

fig. 1



fig. 2

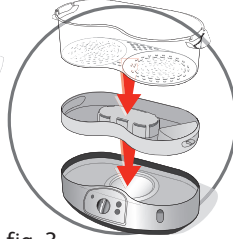


fig. 3

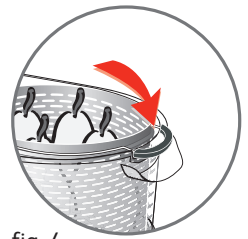


fig. 4

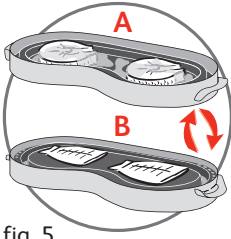


fig. 5

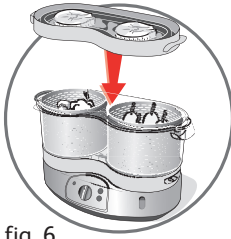


fig. 6

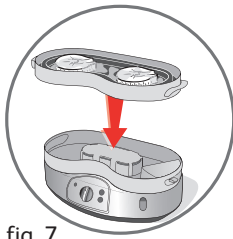


fig. 7



fig. 8

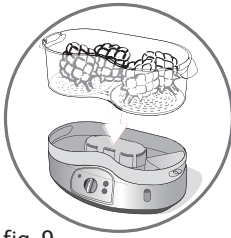


fig. 9

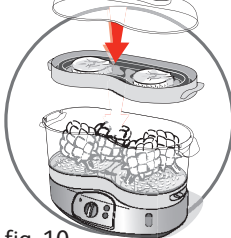


fig. 10

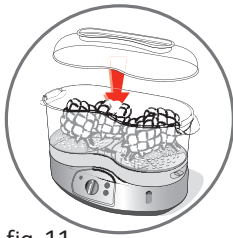


fig. 11

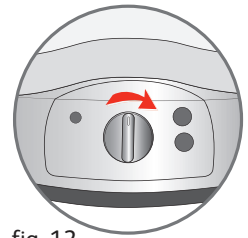


fig. 12

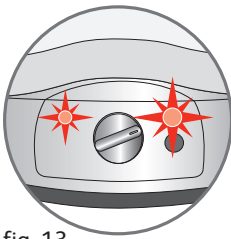


fig. 13



fig. 14

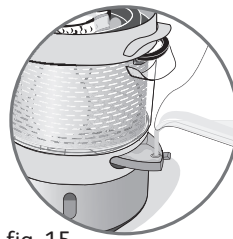


fig. 15



fig. 16

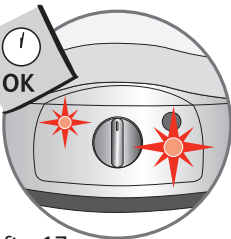


fig. 17

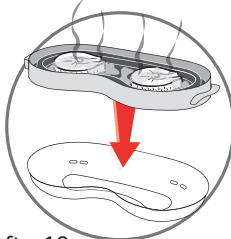


fig. 18



fig. 19



fig. 20

# T-fal®

## VITACUISINE

steamer 3 in 1

cuisseur vapeur 3 en 1



# Important recommendations

Read and follow the instructions for use. Keep them for future use.

## Safety instructions

---

- This appliance is not intended to be operated using an external timer or separate remote control system.
- For your safety, this appliance conforms with applicable standards and regulations (Directives on low voltage, electromagnetic compatibility, materials in contact with foodstuffs, environment, etc.)
- This appliance complies with the safety regulations and directives in effect at the time of manufacture.
- Check that the power supply voltage corresponds to that shown on the appliance (alternating current).
- Given the diverse standards in effect, if the appliance is used in a country other than that in which it is purchased, have it checked by an approved service centre.
- This appliance is designed for domestic use only. In case of professional use, inappropriate use or failure to comply with the instructions, the manufacturer accepts no responsibility and the guarantee does not apply.

---

## Connecting to the power supply

- Do not use the appliance if the appliance or the cord is damaged, if the appliance has fallen or shows visible damage or does not work properly. In the event of the above, the appliance must be sent to an approved Service Centre. Do not take the appliance apart yourself.
- Always plug the appliance into an earthed socket.
- Do not use an extension lead. If you accept liability for doing so, only use an extension lead which is in good condition, has an earthed plug and is suited to the power of the appliance.
- If the power supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer, an authorised service centre or a similarly qualified person in order to avoid any danger.
- Do not leave the cord hanging.
- Do not unplug the appliance by pulling on the cord.
- Always plug the appliance into an earthed socket.
- Always unplug the appliance immediately after use; when moving it; prior to any cleaning or maintenance.

## Using

---

- Use a flat and stable, heat resistant work surface, away from any water splashes.
- Never leave the appliance in operation unattended. Keep away from children.
- Burns can occur by touching the hot surface of the appliance, the hot water, the steam or the food.
- Do not touch the appliance while it is producing steam and use a cloth or oven glove to remove the lid, rice bowl and steam bowl.
- Do not move the appliance when it is full of liquids or hot food.
- Do not place the appliance near a heat source or in a hot oven, as serious damage could result.
- Never immerse the appliance in water!
- Do not place the appliance near a wall or a cupboard - the steam produced by the appliance can cause damage.
- This appliance should not be used by persons (including children) with physical, mental or sensorial disabilities, or person without knowledge of the appliance, unless they are supervised by a responsible adult who is familiar with these instructions.
- Do not let children play with the appliance.

# Benefits of steam cooking

## Welcome to the world of T-fal steam cooking! \_\_\_\_\_

Healthier, more nutritious dishes may easily be prepared by steaming and the results are colourful and naturally flavoursome. The true versatility and benefits of steaming can now be explored.

## \_\_\_\_\_ Your T-fal steamer is suitable for most foods and a surprising variety of recipes.

### + **BALANCED NUTRITION**

The VitaCuisine steamer allows you to prepare a tasty and well balanced meal in one easy step. Thanks to the individual baskets and cooking tray, vegetables, rice, fish, meat, fruits and desserts can be cooked simultaneously.

### + **PRESERVING VITAMINS**

The steamer's gentle yet quick cooking system retains more vitamins and micronutrients.

### + **LESS FAT**

Steam cooking is ideal for fish, chicken and lean meat. The specific cooking tray helps retain the essential fat, Omega 3. in oil-rich fish like salmon, sardines, mackerel, trout, herring, and fresh tuna.

### + **MORE FRUITS AND VEGETABLES**

The steaming process is easy and efficient. Steaming can help to increase your daily consumption of fruit and vegetables.

Now you are ready to create a delicious and well-balanced meal on the go !

## Get steaming!

## Description \_\_\_\_\_

- |   |                                 |
|---|---------------------------------|
| 1. Lid  | 8. Interior maximum water level |
| 2. Reversible cooking plate *<br>a. side for cooking with sauce or juice<br>b. side for steam cooking | 9. Water tank                   |
| 3. Rice bowl *  | 10. Heating element             |
| 4. Stainless steel baskets  | 11. Exterior water level gauge  |
| 5. Maxi capacity bowl   | 12. Power base                  |
| 6. Juice collector  | 13. On / off light              |
| 7. Exterior water refill inlet during cooking   | 14. 60-minute timer             |
|   | 15. Turbo Boost touchpad        |
|   | 16. Keep warm touchpad *        |

\* depending on model

# Using your Vitacuisine

## Before first use

---

- Clean the water tank with a damp soft cloth - fig.1.
- Wash all the removable parts using a sponge, warm water and washing up liquid, rinse and dry carefully.

**Do not immerse the water tank in water when cleaning.**

All parts are removable and dishwasher safe; except for the power base/water tank.

---

## Filling the water tank

**Do not use seasoning or any other liquid other than water in the water tank.**

**Check that there is water in the water tank before using the appliance.**

- Pour the water directly into the water tank, up to the maximum level - fig.2.
- Place the juice collector on the tank until firmly in place.
- Place the maxi capacity bowl on the juice collector - fig.3.
- Use fresh cold water with each use and check the water is up to the maximum level.

## Positioning the steam basket(s)

---

- Place the food in the basket(s).
- Place the basket(s) in the maxi capacity bowl and fold the handle(s) in the notches - fig.4.
- Put the lid on.

**So as not to scald yourself with the steam from the lid, preferably place the steam holes towards the back.**

---

## Positioning the reversible cooking plate\*

**The cooking plate (using side A only) can be used without the maxi capacity bowl. Place it directly on the juice collector - fig.7.**

- Use face A of the cooking plate for meals with sauce or food that releases a lot of cooking juices, and face B for cooking without sauce or cooking juices - fig.5.
- Place the cooking plate on the maxi capacity bowl - fig.6.
- Put the lid on.

## To cook rice

---

You can cook rice.

- Put the rice and the water in the rice bowl (see the table of cooking times) - fig.8.
- Place the rice bowl in a steam basket or in the maxi capacity bowl.

---

## Cooking without baskets

For a maxi capacity, you can cook without the baskets.

- Remove the baskets.
- Place food in the maxi capacity bowl.
- Put the maxi capacity bowl on the juice collector - fig.9.
- Put on either the cooking plate and the lid - fig.10 or just the lid - fig.11.

# Cooking

## Choose the cooking time

---

- Plug the appliance in.
- Set the timer for the recommended cooking times (see table of cooking times) - fig.12.
- The on / off light and the TURBO BOOST touchpad light comes on and the steam cooking begins.

**Do not touch the appliance or foods during cooking as they will be hot.**

## Using the TURBO BOOST touchpad

**You can manually stop the Turbo Boost program if you press on the illuminated touchpad. Use oven gloves when handling the baskets during cooking time.**

- Exclusive: your appliance is fitted with a TURBO BOOST touchpad which reduces cooking time for a better vitamin retention.
- At the start of cooking, the light comes on automatically - fig.13. This allows a faster start to cooking, thanks to a bigger steam output.
- The TURBO BOOST touchpad light goes out automatically as soon as the quantity of steam is sufficient for cooking.
- If you open the lid (e.g.: if adding more food) you can press the TURBO BOOST touchpad again to quickly return the steamer to the ideal temperature - fig.14.

## During cooking

---

- Check the water level during cooking using the external water level indicator.
- If necessary, slowly add more cold water through the exterior water inlet - fig.15.
- To stop the appliance ahead of time, turn the timer to the 0 position - fig.16.

**When there is no more water in the water tank the appliance stops cooking.**

## Keep Warm\*

**Check that there is always water in the water tank during keep warm.**

- At the end of cooking, a signal sounds: food is ready.
- The keep warm function starts automatically - fig.17.
- The appliance keeps food warm for up to 60 minutes without overcooking your meals
- Press the keep warm touchpad to stop the appliance.

## Removing food from the steam baskets

---

- Lift the lid by the handle.
- Put the cooking plate on the turned over lid - fig.18.
- Remove the steam baskets using the handles - fig.19.
- Serve the food - fig.20.

**Use oven gloves when handling the baskets.**

\* depending on model

# Table of cooking times

Cooking times are approximate and may vary depending on the size of the food, the space between the food, the amount of food, individual preferences, and the wattage.

**Use oven gloves when handling the baskets during the cooking time.**

## Meat – Poultry

---

Food	Type	Amount	Cooking Time	Recommendations
Chicken breast (boneless)	Strips	500 g	15 min	
	Whole	450 g	17 min	
Chicken drumsticks	Fresh	4	36 min	
Turkey escalope	Fresh	600 g	24 min	
Pork fillet	Fresh	700 g	38 min	1 cm thick
Lamb steak	Fresh	500 g	14 min	
Sausages	Fresh	10	6 - 8 min	

---

## Fish - shellfish

Food	Type	Amount	Cooking Time	Recommendations
Thin fillet of fish	Fresh	450 g	10 min	
	Frozen	450 g	18 min	
Thick fillets or steaks	Fresh	400 g	15 min	
Whole fish	Fresh	600 g	25 min	
Mussels	Fresh	1 kg	15 - 20 min	
Prawns	Fresh	200 g	5 min	
Scallops	Fresh	100 g	5 min	



# Vegetables

---

Food	Type	Amount	Cooking Time	Recommendations
Artichoke	Fresh	3	43 min	
Asparagus	Fresh	600 g	17 min	
Broccoli	Fresh	400 g	18 min	Cut into florets
	Frozen	400 g	12 min	
Celeriac	Fresh	350 g	22 min	In cubes or slices
Mushrooms	Fresh	500 g	12 min	Small whole or cut in quarters
Cauliflower	Fresh	1 moyen	19 min	Cut into florets
Cabbage (red - green)	Fresh	600 g	22 min	Sliced
Courgette	Fresh	600 g	12 min	
Spinach	Fresh	300 g	13 min	Toss halfway through cooking
	Frozen	300 g	15 min	
Fine green beans	Fresh	500 g	30 min	
	Frozen	500 g	25 min	
Carrots	Fresh	500 g	15 min	Thinly sliced
Corn on the cob	Fresh	500 g	40 min	
Beans	Fresh	500 g	15 min	
Leeks	Fresh	500 g	30 min	Thinly sliced
Sweet peppers	Fresh	300 g	15 min	
Peas	Fresh	400 g	20 min	
	Frozen	400 g	20 min	
New potatoes (whole)	Fresh	600 g	40 – 45 min	
Potatoes	Fresh	600 g	20 min	Sliced or cubed

---

## Rice - Pasta - Cereals

Food	Amount	Water quantity	Cooking Time	Recommendations
White Rice American Long Grain	150 g	300 ml	30 - 35 min	
White Basmati Rice	150 g	300 ml	30 - 35 min	
Easy cook white rice	150 g	300 ml	28 - 33 min	
Wholemeal rice	150 g	300 ml	33 - 38 min	
Couscous	200 g	350 ml	23 min	Soak for 5 min in boiling water before cooking.
Pasta (spaghetti)	200 g	400 ml	20 – 25 min	Use boiling water & stir halfway through cooking.

---

## Fruits

Food	Type	Amount	Cooking Time	Recommendations
Bananas	Fresh	3	10 min	Whole
Apples	Fresh	4	12 min	Quartered
Pears	Fresh	5	20 min	Whole or halved

---

## Other food

Food	Type	Amount	Cooking Time	Recommendations
Eggs	Hard-boiled	6	12 min	
	Soft-boiled	6	8 min	

# Cleaning and maintenance

## Cleaning the appliance

**Do not immerse the water tank / power base in water.**

**Do not use abrasive cleaning products.**

- After each use, unplug the appliance.
- Leave it to cool completely before cleaning.
- Check that the appliance has completely cooled down before emptying the juice collector and the water tank. Wipe the water tank with a damp cloth.
- Wash all the removable parts using a sponge, warm water and washing up liquid, rinse and dry carefully.

All parts are removable and dishwasher safe; except for the power base/water tank.

## Removing scale build-up from the appliance

- For best results, descale the appliance after approximately 8 uses.
- Take out the juice collector.
- Fill the hollow of the heating element with 3 tablespoons of white vinegar.
- Leave overnight to descale.
- Rinse out the inside of the water tank with warm water several times.

**Always descale your appliance when cold to avoid any decaling odour. Do not use other scale-removing products.**

## Environment protection first !



- ① Your appliance contains valuable materials which can be recovered or recycled.
- ➔ Leave it at a local civic waste collection point.

# Recommandations importantes

Lisez attentivement ces instructions et conservez-les soigneusement.

## Consignes de sécurité

---

- Cet appareil n'est pas destiné à être mis en fonctionnement au moyen d'une minuterie extérieure ou par un système de commande à distance séparé.
- Pour votre sécurité, cet appareil est conforme aux normes et réglementations applicables (Directives Basse Tension, Compatibilité Electromagnétique, Matériaux en contact des aliments, Environnement, ...).
- Vérifiez que la tension du réseau correspond bien à celle indiquée sur l'appareil (courant alternatif).
- Compte tenu de la diversité des normes en vigueur, si l'appareil est utilisé dans un autre pays que celui de l'achat, faites-le vérifier par un Centre Service Agréé.
- Cet appareil a été conçu pour un usage domestique uniquement, toute utilisation professionnelle, non appropriée ou non conforme au mode d'emploi n'engage ni la responsabilité, ni la garantie du constructeur.

---

## Branchement

- N'utilisez pas l'appareil si celui-ci ou son cordon est défectueux, si l'appareil est tombé et présente des détériorations visibles ou des anomalies de fonctionnement. Dans ces cas, l'appareil doit être envoyé à un Centre Service Agréé le plus proche de votre domicile.
- Branchez toujours l'appareil sur une prise reliée à la terre.
- N'utilisez pas de rallonge. Si vous en prenez la responsabilité, utiliser une rallonge en bon état reliée à la terre et adaptée à la puissance de l'appareil.
- Si le câble d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son Centre Service Agréé ou une personne de qualification similaire afin d'éviter tout danger. Ne démontez jamais l'appareil vous-même.
- Ne laissez pas pendre le cordon.
- Ne débranchez pas l'appareil en tirant sur le cordon.
- Débranchez toujours l'appareil : après utilisation, pour le déplacer ou pour le nettoyer.

---

## Fonctionnement

- Utilisez une surface de travail stable, plane, à l'abri des projections d'eau.
- Cet appareil n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris les enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier, par l'intermédiaire d'une personne responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de l'appareil.
- Il convient de surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- Des brûlures peuvent être occasionnées si l'on touche les surfaces chaudes de l'appareil, l'eau chaude, la vapeur ou les aliments.
- Ne touchez pas l'appareil lorsqu'il produit de la vapeur et utilisez un torchon ou un gant pour manipuler les surfaces chaudes.
- Ne déplacez pas l'appareil contenant des liquides ou des aliments chauds.
- Ne placez pas l'appareil près d'une source de chaleur ou dans un four chaud sous peine de le détériorer gravement.
- Ne plongez jamais l'appareil dans l'eau !
- Ne placez pas l'appareil près d'un mur ou d'un placard : la vapeur produite pouvant endommager les éléments.

# Bienvenue dans l'univers de la cuisson vapeur !

---

Notre priorité étant de répondre au mieux aux nouvelles attentes de nos consommateurs, nous avons créé la gamme Vitacuisine.

Cette gamme de produits complémentaires vous aidera à préserver votre santé et votre alimentation, tout en gardant le plaisir de cuisiner et de manger. Ainsi, votre cuiseur vapeur VitaCuisine et son système de cuisson douce préservent les vitamines et les micronutriments de vos aliments.

## + EQUILIBRE ALIMENTAIRE

Le cuiseur vapeur VitaCuisine vous permet de préparer un repas complet et savoureux en une seule cuisson. Grâce à ses paniers vapeurs individuels et au plateau cuisson, les légumes, le riz, les poissons, les viandes, les fruits et les desserts peuvent être cuisinés simultanément.

## + DES VITAMINES PRESERVEES

Un système exclusif de cuisson rapide qui préserve mieux les vitamines, jusqu'à 100% de vitamine B9 (acides folates), 86 % de vitamine C et 91 % de polyphénol (antioxydant) dans 500g de brocolis.

## + MOINS GRAS, MIEUX GRAS

Idéal pour les poissons, les volailles et les viandes. Plateau de cuisson aide à retenir les acides gras essentiels type Omega 3.

## + PLUS DE FRUITS ET LEGUMES

Le système de cuisson vapeur est facile à utiliser et cuit sans surveillance. La cuisson vapeur peut vous aider à augmenter votre consommation journalière de fruits et légumes.

Maintenant créez votre repas savoureux et équilibré en une seule cuisson !

## Description

---

- |  |  |
|--|--|
| 1. Couvercle                                       | 8. Indicateur de niveau d'eau intérieur  |
| 2. Plateau réversible*                             | 9. Réservoir à eau                       |
| a. cuisson court bouillon / sauce                  | 10. Élément chauffant                    |
| b. cuisson vapeur                                  | 11. Indicateur de niveau d'eau extérieur |
| 3. Bol à riz*                                      | 12. Base électrique                      |
| 4. Paniers vapeur                                  | 13. Voyant de fonctionnement             |
| 5. Bol maxi capacité                               | 14. Minuterie 60 min                     |
| 6. Récupérateur à jus                              | 15. Touche Turbo Boost                   |
| 7. Trappe de remplissage d'eau en cours de cuisson | 16. Touche maintien au chaud*            |

\* selon modèle

# Préparation

## Avant utilisation

---

- Passez une éponge non abrasive humidifiée pour nettoyer le réservoir à eau - fig.1.
  - Lavez toutes les pièces amovibles à l'eau tiède avec du liquide vaisselle, rincez et séchez.
- N'immergez pas la base électrique.**

## Remplissez le réservoir à eau

---

**N'utilisez pas d'assaisonnement ou de liquide autre que l'eau dans le réservoir. Assurez-vous de la présence d'eau dans le réservoir avant la mise en marche.**

- Versez de l'eau directement dans le réservoir à eau jusqu'au niveau maximum -- fig.2.
- Placez le récupérateur à jus sur le réservoir.
- Placez le bol maxi capacité sur le récupérateur à jus - fig.3.
- Renouvelez l'eau avant chaque utilisation et vérifiez que le réservoir est rempli jusqu'au niveau maximum.

## Placez le(s) panier(s) vapeur

---

- Placez les aliments dans le(s) panier(s).
- Posez le(s) panier(s) dans le bol maxi capacité. Rabattez les poignées dans les encoches prévues à cet effet - fig.4.
- Posez le couvercle.

## Placez le plateau cuisson réversible\*

---

**Le plateau cuisson (face A) peut-être utilisé sans le bol. Placez-le directement sur le récupérateur à jus - fig.7.**

- Utilisez la face A du plateau cuisson pour les plats en sauce et la cuisson des aliments dans leur jus, et la face B pour une cuisson vapeur - fig.5.
- Placez le plateau cuisson réversible sur le bol maxi capacité - fig.6.
- Posez le couvercle.

## Préparez du riz

---

Vous avez la possibilité de cuire du riz.

- Mettez le riz et l'eau dans le bol à riz (cf. tableau de cuisson) - fig.8.
- Placez le bol à riz dans un panier vapeur ou dans le bol maxi capacité.

## Cuisez sans les paniers

Pour une maxi capacité, vous pouvez cuisiner sans les paniers.

- Enlevez les paniers.
- Placez vos aliments dans le bol maxi capacité.
- Posez le bol maxi capacité sur le récupérateur à jus - fig.9.
- Mettez soit le plateau cuisson et le couvercle - fig.10 soit directement le couvercle - fig.11.

# Cuisson

## Sélectionnez le temps de cuisson

---

- Branchez l'appareil.
- Réglez la minuterie selon les temps recommandés (cf. tableau de cuisson) - fig.12.
- Le voyant de fonctionnement rouge et la touche TURBO BOOST s'allument et la cuisson vapeur commence.

**L'appareil doit être branché avant d'actionner la minuterie.**

## Utilisez la touche TURBO BOOST

**Vous pouvez arrêter manuellement le programme Turbo Boost en appuyant sur le voyant allumé.**

- Exclusif : votre appareil est équipé d'une touche TURBO BOOST qui réduit le temps de cuisson et préserve parfaitement toutes les vitamines.
- En début de cuisson la touche s'allume - fig.13. Cette fonction permet un démarrage plus rapide de la cuisson grâce à un débit vapeur plus important.
- La touche TURBO BOOST s'éteint automatiquement lorsque la quantité de vapeur est suffisante pour la cuisson.
- Si vous avez ouvert le produit pendant la cuisson, appuyez sur la touche TURBO BOOST - fig.14.

## Pendant la cuisson

---

- Vérifiez le niveau d'eau pendant la cuisson grâce à l'indicateur de niveau d'eau extérieur.
- Si nécessaire, remettez de l'eau par l'ouverture de remplissage - fig.15.
- Pour arrêter volontairement l'appareil, tournez la minuterie sur la position 0 - fig.16.

**Ne touchez pas les surfaces chaudes ni les aliments en cours de cuisson. S'il n'y a plus d'eau, l'appareil ne cuit plus.**

## Maintien au chaud\*

**Vérifiez pendant le maintien au chaud qu'il y a toujours de l'eau dans le réservoir.**

- Un signal sonore retentit.
- Le maintien au chaud se met en marche automatiquement - fig.17.
- L'appareil garde les aliments au chaud pendant 60 minutes.
- Appuyez sur la touche maintien au chaud allumé pour arrêter l'appareil.

## Retirez les aliments des paniers

---

- Retirez le couvercle par sa poignée.
- Posez le plateau cuisson sur le couvercle retourné - fig.18.
- Retirez les paniers à l'aide des poignées - fig.19.
- Servez les aliments - fig.20.

**Utilisez des gants de protection pour manipuler les bols, la poignée et le couvercle.**

# Table des temps de cuisson

Les temps sont donnés à titre indicatif, ils peuvent varier en fonction de la taille des aliments, de l'espace laissé entre les aliments, des quantités, du goût de chacun et de la tension du réseau électrique.

**Utilisez des gants de protection pour manipuler les bols en cours de cuisson.**

## Viandes - Volailles

---

Préparation	Type	Quantité	Temps de cuisson	Recommandations
Blanc de poulet	Petits morceaux	500 g	15 min	
	En entier	450 g	17 min	
Cuisses de poulet	Entières	4	36 min	
Escalope de dinde	Fines	600 g	24 min	
Filets de porc		700 g	38 min	Coupez en tranches de 1 cm d'épaisseur
Tranches d'agneau		500 g	14 min	
Saucisses	Knack	10	10 min	
	Francfort	10	10 min	

---

## Poissons - Crustacés

Préparation	Type	Quantité	Temps de cuisson	Recommandations
Filets de poisson	Frais	450 g	10 min	
	Surgelés	450 g	18 min	
Steaks de poisson	Frais	400 g	15 min	Selon l'épaisseur
Poisson entier	Frais	600 g	25 min	Selon l'épaisseur
Moules	Fraîches	1 kg	15 - 20 min	
Crevettes	Fraîches	200 g	5 min	
Coquilles Saint-Jacques	Fraîches	100 g	5 min	



Préparation	Type	Quantité	Temps de cuisson	Recommandations
Artichauts	Frais	3	43 min	Coupez la base
Asperges	Fraîches	600 g	17 min	Coupez les plus grosses en 2
Brocolis	Frais	400 g	18 min	
	Surgelés	400 g	12 min	
Céleri	Frais	350 g	22 min	
Champignons	Frais	500 g	12 min	Coupez les pieds et nettoyez bien
Choux fleur	Frais	1 moyen	19 min	En petits morceaux
Choux (rouge ou vert)	Frais	600 g	22 min	En petits morceaux
Courgettes	Fresh	600 g	12 min	Emincez
Epinards	Frais	300 g	13 min	
	Surgelés	300 g	15 min	
Haricots verts	Frais	500 g	30 min	
	Surgelés	500 g	25 min	
Petites carottes	Fraîches	500 g	15 min	Emincez finement
Maïs entier	Frais	500 g	40 min	
Mange tout	Frais	500 g	15 min	
Poireaux	Frais	500 g	30 min	Emincez finement
Poivrons	Frais	300 g	15 min	Coupez en larges bandes
Petits pois	Frais	400 g	20 min	
	Surgelés	400 g	20 min	
Pommes de terre Binje	Fraîches	600 g	20 min	Coupez en morceaux de 30 g
Pommes de terre charlottes	Fraîches	600 g	20 min	Emincez ou coupez en cubes
Pommes de terre rattes	Fraîches	Entières	20 min	
Petits oignons grelots	Frais	400 g	12 min	Coupez les tiges vertes

---

## Riz - Pâtes - Céréales

Préparation	Quantité de riz	Quantité d'eau	Temps de cuisson	Recommandations
Riz blanc long grain	150 g	300 ml	30 - 35 min	Lavez le riz avant cuisson
Riz basmati	150 g	300 ml	30 - 35 min	Mettez dans l'eau bouillante
Riz cuisson rapide	150 g	300 ml	28 - 33 min	Egrenez en fin de cuisson avec une fourchette
Riz complet	150 g	300 ml	33 - 38 min	Egrenez en fin de cuisson avec une fourchette
Semoule de couscous	200 g	350 ml	23 min	Laissez reposer la semoule 5 min. dans l'eau bouillante avant de cuire
Blé bulgare	150 g	300 ml	15 min	Mettez dans l'eau bouillante
Pâte (spaghettis)	200 g	400 ml	20 - 25 min	Mettez dans l'eau bouillante

---

## Fruits

Préparation	Type	Quantité	Temps de cuisson	Recommandations
Bananes	Fraîches	3	10 min	
Pommes	Fraîches	4	12 min	
Poires	Fraîches	5	20 min	

---

## Autres aliments

Préparation	Type	Quantité	Temps de cuisson	Recommandations
Oeufs	Durs	6	12 min	
	Mollets	6	8 min	

# Entretien et nettoyage

## Nettoyez l'appareil

**N'immergez pas la base électrique.**

**N'utilisez pas de produits d'entretien abrasifs.**

- Après chaque utilisation, débranchez l'appareil.
- Laissez-le refroidir complètement avant le nettoyage.
- Vérifiez que l'appareil a suffisamment refroidi avant de vider le récupérateur à jus et le bac à eau.
- Lavez toutes les pièces amovibles à l'eau tiède avec du liquide vaisselle, rincez et séchez.

## Départez votre appareil

- Pour un fonctionnement optimal de votre appareil, démarrez-le toutes les utilisations.
- Retirez le récupérateur à jus.
- Versez 3 cuillères à soupe de vinaigre blanc dans la partie creuse de l'élément chauffant.
- Laissez agir à froid pendant une nuit.
- Rincez l'intérieur du réservoir à eau plusieurs fois avec de l'eau tiède.

**Démarrez toujours votre appareil à froid. N'utilisez pas d'autres produits détartrants.**

## Participons à la protection de l'environnement !



- ① Votre appareil contient de nombreux matériaux valorisables ou recyclables.
- ➔ Confiez celui-ci dans un point de collecte ou à défaut dans un centre service agréé pour que son traitement soit effectué.

