

# Tefal®

## VITACUISINE

steamer 3 in 1

RU

UA

PL



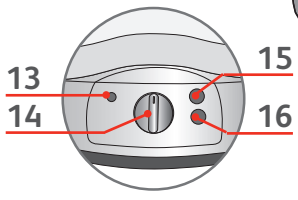
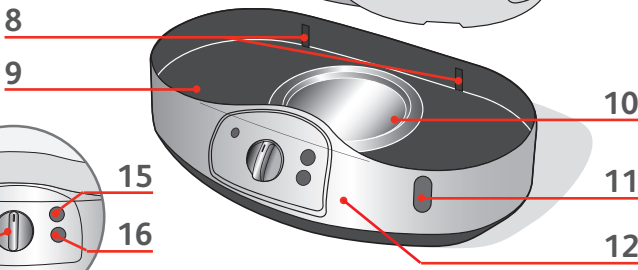
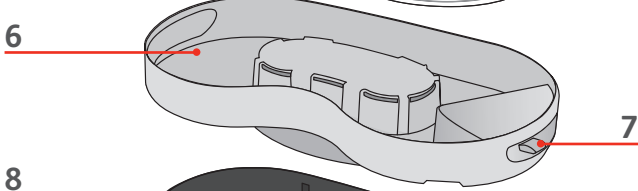
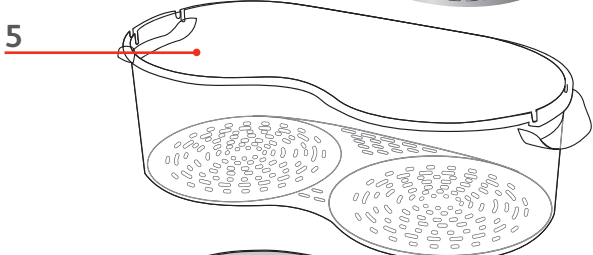
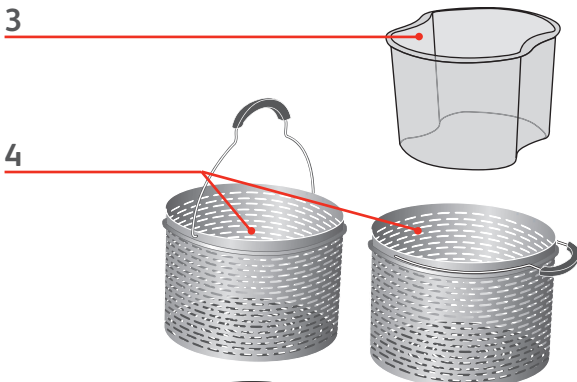
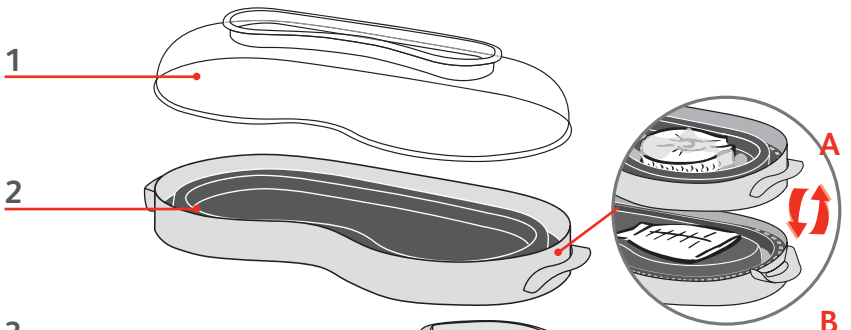




fig. 1



fig. 2

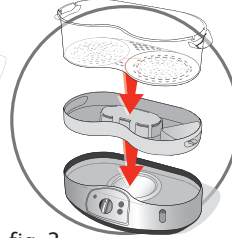


fig. 3



fig. 4

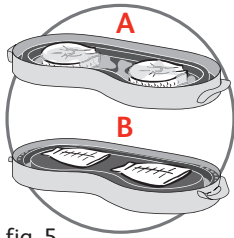


fig. 5

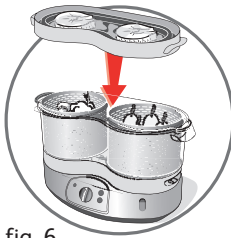


fig. 6

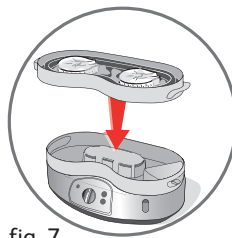


fig. 7



fig. 8

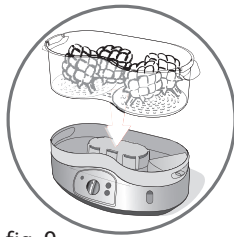


fig. 9

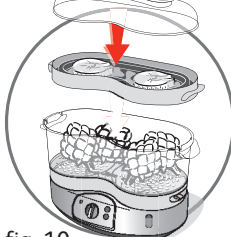


fig. 10

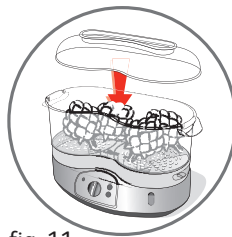


fig. 11

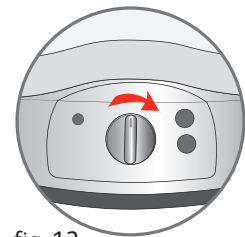


fig. 12

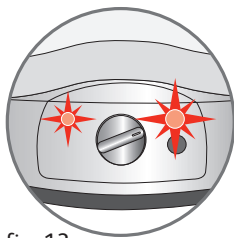


fig. 13



fig. 14



fig. 15



fig. 16



fig. 17

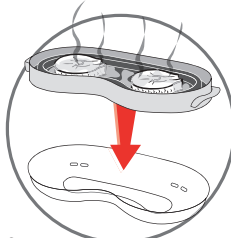


fig. 18

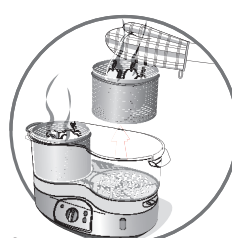


fig. 19

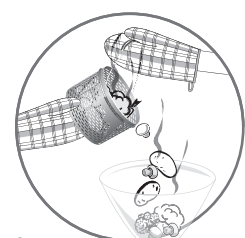


fig. 20

# Важные рекомендации

Внимательно прочитайте и следуйте инструкциям по эксплуатации. Держите их под рукой при последующих приготовлениях пищи.

## Инструкции по безопасности

---

- Данное устройство соответствует правилам безопасности и инструкциям, действительным на время изготовления.
- Убедитесь, что напряжение в электросети соответствует напряжению, указанному на корпусе устройства (переменный ток).
- В случае применения других стандартов или если устройство эксплуатируется не в той стране, в которой оно было приобретено, проверьте его на соответствие в уполномоченном сервисном центре.
- Устройство предназначено только для бытового использования. В случае применения устройства для других специальных целей, неправильного применения или несоблюдения инструкций по эксплуатации, изготовитель не должен нести ответственность, а гарантия становится неприменимой.

## Подключение к источнику электропитания

- Не используйте неисправное устройство или сетевой шнур, в случае падения устройства или при явных признаках повреждений, или при его ненадлежащей работе. В каждом из перечисленных выше случаев устройство следует отправить в уполномоченный сервисный центр. Не пытайтесь самостоятельно разобрать устройство.
- Подключайте устройство только к заземленной розетке.
- Не используйте удлинители. Если вы отвечаете за подобные действия, применяйте только исправные удлинители с заземленными вилками, соответствующие мощности бытового устройства.
- Если сетевой шнур поврежден, он должен быть заменен изготовителем, уполномоченным сервисным центром или другим квалифицированным специалистом.
- Не оставляйте сетевой шнур свободно висящим.
- При отключении устройства от сети не тяните за шнур.
- Подключайте устройство только к заземленной розетке.
- Всегда отсоединяйте устройство сразу после использования, при его перемещении, до начала его очистки или технического обслуживания.

## Эксплуатация

---

- Используйте плоскую и стабильную термоустойчивую рабочую поверхность, подальше от водяных брызг.
- Не оставляйте работающее устройство без присмотра. Держите подальше от детей.
- При соприкосновении с горячей поверхностью устройства, горячей водой, паром или едой могут появиться ожоги.
- Не прикасайтесь к устройству во время генерации пара, для снятия крышки, контейнера для риса или парового котла используйте ткань или специальные термостойкие перчатки.
- Не передвигайте устройство, когда оно заполнено жидкостями или горячей едой.
- Не размещайте устройство рядом с источником тепла или в горячей печи – это может привести к серьезному повреждению.
- Никогда не погружайте устройство в воду!
- Не размещайте устройство рядом со стенкой или кухонным шкафом – пар, генерируемый устройством, может привести к повреждению.

# Преимущества приготовления еды на пару

## Добро пожаловать в мир пароварочного оборудования Tefal!

На пару совсем не сложно приготовить более здоровую и питательную еду и сохранить при этом ее естественные цвет и запах. Ниже мы более подробно остановимся на подлинной универсальности и преимуществах приготовления еды на пару.

## Ваша пароварка Tefal пригодна для приготовления любых блюд с использованием удивительно большого количества рецептов

### + СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

Пароварка VitaCuisine позволит вам приготовить вкусную и сбалансированную еду с помощью всего одного простого действия. С помощью индивидуальных контейнеров и лотка можно одновременно приготовить блюда из овощей, риса, фруктов и десерты.

### + БОЛЬШЕ ВИТАМИНОВ

Нежная, но быстрая система приготовления еды позволяет сохранить больше витаминов и питательных микроэлементов.

### + МЕНЬШЕ ЖИРА

Пар идеально подходит для приготовления рыбы, цыплят и нежирного мяса. Специальный лоток для приготовления позволяет сохранить необходимое количество жира Omega 3 в более сочных видах рыб, например в лососевых, сардинах, макрели, форели, селедке и свежем тунце.

### + БОЛЬШЕ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ

Процесс приготовления еды на пару прост и эффективен. Пар способствует увеличению количества фруктов и овощей, потребляемых за день.

Теперь вы готовы приготовить одновременно очень вкусное и хорошо сбалансированное блюдо.

## Начинайте готовить еду на пару!

## ОПИСАНИЕ

1. Крышка
2. Двусторонняя сковорода\*
  - a. сторона для приготовления соусов или напитков (соков)
  - b. сторона для приготовления паром
3. Контейнер для риса\*
4. Паровые котлы
5. Самый большой контейнер
6. Контейнер для сока (влаги)
7. Внешнее отверстие для добавления воды во время приготовления еды
8. Максимальный внутренний уровень воды
9. Водяной контейнер
10. Нагревающий элемент
11. Внешний датчик уровня воды
12. Блок питания
13. Индикатор включения / выключения
14. Таймер для диапазона 60 минут
15. Сенсорная панель Vitamin + (для увеличения количества витаминов)
16. Сенсорная панель для сохранения еды теплой\*

\* в зависимости от модели

# Эксплуатация оборудования Vitacuisine

## Перед началом работы

- Очистите контейнер для воды влажной и мягкой тканью - Рис.1.
- Вымойте все съемные части губкой, смоченной в теплой воде с добавлением жидкого моющего средства, прополощите и тщательно высушите.

**Не погружайте контейнер в воду во время его очистки.**

## Заполнение контейнера для воды

**Не используйте приправы или другие жидкости, отличающиеся от воды в соответствующем контейнере. Перед включением пароварки убедитесь, что в контейнере есть вода.**

- Налейте воду непосредственно в контейнер для воды до достижения максимального уровня - Рис.2.
- Поместите контейнер для сока (влаги) на контейнер для воды и укрепите его.
- Поместите самый большой контейнер на лоток для сока - Рис.3.
- При каждом применении наливайте холодную свежую воду и следите, чтобы ее уровень оставался максимальным

## Установка парового котла (котлов)

- Поместите продукт в паровой котел (котлы).
- Установите паровой котел (котлы) в самый большой контейнер и нажмите на рукоятку так, чтобы она вошла в паз - Рис.4.
- Закройте крышку.

**Чтобы не обжечься паром, выходящим из крышки, проследите, чтобы отверстия для пара находились с противоположной от вас стороны.**

## Установка двойной сковороды\*

**Двойную сковороду (только сторону А) можно использовать без самого большого контейнера. Поместите ее непосредственно в контейнер для сока (влаги) - Рис.7.**

- Используйте сторону А двойной сковороды для приготовления блюд с соусом или очень сочных блюд, используйте сторону В для приготовления менее сочных блюд - Рис.5.
- Поместите сковороду в контейнер с наибольшим объемом - Рис.6.
- Закройте крышку.

## Приготовление риса

В пароварке можно готовить рис.

- Положите рис и налейте воду в контейнер для риса (см таблицу со временем приготовления блюд) - Рис.8.
- Поместите контейнер для риса в паровой котел или в самый большой контейнер.

## Приготовление еды без котлов

При приготовлении больших объемов еды можно обойтись без паровых котлов.

- Отсоедините котлы.
- Поместите еду в самый большой контейнер.
- Поставьте самый большой контейнер на контейнер для сока (влаги) - Рис.9.
- Поместите сверху сковороду и крышку - Рис.10 или только крышку - Рис.11.

\* в зависимости от модели

# Приготовление блюд

## Выберите время приготовления блюд

- Подключите устройство к сети.
- Установите таймер на время, рекомендованное для приготовления блюд - Рис. 12.
- Индикатор включения / выключения и сенсорная панель VITAMIN+ активизируются и начинается процесс приготовления еды на пару.

**Не прикасайтесь к устройству или к еде во время приготовления - они очень горячие.**

## Сенсорная панель VITAMIN +

**Вы можете вручную остановить программу VITAMIN+, нажав на включенную сенсорную панель. Во время приготовления не прикасайтесь к котлам без специальных термостойких перчаток.**

- Дополнительная опция: ваша пароварка имеет дополнительную сенсорную панель "VITAMIN+", сокращающую время приготовления еды, что позволяет сохранить большее количество витаминов.
- Сенсорная панель подключается автоматически в начале процесса приготовления еды - Рис. 13. В результате увеличения количества пара процесс приготовления начинается скорее.
- Сенсорная панель VITAMIN+ отключается автоматически, как только пара становится достаточно для приготовления блюда.
- Если вы откроете крышку (например, чтобы добавить продукты), вы можете еще раз нажать на сенсорную панель VITAMIN + для быстрого возврата к идеальной температуре внутри пароварки - Рис. 14.

## Во время приготовления блюд

- Проверьте уровень воды в пароварке во время приготовления блюд с помощью внешнего индикатора уровня воды.
- При необходимости медленно добавляйте холодной воды через наружный лоток - Рис. 15.
- Если вы хотите выключить устройство раньше установленного времени, установите таймер в положение 0 - Рис. 16.

**Пароварка перестанет работать, когда вода в соответствующем контейнере закончится.**

## Сохранение блюда теплым\*

**Следите, чтобы в процессе сохранения блюда теплым в контейнере всегда была вода.**

- В конце приготовления блюда раздается сигнал, означающий, что еда готова.
- Функция сохранения блюда теплым подключается автоматически - Рис. 17.
- Устройство позволяет сохранить блюдо теплым до 60 минут.
- Нажмите на сенсорную панель сохранения блюда теплым, если вы хотите остановить пароварку.

## Как достать блюдо из пароварки

- Поднимите крышку за рукоятку.
- Поставьте сковороду на перевернутую крышку - Рис. 18.
- Удалите паровые котлы с помощью рукояток - Рис. 19.
- Достаньте блюдо из пароварки - Рис. 20.

**Во время приготовления еды не прикасайтесь к котлам без термостойких перчаток.**

\* в зависимости от модели

## Таблица времен приготовления блюд

Время приготовления блюд устанавливается приблизительно и может варьироваться в зависимости от объема еды, расстояния между продуктами, количества продуктов, индивидуальных предпочтений и напряжения в сети.

Во время приготовления еды не прикасайтесь к котлам без термостойких перчаток.

### Мясо - Куры

Продукт	Тип	Кол-во	Время приготовления	Рекомендации
Грудка цыпленка (без костей)	Нарезана столбиками	500 г	15 мин.	
	Целиком	450 г	17 мин.	
Куриные ножки	Свежие	4	36 мин.	
Эскалоп из индейки	Свежие	600 г	24 мин.	
Свиное филе	Свежее	700 г	38 мин.	Толщина 1 см
Баранья отбивная	Свежая	500 г	14 мин.	
Сардельки	Свежие	10	6 - 8 мин.	

### Рыба - морепродукты

Продукт	Тип	Кол-во	Время приготовления	Рекомендации
Тонкое рыбное филе	Свежие	450 г	10 мин.	
	Заморож.	450 г	18 мин.	
Толстое рыбное филе или стейки	Свежее	400 г	15 мин.	
Целая рыба	Свежая	600 г	25 мин.	
Мидии	Свежие	1 кг	15 - 20 мин.	
Креветки	Свежие	200 г	5 мин.	
Устрицы	Свежие	100 г	5 мин.	



Продукт	Тип	Кол-во	Время приготовления	Рекомендации
Артишоки	Свежие	3	43 мин.	
Спаржа	Свежая	600 г	17 мин.	
Брокколи	Свежая	400 г	18 мин.	Разделена на головки
	Заморож.	400 г	12 мин.	
Сельдерей	Свежий	350 г	22 мин.	В кубиках или дольках
Грибы	Свежие	500 г	12 мин.	Небольшие целиковые или четвертинки
Цветная капуста	Свежая	1 кочан	19 мин.	Разделена на головки
Капуста (красная, зеленая)	Свежая	600 г	22 мин.	Нарезана ломтиками
Цукини	Свежий	600 г	12 мин.	
Шпинат	Свежий	300 г	13 мин.	Слегка подбрасывайте во время приготовления
	Заморож.	300 г	15 мин.	
Тонкая зеленая фасоль	Свежие	500 г	30 мин.	
	Заморож.	500 г	25 мин.	
Морковь	Свежая	500 г	15 мин.	Тонко нарезанная
Кукуруза в початках	Свежая	500 г	40 мин.	
Бобы	Свежие	500 г	15 мин.	
Побеги	Свежие	500 г	30 мин.	Тонко нарезанные
Сладкий перец	Свежий	300 г	15 мин.	
Горох	Свежий	400 г	20 мин.	
	Заморож.	400 г	20 мин.	
Молодой картофель (целиком)	Свежий	600 г	40 - 45 мин.	
Картофель	Свежий	600 г	20 мин.	Нарезанный ломтиками или кубиками

## Рис – макароны - каши

Продукт	Кол-во	Кол-во воды	Время приготовления	Рекомендации
Белый рис Американский длиннозернистый рис	150 г	300 мл	30 - 35 мин.	
Белый рис «Басмати»	150 г	300 мл	30 - 35 мин.	
Белый рис быстрого приготовления	150 г	300 мл	28 - 33 мин.	
Цельный (неочищенный рис)	150 г	300 мл	33 - 38 мин.	
Кускус	200 г	350 мл	23 мин.	Перед приготовлением подержать 5 минут в кипящей воде
Макароны (спагетти)	200 г	400 мл	20 - 25 мин.	Готовить в кипящей воде, слегка помешивать во время приготовления

## Фрукты

Продукт	Тип	Кол-во	Время приготовления	Рекомендации
Бананы	Свежие	3	10 мин.	Целые
Яблоки	Свежие	4	12 мин.	Четвертинки
Груши	Свежие	5	20 мин.	Целые или половинки

## Другие продукты

Продукт	Тип	Кол-во	Время приготовления	Рекомендации
Яйца	Сваренные вкрутую	6	12 мин.	
	Сваренные всмятку	6	8 мин.	

## Чистка устройства

Не погружайте контейнер для воды / блок питания в воду. Не используйте абразивные чистящие средства.

- Отсоединяйте устройство от сети после каждого использования.
- Перед каждой чисткой дайте ему полностью остыть.
- Перед тем, как освободить контейнеры для сока и для воды, убедитесь, что устройство полностью остыло. Вытрите контейнер для воды влажной тканью.
- Вымойте все съемные части губкой, смоченной в теплой воде с добавлением моющей жидкости, прополощите и тщательно вытрите.

## Удаление твердых отложений из пароварки

- Для оптимальной работы устройства удаляйте твердые отложения после приблизительно 8 использований.
- Выньте контейнер для сока (влаги).
- Наполните емкость нагревающего элемента 3 столовыми ложками столового уксуса.
- Оставьте пароварку в таком состоянии на ночь.
- Несколько раз прополощите внутреннюю часть контейнера для воды теплой водой.

Чтобы избежать неприятных запахов, удаляйте твердые отложения из пароварки только, когда она полностью остыла. Не используйте другие средства для удаления твердых отложений.

## Окружающая среда это самое главное!



- ① Ваша пароварка содержит ценные материалы, которые можно восстановить или переработать.
- ➔ Оставьте обработавшую пароварку в местном пункте сбора отходов.

# Важливі рекомендації

Уважно прочитайте і додержуйтеся інструкцій з експлуатації. Тримайте їх під рукою при наступних готуваннях їжі.

## Інструкції з безпеки

---

- Даний пристрій відповідає правилам безпеки й інструкціям, дійсним на час виготовлення.
- Переконайтеся, що напруга в електромережі відповідає напрузі, зазначеній на корпусі пристрою (перемінний струм).
- У випадку застосування інших стандартів або якщо пристрій експлуатується не в тій країні, у якій воно було придбано, перевірте його на відповідність в уповноваженому сервісному центрі.
- Пристрій призначений тільки для побутового використання. У випадку застосування пристрою для інших спеціальних цілей, неправильного застосування або недотримання інструкцій з експлуатації, виготовлювач не повинен нести відповідальність, а гарантія стає непридатною.

## Підключення до джерела електроживлення

- Не використовуйте несправні пристрій або мережний шнур, у випадку падіння пристрою або при явних ознаках ушкоджень, або при його неналежній роботі. У кожнім з перерахованих вище випадків пристрій варто відправити в уповноважений сервісний центр. Не намагайтеся самостійно розібрати пристрій .
- Підключайте пристрій тільки до заземленої розетки.
- Не використовуйте подовжувачів. Якщо ви відповідаєте за подібні дії, застосовуйте тільки справні подовжувачі із заземленими вилками, що відповідають потужності побутового пристрою.
- Якщо мережний шнур ушкоджений, він повинен бути замінений виготовлювачем, уповноваженим сервісним центром або іншим кваліфікованим фахівцем.
- Не залишайте мережний шнур вільно висячим.
- При відключенні пристрою від мережі не тягніть за шнур.
- Підключайте пристрій тільки до заземленої розетки.
- Завжди від'єднуйте пристрій відразу після використання, при його переміщенні, до початку його очищення або технічного обслуговування.

## Експлуатація

- Використовуйте плоску і стабільну термостійку робочу поверхню, подалі від водяних бризків.
- Не залишайте працюючий пристрій без догляду. Тримайте подалі від дітей.
- При зіткненні з гарячою поверхнею пристрою, гарячою водою, паром або їжею можуть з'явитися опіки.
- Не доторкайтеся до пристрою під час генерації пари, для зняття кришки, контейнера для рису або парового котла використовуйте тканину або спеціальні термостійкі рукавички.
- Не пересувайте пристрій, коли він заповнений рідиною або гарячою їжею.
- Не розміщайте пристрій поруч із джерелом тепла або в гарячій печі - це може привести до серйозного ушкодження.
- Ніколи не занурюйте пристрій у воду!
- Не розміщайте пристрій поруч зі стінкою або кухонною шафою - пар, що генерує пристрій, може привести до ушкодження.

# Переваги готування їжі на парі

## Ласкаво просимо у світ пароварного устаткування Tefal!

На парі зовсім не складно приготувати більш здорову і живильну їжу і зберегти при цьому її природні колір і запах. Нижче ми більш докладно зупинимося на справжній універсальності і перевагах готування їжі на парі.

UA

## Ваша пароварка Tefal придатна для готування будь-яких блюд з використанням великої кількості рецептів

### + ЗБАЛАНСОВАНЕ ХАРЧУВАННЯ

Пароварка VitaCuisine дозволить вам приготувати смачну і збалансовану їжу за допомогою всього однієї простої дії. За допомогою індивідуальних контейнерів і лотка можна одночасно приготувати блюда з овочів, рису, фруктів і десерти.

### + БІЛЬШЕ ВІТАМІНІВ

Ніжна, але швидка система готування їжі дозволяє зберегти більше вітамінів і живильних мікроелементів.

### + МЕНШЕ ЖИРУ

Пара ідеально підходить для готування риби, курчат і нежирного м'яса. Спеціальний лоток для готування дозволяє зберегти необхідна кількість жиру Omega 3 у більш соковитих видах риб, наприклад у лососевих, сардинах, макрелі, форелі, оселедці і свіжому тунці .

### + БІЛЬШЕ ФРУКТІВ І ОВОЧІВ

Процес готування їжі на парі простий і ефективний. Пара сприяє збільшенню кількості фруктів і овочів, споживаних за день.

Тепер ви готові приготувати одночасно дуже смачне і добре збалансоване блюдо.

## Починайте готувати їжу на парі!

## ОПИС

1. Кришка
2. Двостороння сковорода\*
  - a. сторона для готування соусів або напоїв (соків)
  - b. сторона для готування парою
3. Контейнер для рису\*
4. Парові котли
5. Найбільший контейнер
6. Контейнер для соку (вологи)
7. Зовнішній отвір для додавання води під час готування їжі
8. Максимальний внутрішній рівень води
9. Водяний контейнер
10. Елемент, що нагріває
11. Зовнішній датчик рівня води
12. Блок харчування
13. Індикатор включення / вимикання
14. Таймер для діапазону 60 хвилин
15. Сенсорна панель Vitamin + (для збільшення кількості вітамінів)
16. Сенсорна панель для збереження їжі теплою\*

\* залежності від моделі

# Експлуатація устаткування Vitacuisine

## Перед початком роботи

- Очистіть контейнер для води вологою і м'якою тканиною - Мал.1.
  - Вимийте всі знімні частини губкою, змоченою в теплій воді з додаванням рідкого миючого засобу, прополощіть і ретельно висушіть.
- Не занурюйте контейнер у воду під час його очищення.**

## Заповнення контейнера для води

Не використовуйте приправи або інші рідини, що відрізняються від води у відповідному контейнері. Перед включенням пароварки переконайтеся, що в контейнері є вода.

- Налийте воду безпосередньо в контейнер для води до досягнення максимального рівня - Мал.2.
- Помістіть контейнер для соку (вологи) на контейнер для води і закріпіть його.
- Помістіть найбільший контейнер на лоток для соку - Мал.3.
- При кожному застосуванні наливайте холодну свіжу воду і стежте, щоб її рівень залишався максимальним.

## Установка парового котла (котлів)

- Помістіть продукт у паровий котел (котли).
  - Установіть паровий котел (котли) у найбільший контейнер і натисніть на рукоятку так, щоб вона ввійшла в паз - Мал.4.
  - Закрийте кришку.
- Щоб не обпектися паром, що виходить із кришки, простежте, щоб отвори для пари знаходилися з протилежної від вас сторони .**

## Установка подвійної сковороди\*

- Подвійну сковороду (тільки сторону А) можна використовувати без найбільшого контейнера. Помістіть її безпосередньо в контейнер для соку (вологи) - Мал.7.
- Використовуйте сторону А подвійної сковороди для готування блюд із соусом або дуже соковитих блюд, використовуйте сторону В для готування менш соковитих блюд - Мал.5.
  - Помістіть сковороду в контейнер з найбільшим обсягом - Мал.6.
  - Закрийте кришку.

## Готування рису

У пароварці можна готувати рис.

- Покладіть рис і налійте воду в контейнер для рису (див. таблицю з часом готування блюд) - Мал.6.
- Помістіть контейнер для рису в паровий котел або в найбільший контейнер.

## Готування їжі без котлів

При готуванні великих обсягів їжі можна обійтися без парових котлів.

- Від'єднайте котли.
- Помістіть їжу в найбільший контейнер.
- Поставте самий великий контейнер на контейнер для соку (вологи) - Мал.9.
- Помістіть зверху сковороду і кришку - Мал.6 або тільки кришку - Мал.11.

# Готування блюд

## Виберіть час готування блюду

- Підключіть пристрій до мережі .
- Установіть таймер на час, рекомендований для готування блюду - Мал. 12.
- Індикатор включення / вимикання і сенсорна панель VITAMI+ активізуються і починається процес готування їжі на парі.

**Не доторкайтеся до пристрою або до їжі під час готування - вони дуже гарячі.**

UA

## Сенсорна панель VITAMIN +

**Ви можете вручну зупинити програму VITAMIN+, натиснувши на включену сенсорну панель. Під час готування не доторкайтеся до котлів без спеціальних термостійких рукавичок.**

- Додаткова опція: ваша пароварка має додаткову сенсорну панель "VITAMIN+", що скорочує час готування їжі, що дозволяє зберегти більшу кількість вітамінів.
- Сенсорна панель підключається автоматично на початку процесу готування їжі - Мал. 13. У результаті збільшення кількості пари процес готування починається швидше.
- Сенсорна панель VITAMIN+ відключається автоматично, як тільки пари стає досить для готування блюду.
- Якщо ви відкриєте кришку (наприклад, щоб додати продукти), ви можете ще раз натиснути на сенсорну панель VITAMIN + для швидкого повернення до ідеальної температури усередині пароварки - Мал. 14.

## Під час готування блюду

- Перевіряйте рівень води в пароварці під час готування блюду за допомогою зовнішнього індикатора рівня води.
- При необхідності повільно додайте холодної води через зовнішній лоток - Мал. 15.
- Якщо ви хочете виключити пристрій раніш установленого часу, установіть таймер у положення 0 - Мал. 16.

**Пароварка перестане працювати, коли вода у відповідному контейнері закінчиться.**

## Збереження блюду теплим\*

**Стежте, щоб у процесі збереження блюду теплим у контейнері завжди була вода.**

- Наприкінці готування блюду лунає сигнал, що означає, що їжа готова.
- Функція збереження блюду теплим підключається автоматично - Мал. 17.
- Пристрій дозволяє зберегти блюдо теплим до 60 хвилин.
- Натисніть на сенсорну панель збереження блюду теплим, якщо ви хочете зупинити пароварку.

## Як дістати блюдо з пароварки

- Підніміть кришку за рукоятку .
- Поставте сковороду на перевернену кришку - Мал. 18.
- Видаліть парові котли за допомогою рукояток - Мал. 19.
- Дістаньте блюдо з пароварки - Мал. 20.

**Під час готування їжі не доторкайтеся до котлів без термостійких рукавичок.**

## Таблиця часу готування блюд

Час готування блюд установлюється приблизно і може варіюватися в залежності від обсягу їжі, відстані між продуктами, кількості продуктів, індивідуальних переваг і напруги в мережі.

Під час готування їжі не доторкайтеся до котлів без термостійких рукавичок.

### М'ясо - Кури

Продукт	Тип	Кількість	Час готування	Рекомендації
Грудинка курчати (без кіст.)	Наріzana стовпчиками	500 г	15 хв.	
	Цілкоm	450 г	17 хв.	
Курячі ніжки	Свіжі	4	36 хв.	
Ескалоп з індички	Свіжий	600 г	24 хв.	
Свиняче філе	Свіже	700 г	38 хв.	Товщина 1 см
Бараняча відбивна	Свіжа	500 г	14 хв.	
Сардельки	Свіжі	10	6 - 8 хв.	

### Риба - морепродукти

Продукт	Тип	Кількість	Час готування	Рекомендації
Тонке рибне філе	Свіже	450 г	10 хв.	
	Заморож.	450 г	18 хв.	
Товсте рибне філе або стейки	Свіже	400 г	15 хв.	
Ціла риба	Свіжа	600 г	25 хв.	
Мідії	Свіжі	1 кг	15 - 20 хв.	
Креветки	Свіжі	200 г	5 хв.	
Устриці	Свіжі	100 г	5 хв.	



Продукт	Тип	Кількість	Час готування	Рекомендації
Артишоки	Свіжі	3	43 хв.	
Спаржа	Свіжа	600 г	17 хв.	
Броколі	Свіжа	400 г	18 хв.	Розділена на голівки
	Заморож.	400 г	12 хв.	
Селера	Свіжа	350 г	22 хв.	У кубиках або часточках
Гриби	Свіжі	500 г	12 хв.	Невеликі цілі або четвертинки
Кольорова капуста	Свіжа	1 качан	19 хв.	Розділена на голівки
Капуста (червона, зелена)	Свіжа	600 г	22 хв.	Наріzana скибочками
Цукіні	Свіжі	600 г	12 хв.	
Шпинат	Свіжий	300 г	13 хв.	Злегка підкидайте під час готування
	Заморож.	300 г	15 хв.	
Тонка зелена квасоля	Свіжа	500 г	30 хв.	
	Заморож.	500 г	25 хв.	
Морква	Свіжа	500 г	15 хв.	Тонко наріzana
Кукурудза в початках	Свіжа	500 г	40 хв.	
Боби	Свіжі	500 г	15 хв.	
Побіги	Свіжі	500 г	30 хв.	Тонко наріzані
Солодкий перець	Свіжий	300 г	15 хв.	
Горox	Свіжий	400 г	20 хв.	
	Заморож.	400 г	20 хв.	
Молода картопля (цілком)	Свіжа	600 г	40 - 45 хв.	
Картопля	Свіжа	600 г	20 хв.	Наріzana скибочками або кубиками

## Рис - макарони - каші

Продукт	Кількість	Кількість води	Час готування	Рекомендації
Білий рис Американський довгозерний рис	150 г	300 мл	30 - 35 хв.	
Білий рис «Басматі»	150 г	300 мл	30 - 35 хв.	
Білий рис швидкого готування	150 г	300 мл	28 - 33 хв.	
Цільний (неочищений рис)	150 г	300 мл	33 - 38 хв.	
Кускус	200 г	350 мл	23 хв.	Перед готуванням потримати 5 хвилин у киплячій воді
Макарони (спагеті)	200 г	400 мл	20 - 25 хв.	Готувати в киплячій воді, злегка помішувати під час готування

## Фрукти

Продукт	Тип	Кількість	Час готування	Рекомендації
Банани	Свіжі	3	10 хв.	Цілі
Яблука	Свіжі	4	12 хв.	Четвертинки
Груші	Свіжі	5	20 хв.	Цілі або половинки

## Інші продукти

Продукт	Тип	Кількість	Час готування	Рекомендації
Яйця	Зварені вкруто	6	12 хв.	
	Некруто зварені	6	8 хв.	

# Чищення і технічне обслуговування

## Чищення пристрою

Не занурюйте контейнер для води / блок харчування у воду. Не використовуйте абразивні засоби для чищення.

- Від'єднайте пристрій від мережі після кожного використання.
- Перед кожним чищенням дайте йому цілком охолонути.
- Перед тим, як звільнити контейнери для соку і для води, переконайтеся, що пристрій цілком остигнув. Витріть контейнер для води вологою тканиною.
- Вимийте всі знімні частини губкою, змоченої в теплій воді з додаванням м'якої рідини, прополощіть і ретельно витріть.

UA

## Видалення твердих відкладень з пароварки

- Для оптимальної роботи пристрою видаляйте тверді відкладення після приблизно 8 використань.
- Вийміть контейнер для соку (вологи).
- Наповніть ємність елемента, що нагріває, 3 столовими ложками столового оцту.
- Залишіть пароварку в такому стані на ніч.
- Кілька разів прополощіть внутрішню частину контейнера для води теплою водою.

**Щоб уникнути неприємних запахів, видаляйте тверді відкладення з пароварки тільки, коли вона цілком остигнула. Не використовуйте інші засоби для видалення твердих відкладень.**

## Навколишнє середовище це саме головне!



- ① Ваша пароварка містить коштовні матеріали, які можна відновити або переробити.
- ➔ Залишіть пароварку, що відробила, у місцевому пункті збору відходів.

## Ważne zalecenia

Przeczytaj uważnie instrukcję i starannie jej przestrzegaj.

### Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

---

- W celu zapewnienia bezpieczeństwa użytkownikom, urządzenie zostało wykonane zgodnie z normami i obowiązującymi przepisami (Dyrektywa Niskonapięciowa, Dyrektywa Kompatybilności Elektromagnetycznej, Dyrektywa w sprawie wyrobów przeznaczonych do kontaktu z żywnością, Dyrektywa Środowiskowa, ...)
- Sprawdź, czy napięcie w sieci odpowiada informacji podanej na urządzeniu (prąd przemienny).
- Zważywszy na różnorodność obowiązujących norm, w przypadku, gdy urządzenie będzie używane w kraju innym niż kraj zakupu, należy go sprawdzić w Autoryzowanym Punkcie Obsługi.
- Urządzenie zostało zaprojektowane wyłącznie do użytku domowego. Jakiegokolwiek wykorzystanie go do celów przemysłowych, użycie niewłaściwe lub niezgodne z instrukcją obsługi nie jest objęte gwarancją producenta ani nie może być powodem pociągnięcia go do odpowiedzialności.

---

### Podłączenie

- Nie korzystaj z urządzenia, jeżeli kabel zasilający lub samo urządzenie są uszkodzone, urządzenie upadło i widoczne są na nim uszkodzenia lub jego działanie jest wadliwe. W takim wypadku urządzenie należy przesać do najbliższego Autoryzowanego Punktu Obsługi.
- Urządzenie podłączaj zawsze do wtyczki z uziemieniem.
- Nie korzystaj z przedłużaczy. W przypadku użycia przedłużacza - na odpowiedzialność użytkownika - korzystaj z przedłużacza w dobrym stanie, z uziemieniem i dostosowanego do mocy urządzenia.
- Jeżeli przewód zasilający jest uszkodzony, aby uniknąć niebezpieczeństwa, należy go wymienić u producenta, w Autoryzowanym Punkcie Obsługi lub w serwisie o podobnych kwalifikacjach. Nigdy nie demontuj urządzenia samodzielnie.
- Nie pozwól, żeby przewód zasilający zwisał poza krawędź blatu.
- Nie odłączaj urządzenia ciągnąc za przewód.
- Zawsze odłączaj kabel zasilający: gdy już nie korzystasz z urządzenia, a także w celu przeniesienia go lub wyczyszczenia.

---

### Działanie

- Powierzchnia pracy powinna być stabilna, płaska i nie narażona na zalanie wodą.
- Nigdy nie pozostawiaj włączonego urządzenia bez nadzoru. Przechowuj w miejscu niedostępnym dla dzieci.
- Kontakt z rozgrzaną powierzchnią urządzenia, gorącą wodą, parą lub żywnością może spowodować oparzenia.
- Nie dotykaj urządzenia w czasie, gdy wytwarza parę, korzystaj ze ściereczki lub rękawicy, gdy dotykasz rozgrzanych części urządzenia.
- Nie przenoś urządzenia zawierającego gorące płyny lub żywność.
- Nie umieszczaj urządzenia w pobliżu źródła ciepła lub w gorącym piekarniku, gdyż może to spowodować jego poważne uszkodzenie.
- Nigdy nie zanurzaj urządzenia w wodzie!
- Nie stawiaj urządzenia blisko ściany lub szafki, gdyż wytwarzana w nim para może je uszkodzić.

## INFORMACJA

Jeśli masz jakieś pytanie bądź problem z produktem zadzwoń na infolinię: 0-801 300 421 bądź sprawdź na [www.tefal.pl](http://www.tefal.pl)

# Korzyści gotowania na parze

## Witaj w świecie gotowania na parze!

Zdrowsze, bogatsze w składniki odżywcze posiłki mogą być łatwo przygotowane poprzez gotowanie na parze. Możesz teraz odkryć prawdziwą wszechstronność oraz korzyści jakie płyną z gotowania na parze.

## Twój parowar jest odpowiedni do przyrządzania większości potraw oraz wykorzystania zadziwiającej ilości przepisów

### + ZRÓWNOWAŻONE ODŻYWIANIE

Parowar VitaCuisine umożliwia przygotowanie zdrowego i smacznego posiłku w trakcie jednego gotowania. Oddzielne koszyki i taca do gotowania umożliwiają jednoczesne przygotowywanie warzyw, ryżu, ryb, mięsa, owoców i deserów.

### + ZACHOWANE WITAMINY

Wyjątkowy system szybkiego gotowania lepiej zachowuje witaminy: aż do 100% witaminy B9 (kwas foliowy), 86 % witaminy C i 91% polifenolu (przeciwutleniacz) w 500g brokułów.

### + MNIEJ TŁUSTO, LEPSZE TŁUSZCZE

Idealny do ryb, drobiu i innych rodzajów mięsa. Taca do gotowania umożliwia zachowanie wielonienasyconych kwasów tłuszczowych Omega3.

### + WIĘCEJ OWOCÓW I WARZYW

System gotowania na parze jest łatwy do obsługi i nie wymaga nadzoru podczas gotowania. Gotowanie na parze umożliwia zwiększenie dziennego spożycia owoców i warzyw.

Teraz łatwo ugotujesz smaczny i zrównoważony posiłek!

## Zacznij gotować na parze!

### Opis

1. Pokrywa
2. Taca dwustronna \*
  - a. gotowanie wywarów z warzyw / sosów
  - b. gotowanie na parze
3. Miska do ryżu \*
4. Koszyki do gotowania na parze
5. Miska o największej pojemności
6. Pojemnik na soki wypływające z produktów
7. Kłapka umożliwiająca dolewanie wody w trakcie gotowania
8. Wewnętrzny wskaźnik poziomu wody
9. Zbiornik na wodę
10. Element grzewczy
11. Zewnętrzny wskaźnik poziomu wody
12. Podstawa
13. Kontrolka działania urządzenia
14. Wyłącznik czasowy – 60 min
15. Przycisk Vitamin +
16. Przycisk umożliwiający utrzymanie temperatury potraw \*

\* zależnie od modelu

# Potrawa

## Przed użyciem

- Wyczyść zbiornik na wodę przy użyciu zwilżonej miękkiej gąbki - rys.1.
- Umyj wszystkie wyjmowane części w letniej wodzie z dodatkiem płynu do mycia naczyń, opłucz je i wysusz.

**Nie zanurzaj w wodzie podstawy elektrycznej.**

## Napełnij zbiornik na wodę

**Do zbiornika nie wkładaj przypraw ani nie wlewaj płynów innych niż woda. Przed uruchomieniem upewnij się, że w zbiorniku znajduje się woda.**

- Wodę wlej bezpośrednio do zbiornika na wodę aż do znacznika poziomu maksymalnego - rys.2.
- Umieść pojemnik na soki wypływające z produktów za zbiorniku.
- Umieść miskę o największej pojemności na pojemniku na soki wypływające z produktów- rys.3.
- Wodę wymieniaj przed każdym użyciem sprawdzając, czy zbiornik wypełniony jest aż do poziomu maksymalnego.

## Położ koszyk(i) do gotowania na parze

- Umieść żywność w koszyku(ach).
- Połóż koszyk(i) na misce o największej pojemności. Opuść rączki wkładając je do przeznaczonych do tego celu wgłębień - rys.4.
- Nałóż pokrywę.

**Aby się nie poparzyć w czasie gotowania na parze, najlepiej ustaw parowar tak aby otwory znalazły się z tyłu urządzenia.**

## Położ dwustronną tacę do gotowania\*

**Taca do gotowania (strona A) może być używana bez miski. Umieść ją bezpośrednio na pojemniku na soki wypływające z produktów - rys.7.**

- Strony A używaj w celu przyrządzania dań z sosem lub do gotowania produktów w sosie własnym, a strony B – do gotowania na parze - rys.5.
- Umieść dwustronną tacę do gotowania na misce o największej pojemności - rys.6.
- Nałóż pokrywę.

## Przyrządź ryż

Urządzenie umożliwia gotowanie ryżu.

- Do miski do ryżu włóż ryż i wlej wodę (patrz tabela gotowania) - rys.8.
- Miskę do ryżu umieść w koszyku do gotowania na parze lub w misce o największej pojemności.

## Gotuj bez koszyków

W celu uzyskania największej pojemności, możesz gotować potrawy bez stosowania koszyków.

- Wyjmij koszyki.
- Umieść żywność w misce o największej pojemności.
- Umieść miskę o największej pojemności na pojemniku na soki wypływające z produktów - rys.9.
- Nałóż bądź tacę do gotowania i pokrywę - rys.10 bądź bezpośrednio pokrywę - rys.11.

\* zależnie od modelu

# Gotowanie

## Ustaw czas gotowania

- Podłącz urządzenie.
- Ustaw wyłącznik czasowy zgodnie z zalecanymi czasami gotowania (patrz tabela gotowania) - rys.12.
- Zapala się czerwona kontrolka działania urządzenia oraz przycisk VITAMIN+ i rozpoczyna się proces gotowania.

**Nie dotykaj gorących powierzchni ani potraw w trakcie gotowania.**

PL

## Użyj przycisku VITAMIN +

**Program Vitamin+ możesz wyłączyć ręcznie poprzez naciśnięcie świecącej się kontrolki. Misek, rączki oraz pokrywy dotykaj wyłącznie używając rękawic ochronnych.**

- Wyjątkowa funkcja: urządzenie wyposażone jest w przycisk VITAMIN +, który skraca czas gotowania i pozwala na zachowanie wszystkich witamin.
- Przycisk zapala się przy rozpoczęciu gotowania - rys.13. Funkcja ta umożliwia szybsze rozpoczęcie gotowania dzięki większemu wydatkowi pary.
- Przycisk VITAMIN + wyłącza się automatycznie, kiedy ilość pary jest wystarczająca dla procesu gotowania.
- Jeśli w trakcie gotowania otworzyłeś parowar, naciśnij przycisk VITAMIN + - rys.14.

## W trakcie gotowania

- W trakcie gotowania sprawdzaj poziom wody za pomocą zewnętrznego wskaźnika poziomu wody.
- W razie konieczności dolej wody korzystając z otworu napełniania - rys.15.
- Aby zatrzymać urządzenie w dowolnym momencie, przestaw wyłącznik czasowy na pozycję 0 - rys.16.

**Jeśli zabraknie wody, urządzenie przestaje gotować.**

## Funkcja podgrzewania\*

**W trakcie podgrzewania sprawdzaj czy w zbiorniku znajduje się woda.**

- Po zakończeniu gotowania, włącza się sygnał dźwiękowy: posiłek jest gotowy.
- Funkcja podgrzewania zostaje uruchomiona automatycznie - rys.17.
- Urządzenie podgrzewa potrawy przez 60 minut.
- Aby wyłączyć urządzenie, naciśnij świecący się przycisk podgrzewania.

## Wyjmij potrawy z koszyków

- Zdejmij pokrywę za pomocą rączki.
- Postaw tacę do gotowania na odwróconej pokrywie - rys.18.
- Wyjmij koszyki za pomocą rączek - rys.19.
- Podaj potrawy - rys.20.

**Misek, rączki oraz pokrywy dotykaj wyłącznie używając rękawic ochronnych.**

\* zależnie od modelu

## Tabela czasów gotowania

Podane czasy mają charakter orientacyjny, mogą się one różnić w zależności od rozmiaru gotowanych produktów, przestrzeni pozostawionej pomiędzy nimi, ich ilości, indywidualnych gustów oraz napięcia sieci elektrycznej.

**W celu chwytania misek w trakcie gotowania używaj rękawic ochronnych.**

### Mięso - Drób

---

Potrawa	Typ	Ilość	Czas gotowania	Zalecenia
Pierś z kurczaka (bez kości)	Małe kawałki	500 g	15 min	
	W całości	450 g	17 min	
Udka z kurczaka	Świeża	4	36 min	
Filet z indyka	Świeża	600 g	24 min	
Filety wieprzowe	Świeża	700 g	38 min	Potnij na kawałki o grubości 1 cm
Plastry jagnięciny	Świeża	500 g	14 min	
Parówki	Świeża	10	6 - 8 min	

---

### Ryby - Skorupiaki

Potrawa	Typ	Ilość	Czas gotowania	Zalecenia
Filety rybne	Świeża	450 g	10 min	
	Mrożony	450 g	18 min	
Steki rybne	Świeża	400 g	15 min	
Ryba w całości	Świeża	600 g	25 min	
Małże	Świeża	1 kg	15 - 20 min	
Krewetki	Świeże	200 g	5 min	
Przegrzebki	Świeże	100 g	5 min	



# Warzywa

Potrawa	Typ	Ilość	Czas gotowania	Zalecenia
Karczochy	Świeża	3	43 min	Odetnij podstawę
Szparagi	Świeże	600 g	17 min	Najgrubsze szparagi przetnij na pół
Brokuły	Świeża	400 g	18 min	Pocięte na kawałki
	Mrożony	400 g	12 min	
Seler	Świeża	350 g	22 min	Pokrój w kostki
Grzyby	Świeża	500 g	12 min	Odetnij trzony i dobrze wyczyść
Kalafior	Świeża	1 średni	19 min	Pocięte na kawałki
Kapusta (czerwona lub biała)	Świeża	600 g	22 min	W małych kawałkach
Cukinie	Świeże	600 g	12 min	Pokrój na cienkie plastry
Szpinak	Świeża	300 g	13 min	Wrzuć w połowie czasu gotowania
	Mrożony	300 g	15 min	
Fasolka zielona	Świeża	500 g	30 min	
	Mrożony	500 g	25 min	
Małe marchewki	Świeże	500 g	15 min	Pokrój na drobne kawałki
Kolba kukurydzy	Świeża	500 g	40 min	
Młody zielony groszek	Świeży	500 g	15 min	
Pory	Świeże	500 g	30 min	Pokrój na drobne kawałki
Papryka	Świeża	300 g	15 min	Pokrój na grube pasy
Zielony groszek	Świeża	400 g	20 min	
	Mrożony	400 g	20 min	
Ziemniaki odmiany Bintje (w całości)	Świeże	600 g	40 – 45 min	Pokrój na kawałki o wadze 30g
Ziemniaki odmiany Charlotte	Świeże	600 g	20 min	Pokrój w kostki

## Ryż – Makaron – Produkty zbożowe

Potrawa	Ilość ryżu	Ilość wody	Czas gotowania	Zalecenia
Ryż biały długoziarnisty	150 g	300 ml	30 - 35 min	Umyj ryż przed ugotowaniem
Ryż basmati	150 g	300 ml	30 - 35 min	Włóż do wrzącej wody
Ryż szybko gotujący się	150 g	300 ml	28 - 33 min	Po ugotowaniu rozbij posklejane grudki widelcem
Ryż pełny	150 g	300 ml	33 - 38 min	
Kasza kuskus	200 g	350 ml	23 min	Przed rozpoczęciem gotowania pozostaw kaszę na 5 minut we wrzącej wodzie
Makaron (spagetti)	200 g	400 ml	20 - 25 min	Włóż do wrzącej wody

## Owoce

Potrawa	Typ	Ilość	Czas gotowania	Zalecenia
Banany	Świeże	3	10 min	W całości
Jablka	Świeże	4	12 min	ćwiartki
Gruszki	Świeże	5	20 min	W całości bądź pocięte na pół

## Inne produkty

Potrawa	Typ	Ilość	Czas gotowania	Zalecenia
Jajka	Na twardo	6	12 min	
	Na miękko	6	8 min	

# Konserwacja i czyszczenie

## Wyczyść urządzenie

**Nie zanurzaj w wodzie podstawy elektrycznej. Nie stosuj ściernych środków czyszczących.**

- Po każdym użyciu odłącz urządzenie od sieci zasilania.
- Poczekaj do całkowitego ostygnięcia urządzenia przed rozpoczęciem czyszczenia.
- Zanim opróżnisz pojemnik na soki wypływające z produktów oraz zbiornik na wodę sprawdź, czy urządzenie wystarczająco ostygło.
- Umyj wszystkie wyjmowane części w letniej wodzie z dodatkiem płynu do mycia naczyń, opłucz je i wysusz.

PL

## Usuń kamień

- Aby urządzenie działało w sposób optymalny, usuwaj kamień co 8 użyć.
- Wymij pojemnik na soki wypływające z produktów.
- Wlej 3 łyżki stołowe przezroczystego octu do wklęsłej części elementu grzewczego.
- Pozostaw ocet na noc w zimnym urządzeniu.
- Przepłucz kilkakrotnie letnią wodą wnętrze zbiornika na wodę.

**Kamień usuwaj zawsze po ostygnięciu urządzenia. Nie stosuj innych środków do usuwania kamienia.**

## Chrońmy środowisko!



- ① Urządzenie zawiera liczne materiały, które posiadają określoną wartość lub które mogą zostać poddane utylizacji.
- ➡ Zanieś je do punktu zbiórki lub, jeśli taki nie istnieje, do autoryzowanego serwisu, aby mogło zostać zutylicowane.

