate, laurel, aceite, sal, pimienta

Se cuecen los mariscos, junto con la cebolla, ajo, perejil, tomate, laurel y aceite. Una vez cocidos se apartan las colas de los cangrejos y las

gambas, que se pelan y se dejan aparte. Se cuela el caldo con un paño húmedo. Se añaden las gambas y los cangrejos pelados, y las almejas y mejillones.

12.2. Verduras

Coliflor al ajo arriero

Tiempo de cocción:
1 anillo, 3-4 minutos

1 coliflor
2 dientes de ajo
perejil muy picado
aceite, vinagre
sal, pimentón, agua

Se cuece la coliflor cortada en ramitos. Se machaca en el mortero el ajo con el perejil y la sal. Se añaden 2 cucharadas de aceite y 2 del agua de cocción de la coliflor. Se frie un ajo sin que se queme y se retira éste. Con el aceite ya frío se añade el vinagre y el pimentón y se da un hervor, incorporando lo del mortero. Se vierte la salsa sobre le coliflor y se sirve.

Guisantes con champiñones

Tiempo de cocción:
1 anillo, 3-4 minutos

600 grs. de guisantes desgranados
200 grs. de champiñones
2 zanahorias, 1 lechuga cebollitas,
2 cucharadas de mantequilla
1/2 vaso de leche evaporada
hinojo, tomillo, sal, pimienta

Se colocan en la olla las verduras previamente lavadas y picadas, de la lechuga solo se echan las hojas centrales. Se añade la mantequilla y la leche evaporada, se sazona con sal y pimienta, y por último se espolvorea con tomillo e hinojo.

En caso de que al destapar la olla la salsa

estuviera algo clara, se le daría un hervor con la olla destapada hasta conseguir el punto deseado.

Judías verdes a la extremeña

Tiempo de cocción:
1 anillo, 5-6 minutos

300 grs. de patatas
200 grs. de cebolla
1 pimiento verde
2 dientes de ajo
800 grs. de judías verdes (vainas)
100 grs. de puré de tomate
1 dl. de aceite
1 vaso de agua
perejil, pimentón

Se ponen en la olla las judías verdes limpias y cortadas, se añaden las patatas cortadas en trozos no muy grandes. Se pica la cebolla, el ajo, el perejil y el pimiento verde, a continuación se fríen suavemente en el aceite y cuando comiencen a dorarse se añade el pimentón y el tomate. Se echan todos los ingredientes sobre las judías verdes y las patatas y se agrega el agua.

Pimientos rellenos

Tiempo de cocción:
2 anillos, 4 minutos

6 pimientos
3/4 de kilo de carne picada
200 grs. de jamón
cebolla, ajo, perejil, orégano
pimienta y sal

Se lavan los pimientos y se vacían de las semillas. Se vuelven a lavar y se escurren. En una sartén se fríe la cebolla picada y el ajo triturado. Cuando esté a punto de dorarse, se añade la carne picada, previamente sazonada con la sal, pimienta y orégano, y el jamón partido en trocitos. Se dora muy ligeramente y se retira. Se llenan los pimientos con la carne y se ponen a cocer en 1/2 litro de caldo de carne. Se sirven enteros, con la salsa.

Pisto riojano

Tiempo de cocción:

2 anillos

5 minutos

1/2 kilo de lomo de cerdo
manteca de cerdo
puré de tomate
salchichas, pimientos morrones
1/4 kilo de calabacines
200 grs. de cebolla muy picada
ajo, pimienta, pimentón
orégano, clavo, sal

Se pone el lomo troceado en adobo de la pimienta, ajo, pimentón, orégano y agua el día anterior. Se doran los trozos de adobo en manteca de cerdo dentro de la olla. Se añade el puré de tomate, los calabacines y los pimientos troceados y las salchichas. Se pone a cocer.

Puré de verduras

Tiempo de cocción:

1 anillo, 8-10 minutos

2 patatas
2 tomates
2 calabacines
2 nabos
2 cebollas
50 grs. de queso rallado
2 panecillos de pan duro
perejil, aceite, sal, pimienta
mantequilla

Limpias y cortadas todas la verduras se cubren con agua, salpimentándolas al gusto. Una vez cocidas, se pasan por el colador chino y se les añade la mantequilla. Se frien en aceite muy caliente los panecillos cortados a dados y se sirven aparte, al igual que el queso rallado.

Verdura estofada

Tiempo de cocción:

2 anillos, 3 minutos

2 berenjenas, 4 cebollas

2 dientes de ajo

1/4 kilo de garbanzos cocidos al natural

4 tomates, perejil picado

aceite, sal, pimienta

Cortar las berenjenas en rodajas de 1 centímetro de espesor y colocar las rodajas en la olla, untadas con aceite y apretadas unas con otras. Añadir el ajo triturado, las cebollas en trozos y los garbanzos. Quitar el corazón a los tomates, pelarlos y añadirlos partidos en trozos. Añadir también caldo o agua y esparcir sal y pimienta. Poner a cocer. Servir con el perejil picado por encima.

Zanahorias salteadas

Tiempo de cocción:

2 anillos, 2 minutos

1 kg. de zanahorias

400 grs. de guisantes desgranados, frescos o congelados

100 grs. de bacon ahumado

1 cebolla (200 grs.)

1/2 l. de agua o caldo de verduras

2 cucharadas de aceite de oliva,
sal

Picar la cebolla muy fina y freírla en la olla con el aceite, añadir las zanahorias, previamente raspadas y cortadas en rodajas, el bacon a trozos y los guisantes. Rociar con el agua o caldo de verduras caliente. Salar.

12.3. Arroz

Arroz a la marinera

(Dejándolo reposar)

Tiempo de cocción:

1 anillo, 3 minutos

(Abriendo la olla rápidamente)

Tiempo de cocción:

2 anillos, 3 minutos

1/4 kilo de arroz
almejas, gambas, mejillones
pimientos morrones,
2 tomates, cebolla, ajo, perejil,
sal, aceite, vino blanco

Se cuecen los mariscos con un poco de vino blanco, sal y agua hasta que los cubra. Se deja reposar el caldo y se cuela.

Se lava el arroz. En aceite caliente se rehoga la cebolla, ajo y perejil muy picado. Se añaden los tomates, limpios, troceados y sin piel, se echa el arroz y el pimiento en trozos y se la da unas vueltas. Se añade el caldo de los mariscos y se pone a cocer.

Se agregan los mariscos y se sirve.

Arroz a la valenciana

(Dejándolo reposar)

Tiempo de cocción:

1 anillo, 3 minutos

(Abriendo la olla rápidamente)

Tiempo de cocción:

2 anillos, 3 minutos

300 grs. de arroz
150 grs. de costillas de cerdo
1/2 pollo troceado
50 grs. de habas
100 grs. de guisantes
100 grs. de judías verdes
1/4 kilo de pescado
8 cangrejos
2 pimientos asados
pimentón, azafrán, sal

En el aceite caliente dorar las costillas y el pollo. Añadir las verduras, y cuando estén un poco fritas, el pimentón, azafrán y la sal, el pescado y los cangrejos. Echar el agua en la siguiente proporción: 1 medida y media por 1 de arroz. En cuanto rompa a cocer el caldo, añadir el arroz sin remover.

12.4. Pasta

Macarrones con queso ahumado

Tiempo de cocción:

1 anillo, 3 minutos

250 grs. de macarrones
250 grs de champiñones
100 grs. de bacon
200 cc. de nata líquida
200 grs. de queso Idiazábal
2 cucharadas de aceite de oliva
pimienta y sal

Poner a hervir 2 litros de agua en la olla, echar la sal y los macarrones ponerlos en el cestito. Calentar el aceite en una sartén y freír los champiñones cortados a láminas, junto con el bacon a trozos, y una vez evaporada el agua que sueltan los champiñones, incorporar la nata y salpimentar a gusto. Sacar el cestito de la olla, y cuando están bien escurridos, mezclar con la salsa. Echar en fuente refractaria, cubrir con el queso ahumado de Idiazábal a lonchas y gratinar en el horno hasta que tengan un bonito color dorado. Servir calientes.

Tortellini al jerez

Tiempo de cocción:

1 anillo, 3-4 minutos

250 grs. de tortellini
1 l. de caldo de carne
1 huevo duro
50 grs. de jamón serrano
50 grs. de queso rallado
una copa de jerez seco
un vasito de aceite
sal

Echar el caldo en la olla y cuando rompe a hervir añadir los Tortellini.

Abrir la olla y añadir el huevo duro picado, el jamón cortado a trocitos, el queso rallado, el jerez seco, la leche y sal, si hiciera falta, comprobar antes. Servir caldosos y calientes

12.5. Pescados – Mariscos

Almejas a la marinera

Tiempo de cocción:
2 anillos, 3-4 minutos

1 kg. de almejas (o chirlas)
1 cebolla (200 grs.)
3 dientes de ajo
perejil, tomillo
1 pimiento verde
1/2 litro de agua o caldo de pescado
1 vasito de vino blanco
1 cucharada rasa de harina
3 cucharadas de aceite de oliva
sal

En la olla poner el aceite y freír la cebolla, los ajos y el pimiento verde picado, agregar perejil y tomillo y una vez rehogado, espolvorear la harina, salar, echar las almejas o chirlas (después de limpiarlas muy bien, cambiándolas de agua), el agua o caldo caliente y el vino blanco.

Atún con verduras

Tiempo de cocción:
1 anillo, 3 minutos

3/4 de kilo de atún en rodajas
1/2 kilo de espinacas frescas
250 grs. de tomates frescos
cebolla, 4 dientes de ajo, aceite
1 vaso de vino blanco

Dorar la cebolla y añadir los ajos picados, los tomates pelados y partidos y sofreír unos minutos. Añadir las espinacas, limpias y escurridas y pasadas por la sartén. Encima colocar el atún sin piel. Agregar el vino blanco y un poco de agua. Sazonar con sal y pimienta. Cocer.

Bacalao con patatas

Tiempo de cocción:
2 anillo, 4 minutos

1/2 kilo de bacalao
1/2 kilo de patatas
1 cebolla
aceite, vino blanco

Se frié ligeramente la cebolla en un poco de aceite. En el fondo de la olla se ponen capas de cebolla, otra de bacalao y otra de rodajas de patata. La última capa será de cebolla. Se echa un chorrito de aceite y el vino blanco, y se añade el agua necesaria. Se pone a cocer.

Calamares guisados

Tiempo de cocción:
2 anillos, 3 minutos
3/4 de kg. de calamares
1 cebolla
1 pimiento verde
250 grs. de guisantes
2 zanahorias
1 patata
1 vaso de jerez seco (50 ml.)
pimentón dulce
3 c. de aceite de oliva, sal

Poner el aceite a calentar en la olla y freír la cebolla y el pimiento troceados así como los calamares cortados a rodajas, rehogar, salar, añadir el pimentón, a gusto, los guisantes, las zanahorias ralladas y la patata a cuadritos, regar con el jerez seco.

Caldero de pescados

Tiempo de cocción:
1 anillo, 2 minutos

1 calamar
200 grs. de almejas
200 grs. de gambas
200 grs. de rape o mero
100 grs. de arroz
2 dientes de ajo
2 tomates
1 pimiento verde
4 cucharadas de aceite de oliva
1 1/2 l. de agua
azafrán, sal y pimienta

Calentar el aceite en la olla, y freír los ajos, el pimiento y los tomates todo muy picadito. Añadir el agua y el azafrán machacado en el mortero, echar el arroz y el calamar cortado en taquitos, salpimentar.

Abrir y echar, las gambas, el rape o mero y las almejas, después de haberlas lavado muy bien.

Tiempo de cocción:

1 anillo, 1-2 minutos. Dejar reposar unos 5 minutos y servir bien caliente.

Merluza a la marinera

Tiempo de cocción:

1 anillo, 2-3 minutos

Merluza, ajo, perejil, salsa de tomate
almejas, 100 grs. de jamón
1 cucharada de harina
2 cucharadas de aceite, sal

En el aceite se dora la cebolla picada, el ajo y perejil y el jamón.

Se añade el agua donde cocieron las almejas y una cucharada de harina. Se echa la merluza en rodajas y las almejas y se pone todo a cocer.

Pulpo a la gallega

Tiempo de cocción:

2 anillos, 6 - 7 minutos

Pulpo, aceite, laurel,
sal, pimentón

Lavar bien el pulpo. No es necesario machacarlo si lo hemos congelado y descongelado previamente. En agua hirviendo meter y sacar el pulpo 3 ó 4 veces hasta que se rice y dejarlo en el agua para que cueza. Añadir el laurel y la sal.

Ya cocido se parte en trocitos y se pone en una fuente. Se riega con aceite y se espolvorea de pimentón.

Salmón a la jardinera

Tiempo de cocción:
1 anillo, 3 minutos

3/4 de kilo de salmón fresco
en rodajas
limón, sal, pimienta
250 grs. de guisantes
aceite

Lavar el salmón al chorro de agua y secarlo con un paño. Rociar con zumo de limón y sazonar de sal y pimienta. Poner la mantequilla en la olla y fundir un poco. Añadir los guisantes y el salmón. Cocer. Servir en una fuente con guarnición de patatas tiernas.

12.6. Carnes

Caldereta de cordero

Tiempo de cocción:
2 anillos, 8-10 minutos

3/4 de kilo de carne de cordero
1 hígado de cordero, cebolla, ajo
2 pimientos, pimentón
1 vaso de vino tinto, aceite
1 cucharada de harina
laurel, pimienta, perejil, tomillo

Freír un ajo y dorar los trozos de cordero y el hígado. Apartar el hígado y añadir a la carne la cebolla picada y el laurel. Cuando la cebolla empiece a dorarse agregar el pimentón, el vino, la harina y un poco de agua.

Machacar la pimienta, ajo frito, aceite y pimientos junto con el hígado y diluirlo todo con un poco de salsa del cordero ya hecho. Servirlo en una fuente espolvoreado de perejil muy picado.

Callos a la madrileña

Tiempo de cocción:
2 anillos, 15-20 minutos

1/2 kilo de morro de ternera
1/2 kilo de callos,
1 pata
2 chorizos,
1/4 kilo de tomates
ajo, perejil, pimienta, nuez moscada, clavo,
aceite, sal, limón, laurel, hierbabuena, guindilla
picante

Lavar bien los callos y el morro y frotar con limón. Quitar los huesos de la pata y partir en trozos. Poner a cocer con trozos de cebolla, perejil, ajos, laurel, hierbas y especias. Después de cocidos se dejan enfriar en el mismo agua. Freír aparte el chorizo partido, cebolla, perejil y ajo picado. Agregar los tomates pelados y partidos junto a la guindilla y un poco de sal. Poner a cocer con los callos.

Se sirve muy caliente, en cazuela de barro.

Carne asada

Tiempo de cocción:
2 anillos, 10-15 minutos

1 kilo de pierna de ternera
cebolla, ajo, perejil, aceite
vino blanco, tocino

Se sazona la carne con ajo, perejil y sal, machacado todo en el mortero. Se ata con un cordel y se aprieta bien. Se pone en la olla un poco de aceite y se rehogan unos trozos de cebolla. Se dora la carne y se riega con vino blanco. Se colocan unas lonchas de tocino sobre la carne y se pone a cocer.

Codornices con salsa de naranja y nueces

Tiempo de cocción:
2 anillos, 4-5 minutos

4 codornices

perejil, orégano
2 naranjas
1 copita de brandy
100 grs. de nueces picadas
2 cucharadas de aceite de oliva
sal y pimienta

Limpiar las codornices y espolvorearlas con sal, pimienta, perejil picado y orégano. Calentar el aceite en la olla y dorar las codornices.

Añadir el zumo de las 2 naranjas, la corteza cortada en juliana de 1 naranja, las nueces y el brandy. Servir las codornices cortadas por la mitad, con la salsa y decorar con trozos de naranja y nueces.

Estofado agríduce

Tiempo de cocción:
2 anillos, 5-7 minutos

1 solomillo de cerdo
2 pechugas de pollo limpias
100 grs. de tocino entreverado
1 loncha de jamón serrano
100 grs. de pasas sin semillas
100 grs. de almendras tostadas
1 vaso de vino blanco seco
romero, tomillo, jengibre
2 cucharadas de aceite de oliva
pimienta y sal

Cortar las carnes de solomillo y pollo, el tocino y el jamón.

Calentar el aceite en la olla, rehogar las carnes con el tocino y el jamón, incorporar las pasas y las almendras picadas, las hierbas aromáticas a gusto, el vino, un poquito de agua, pimienta y sal.

Fiambre de carne picada

Tiempo de cocción:
2 anillos, 15 minutos

600 grs. de carne picada de ternera y cerdo
(400 grs de ternera y 200 de cerdo)
100 grs. de aceitunas sin hueso

2 pimientos rojos asados
2 zanahorias cocidas
2 huevos batidos
2 cucharadas de pan rallado
2 cucharadas de leche
perejil, pimienta y sal

Trocear las aceitunas, pimientos y zanahorias, mezclar con la carne picada, los huevos batidos, el pan rallado, la leche, perejil, pimienta y sal.

Poner 1/2 l. de agua en la olla. Engrasar un molde de vidrio refractario de 16 cms. y echar la mezcla dentro.

Poner el molde en el cestito y colocar en el fondo de la olla.

Dejar enfriar la olla y abrir.

Filetes en salsa

Tiempo de cocción:
2 anillos, 3-4 minutos

1 kilo de filetes,
cebolla, 2 zanahorias,
1 tomate, ajo,
vino blanco, sal, tomillo, perejil

Se hace un sofrito con el tomate, los ajos y la cebolla y se pasa por un tamiz. Se frien ligeramente los filetes y se colocan con la salsa en la olla. Sazonar con tomillo, perejil y sal. Agregar el vino blanco.

Picar la zanahoria y ponerla sobre los filetes. Añadir un poco de agua y poner a cocer.

Gallina en pepitoria

Tiempo de cocción:
2 anillos, 12-15 minutos
1 gallina, aceite

100 grs. de jamón en cuadritos
1 cebolla, ajo, tomillo
hierbas aromáticas
1 cucharada de harina
1 vaso de vino blanco
sal, clavo, pimienta
2 yemas de huevo cocido

almendras tostadas

Se dora la gallina troceada, ajo, la cebolla muy picada y el jamón. Se añaden las hierbas y las especias, el vino blanco y agua y se pone a cocer. Se machacan las almendras y las yemas de huevo cocido y se deslien con la salsa colada.

Pierna de cerdo al jerez

Tiempo de cocción:
2 anillos, 4-5 minutos

1 kg. de pierna de cerdo
cortado a trozos
100 grs. de pasas sin semillas
2 cucharadas de mermelada
de frambuesas
2 cucharadas de aceite de oliva
1/4 l. de jerez dulce
cortezas de 1 naranja y de 1 limón
1 cebolla (200 grs.)
tomillo, romero, pimienta y sal

Condimentar los trozos de carne con pimienta y sal y rehogar en la olla con el aceite, añadir la cebolla picada, las pasas previamente maceradas en el jerez, la mermelada y las cortezas ralladas.

Pollo al ajillo

Tiempo de cocción:
2 anillos, 5-8 minutos

1 pollo, 8 ó 10 dientes de ajo
perejil, vinagre, sal, vino blanco

Se pone el pollo cortado en trozos pequeños en una fuente, sazonado con la sal y bastante vinagre y se tiene una hora en maceración. Se escurre y se frie en la olla hasta que esté dorado. Se quita el exceso de aceite y se sofrien los ajos y el perejil. Se agrega una vaso de agua y otro de vino blanco y se pone a cocer.

Pollo envuelto en jamón

Tiempo de cocción:

2 anillos, 4-6 minutos

4 filetes de pechuga de pollo

8 lonchas de jamón serrano

1 vaso, de los de vino

de vermut rojo

la mitad de nata líquida

hojas de salvia, sal

Dividir cada filete de pechuga en dos, a lo

largo, salarlos ligeramente, envolverlos en

jamón serrano y sujetar con un palillo.

Colocar los filetes en la olla y regar con el vermut.

Echar la nata y la salvia picada y servir caliente.

1/4 kilo de tomates

1 copa de coñac, agua, sal

En un poco de aceite se rehoga la cebolla, el pavo y los tomates pelados y partidos, se echan los ajos, la sal, el coñac, el agua y se pone a cocer.

Riñones al jerez

Tiempo de cocción:

1 anillo, 2-3 minutos

1 kilo de riñones de cordero

1/2 kilo de champiñón limpio y picado

cebolla, ajo, laurel

1 copa de jerez, aceite, sal

Dorar la cebolla cortada en tiritas y añadir los riñones cortados en trozos, previamente limpios, el ajo, laurel y los champiñones, la sal y el jerez. Agregar un poco de agua y poner a cocer.

Pollo con pimientos

Tiempo de cocción

2 anillos, 4-5 minutos

1 pollo cortado a trozos, sin piel

4 cucharadas de aceite de oliva

100 grs. de jamón serrano

4 tomates maduros

2 pimientos rojos

2 dientes de ajo

1 cebolla (300 grs.)

3 cucharadas de brandy

perejil, pimienta y sal

Dorar, en la olla, los trozos de pollo con el aceite y agregar los ajos, cebolla, jamón, tomates y pimientos, todo cortado a trocitos. Rociar con el brandy y condimentar con perejil, pimienta y sal.

Ternera rellena

Tiempo de cocción:

2 anillos, 10-12 minutos

3/4 kg. de ternera para rellenar

Relleno:

1 pimiento rojo asado

50 grs. de aceitunas verdes sin hueso

50 grs. de jamón serrano

250 grs. de carne de ternera picada

2 zanahorias cocidas

cordel para atar

Salsa:

2 dientes de ajo

1 cebolla (100 grs.)

1 zanahoria

1 tomate

1 hoja de laurel

1/4 l. de vino blanco

2 cucharadas de aceite de oliva

Redondo de pavo

Tiempo de cocción

2 anillos, 8-10 minutos

1 pavo mediano, ya preparado para cocinar

1 cebolla

2 dientes de ajo

pimienta y sal

Abrir la carne y extenderla sobre la mesa de trabajo.

Hacer el relleno con todos los ingredientes picados y bien mezclados. Extenderlo sobre la carne, enrollarla y atarla.

Calentar el aceite en la olla y dorar la carne, agregar todos los ingredientes de la salsa troceados, salpimentar, regar con el vino blanco y un poco de agua (la mitad que de vino).

Cortar en frío y servir con la salsa pasada, bien caliente.

Servir como guarnición pimientos asados y arroz blanco o pasta hervida.

12.7. Postres

Flan

Tiempo de cocción:

1 anillo, 4-5 minutos

3 huevos, azúcar
ralladura de limón

1/4 litro de leche
(se precisa una flanera con tapa)

Se echan dos cucharadas soperas de azúcar en la flanera y se pone al fuego para que se derrita, moviendo de forma circular la flanera para impregnar el fondo y las paredes interiores de caramelo, cuando está muy líquido se retira del fuego dejándolo enfriar.

En un recipiente se bate con la batidora los huevos y 3 cucharadas soperas de azúcar, a continuación se agregan la ralladura de limón y la leche, volviéndolo a batir todo.

Se echa la mezcla en la flanera y se cierra la tapa.

Poner en la olla aproximadamente 4 dedos de agua e introducir la flanera, dejar cocer.

Desmoldar el flan en caliente.

Flan de coco

Tiempo de cocción:

1 anillo, 10-12 minutos

1 bote pequeño de leche condensada

La misma cantidad de leche

2 huevos

100 grs. de coco rallado

Caramelo:

3 cucharadas de azúcar

2 cucharadas de agua

Hacer el caramelo en un molde redondo de 16 cms Ø. y dejarlo enfriar.

Batir los huevos, añadir la leche condensada, la leche normal y el coco rallado, mezclar bien y verter en el molde.

Echar 1/2 litro de agua en la olla y colocar el molde en el cestito. Poner dentro de la olla.

Deja enfriar la olla y abrir.

Pudín de chocolate

Tiempo de cocción:

1 anillo, 8-10 minutos

1/2 litro de leche

100 grs. de pan

4 huevos

2 cucharadas de azúcar

ralladura de 1 limón

1 cucharadita de canela en polvo

Caramelo:

3 cucharadas de azúcar

2 cucharadas de agua

Hacer el caramelo en un molde redondo de 16 cms. Ø y dejarlo enfriar.

Mojar el pan en la leche.

Con batidora, mezclar el pan con la leche, los huevos, cacao, azúcar, ralladura de limón y canela en polvo.

Verter en un molde.

En la olla echar 1/2 litro de agua y colocar el molde en el cestito, ponerlo dentro de la olla.

Dejar enfriar la olla y abrir.

13.0. Servicios de asistencia técnica

Ollas rápidas WMF Perfect / WMF Perfect Plus

ALAVA

UNEK-ELECTROSONIDO
Arana, 6
01001 Vitoria
Tel. 945 28 91 95

AREA GLOBAL AREA, S.L.
Olaguibel, 48
01003 Vitoria
Tel. 945 12 82 00

ALBACETE

TENDEROS FERRETERIA
Baños, 42
02005 Albacete
Tel. 967 52 10 40

ALICANTE

JOSÉ APARICIO ALCOVER
Avda. Alcoy, 59
03009 Alicante
Tel. 965 24 16 13

MICROSERVICIO, S.L.
Luis Llorente, 16
03201 Elche
Tel. 965 46 77 10

ALMERIA

REPARACIONES FERMIN
D. Fermín Aznar Lozano
Circunvalación Mercado, 6
04001 Almería
Tel. 950 23 59 89

ASTURIAS

ELECTRO GRANDA, S.L.
Manuel Pedregal, 19
33001 Oviedo
Tel. 985 21 15 63

TEYSE
Santa Susana, 15-B
33007 Oviedo
Tel. 985 25 48 73

REPARACIONES SERVAT, S.L.
Hevia Bolaños, 6
33008 Oviedo
Tel. 985 21 19 79

VARSOVIA
Cabrales, 18
33201 Gijón
Tel. 679 480 900

DISTRIB. MENAJE
CLEMENS
La Argandona, 2 bajo
33208 Gijón
Tel. 985 14 48 30

LUYCA
Av. Los Telares, 6-Bajo
33409 Avilés
Tel. 985 56 04 38

AVILA

UCHILLERIA ANDRES
San Pedro Bautista, 1
05005 Ávila
Tel. 920 22 00 14

BADAJOZ

ELECTROD. BUTAGAS, S.A.
Muñoz Torrero, 17

06001 Badajoz
Tel. 924 25 42 72

BARCELONA

SAT DORVEN, S.L.
Diputación, 53
08015 Barcelona
Tel. 93 424 37 03

BARCELONA

SERVEI TECNIC LLONCH, S.C.P.
Daniel Molina, 29
08204 Sabadell
Tel. 93 710 45 89

SERVEI-ELDE
D. Jordi Manero Carne
Bruch, 55
08240 Manresa
Tel. 93 872 85 42

BIRME
Aigua, 4
08800 Vilanova i la Geltrú
Tel. 93 893 00 11

BURGOS

SERVICAS
Dña Camino Alaguero
González
Santa Clara, 50
09002 Burgos
Tel. 947 20 38 45

BURGOS

CEBRIAN
D. Leopoldo Cebrián Eroles
Trinidad, 16
09003 Burgos
Tel. 947 20 30 79

13.1. Servicios de asistencia técnica

Ollas rápidas WMF Perfect / WMF Perfect Plus

D. DAVID PORTAL GONZÁLEZ

Serteco
Calzadas, 79 Bajo
09004 Burgos
Telf. 947 202 250

MUTOBRE, S.L.
Avda del Cid, 93
09006 Burgos
Tel. 947 24 10 40

FERRETERÍA NEBREDA
La Estación, 29-31
09200 Miranda de Ebro
Burgos
Telf. 947 31 15 44

CACERES

SERVITEC, SOC. COOP.
Pizarro, 4
10003 Cáceres
Tel. 927 24 50 40

H. FERNANDEZ
Avda. de la Vera, 13-15
10600 Plasencia
Tel. 927 41 32 51

CADIZ

ELECTRO CARPE
Almirante León Herrero, s/n
11100 San Fernando
Tel. 956 94 07 89

FRANCISCO AGUILAR CASTRO
C/ Vega, 29
11130 Chiclana
Tel. 956 40 10 54

FRANCISCO AGUILAR CASTRO
Nrta. Sra. de los Remedios, 25
11130 Chiclana

Telf. 956 40 10 54

D. VICTOR MANUEL MOYA
San Antonio, 7
11201 Algeciras
Tel. 956 66 18 81

ALEJANDRO GALVEZ
FERNÁNDEZ
C / Ruixeñor, 32 Edificio
Andalucía
11500 El Puerto de
Santa María
Tel. 956 85 33 51

CANTABRIA

ALDOMAR
Travesía del Cubo, 2
39001 Santander
Tel. 942 22 22 28

FERRETERÍA BERRAZUETA
Avda. Menéndez Pelayo, 7
39300 Torrelavega
Tel. 942 89 21 89

CASTELLÓN

TIENDAS MONFORT
Avda. Valencia, 165
12005 Castellón
Tel. 964 24 51 36

CORDOBA

BAZAR SAN LORENZO, S.L.
Arroyo San Lorenzo, 17
14002 Córdoba
Tel. 957 48 38 45

FUERTEVENTURA

NORTYSUR, S.A.
Primero de Mayo, 29 Bis
35600 Puerto del Rosario
Tel. 928 85 11 11

GERONA

PLANAS MATEU ELECT., S.C.
J. Botet y Siso, 9
17003 Gerona
Tel. 972 21 21 53

GRANADA

ELECTROLAS S.A.T.
Santa Aurelia, 6-Local izdo
18005 Granada
Tel. 958 25 01 03

GRAN CANARIA

SERVICIO TÉCNICO GIL
Av. Mesa y López, 15 1º P
35007 Las Palmas de Gran
Canaria
Tel. 928292482

GUADALAJARA

REPARACIONES LORANCA
Toledo, 40-C
19002 Guadalajara
Tel. 949 25 30 89

GUIPUZCOA

JUAN R. TEJEDOR VICARIO
Y OTRA, C.B.
Gloria, 4

20001 San Sebastián
Tel. 943 28 71 93

ESTALAYO
Urdaneta, 18
20006 San Sebastián
Tel. 943 46 75 27

TALLERES LOPEZ SISTIAGA
Jose María Soroa, 10
20013 San Sebastián
Tel. 943 27 49 06

ESTALAYO
Pº Ubarburu, 30 Pabellón C
Polígono 27
20014 Martutene – San Sebastián
Tel. 943 47 50 13

GROSTON, S.L.
C/ Usandizaga, 29
20002 San Sebastián
Tel. 943 27 27 36

GUIPUZCOA

CISE-S.A.T.
Dña Valentina Segura Eguilaz
Pza Xepelar, 6
20100 Rentería
Tel. 943 52 38 40

ELECTRODOMESTICOS EYA
Iturriozt, 21 bajo
20500 Arrasate-Mondragón
Tel. 943 79 03 84

EIBARSAT, C.B.
Ifar-Kale, 8
20600 Eibar
Tel. 943 20 67 17

HUELVA

EL ZOCO, S.A.T.
Bejar, 27
21001 Huelva
Telf. 959 25 80 00

HUESCA

FERRETERIA NADAL
D. Juan Manuel Nadal García
Plaza Mayor, 3
22400 Monzón
Tel. 974 40 02 74

ROMEU-2
Dña Gemma Alcañiz Torguet
Huesca, 7
22500 Binefar
Tel. 974 42 89 55

IBIZA

LA OCA
Castilla, 33
07800 Ibiza
Tel. 971 30 07 64

JAEN

ELECTROKLASSE
Prof. Alfonso Sanchez Saez, 16
23006 Jaén
Tel. 953 25 55 45

JOSE BIEDMA MOYA, S.A.
Corredera, 14-16
23400 Úbeda
Tel. 953 75 02 59

LA CORUÑA

ROVEL
Iglesia, 18
15402 El Ferrol
Tel. 981 35 05 26

SERVICIOS TECNICOS

CANCELA
D. Manuel Cancela Fraga
Bonaval, 29
15703 Santiago de Compostela
Tel. 981 56 40 16

LANZAROTE

HO REGALOS TIENDAS ESPECIALIZADAS DE CANARIAS
Centro Comercial Deyland
35500 Playa Honda
Tel. 928 82 17 43

LA PALMA

ANTONIO RAUL CAMACHO
Pedro M. Hernández
Camacho, 1
38760 Los Llanos de Aridane
Tel. 922 46 12 04

LA RIOJA

J.C. GONZALEZ – S.A.T.
Huesca, 53-55
26006 Logroño
Tel. 941 22 61 09

LEON

PROSAT, SERV. TECNICO
Plza. Doce Mártires, 5
24004 León

13.2. Servicios de asistencia técnica

Ollas rápidas WMF Perfect / WMF Perfect Plus

Tel. 987 20 34 10

D. JOSE VICENTE MARTIN
DEL RIO
Torriano, 3
24004 León
Tel. 987 20 64 09
CAMINO POZUELO MARTÍNEZ
Jose María Pereda, 15
24006 León
Tel. 987 25 99 53

LERIDA

SERVICIO TÉCNICO
ZAZURCA, C.B.
Plaza Ricard Viñas, 7
25007 Lérida
Tel. 973 23 28 32

LUGO

FERRETERIA BAZAR
SERRA, S.L.
Plaza del Ejército Español, 14
27004 Lugo
Tel. 982 21 63 37

MADRID

COSAS DE CASA
Clara del Rey, 52
28002 Madrid
Tel. 91 415 10 84

FERRETERIA VENECIA
Marcenado, 8
28002 Madrid
Tel. 91 413 47 11

FERSANZ
Alonso Cano, 83
28003 Madrid

Tel. 915349231

SATSORAT
San Alejandro, 10
28005 Madrid
Tel. 91 366 24 65

FERRETERIA VENECIA
Conde de Peñalver, 88
28006 Madrid
Tel. 91 402 53 29 – 402 15 69

FERRETERIA MEDITERRANEO
Avda del Mediterráneo, 24
28007 Madrid
Tel. 91 433 96 08

UCHILLERIA SIMON
Jerónimo de la Quintana, 4
28010 Madrid
Tel. 91 446 32 14

DE PABLO ALGORA, S.L.
Calvario, 19
28012 Madrid
Tel. 91 467 31 78

UCHILLERÍA SIMÓN E HIJOS
Virgen de los Peligros, 10
28013 Madrid
Telf.: 91 522 20 02

ELECTRO FOSENA
Vallehermoso, 35
28015 Madrid
Tel. 91 447 39 71

TALLERES J. RUIZ – S.A.T.
Chile, 27
28016 Madrid
Tel. 91 359 26 19

MICRO AIRE, S.L.
Victor de la Serna, 4
28016 Madrid
Tel. 91 413 34 73

ALTOHA
Alfonso Paso, s/n
(altura Alcalá 408)
28017 Madrid
Tel. 91 377 46 45
91 406 14 34

SERVICIO TECNICO MARGALLO
General Margallo, 27
28020 Madrid
Tel. 911725705

ENRIQUE ARRIBAS GARCIA
Jaén, 18
28020 Madrid
Tel. 91 534 23 50

BERNUZ MARIN E HIJOS
FERROSAT
Suecia, 67
28022 Madrid
Tel. 91 306 62 33

MIQUEL FERRETEROS
Avda de Europa, 25
28023 Aravaca
Tel. 91 352 99 01

FERRETERIA FERROMAR, S.L.
Pza Marqués de Camarines, 7
28023 Aravaca
Tel. 91 357 35 99

S.A.R.E.
Chimbo, 15 Local
28025 Madrid
Tel. 91 525 70 95

FERRETERIA VENECIA
Virgen de la Fuencisla, 7
28027 Madrid
Tel. 91 403 84 85
91 408 08 32

BRICO FERRETERIA FERVEL
VELBATER, S.L.
Cerro Minguete, 14
28035 Madrid
Tel. 91 730 03 46

ELECTRICIDAD LUMAR
ALDEABARAN ELECTRICA, S.L.
Avda Cardenal Herrera
Oria, 257
28035 Madrid
Tel. 91 738 87 61

J.J. REQUES
Profesor Waksman, 6
28036 Madrid
Tel. 91 458 03 55

REPARACIONES CASO
Avda. Orovilla, 38
28041 Madrid
Tel. 91 369 81 55

PIMAR SAT
Aldeanueva de la Vera, 3
28044 Madrid
Tel. 91 705 46 24

TALLERES GOMEZ – J-P, C.B.
Tomás Bretón, 13
28045 Madrid
Tel. 91 530 52 81

REPARACIONES CARLOS
Guabairo, 2
28047 Madrid
Tel. 91 466 53 69

ANGEL PELAEZ
Arroyo del Olivar, 30
28053 Madrid
Tel. 91 477 43 61

VARIOSAT, S.L.
Isla de Córcega, 24
28100 Alcobendas

Tel. 91 662 04 68

ELECTRONICA TELIAR, S.L.
Real Alta, 7
28220 Majadahonda
Tel. 91 638 87 02

M.J. TORIBIO – S.A.T.
D. Tomás Toribio Hernández
Tahona, 4
28223 Pozuelo de Alarcón
Tel. 91 715 60 52

MICRO S.A.T.
Juan de la Cierva, 18 Local 2
28500 Arganda del Rey
Tel. 91 871 71 38

SERVICIOS POSTVENTA
SERMOL, S.R.L.
Avda Baunatal, 4
28700 San Sebastián de los Reyes
Tel. 91 663 93 48

LINEA BLANCA
Avda Constitución, 11
28820 Coslada
Tel. 91 672 50 03

REPUESTOS PARDO, S.L.
Paseo del Val, 6-8
28805 Alcalá de Henares
Tel. 91 882 59 99

RECAMBIOS JUMAR
Virgen de la Paloma, 10
28850 Torrejón de Ardoz
Tel. 91 656 37 69

VICTOR NUÑEZ
Alicante, 11
28903 Getafe
Tel. 91 696 81 68

J. PRIEGO

Avda Juan Carlos I, 15
28915 Leganés
Tel. 91 688 14 44

REPARACIONES RAGON, S.L.
Burgos, 4-6
28931 Móstoles
Tel. 91 614 78 98

MALAGA

E. PALOMO VEGAS
Pza. Abastos, 11-12
29200 Antequera
Tel. 952 84 37 49

BISEL MALAGA – SAT
D. José M^a Martín Montañez
Alameda de Capuchinos, 56
29013 Málaga
Tel. 952 25 85 58

MENORCA

CENTRIC CIUDADELA, S.L.
Carrer Mahon, 15
07760 Ciudadela
Tel. 971 48 11 67

MURCIA

PEDRO A. FRANCO
Enrique Villar, 1
30008 Murcia
Tel. 968 23 06 64

NAVARRA

TEHONA
C/ M. Nave, 18 Pol.
Ampliación Comarca I
31160 Orcoyen (Navarra)
Tel. 948 24 46 69

13.3. Servicios de asistencia técnica

Ollas rápidas WMF Perfect / WMF Perfect Plus

CALVET SUMINISTROS, S.L.
Polig. Ezcabarte C/T Nave, 10
31194 Oricain
Tel. 948 33 48 30

ORENSE

ELECTRO COUTO, S.L.
Melchor de Velasco, 17
32002 Orense
Tel. 988 23 51 15

PALENCIA

ALKISAT PALENCIA,S.L.
Abetos, 2
34003 Palencia
Telf. 979 006 337

SATCASTILLA, S.L.
Vizcaya, 6 Nave 11
34004 Palencia
Tel. 979 16 04 97

MULTISERVICIO
Avda. Cardenal Cisneros, 20
34004 Palencia
Telf. 979 72 20 57

MIFE SERVICE
Avda. Castilla, 33 AC
34005 Palencia
Telf. 979 742027

PALMA DE MALLORCA

COCINARIA
Costa i Llobera, 5
07005 Palma de Mallorca
Telf. 971911891

SAT BALEAR
Reyes Católicos, 72

07008 Palma de Mallorca
Tel. 971 24 76 95

PONTEVEDRA

ELECTROSAT
López Mora, 42
36211 Vigo
Tel. 986 29 06 07

SALAMANCA

JULIO MARTIN MORENO
Rector Tovar, 15
37002 Salamanca
Tel. 923 21 80 79

TALLER RAMON RODRIGUEZ
Lazarillo de Tormes, 10
37005 Salamanca
Tel. 923 23 84 91

SEGOVIA

MASIGAL, S.L.
Coches, 4
40002 Segovia
Tel. 921 42 00 00

REPARA HOGAR
Dña Violeta Zúñiga López
Hortelanos, 4
40003 Segovia
Tel. 921 42 82 09

SEVILLA

EL TALLER DE LAS COCINAS
Feria, 73
41002 Sevilla
Tel. 954 90 23 79

ELECT. FUENTES AVILA, C.B.
San Francisco, 14
41400 Ecija
Tel. 95 483 08 60

M Y E MIGUEL ANGEL, S.L.
Ntra Sra del Aguila, 23
41500 Alcalá de Guadaira
Tel. 95 568 47 05

ALEJANDRO ARREGUI
PRADAS
Pza. Mayor, 12
41640 Osuna
Tel. 95 582 04 03

SORIA

SUPELSO, S.L.
Avda. Valladolid, 103
42005 Soria
Tel. 975 22 06 83

TARRAGONA

ELECTRO SERVEI
Paseo Moreira, 23-25
43500 Tortosa
Tel. 977 44 53 55

TENERIFE

SIEPER
El Paso, 3
38108 Los Mojuelos
Telf. 922821888

TERUEL

CUCHARA DE PALO
ESTEBAN CIVERA, S.L.
C/Nueva, 10

44001 Teruel
Tel. 978 61 15 40

TOLEDO

ELECTROTODO
REPARACION, S.L.
Avda de América, 1 Local 10
45004 Toledo
Tel. 925 21 69 69

ELECTROTODO
REPARACION, S.L.
Santa Teresa de Jesús, 4
45600 Talavera de la Reina
Tel. 925 82 48 34

VALENCIA

MAES REPARAC. DE
ELECTROD., S.L.
Pintor Salvador Abril, 43
46005 Valencia
Tel. 96 334 70 98

VALLADOLID

LA CASA DE LAS OLLAS
Arribas, 5
47002 Valladolid
Tel. 983 20 88 07

RIOSANZ
Camino Esperanza, 51
47007 Valladolid
Tel. 983 47 25 12

VIZCAYA

TECNI-SERVICIO
Ledesma, 2
48001 Bilbao

Tel. 94 424 63 09

DANIEL Y ANTONIO
NEGREDO, C.B. SERTEK
Padre Pernet, 8
48004 Bilbao
Tel. 94 411 22 82

ELECTRO AYA
José Miguel Barandiarán, 2
48006 Bilbao
Tel. 94 433 26 51

RESA
D. Jose Luis Sáez Pinedo
Monte Izaro, 10
48007 Bilbao
Tel. 94 445 43 50

RADIO ELECTRONICA ABAD
Gregorio de la Revilla, 34
48010 Bilbao
Tel. 94 421 52 71

LAUCIRICA
Alameda Urquijo, 51
48011 Bilbao
Tel. 94 444 29 44

FRIOLAV, S.A.T
Castilla León, 4
48901 Baracaldo
Tel. 94 478 08 33

ZURI, S.C.
Juan Tomás Gandarias, 5
48910 Sestao
Tel. 94 495 38 92

ONOFRE COLLANTES
Ortuño de Alango, 7
48920 Portugalete
Tel. 94 483 47 26

ELECTRO VIDEO GOMEZ
Gobela, s/n

48930 Las Arenas
Tel. 94 463 35 29

OSPE RECAMBIOS DE
ELECTRODOMÉSTICOS
Extremadura, 2
48970 Basauri
Tel. 94 449 98 08

JULEN – S.A.T.
Las Viñas, 20
48980 Santurce
Tel. 94 461 71 93

ZAMORA

ELECTRO SILVA
Palomar, s/n
49006 Zamora
Tel. 980 51 40 82

PINTADO HNOS, S.L.
Doctor García Muñoz, 7
49600 Benavente
Tel. 980 63 13 45

D. JAVIER FERNÁNDEZ
DE LERA
Herreros, 32
49600 Benavente
Telf. 980 630 281

ZARAGOZA

INDUSTRIAS ELECTR. VIPAL
La Luz, 16-18
50006 Zaragoza
Tel. 976 27 62 02

ELECTRO SANTOÑA
San Vicente de Paul, 48
50001 Zaragoza
Tel. 976392102

Índice

- 1. Avisos de segurança**
- 2. Utilização da panela de pressão**
- 3. Avisos de utilização**
- 4. Cozinhar com a panela de pressão**
- 5. Os quatro métodos para reduzir a pressão**
- 6. Conservação da panela de pressão**
Limpeza, arrumação, manutenção
- 7. Utilização polivalente**
- 8. Declaração de garantia**
- 9. Exclusão de garantia**
- 10. Eliminação de falhas**
- 11. Tabela de tempos de cozedura**
- 12. Serviço de Assistência Técnica**

Acessórios e peças sobressalentes
Ver capa

1. Avisos de segurança

1. Antes de começar a trabalhar com a panela de pressão WMF, leia por favor as instruções de uso e todos os avisos totalmente. Uma utilização incorrecta pode provocar danos.
2. Não deixe que a panela de pressão seja utilizada por pessoas que não estejam familiarizadas com as Instruções de utilização.
3. Mantenha as crianças afastadas da panela de pressão quando a estiver a usar.
4. Nunca meta a panela de pressão no forno. Os cabos, as válvulas e dispositivos de segurança ficam danificados por causa das altas temperaturas.
5. Manuseie a panela de pressão cautelosamente enquanto esta estiver sob pressão. Não toque nas superfícies quentes. Utilize os cabos e botões. Caso necessário, utilize luvas.
6. Utilize a panela de pressão apenas para os fins previstos.
7. Este aparelho funciona com pressão. Uma utilização incorrecta pode provocar queimaduras. Tenha o cuidado de verificar que a panela esteja correctamente fechada antes de começar o aquecimento. As respectivas informações pode encontrar nas Instruções de utilização.
8. Nunca abra a panela de pressão à força. Não abra a panela sem se ter certificado, que toda a pressão do interior foi evacuada. As respectivas informações pode encontrar nas Instruções de utilização.
9. Nunca aqueça a panela de pressão sem antes ter introduzido água. Caso contrário corre o risco de danificá-la gravemente. Mínimo: 1/4 l água.

Aviso importante:

Tenha atenção a que o líquido nunca evapore totalmente. Se isto for o caso, a comida pode ficar queimada, e a panela ficar danificada

- por peças plásticas derretidas. Igualmente pode danificar a placa do fogão se o alumínio do fundo derreter. Quando isto acontecer, apague o lume e não mexa a panela até esta ficar totalmente arrefecida.**
10. Nunca encha a panela de pressão com mais do que 2/3 da sua capacidade. Para cozinhar alimentos que aumentam o volume durante a cozedura, por exemplo, arroz e leguminosas, encha a panela de pressão apenas até à metade da sua capacidade e siga as instruções complementares eventualmente fornecidas pelo fabricante da sua panela de pressão.
11. Nunca deveria cozinhar com a panela de pressão sem observá-la. Ajuste a fonte de energia de modo a que o indicador de cozedura não ultrapasse o correspondente anel indicador laranja. Se a energia não for reduzida, a válvula deixa sair vapor. Os tempos de cozedura ficam alterados e a perda de líquido pode provocar falhas de funcionamento.
12. Utilize somente as fontes de energia indicadas nas Instruções de utilização.
13. Se cozinhar carne com pele (por exemplo, língua de boi), que pode inchar sob pressão, então nunca espete a carne enquanto a pele estiver inchada porque existe perigo de sofrer queimaduras.
- 14. Mexa a panela de pressão sempre antes de abri-la para que não rebentem bolsas de vapor que lhe podem causar queimaduras. Isto tem especial importância durante a despressurização rápida ou debaixo do jorro de água.**
15. Durante a despressurização rápida ou debaixo do jorro de água, mantenha mãos, cabeça e corpo sempre fora da zona de perigo. Pode sofrer lesões por causa da saída do vapor.
16. Verifique antes de cada utilização a funcionalidade dos dispositivos de segurança, das válvulas e das juntas. Somente assim está assegurado o funcionamento seguro.
- As respectivas informações pode encontrar nas Instruções de utilização.
17. Não utilize a panela de pressão para fritar alimentos sob pressão em óleo ou azeite.
18. Não efectue quaisquer manipulações nos sistemas de segurança, excepto as medidas de manutenção referidas nas Instruções de utilização.
19. Substitua as peças de desgaste (ver declaração de garantia) regularmente. Peças que apresentam alterações de cor, fissuras ou outras danificações, ou que não assentam correctamente, devem ser substituídas por peças sobressalentes genuínas da WMF.
20. Utilize apenas peças sobressalentes genuínas da WMF. Sobretudo, utilize apenas tampas e panelas do mesmo modelo.
21. Não utilize a panela de pressão quando esta ou partes dela estiverem danificadas ou deformadas, ou quando a sua função não corresponde ao descrito nas Instruções de utilização. Nestes casos dirija-se à loja WMF mais próxima.

Por favor guarde estas Instruções de utilização cuidadosamente.

2. Utilização da panela de pressão

Antes do primeiro uso

2.1. Abrir a panela

Empurrar o fecho corrediço (7) de ambos os lados até ao extremo do cabo. As marcas no fecho corrediço (7) devem indicar para AUF/OPEN (A).

Girar o cabo da tampa (5) à direita, até as marcas na tampa e no cabo da panela (6) coincidirem (B). Levantar a tampa.

2.2. Limpar a panela

Antes de usar a sua panela de pressão pela primeira vez deve remover todos os autocolantes e lavar todas as peças da panela (ver secção »Limeza«).

Vire a tampa ao avesso e separe o cabo da tampa (5) da tampa. Puxe para isso o fecho corrediço laranja (4), na parte inferior do cabo da tampa (5), em sentido da seta até ao extremo do cabo (C), levante o cabo e desengate-o. Remova o anel vedante (10) da tampa (P).

2.3. Fechar a panela

Encaixe o cabo na tampa e deixe engatar o fecho corrediço laranja (4) de forma audível através do bordo da tampa (E). Insira o anel vedante (10) no rebordo da tampa, de modo que fique instalado debaixo do bordo da tampa virado para dentro (G). Coloque a tampa (observar as marcas na tampa e no cabo da panela) e gire o cabo da tampa totalmente à esquerda (B). Actue no fecho corrediço (7) até este ficar exactamente na posição ZU/LOCKED.

3. Avisos de utilização

3.1. Verificação dos dispositivos de segurança antes de cada uso

Verifique se o anel vedante (10) e o rebordo da tampa estão limpos. Controle se a esfera assenta de forma visível, do lado inferior da tampa, na válvula de segurança (9) (G).

Se a esfera se encontrar na câmara superior da válvula de segurança / automatismo de cozedura inicial (9), remova o cabo (5) e prima a esfera com os dedos para dentro da câmara inferior (F). Remova o cabo e teste a mobilidade da válvula principal (3), pressionando-a com os dedos (H). Verifique o assento correcto da junta do indicador de cozedura (2), prestando atenção à eventuais danos.

Por favor preste atenção ao seguinte: Não comprima a junta do indicador de cozedura porque isso pode danificar o dispositivo de segurança de vapor residual e comprometer o funcionamento correcto da sua panela de pressão (Q).

Encaixe o cabo na tampa (E). Coloque a tampa na panela e fecha-a (B).

3.2. Quantidades de líquido

Para a formação do vapor é necessário introduzir, como mínimo, 1/4 l de líquido, independentemente de cozinhar com ou sem os cestos (12). A panela de pressão pode ser enchida, como máximo, até 2/3 da sua capacidade sem comprometer a função (M). No caso de alimentos que formam espuma ou incham fortemente (por exemplo, caldo de carne, leguminosas, tripas, compotas), a panela só deve ser enchida até à metade. Mais avisos encontra na secção »Preparar comida macrobiótica«.

Se deseja refogar os alimentos antes de cozinhar-los (por exemplo, cebola, pedaços de carne ou semelhantes), pode usar a sua panela de pressão WMF como um tacho convencional. Porém, para concluir a preparação deve então, antes de fechar a panela de pressão, soltar os alimentos colados ao fundo da tampa e acrescentar

a quantidade de líquido necessária (mín. 1/4 l). **Atenção!** Nunca cozinhe sem líquido suficiente e tenha atenção a que o líquido do alimento nunca evaporar totalmente. Em caso de não observância os alimentos podem ficar queimados, e a panela e os cabos plásticos danificados.

4. Cozinhar com a panela de pressão

4.1. Informação geral

Na panela de pressão as comidas são cozidas sob pressão, ou seja, com temperaturas superiores a 100 °C. Isto permite reduzir os tempos de cozedura até 70 % e realizar uma significativa poupança de energia. Graças ao curto tempo de cozedura no vapor conservam-se melhor o aroma, o sabor e as vitaminas dos alimentos.

4.2 Cozinhar com cestos

Dependendo do tamanho da panela de pressão pode cozinhar com os cestos (12) e o tripé (13). Os cestos e o tripé estão disponíveis como acessórios nos estabelecimentos de comércio WMF especializados (ver »Lista de acessórios e peças sobressalentes« na capa).

4.3. Aquecer a panela

Pousar a panela fechada e enchida na fonte de calor e ajustar esta à potência máxima. Através do automatismo de cozedura inicial (9), que ao mesmo tempo serve como válvula de segurança, sair na fase inicial de cozedura, até a válvula fechar de forma audível, sendo então iniciada a formação de pressão.

O indicador de cozedura (1) começa a subir, e o anel de pressão amarelo e os dois anéis de cozedura laranjas ficam visíveis (J). Reduza atempadamente a energia, de modo que o anel de cozedura laranja referido na receita fique ainda ligeiramente visível.

4.4. Tempos de cozedura

O tempo de cozedura só começa a contar a partir do momento em que o anel de cozedura recomendado na receita ficar totalmente visível. Observe sempre se a posição do anel se mantém estável. Regule a energia em função disso.

Se o indicador de cozedura (1) descer a um nível inferior do anel de cozedura desejado deve voltar a aumentar a energia.

Em consequência disso o tempo de preparação aumenta ligeiramente.

Se o indicador de cozedura (1) avançar para além do segundo anel de cozedura laranja, a pressão de vapor é demasiado alta, pelo que é expulsa, de forma audível, através da válvula principal (3) no cabo da tampa.

Nestes casos deve tirar a panela da placa e aguardar até o indicar de cozedura voltar ao segundo anel de cozedura laranja. Reduza a energia.

Os tempos de cozedura mais curtos com a panela de pressão só são possíveis por causa das temperaturas mais elevadas, originadas pela pressão de vapor.

**Primeiro anel, aprox. 110 °C, para alimentos sensíveis como peixe e compotas.
(pressão de operação 45 kPa, pressão de regulação 90 kPa)**

**Segundo anel, aprox. 119 °C, para os restantes alimentos.
(pressão de operação 95 kPa, pressão de regulação 130 kPa, máx. 150 kPa)**

Pessoas preocupadas com a poupança de energia desligam a fonte de aquecimento antes de terminar o tempo de cozedura. O calor acumulado na panela é suficiente para concluir o processo de cozinhar. Os tempos de cozedura podem variar para o mesmo tipo de alimento, em função da quantidade, da forma e das características deste.

4.5 Abrir a panela

Após a conclusão do tempo de cozedura tire a panela de pressão da fonte de aquecimento. Por princípio só deve abrir a tampa e tirá-la da panela quando a panela estiver despressurizada,

ou seja, o indicador de cozedura (1) deve estar totalmente afundado no cabo (I).

O dispositivo de segurança de vapor residual só permite abrir a panela depois de estar a pressão totalmente evacuada, ou seja, o anel de pressão amarelo já não deve ser visível.

Se o anel amarelo permanece visível (K), o dispositivo de segurança de vapor residual accionou. Para soltá-lo, deslize o fecho corrediço (7) brevemente até à posição ZU/LOCKED.

Quando deixar de sair vapor, mexa a panela brevemente.

Isto faz rebentar eventuais bolsas de vapor no alimento. Estas formam-se sobretudo em comidas líquidas ou com consistência de papa e podem salpicar quando a tampa estiver aberta. Gire agora o cabo da tampa como antes descrito à direita e abra a tampa.

4.6 Aviso para fogões de indução

O fundo universal TransTherm (11) é indicado para todos os tipos de fogão, também para os de indução.

Nos fogões de indução pode surgir um ruído sussurrante nos níveis de aquecimento altos. Este ruído é causado por razões técnicas e não significa nenhum defeito do seu fogão ou da sua panela de pressão.

O tamanho da panela e da placa devem coincidir, porque senão – isto especialmente no caso de diâmetros menores – existe a possibilidade de a placa (placa magnética) não reagir ao fundo da panela.



5. Os 3 métodos para reduzir a pressão

Aviso importante:

Se esteve a cozinhar alimentos que incham ou formam espuma (p. ex., leguminosas, caldo de carne, cereais), não deveria usar os métodos 2 ou 3 para despressurizar a panela. As batatas cozidas com casca estalam quando evacuar a pressão usando os métodos 2 ou 3.

Durante a despressurização rápida com o fecho corrediço ou debaixo do jorro de água, mantenha mãos, cabeça e corpo sempre fora da zona de perigo. Pode sofrer lesões por causa da saída do vapor.

Método 1

Tire a panela da fonte de aquecimento.

Após pouco tempo o indicador de cozedura desce (1). Quando ficar totalmente afundado no cabo (I), pressione o fecho corrediço lentamente até à posição AUF/OPEN (A). Ao fazer isso sai o vapor residual ainda existente debaixo do cabo da tampa. Quando deixa de sair vapor, abane a panela brevemente para soltar as bolsas de vapor que se formaram no alimento.

Método 2

No caso de alimentos com curtos tempos de preparação (p. ex. legumes), deslize o fecho corrediço (7) devagar e pouco a pouco em sentido da posição AUF/OPEN (A), até sair vapor por baixo da cabo da tampa.

Quando o fecho corrediço estiver totalmente em AUF/OPEN e não sair mais vapor, e estando o indicador de cozedura (I) totalmente descido, abane a panela e abra-a.

Método 3

Se o vapor que sai o incomodar, coloque a panela simplesmente debaixo a torneira e deixe escorrer água fria sobre a tampa (L), até o indicador de cozedura (1) desaparecer totalmente no cabo da tampa (I). **Abane brevemente a panela e abra-a.**

6. Conservação da panela de pressão

6.1. Limpeza

Desengate o cabo da tampa e lave-o de ambos os lados debaixo do jorro de água **(D)(N)**.

Tire o anel vedante **(10)** da tampa **(P)** e lave-o à mão.

A tampa, a panela e os cestos podem ser lavados na máquina lava-loiça. Não raspe os restos de comida, deixe-os em molho.

Em caso de formação de calcário ferver em água com vinagre.

O fundo da panela também deve ser lavado com regularidade.

6.2. Guardar a panela

Guarde o anel vedante **(10)** após a lavagem em separado, para poder conservá-lo melhor.

6.3. Conservação

A panela de pressão é um utensílio técnico cujos componentes podem estar sujeitos a desgaste. Após períodos prolongados de uso deve inspecionar todas as peças em conformidade a »Listagem de peças sobressalentes».

Quando detectar degradações manifestas deve substituir as peças afectadas.

Utilize apenas peças sobressalentes genuínas do fabricante.

Aviso: Se o cabo da tampa **(5)** estiver danificado, este deve ser reparado na fábrica.

7. Utilização polivalente

As vantagens do método de cozinhar à pressão não se limitam apenas às técnicas de cozinhar convencionais:

7.1. Preparar alimentos congelados

Os alimentos congelados podem ser inseridos directamente do congelo na panela.

Descongelar a carne ligeiramente para refogá-la. Colocar os legumes directamente da embalagem no cesto. Os tempos de cozedura inicial aumentam, mas os tempos de cozedura após a fase inicial são idênticos.

7.2. Preparar comida macrobiótica

Na cozinha macrobiótica utiliza-se frequentemente cereais e leguminosas. Com a panela de pressão já não é indispensável demolhar os cereais e leguminosas antes de cozinhlhos.

Os tempos de preparação aumentam neste caso em aprox. 50 %.

Introduza a quantidade mínima de líquido, 1/4 l, na panela e acrescente, por cada parte de cereais/leguminosas, no mínimo 2 partes de líquido. O valor residual da fonte de aquecimento é ideal para deixar recozer a comida. Não se esqueça que para preparar alimentos que incham ou formam espuma (cereais, leguminosas) não deve encher a panela mais da metade.

7.3. Conservas de alimentos

Os frascos de 1l são preparados na panela de pressão de 6,5 l e 8,5 l, os frascos mais pequenos na panela de pressão de 4,5 l. Preparação dos alimentos como de costume. Introduzir 1/4 l de água na panela. Colocar os frascos de conserva no cesto furado.

Legumes/Carne: cozer aprox. 20 minutos no 2º anel laranja

Fruta com caroço: cozer aprox. 5 minutos no 1º anel laranja

Fruta de sementes: cozer aprox. 10 minutos no 1º anel laranja Para despressurizar a panela,

deixe-a arrefecer devagar (método 1), e não através do fecho corrediço ou debaixo do jorro de água, porque isto faz sair o sumo dos frascos.

7.4. Fazer sumo

Na panela de pressão pode fazer sumo de pequenas quantidades de fruta. Introduza 1/4 l de água na panela. Coloque a fruta no cesto furado em cima do cesto fechado e acrescente açúcar qb. Cozinhar no 2º anel de cozedura laranja. Dependendo do tipo de fruta, o tempo de cozedura é 10–20 minutos. Despressurizar a panela debaixo do jorro de água (método 3). **Mexer a panela brevemente antes de abrir.**

7.5. Esterilizar

Biberões, frascos de conserva etc. podem ser esterilizados rapidamente.

Colocar as peças com a abertura virada para baixo no cesto furado, acrescentar 1/4 l de água e deixar esterilizar durante 20 min no 2º anel de cozedura laranja. Deixar arrefecer lentamente (método 1).

7.6. Cozinhar com cestos

Dependendo do tamanho da panela de pressão pode cozinhar com os cestos e o tripé. Os cestos e o tripé são disponíveis como acessórios no comércio especializado.

Também tem a possibilidade de preparar vários pratos ao mesmo tempo na panela de pressão. Para isso se distribui os diversos acompanhamentos em cestos diferentes. O alimento com o tempo de cozedura mais demorado é inserido primeiro, ou seja, em baixo, sem o cesto, na panela.

Exemplos

Assado (20 min) – no fundo da panela

Batatas (8 min) – no cesto furado

Legumes (8 min) – no cesto fechado

Deixar cozinhar primeiro o assado durante 12 minutos. Depois abrir a panela conforme as instruções. Colocar as batatas no cesto furado no tripé e inserir os legumes no cesto fechado. Fechar a panela e deixar cozinhar durante mais 8 minutos. Se os tempos de cozedura não forem muito diferentes, pode colocar todos os cestos ao mesmo tempo na panela. Ao abrir a panela ao meio da cozedura sai vapor. Por isso introduza um pouco mais de líquido na panela.

8. Declaração de garantia

Durante o prazo da garantia garantimos o funcionamento correcto do produto e de todas as suas peças. O prazo de garantia é 3 anos e começa a partir da data da compra do produto no comércio especializado WMF, a documentar com o cupão de garantia completamente preenchido pelo vendedor.

Em caso de defeitos do produto durante a garantia, corrigimos o defeito mediante substituição das peças defeituosas por novas. Peças defeituosas só podem ser substituídas pelo concessionário WMF. O direito à garantia limita-se exclusivamente a este direito. Outros direitos não podem ser reclamados ao abrigo da garantia.

Para poder accionar a garantia deve ser exibido o cupão de garantia. Este deve ser entregue ao comprador juntamente com a panela de pressão WMF. O direito à garantia só existe se o cupão de garantia completamente preenchido for exibido.

As nossas condições de garantia não limitam de maneira nenhuma os seus direitos de garantia previstos na lei. Durante o prazo de garantia legal goza do direito a correção, redução de preço, desistência do contrato e indemnização nos termos previstos pela lei.

Das nossas obrigações no âmbito da garantia ficam expressamente excluídos:

- A junta do indicador de cozedura
- A junta do dispositivo de segurança de vapor residual
- A junta da saída de vapor
- A válvula de segurança
- O anel vedante
- Pilhas

Estas peças estão sujeitas a desgaste natural. Garantia de fornecimento de peças sobressalentes durante um prazo de 10 anos.

9. Exclusão de garantia

A garantia não abrange defeitos que foram causados por uma ou várias das seguintes razões:

- Utilização incorrecta ou não conforme os fins previstos
- Manuseamento errado ou desleixado
- Reparações não correctamente efectuadas
- Montagem de peças sobressalentes que não correspondem às peças de origem
- Efeitos químicos ou físicos sobre as superfícies da panela
- Não observância das presentes Instruções de utilização

Nome e endereço do prestador da garantia

WMF ESPAÑOLA, S. A.
Avda. Llano Castellano, 15
28034 Madrid (España)

O direito à garantia deve ser accionado de um vendedor WMF autorizado.



10. Eliminação de falhas

Falhas na panela de pressão

Tempo de cozedura inicial demasiado demorado ou indicador de cozedura (1) não sobe.

Saída de vapor na tampa.

Na válvula de segurança/automatismo de cozedura inicial (9) sai sempre vapor (não aplicável à fase de cozedura inicial).

Possível causa	Resolução do problema
Diâmetro da placa não adequado.	Escolher uma placa adequada para o diâmetro da panela.
Nível de energia não adequado.	Ajustar nível de energia máximo.
Tampa não correctamente montada.	Despressurizar a panela totalmente, abrir a tampa. Verificar o assento correcto do anel vedante
Esfera na válvula de segurança/automatismo de cozedura inicial (9) não assenta correctamente.	Despressurizar a panela totalmente, abrir, remover o cabo, inspeccionar a válvula de segurança (9), controlar o assento da esfera metálica na tampa (F) e (G) fechar a panela novamente.
Falta de líquido (mín. 1/4 l).	Despressurizar a panela totalmente, abrir a tampa. Introduzir líquido e fechar a panela novamente.
Anel vedante (10) e/ou bordo da tampa não estão limpos.	Despressurizar a panela totalmente, abrir a tampa. Limpar o anel vedante (10) e o bordo da panela, fechar depois a panela novamente.
Fecho corrediço (7) não se encontra na posição ZU/LOCKED.	Colocar o fecho corrediço (7) em ZU/LOCKED.
Anel vedante (10) danificado ou endurecido (por desgaste).	Substituir o anel vedante (10) por um anel vedante genuíno WMF.
Esfera não assenta correctamente na válvula. Esfera foi puxada para a válvula superior.	Despressurizar a panela totalmente, abrir a tampa e remover o cabo. Premir a esfera para dentro da câmara inferior.

11. Tabela de tempos de cozedura

Minutos

Porco e vitela

Cozer no 2º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido. Nenhuma das receitas requer o uso de um cest especial.

Tiras de porco	5 – 7	
Gulache de porco	10 – 15	Tempo de cozedura depende do tamanho e da forma
Assado de porco	20 – 25	
Tiras de vitela	5 – 7	
Gulache de vitela	10 – 15	
Pernil de vitela inteiro	25 – 30	
Língua de vitela	15 – 20	Cobrir com água
Assado de vitela	20 – 25	Tempo de cozedura depende do tamanho e da forma

Vaca

Cozer no 2º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido.

Para preparar língua de vaca é necessário usar um cesto furado.

Assado de picado	10 – 15	
Assado agridoce à moda da Renânia	30 – 35	
Língua de vaca	45 – 60	
Strogonoff	6 – 8	
Gulache	15 – 20	
Bifes enrolados	15 – 20	
Assado de vaca	35 – 45	Tempo de cozedura depende do tamanho e da forma

Frango

Cozer no 2º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido. Para preparar canja de galinha é necessário usar um cesto furado.

Canja de galinha	20 – 25	Máx. 1/2 da capacidade de enchimento
Frango em pedaços	6 – 8	
Coxa de peru	25 – 30	Depende da grossura das coxas
Ragu de peru	6 – 10	Idem para peru macho
Févera de peru	2 – 3	

Caça

Cozer no 2º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido. Não é preciso qualquer cesto especial.

Coelho assado	15 – 20	
Dorsal de coelho	10 – 12	
Assado de veado	25 – 30	
Gulache de veado	15 – 20	

Cordeiro

Cozer no 2º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido.

Ragu de cordeiro	20 – 25	Carneiro precisa de mais tempo
Assado de cordeiro	25 – 30	Tempo de cozedura depende do tamanho e da forma

Peixe

Cozer no 1º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido. Para preparar ragus e gulaches não é necessário usar cestos. Nos restantes casos, usar o cesto furado.

Peixe em filetes	2 – 3	Cozidos no próprio molho
Peixe inteiro	3 – 4	
Ragu ou gulache	3 – 4	

Minutos

Sopas

Cozer no 2º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido até, no máximo, 1/2 da capacidade da panela. Não é preciso qualquer cesto especial.

Sopa de ervilhas/lentilhas	12 – 15	Leguminosas previamente postas em molho
Caldo de carne	25 – 30	Válido para todos os tipos de carne
Sopa de legumes	5 – 8	
Sopa de gulache	10 – 15	
Canja	20 – 25	Tempo de cozedura depende do tamanho
Sopa de rabo de boi	35	
Sopa de batata	5 – 6	

Legumes

Cozer no 1º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido. A preparação de chucrute e beterraba não requer o uso de cestos. Nos restantes casos é necessário usar o cesto furado. A partir do feijão aumenta a temperatura de cozedura (2º anel).

Beringela, pepino, tomate	2 – 3	Legumes cozinhados a vapor não ficam tão rapidamente passado
Couve-flor, pimento, alho francês	3 – 5	
Ervilhas, aipo, couve râbano	4 – 6	
Funcho, cenoura, couve-lombarda	5 – 8	
Feijão, couve galega, couve rouxa	7 – 10	
Chucrute	10 – 15	
Beterraba	15 – 25	
Batata descascada	6 – 8	
Batata com casca	6 – 10	As batatas tendem a rebentar quando são despressurizadas de forma rápida

Leguminosas Cereais

Cozer no 2º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido até, no máximo, 1/2 da capacidade da panela. Calcular 2 partes de água por cada parte de cereais. Cereais que não foram postos em molho precisam de cozer 20 a 30 minutos mais. Preparar arroz com leite no 1º anel.

Ervilhas, feijão, lentilhas	10 – 15	Deixar cozer feijões grossos mais 10 minutos
Trigo mourisco, painço	7 – 10	Tempo de cozedura para cereais previamente postos em molho
Milho, arroz, espelta seca	6 – 15	Tempo de cozedura para cereais previamente postos em molho no 1º anel
Arroz com leite	20 – 25	
Arroz agulha	6 – 8	
Arroz integral	12 – 15	
Trigo, centeio	10 – 15	Tempo de cozedura para cereais previamente postos em molho

Fruta

Cozer no 1º anel e respeitar a quantidade mínima de enchimento de 1/4 l de líquido.

Cerejas, ameixas	2 – 5	Aconselha-se usar o cesto furado
Maçãs, pêras	2 – 5	Aconselha-se usar o cesto furado

Dicas para cozinhar

- O tempo de cozedura começa a partir do momento em que o anel de cozedura indicado começa a ficar visível
- Os tempos de cozedura indicados são apenas para orientação
- É preferível escolher um tempo de cozedura mas curto, porque sempre é possível continuar a cozedura se necessário
- Com os tempos de cozedura para legumes estes ficam cozidos com »trinca«
- O tempo de cozedura é de 109 °C no 1º anel e de 117 °C no 2º anel

12. Serviço de Assistência Técnica

Panelas de pressão WMF Perfect / WMF Perfect Plus

PAULO ALEXANDRE
SANTOS MIGUEL
Largo do Poço Ribeiro, 5 r/ch
4565-306 Freiria – Torres
Vedras. Tel. 261 963 038

RITA FERREIRA ALMEIDA
DOS SANTOS
Av. Boavista, 1645 Loja 27

4100132 Porto-Portugal
Tel. 226 095 229

COSTA Y BRANCO, LDA.
Rua Dos Sapateiros,
Nº.136-1 Dpto.
1100 Lisboa
Tel. 213 425 935

CASA DAS BORRACHAS
RUA CARVALHO ARAUJO, 2-A
1900140 Lisboa
Tel. 218 132 297

Zertifikat

Entwurfskontrolle für Schnellkochköpfe

nach Richtlinie 97/23/EG
Anhang II, Diagramm 5, Ausnahmeregelung

Zertifikat Nr.: 01 202 973/B-02/1303 Rev. 03

Name und Anschrift des Herstellers:
WMF
Württembergische Metallwarenfabrik AG
Eberhardstraße
73312 Geislingen

Hiermit wird bescheinigt, dass das unten genannte
Druckgerät die Anforderungen der Richtlinie 97/23/EG,
Anhang II, Diagramm 5, Ausnahmeregelung, erfüllt.

Geprüft nach Richtlinie 97/23/EG: Entwurfskontrolle im Rahmen von Modul B

Prüfbericht Nr.: 915-02/1039-03 Rev. 1

Beschreibung des Druckgeräts:
Dampfdruckkochtopf für den Haushalt
PERFET, PERFET PLUSS
Ø 180mm – 2,0L, 2,5L
Ø 220mm – Pfanne 3,0L-4,5L-6,5L-8,5L

Fertigungsstätte/Lieferer:
WMF
Württembergische Metallwarenfabrik AG
Eberhardstraße
73312 Geislingen

Gültig bis: 04/2022

Köln, 20.06.2013

Dipl. Ing. Peters

TÜV Rheinland Zertifizierungsstelle
für Druckgeräte der
TÜV Rheinland Industrie Service GmbH
Brannte Stelle, Kennnummer: 0035
Am Grauen Stein, D-51105 Köln

Tel.: +49(0)1803-252535-3000
Fax: +49(0)1803-252535-3099
Mail: IS@de.tuv.com



www.tuv.com

TÜV Rheinland®
Genau. Richtig.