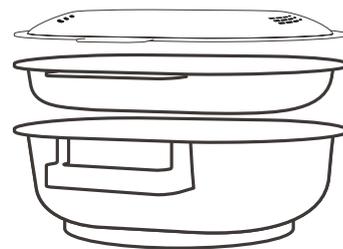


INSTRUCTIONS POUR UTILISER LE PANIER-VAPEUR INFÉRIEUR

Les quantités et les durées indiquées dans le tableau ci-dessous sont fournies à titre indicatif. La taille des morceaux, la maturité, la consistance et la qualité des ingrédients peuvent avoir une influence sur le temps de cuisson nécessaire. Si les ingrédients ne sont pas assez cuits, rajoutez du temps de cuisson à la vapeur, mais vérifiez au préalable qu'il reste suffisamment d'eau dans le bol.



Ajoutez 700 ml d'eau dans le bol et sélectionnez le mode Cuire à la vapeur P1.

ALIMENTS	PRÉPARATION	QUANTITÉ	TEMPS DE FONCTIONNEMENT
LÉGUMES			
Carottes	Rondelles de 0,5 cm	400 g	15 min
	Bâtonnets de 5 cm	400 g	17 min
Pommes de terre	Dés ou rondelles	1 kg	25 min
	Pomme de terre entière ± 150 g	8 unités	35 min
Haricots verts		500 g	20 min
Brocoli	En bouquets	3 unités	17 min
Chou-fleur	En bouquets	1 unité	20 min
Choux	En lamelles	500 g	20 min
Asperges blanches	Épluchées	2 bottes	15 min
Asperges vertes	Épluchées	2 bottes	10 min
Poivrons	En lamelles	400 g	15 min
Champignons de Paris		400 g	15 min
Petits pois surgelés		400 g	15 min
Petits pois frais		400 g	10 min
Poireaux	Rondelles de 1 cm	400 g	15 min
Fenouil	Coupé en 4	4 unités	20 min
Courgettes	Rondelles de 1 cm	500 g	10 min
FRUITS			
Pommes	Évidées et coupées en 4	5 unités	20 min
Poires	Évidées et coupées en 4	4 unités	20 min
	Fruit entier	6 unités	25 min
Abricots	Évidés et coupés en 2	8 unités	10 min
Pêches	Évidées et coupées en 2	6 unités	10 min
Prunes	Évidées et coupées en 2	8 unités	10 min
POISSON			
Filets		800 g	15 min
Truite	Poisson entier	4 unités	20 min
Daurade	Poisson entier	3 unités	25 min
Crevettes	Sans la tête	15 unités	12 min
	Sans la tête et décortiquées	25 unités	10 min
Moules		1 kg	10 min
Palourdes		1,5 kg	10 min
VIANDE			
Filets de poulet	Filet entier	5 unités	25 min
	En lamelles ou en morceaux de 1 cm	600 g	15 min
Boulettes de viande	3,5 à 4 cm de diamètre	600 g	20 min
Saucisses		750 g	15 min