

# T-fal®

Pressure Canner and Cooker  
Autocuiseur  
Enlatadora y olla a presión

EN

FR

ES



## User's Manual Guide de l'utilisateur Guía del usuario

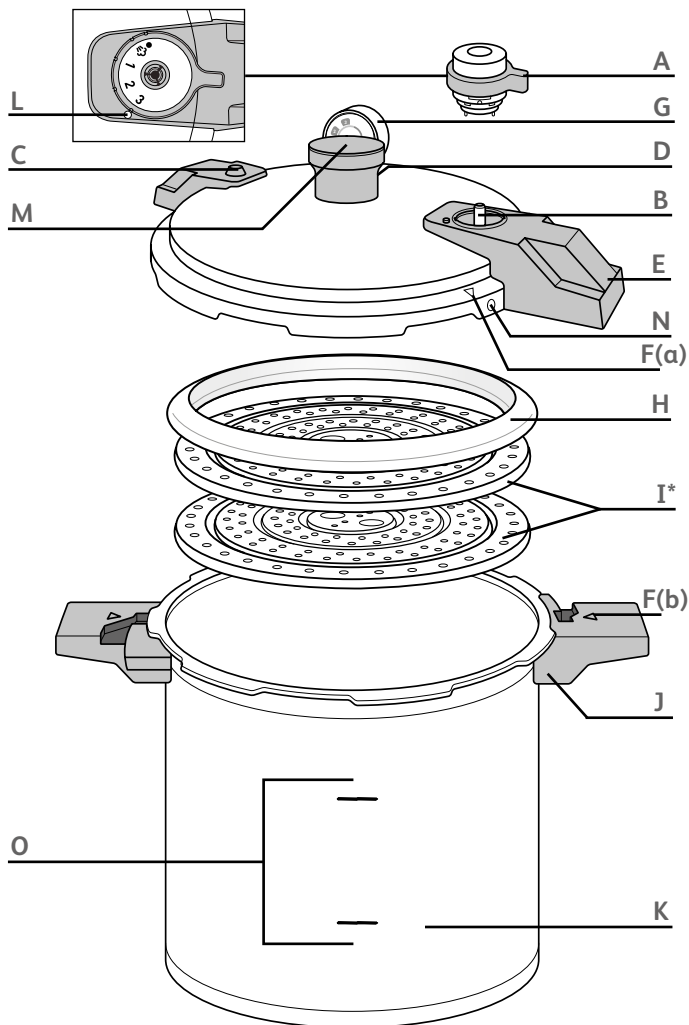
Para modelo : P31052

[www.t-falusa.com](http://www.t-falusa.com)

[www.t-fal.ca](http://www.t-fal.ca)

[www.t-fal.com.mx](http://www.t-fal.com.mx)

# Descriptive Diagram - Description - Descripción de las piezas



\*depending on model - \*selon le modèle - \*según modelo



Fig 1

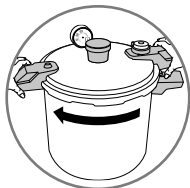


Fig 2

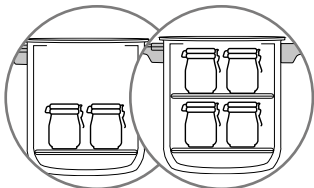


Fig 3a\*

Fig 3b\*

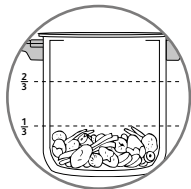


Fig 4

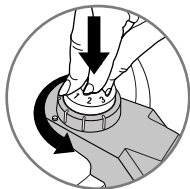


Fig 5

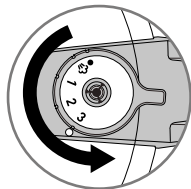


Fig 6

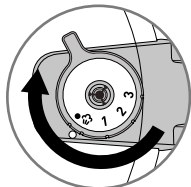


Fig 7

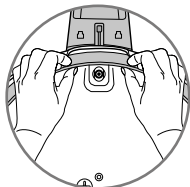


Fig 8

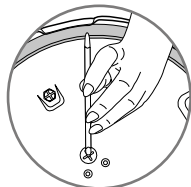


Fig 9



Fig 10

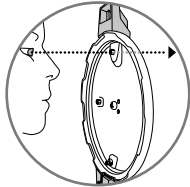


Fig 11

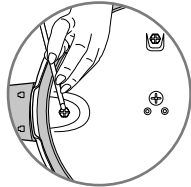


Fig 11bis

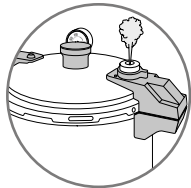


Fig 12

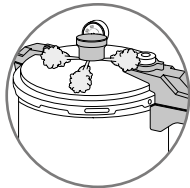


Fig 13

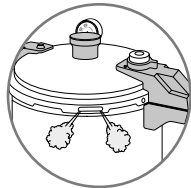


Fig 14

\*depending on model - \*selon le modèle - \*según modelo

# IMPORTANT SAFEGUARDS

When using pressure cookers, basic safety precautions should always be followed :

1. Read all instructions.
2. Do not touch hot surfaces. Use handles or knobs.
3. Close supervision is necessary when the pressure cooker is used near children.
4. Do not place the pressure cooker in a heated oven.
5. Extreme caution must be used when moving a pressure cooker containing hot liquids.
6. Only use the pressure cooker for the intended use.
7. This appliance cooks under pressure. Improper use may result in a scalding injury. Make certain unit is properly closed before operating. See "Operating Instructions".
8. Do not fill the unit over 2/3 full. When cooking foods that expand during cooking such as rice or dried vegetables, do not fill the unit over 1/3 full. Overfilling may cause a risk of clogging the vent pipe and developing excess pressure. See "Food Preparation Instructions".
9. Be aware that certain foods, such as applesauce, cranberries, pearl barley, oatmeal or other cereals, split peas, noodles, macaroni, rhubarb, or spaghetti can foam, froth, and sputter, and clog the pressure release device (steam vent). These foods should not be cooked in a pressure cooker.
10. Always check the pressure release devices for clogging before use.
11. Do not open the pressure cooker until the unit has cooled and all internal pressure has been released. If the handles are difficult to push apart, this indicates that the cooker is still pressurized – do not force it open. Any pressure in the cooker can be hazardous. See "Operating Instructions".
12. Do not use this pressure cooker for pressure frying with oil.
13. When the normal operating pressure is reached, turn the heat down so that all the liquid, which creates the steam, does not evaporate.
14. Always pour a minimum amount of at least 2 L (64 oz) of liquid in the unit. See «Operating Instructions.
15. For food that expands during cooking, such as rice, dried vegetables or fruit compotes, never fill your pressure cooker over one third. For some soups, like pumpkin or courgette, leave your pressure cooker to cool down for a few minutes, then cool it down entirely by placing it in a bowl of cold water.
16. Always be aware that certain foods, such as cranberries, spelt, millet, currants, etc., can create moss and squirt, clogging the pressure-relief device (vent). These foods should not be cooked in a pressure cooker.
17. Never make a recipe with animal milk in your pressure cooker.
18. Do not use rock salt in your pressure cooker, but rather add table salt when the cooking is nearly finished.
19. When cooking large pieces of meat and food with a surface skin layer

(whole sausages, tongue, poultry, etc.) : we recommend that you prick the skin using a knife or fork before cooking. During cooking, boiling liquid could become trapped under the skin and create spatters.

20. Alcohol vapors are flammable. Bring to a boil for about 2 minutes before placing the lid. Watch your appliance when preparing alcoholbased recipes.
21. Never use aluminium foil unsecured on a container in your pressure cooker. Always secure with string. Never use cling film in your pressure cooker.
22. Do not leave your pressure cooker unsupervised when heating oil or fats. Continuing to heat a smoking oil will degrade it and may increase the temperature of the oil enough for flames to appear.
23. Regularly check that the handles of the pressure cooker are fitted correctly. Tighten them if necessary
24. If during use you notice that any part of your pressure cooker is broken or cracked, do not attempt to open it under any circumstances; turn off the heat and leave on the hob to cool down completely before moving it or opening the lid. Do not use it again and take it to a T-FAL Approved Service Center for repair.

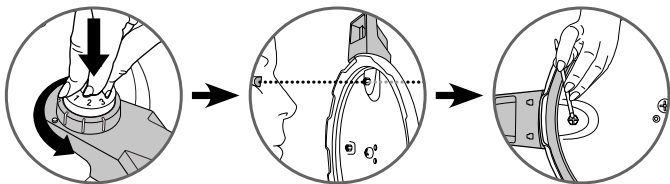
## SAVE THESE INSTRUCTIONS.

### Descriptive diagram \_\_\_\_\_

- |  |   |
|--|---|
| <b>A</b> - Operating valve   | <b>H</b> - Lid gasket                         |
| <b>B</b> - Steam release outlet  | <b>I</b> - Canning rack                       |
| <b>C</b> - Pressure indicator  | <b>J</b> - Short pot handle                   |
| <b>D</b> - Safety valve (under the lid central knob)                   | <b>K</b> - Pot                                |
| <b>E</b> - Short lid handle  | <b>L</b> - Operating valve position marker    |
| <b>F(a)</b> - Lid position indicator                                   | <b>M</b> - Lid central knob                   |
| <b>F(b)</b> - Lid position indicator located on the handles of the pot | <b>N</b> - Stop                               |
| <b>G</b> - Pressure gauge  | <b>O</b> - Maximum levels (max 1/3 - max 2/3) |

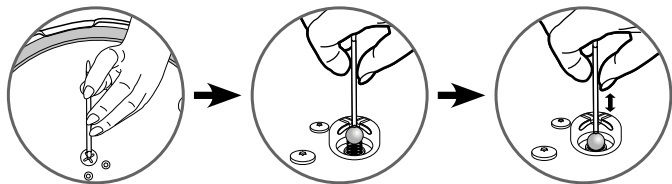
### Compulsory checks before each use \_\_\_\_\_

#### Checking the operating valve



- Check that the draining hole of the operating valve is not obstructed.

### Checking the safety valve



- Check that the bearing of the safety valve can move (use a batonet).

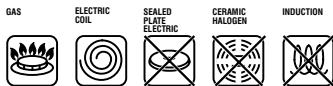
## Characteristics

Base diameter of the pressure cooker according to model number Basic specifications:

Capacity	Ø Pot	Ø Base	Model	Material of pot and lid
20,8L/22Qt	31 cm	19 cm	P31052	Aluminium

Upper operating pressure: 103 kPa/15 psi.

## Compatible heat sources



- On a gas hob, the flame must never exceed the diameter of the pressure cooker base.
- Make sure your pressure cooker is centered on the heat source.

- Do not use pressure canner and cooker on other electrical hobs.**
- Do not use pressure canner and cooker on any outdoor heat source such as a gas burner for a turkey fryer. This type of burner will soften the canner causing the bottom to warp. It may also result in property damage and/or personal injury. In addition, the food may not be safely processed.

Accessory		Reference number
Lid gasket	22 Qt	US-7114001204

- To replace other parts or have repairs performed, please call on your local T-FAL Approved Service Center.

## Operating Instructions

This appliance cooks under pressure. Improper use may result in scalding injury. Make certain unit is properly closed before operating. Always pour a minimum amount of liquid of at least 2 L (64 oz) in the unit.

### Opening

---

Do not open the pressure cooker until the unit has cooled and all internal pressure has been released. If the handles are difficult to push apart, this indicates that the cooker is still pressurized – do not force it open. Any pressure in the cooker can be hazardous.

- Hold the lid handles (**E**) and turn until the device opens - Fig. 1. Then remove the lid.

### Closing

---

- Place the lid flat on the pot and align the lid position indicators (**F(a)** and **F(b)**).
- Turn the lid until it is closed. - Fig. 2.

### Minimum filling

---

- Always put at least 64 oz (2 L) of liquid in the pressure cooker when in use.

### Maximum filling

---

- Never fill the pressure cooker over 2/3 of the pot height - Fig. 4.

#### For certain foods

- For foods that expand when cooked (such as rice, dried vegetables and composites), do not fill your pressure cooker over 1/3 full - Fig. 4.

### Pressure gauge

---

- The pressure cooker is equipped with a pressure gauge to provide additional information regarding sterilisation applications.




# Food Preparation Instructions

Do not fill the unit over 2/3 full. When cooking foods that expand during cooking such as rice or dried vegetables, do not fill the unit over 1/3 full. Over filling may cause a risk of clogging the steam release outlet and developing excess pressure.


## Using the operating valve (A) \_\_\_\_\_

- Place the operating valve (A) symbol 1, 2 or 3 facing the operating valve position marker (L) - Fig 6.

### Adjusting the Valve for Your Cooking Operations

Position 	Delicate foods, vegetables and some sterilisations
Position 	Meats, starchy foods and some sterilisations
Position 	Frozen foods and some sterilisations

#### To release the steam

- Position the symbol  on the valve (A) opposite the marker (L).

#### To remove the operating valve

- Release the pressure and leave the appliance to cool before removing the valve (A).
- Press down on the central section and turn the valve to line up the ● position with the marker (L) - Fig 5
- Remove the valve.

#### To replace the operating valve

- Fit the operating valve, lining up the ● with the marker (L).
- Press down on the central section and then turn to the required position - Fig 7.




---

## Using for the first time

To make blackening of aluminium disappear from already used products : repeat «first use» instructions with baking soda.

- Fill the pot with 1/2 water. Add 4 tablespoons of baking soda.
- Put the operating valve **(A)** in place on the steam release outlet **(B)** - Fig. 5.
- Position the symbol **1** on the valve **(A)** opposite the marker **(L)** - Fig 7.
- Close the pressure cooker.
- Place the pressure cooker on a heat source set to maximum power.
- When steam begins to exit the valve Fig 12, turn down the heat source and set a timer to 20 min.
- After 20 min., turn off your heat source.

### To release the steam

- Position the symbol  on the valve **(A)** opposite the marker **(L)**.
- Empty then clean the pressure cooker using soapy water.

### To replace the operating valve

- Fit the operating valve, lining up the ● with the marker **(L)**.
- Press down on the central section and then turn to the required position.

## Cooking

### Before cooking

---


- Before each use, remove the operating valve **(A)** (see section «Using the operating valve») - Fig. 5. Check these by holding them up to the light, making sure the steam release outlet is not clogged - Fig. 11. If necessary, clean with a tooth pick - Fig. 11bis.
- Make sure the safety valve **(D)** is clean. Check that the safety valve **(D)** is mobile. - Fig. 9 : see section «Care and cleaning».
- Put the operating valve back in place - Fig. 5.
- Position the symbol **1, 2 or 3** of the valve **(A)** opposite the marker **(L)**.
- Always make sure the pressure cooker is tightly sealed before placing it on a heat source.
- Place the pressure cooker on a heat source set to maximum heat.

## During cooking

- When the operating valve (A) releases steam in a continuous manner, giving off a regular sound (PSSSCHT), lower the heat - Fig. 12, adjust the output of your heat source so that the needle of the pressure gauge remains in the green zone that corresponds to the valve position: 1, 2 or 3.
- Set a timer to the cooking time listed in the recipe.
- Once the cooking time is over, turn off the heat.

## End of cooking

### To release the steam:

- Once the heat source has been switched off gradually, turn the operating valve (A) to position . Make sure that the cooker is positioned so that the steam is directed away from you. When the pressure indicator (C) drops : your pressure cooker is no longer under pressure.
- Open the pressure cooker.

**If you notice any food or liquid starting to spray out from the valve when you are releasing steam: set the selector to the cooking initial position, wait a minute and then gradually turn the operating valve again, making sure that nothing else spurts out.**

**Warning: Never use force when removing the lid. Wait for the pressure indicator to drop down completely and remove the operating valve.**

## Canning

**WARNING: Read the instructions on pressure cooking before using your pressure cooker/canner for canning. General information on pressure canning.**

The US Department of Agriculture recommends pressure canning as the only safe way to can meats, fish, poultry and vegetables.

Fruits and tomatoes may be canned using the boiling water bath method in a conventional cooking pot, but pressure canning saves time and energy.

Use conventional cooking pots for canning marinades and fruits.

Sometimes, it is better to can foods separately (meat and vegetables, for example) and then reheat them together later.

### HOW TO PRESSURE CAN USING GLASS JARS:

**WARNING: Only use standard jars intended for home canning. The name of the manufacturer of these jars is embedded in the glass.**


**Never use jars that contained store-bought products.**

**Warning: Never pressure sterilize foods containing sugar, sugar syrup or other sweetening liquid.**

1. Make sure the jars and lids do not have any cracks, chips or sharp edges. Dispose of any damaged jars and lids.
2. Wash the jars and lids in warm soapy water. Rinse thoroughly.
3. Let the jars stand under hot water before filling them. There is no need to sterilize the jars before pressure canning. Place the metal lids in hot or boiling water according to the manufacturer's instructions.
4. Select fresh, firm ingredients (not overripe). Sort according to size and ripeness.
5. Wash and prepare ingredients.
6. Put the ingredients into the jars. Most ingredients can be put into the jars while raw. Press down raw ingredients, because these tend to shrink when cooked. Ingredients can be pre-cooked or partially pre-cooked before being canned. Warm ingredients should not be pressed down after being filled into jars.
7. Finish filling the jars by adding juice or water, leaving appropriate head space of 1/4-inch to 1 1/2-inches, as indicated in the recipe or canning instructions.
8. Remove air bubbles by sliding a spatula along the inside of the jars.
9. Clean the rims of the jars and attach the lids according to the manufacturer's instructions.
10. For hot foods, you can bring the water to 180 degrees F. ahead of time, but be careful not to bring the water to a boil. Add 1 tbsp. of vinegar or cream of tartar to prevent the water from staining the interior of the pressure canner.
11. Place the jars on the canning rack in the pressure canner. It does not matter if the jars touch each other - Fig. 3a\*.

**Always place jars on canning rack ; never place jars directly on the bottom of pressure canner or on other jars.**

**Note:** the 22Qt-litre pressure canner comes with two canning racks and allows one rack to be placed above the other, making it possible to process 2 rows of 250 ml (= 8oz) and 500 ml (= 16 oz) jars. Place one rack at the bottom of the pressure canner and the other on the first row of jars - Fig. 3b

12. Close the pressure canner. When properly closed, the lid and pot handles are aligned.
13. Position the symbol of  the valve (A) opposite the marker (L) - Fig 7. Place the pressure cooker on high heat until steam begins to exit the steam release outlet. Continue letting pressure cooker release steam for 10 minutes.
14. After 10 minutes, position the recommended symbol **1**, **2** or **3** of the valve (A) opposite the marker (L).


15. When the operating valve releases steam in a continuous manner, giving off a regulator sound (PSSSCHT), lower the heat – Fig.12, adjust the output of your heat source so that the needle of the pressure gauge remains in the zone that corresponds to the valve position: **1, 2 or 3.**

**WARNING: Cooking times must be strictly adhered to and the pressure canner should not be placed in a draft while cooking. Canning can take from 45 to 90 minutes in a large pressure canner filled to full capacity.**

16. The sterilisation time begins once the operating valve starts to release some steam.

17. Once the sterilisation time has elapsed, turn off the heat source and allow the pressure cooker to cool down.

**WARNING: Do not rapidly cool the pressure cooker/canner by submerging it in water or letting it stand under a tap of running water. Never remove the operating valve to reduce pressure.**

18. Once the pressure has dropped completely, position the symbol  of the valve (**A**) opposite the marker (**L**) - Fig 7. Remove the lid carefully.

**WARNING: Steam may cause scalding and the operating valve may be very hot. Protect your hands with oven mitts.**

**NB :** You may hear a whistling noise when moving the operating valve. If no steam exits the pressure cooker, this is caused by air re-entering the device.

19. Remove the jars with a jar tong. Place them on a hot plate/trivet or several folded dish towels.

**WARNING: Never place the hot jars on a cold or wet surface, this could cause them to break.**

20. Seal the jars if they do not seal automatically. Even if no liquid has escaped during the canning process, seal the jar as it is. Do not add liquid, as this would mean having to restart the canning process from the beginning. Fruits and vegetables that are not completely covered by the liquid may turn brown, but they will be properly preserved.

21. Let the jars cool. Keep the jars upright and away from any drafts.

22. After 12 hours, remove the screw-on metal rings from the jars.

If a ring is difficult to remove, cover it with a hot, damp towel for 1 minute to make the metal expand. After 1 minute, the ring should come off easily. If the ring still does not come off easily, leave it in place.

**WARNING: Never remove rings with force. You risk breaking the gasket.**

23. Make sure the jars do not have any leaks and that the seals are air-tight. If the lid is made of metal, make sure it is air-tight by tapping it lightly with a spoon. If this makes a clear sound, the jar is well sealed. If the lid domes towards the inside and does not budge when it is tapped, this also indicates that the gasket is air-tight.

**WARNING:** If a jar is not sealed or has a leak, use its contents immediately or restart the canning process within 24 hours.

24. Wipe the jars with a damp cloth and then dry them. Attach labels displaying the date and contents. Keep the jars in a cold, dry place.

**WARNING:** The jars should not be exposed to freezing conditions, as this may cause the liquid to expand and break the glass.

## Troubleshooting

**PROBLEM:** liquid spills out of the jars. Causes and solutions:

1. **The jars are overfilled.**

When the contents and liquid are brought to a boil, they expand. If there is no more space, the liquid spills out of the jar. Leave a space of 1/2 to 1 1/2-inches (1.25 to 2.5 cm).

2. **There are air bubbles trapped in the jar.**

When the contents are brought to a boil, the air bubbles force the liquid to spill out of the jar.

Before closing the jar, release the trapped air by sliding a plastic spatula along the inside of the jar.

3. **The pressure level fluctuates during the canning process.**

If the cooking temperature is not constant, sudden pressure changes can occur, causing the liquid to spill out. Once the operating valve has begun to release steam, make sure the heat source fluctuates, slowly going up and down. Avoid pressure changes caused by the heat source.

4. **The pressure drops rapidly after the canning process.**

If the pressure is reduced too quickly, for example by placing the pressure cooker under cold running water or frequently moving the operating valve, the internal pressure may fall too quickly in both the pressure cooker and the jars, making the liquid spill out.

Let the pressure cooker cool at room temperature. After 40 to 45 minutes, check if the pressure has dropped by moving the operating valve.

**PROBLEM:** the jars break. Causes and solutions:

1. **Supermarket jars having contained store-bought contents were used instead of specialty canning jars.**

Only use jars specifically intended for home canning.

2. **Damaged jars were used.**

Used jars may have invisible cracks. The jars may also have been damaged during transport. Each jar must be carefully inspected before being used.

3. The jars were placed directly on the bottom of the pressure canner and not on the canning rack.  
Always use the canning rack.
4. The hot jars were placed on a wet or cold surface, or they were exposed to drafts of air.  
Place the jars on a dry, heat-proof surface at room temperature or on a dry, folded kitchen towels. Avoid air drafts.

Capacity of the canner	Quantity of water in the canner	Capacity of the canner (jars)			
		8 oz 250 ml	16 oz 500 ml	16 oz (500ml) wide mouth	32 oz 1L
22qt 20.8L 37 pints	3 1/2 pints 2L	24*	18*	16*	7

5. The jars were damaged by using a knife to get rid of air bubbles.  
Always use a plastic or rubber spatula to get rid of air bubbles.

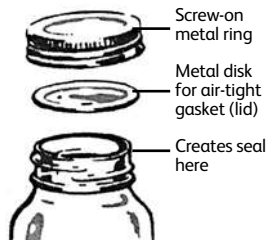
## Pressure canning meat and fish

\*If the jars are double-stacked using a second canning rack.

### Amount of salt needed for canning vegetables and meats

Size of jar	Salt
8 oz (250 ml)	1/4 tsp.
16 oz (500 ml)	1/2 tsp.
32 oz (1L)	1tsp.

## How to close the jars



Carefully follow the instructions given by the lid manufacturer.

Use a metal ring with an air-tight coating and a screw on metal ring that fits standard canning jars.

1. Fill the jar. Wipe down the rim.
2. Place the metal disks in hot or boiling water according to the manufacturer's instructions.
3. Place the disk on the jar, making sure that it is placed directly on the glass and creating an air-tight gasket.
4. Screw on the ring using only the strength of your hands. Do not use any tools to screw the ring closed. If the ring is screwed too tightly, this may cause the disk to warp.
5. When canned properly, this jar will seal itself automatically. Do not retighten the ring once the jar is removed from the pressure canner as they eventually will be removed when storing the canned food.

### Warning: know how to detect spoiled foods

A leaky jar or a damaged lid are signs that the jar's contents may have spoiled. Check if the contents have an odd colour or give off a strange smell.

Never taste food you think is spoiled. Dispose of immediately. Certain foods may contain botulinum toxin (causing botulism) even if their smell and taste appear normal. For this reason, boil non-acidic vegetables and meats for 10 minutes before eating. Other canned foods should also be boiled before being eaten.

## Care and Cleaning

### Cleaning the pressure cooker

The stains and scratches which may appear after long use do not affect the operation of the pressure cooker.

To ensure the correct operation of your pressure cooker, follow these cleaning and maintenance recommendations after each use:

- Clean the pressure cooker after each use with warm, soapy water.
- Never use bleach or products containing chlorine.
- Do not overheat your pot when empty.

#### How to clean the inside of the pot:

- Use a sponge and dish soap.

#### How to clean the outside of the pot:

- Use a sponge and dish soap.

To remove dark spots from the aluminum, repeat the procedure for «First use» and add 2 tablespoons of baking soda.

To keep your pressure cooker in good condition longer, do not overheat it when it is empty.

You must have your pressure cooker checked in a T-FAL approved service center after 10 years of use.

Do not put your pressure cooker in the dishwasher.

Never use a sharp or pointed object to carry out this operation.

#### How to clean the lid:

- Wash the lid under running, lukewarm water using a sponge and dish soap, then rinse thoroughly.

#### How to clean the lid gasket:

- After each use, clean the gasket (H) and the part of the cover in which it fits.
- Wash the gasket under running, lukewarm water using a sponge and dish soap, then rinse thoroughly.
- To put the gasket back in place, see illustration - Fig. 8.

#### How to clean the operating valve (A):

- Remove the operating valve (A): see section «Use of operating valve».
- Clean the operating valve (A) under running water - Fig. 10.

#### How to clean the steam release outlet (B):

- Remove the valve (A) - Fig. 5.
- Hold the lid against the light to make sure the steam release outlet is not clogged. If needed, clean it with a tooth pick - Fig. 11-11bis.

#### How to clean the safety valve (D):

- Clean the part of the safety valve located on the underside of the lid by passing it under running water.
- Also check that the safety valve works properly by using a cotton swab (for example), to press down hard on the centre of the pipe, a part that should move - Fig. 9.
- Make sure the valve functions properly by pressing lightly on the end that should lift easily.

#### Cleaning the pressure gauge:

- Never remove the pressure gauge.
- Use a dry, clean cloth.
- Do not use any solvents.
- Never put the pressure gauge under water or in the dishwasher.

#### How to replace the gasket:

- Change the gasket on your pressure cooker once a year or if it shows any signs of splitting or damage.
- Always use an original T-FAL gasket suitable to your model.

#### How to store your pressure cooker:

- Turn the lid upside down and place on the pot.



# Safety Features

---

Your pressure cooker is fitted with several safety features:

- **Safe closure feature:**
  - If the device has not been properly closed, the pressure indicator (C) cannot rise and therefore pressure cannot build in the device.
- **Safe opening feature:**
  - During operation, the pressure indicator (C) rises completely, locking the handles and preventing the pressure cooker from being opened. This locking system is deactivated when the pressure indicator drops, i.e. when the pressure cooker is no longer under pressure.
  - Never touch the pressure indicator (C) while the pressure cooker is in use or while you want to open the lid.
- **Two overpressure safety features:**
  - First feature: the safety valve (D) releases pressure and steam exits horizontally towards the outer lid - Fig 13.
  - Second feature: the gasket (H) allows steam to escape all around the pot - Fig 14.

If one of the overpressure safety features is triggered:

- Turn off the heat source;
- Let the pressure cooker cool down;
- Open it;
- Check and clean the operating valve (A), the steam release outlet (B), the safety valve (D) and the gasket (H).

---

## Recommendations for Use

- 1 - Steam is very hot when it leaves the operating valve.
- 2 - Once the pressure indicator has risen, you can no longer open the pressure cooker.
- 3 - As with any cooking utensil, close supervision must be ensured, especially when using the pressure cooker near children.
- 4 - Watch out for the jet of steam.
- 5 - To move the pressure cooker, use the two pot handles.
- 6 - Never leave food in your pressure cooker.
- 7 - Never use bleach or products containing chlorine, as these may alter the quality of the aluminum.
- 8 - Do not put any part of your pressure cooker in the dishwasher. Do not leave the lid soaking in water.
- 9 - Change the gasket every year.
- 10 - You must only clean your pressure cooker when it is cold and empty.
- 11 - You must have your pressure cooker checked in a T-FAL approved service center after 10 years of use.

# Warranty

---

EN

- This T-FAL product is warranted against defects in workmanship and material for a period of TWO YEARS from the date that the product is originally purchased. This warranty is not applicable to replacement parts or damage to the product resulting from misuse, accidents or alterations to the product. T-FAL SHALL NOT BE LIABLE FOR INCIDENTAL OR CONSEQUENTIAL DAMAGES, HOWEVER CAUSED. Some states do not allow the inclusion or limitation of incidental or consequential damages, so the above exclusion may not apply to you. If service becomes necessary within the warranty period, please contact us Monday – Friday, 8am to 5pm EST at 1-800-527-7727.

[www.t-fal.com](http://www.t-fal.com)

**T-FAL** - Customer Service  
2121 Eden Road, Millville  
NJ 08332 - 1-800-527-7727

Monday-friday 8.30 am - 5.30 pm

Groupe **SEB** Canada - Customer Service  
345 Passmore Ave. - Toronto ON - CANADA  
M1V3N8 - 1800.418.3325

---

## Protect the environment!



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

# T-FAL and Your Frequently Asked Questions

Problems	Suggestion
<b>The pressure cooker has been heated under pressure without liquid inside:</b>	Have your pressure cooker checked by an approved service center.
<b>The pressure indicator does not rise and no steam is released through the valve during cooking:</b>	This is normal during the first few minutes. However, if this persists, check that: <ul style="list-style-type: none"> <li>- the heat source is sufficiently strong. If not, increase it.</li> <li>- the quantity of liquid in the pot is sufficient.</li> <li>- the pressure cooker is properly closed.</li> <li>- the gasket and edge of the pot are not damaged.</li> </ul>
<b>The pressure indicator has risen and no steam is released through the valve during cooking:</b>	This is normal during the first few minutes. However, if this persists, check that : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turn off the heat, let the pressure cooker cool at room temperature until the pressure indicator drops down.</li> <li>- Never touch the pressure indicator.</li> <li>- Check and clean the operating valve <b>(A)</b>, the steam release outlet <b>(B)</b>, the safety valve <b>(D)</b> and the gasket <b>(H)</b>.</li> </ul>
<b>If steam leaks from around the lid, check:</b>	The lid is properly closed. The lid gasket is properly affixed. The gasket is in good condition, replace it if necessary. The lid, gasket, gasket housing on the lid, safety valve and operating valve are all clean. The edge of the pot is not damaged.
<b>Food has been burned in the pressure cooker:</b>	Let the pot soak before cleaning. Never use bleach or products containing chlorine.
<b>You cannot open the lid:</b>	Turn off the heat, let the pressure cooker cool at room temperature until the pressure indicator drops down. Never touch the pressure indicator.
<b>If the food is not cooked or is burned, check:</b>	The cooking time. The power of the heat source. If the operating valve is properly attached. The quantity of liquid.

# COOKING RECIPES

## MEAT & POULTRY

EN

### SWEET AND SOUR CHICKEN

**Serves:** 10-12

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 10 min

#### INGREDIENTS

*3 tablespoons of vegetable oil, 2 large onions, 2 large green peppers, cored, seeded and diced, 2 large red peppers, cored, seeded and diced, 5 pounds boneless chicken thighs, trimmed and cut into 2" pieces, 5 tablespoons soy sauce, 3 cups of sweet & sour sauce or duck sauce, 3 tablespoons apple-cider vinegar, 6 tablespoons water, 3 teaspoons garlic powder, 4 scallions, white & green parts sliced thin.*

#### DIRECTIONS

Heat oil in pressure cooker over medium high heat. Add onions and peppers. Cook 2 minutes. Add chicken and soy sauce. Cook for 3 minutes. Add sweet and sour sauce, vinegar, water and garlic powder and stir well.

Cover and bring to pressure. Lower heat to stabilize pressure and cook for 10 minutes.

Release pressure and open and remove lid.

Transfer to serving dish and garnish with scallions. Serve with brown or white rice.

### COQ AU VIN

**Serves:** 8

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 12 min

#### INGREDIENTS

*4 tablespoons olive oil, 8 ounces bacon, chopped, 6 pounds chicken, cut into serving-size pieces, seasoned with salt & pepper, 2 medium onions, chopped, 4 garlic cloves, chopped, 4 tablespoons all-purpose flour, 4 tablespoons brandy, 4 cups red wine, 1 cup chicken broth, 1 teaspoon dried thyme, 2 bay leaves, 1 pound button mushrooms, cut into quarters, salt and black pepper, to taste.*

## **DIRECTIONS**

Heat the olive oil in the cooker over medium-high heat. Add and cook the bacon 2 minutes. Remove and set aside.

Brown the chicken in batches. Add the onion and garlic; cook 2 minutes. Sprinkle the flour over the chicken; while stirring, pour in the brandy. Cook 1 minute.

Add the wine, broth, thyme and bay leaf. Stir well and season with salt and pepper, to taste. Add the bacon and mushrooms. Cook 2 minutes without lid. Close the pressure cooker. As soon as steam starts to release, lower the heat; cook 12 minutes.

Release pressure. Open the cooker. Remove bay leaf. Season with salt and pepper, to taste. Garnish with parsley.

## **ROAST PORK WITH FENNEL**

**Serves:** 12

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 40 minutes

### **INGREDIENTS**

*6 pound boneless pork loin roast, seasoned with salt and pepper, 4 tablespoons olive oil, 4 garlic cloves, chopped, 2 medium onions, chopped, 2 large fennel bulbs, coarsely chopped, including feathery fronds, 2 teaspoons dried thyme, 2 bay leaves, 3 cups chicken broth, Salt and black pepper, to taste.*

## **DIRECTIONS**

Heat the olive oil in the pressure cooker over medium-high heat. Add the roast and brown on all sides. Add the garlic, onion, fennel, thyme, bay leaf, broth and salt and pepper, to taste.

Close the pressure cooker. As soon as steam starts to release, lower the heat; cook 40 minutes.

Release pressure. Open the cooker. Remove bay leaf. Place meat on cutting board. Reduce the cooking liquid by half, over high heat. Strain the gravy, forcing the solids through a mesh colander. Slice meat and serve with the gravy.

## PULLED PORK

**Serves:** 12-18

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 45 min

### INGREDIENTS

*4 tablespoons olive oil, 2 large onions, cut in half and then in ¼" slices, 4 garlic cloves, diced, ½ cup packed brown sugar, ¼ cup chili powder, 4 tsp. ground cumin, salt and pepper to taste, 1 (6-pound) boneless pork roast cut into large cubes, 1/2 cups cider vinegar, plus extra as needed, 1 cup chicken broth, 1 cup ketchup, 12-18 hamburger buns or Portuguese rolls.*

### DIRECTIONS

Heat the oil in the pressure canner over medium heat. Add the onion and garlic; cook for 3 minutes.

Add all other ingredients, except rolls, stir until combined and cook for 45 minutes. Remove pork and place on a platter and cover with foil for about 15-20 minutes before shredding with two forks.

Add some of the gravy so the pork does not get dry. Serve on buns.

## SAUERBRATEN

**Serves:** 10-12

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 1 hour

### INGREDIENTS

*2 cups water, 1 cup red wine vinegar, ½ cup brown sugar, packed, 2 teaspoons ground cloves, 4 teaspoons of salt, 6-8 lbs of chuck or rump roast, salt & pepper to taste, 6 tablespoons vegetable oil, 5 large carrots, coarsely chopped, 5 ribs celery, coarsely chopped, 3 large onions, coarsely chopped, 3 cloves garlic, peeled and crushed, 2 bay leaves, 2 cups finely crushed gingersnap cookies.*

### DIRECTIONS

Combine water, vinegar, red wine vinegar, sugar, ground cloves and salt. Set aside. Salt and pepper the meat to taste.

Heat the oil in the pressure cooker over medium heat. Brown meat on all sides. Add the carrots, celery, onions, garlic, bay leaves. Pour the mixture that was set aside over the meat. Stir to combine. Cover and bring to pressure. Lower heat to stabilize pressure and cook for 1 hour. Let sit for 15 minutes and then release pressure. Open and remove lid. Discard bay leaves.

Remove the meat to a serving platter and cover with foil. Pour gravy into a food processor until smooth. Add crushed gingersnaps. Taste and add salt and pepper if needed. Slice the meat across the grain and serve with gravy on the side. To complete meal serve with egg noodles or mashed potatoes.

## POT ROAST

**Serves:** 8 - 10

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 1 hour

### INGREDIENTS

*5 pounds chuck roast, Salt and pepper, 3 tablespoons olive oil, 1 cup onion, thinly sliced, 10 carrots, peeled and cut in half, 8 stalks of celery, trimmed and cut in half, 4 cups beef broth, 4 tablespoon A1 sauce, 4 tablespoons Worcestershire, 16 red bliss or Yukon gold potatoes, 3 bay leaves, salt and pepper.*

### DIRECTIONS

Season the roast heavily with salt and pepper. Heat the oil in the pressure cooker over medium high heat. Sear the chuck roast on all sides.

Add all ingredients into the cooker; close and lock. Bring to pressure and cook for 1 hour at high pressure.

Release pressure using natural release method. Serve with vegetables and gravy.

## MEAT SAUCE

**Serves:** 12-18

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 30 min

### INGREDIENTS

*4 tablespoons olive oil, 2 small onions, chopped fine, 4 garlic cloves, minced, 3 pounds lean ground beef, ½ cup flat-leaf parsley, minced, 4 (28-ounce), 2 teaspoons sugar, cans tomato puree, ½ cup grated parmesan or romano cheese, salt and black pepper, to taste.*

### DIRECTIONS

Heat the olive oil in the pressure cooker over medium-high heat. Add the onion and garlic; cook until soft. Add the ground beef and cook until no longer pink, breaking up large chunks with a spoon. Add the parsley, tomato puree, sugar, salt and pepper, to taste. Stir to combine.

Close the pressure cooker. As soon as steam starts to release, lower the heat; cook 30 minutes.

Release pressure. Open the cooker. Season with salt and pepper, to taste. Serve over cooked pasta with grated cheese.

## SIDES

### MASHED POTATOES

**Serves:** 8-10

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 7 min

#### INGREDIENTS

*5 lbs of baking potatoes, peeled and cut into chunks, 9 cups of water, 12 oz of butter, 3/4 - 1 cup of milk.*

#### DIRECTIONS

Add water and potatoes to pot. Close lid. When steam starts cook for 7 minutes, release pressure.

Drain potatoes and add to bowl. Add butter, milk, salt and pepper and mash.

### CUBAN-STYLE BLACK BEANS

**Serves:** 10-12

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 15 min

#### INGREDIENTS

*32 oz. (2 bags) of dried black beans rinsed and soaked overnight, 8 tablespoons oil, 2 medium onions chopped, 3 medium green peppers, chopped, 8 garlic cloves, minced, 1 1/2 tablespoons oregano, 4 packets of latino seasoning, 3 tsp ground cumin, 8 cups water, 2 tablespoons apple cider vinegar, 1 tablespoon salt, 1/2 cup cilantro, chopped for garnish, sour cream, and cooked rice for serving.*

#### DIRECTIONS

Heat the oil in the pressure cooker over medium heat. Add the onion and garlic; cook for 3 minutes.

Add remaining ingredients except cilantro. Close lid, when steam releases lower heat and cook for 15 minutes.

Remove from heat, release pressure and remove cover. Mash some of the beans to thicken the cooking liquid. While it sits the liquid will absorb.

Add cilantro, sour cream and rice and some salt if needed. Serve over rice and garnish with sour cream.



## SOUPS & STEWS

### POTATO AND LEEK SOUP

**Serves:** 10-12

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 5 min

#### INGREDIENTS

*2 tablespoons olive oil, 4 strips bacon, cut up in chunks, 8 leeks, white portion only, sliced and washed well, 2 yellow onions, peeled and chopped, 8 yukon gold potatoes, peeled and chopped, 8 cups chicken or vegetable broth, 2 cups half and half, 2 tablespoons fresh parsley, finely chopped, salt and pepper.*

#### DIRECTIONS

Heat oil in pot over medium heat. Add the bacon and cook until crisp. Add the leeks and onion, and stir for 4 minutes.

Add the potatoes and chicken broth; close and lock. Bring to pressure on high heat, reduce to medium. Cook for 5 minutes at high pressure.

Release pressure using the natural release method.

Uncover; puree the soup with a hand blender until smooth. Place back into the cooker. Add the cream and parsley and then season with salt and pepper.

Serve hot or cold.

### CLASSIC FRENCH ONION SOUP

**Serves:** 12-16

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 7 min

#### INGREDIENTS

*4 tablespoons olive oil, 12 cups thinly sliced sweet onions, 8 garlic cloves, sliced thin, 2 teaspoons dried thyme, 1 1/3 cups dry sherry or white vermouth, 12 cups beef broth, 24 slices french bread, toasted, salt and black pepper, to taste, 2 cups gruyere cheese, grated.*

#### DIRECTIONS

Heat olive oil in pressure cooker pot over medium heat. Add the onions and garlic; cook until soft. Add the thyme, sherry and 2 cups of the broth. Cook for 2 minutes without lid.

Close the pressure cooker. As soon as steam starts to release, lower the heat; cook 7 minutes.

Release pressure. Open the cooker. Preheat the broiler to high. Add the remaining broth and bring to a simmer. Season with salt and pepper, to taste. Ladle the soup into large soup bowls. Place two pieces of bread on top of each plate. Sprinkle with cheese. Place bowls on a large baking pan, put in oven and broil until the cheese melts, approximately 3 minutes.

## BEEF CHILI

**Serves:** 6

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 15 min

### INGREDIENTS

*6 tablespoons olive oil, 4 medium onions chopped, 12 cloves garlic minced (approximately 4 tablespoons), 6 pounds ground beef, 4 tablepoons ground cumin, ½ cups chili powder, or to taste, 3 teaspoons oregano, ½ teaspoon cayenne powder, 3 bay leaves, salt to taste, 2 (28 ounce) cans crushed or diced tomatoes, 1 (28 ounce) can tomato puree, 2 (15 ounce) cans red kidney beans (drained and rinsed), 2 (15 ounce) cans cannelli beans (drained and rinsed).*

### DIRECTIONS

Heat olive oil in pressure cooker pot over medium heat. Add the onion and garlic, and cook until the onion is wilted.

Add half of the beef and cook until it is browned then remove and cook the other half. Add all the beef back to the pot. Mix in the cumin, chili powder, oregano, cayenne pepper and bay leaves.

Stir in the crushed tomato and puree. Close and lock. Bring to pressure and cook for 15 minutes at high pressure.

Release pressure, remove the lid and add the beans.

Cook uncovered for 5 minutes. Serve.

## CIOPPINO SEAFOOD STEW

**Serves:** 8

**Setting :** 2

**Pressure Cooking Time:** 6 min

### INGREDIENTS

*6 tablespoons olive oil, 2 medium onions, chopped, 1 large fennel bulb, finely chopped, 8 garlic cloves, chopped, 6 bay leaves, 2 teaspoons dried oregano, 1 teaspoon crushed red pepper flakes, 3 cups dry white wine, 2 (28-ounce) cans diced tomatoes with juice, 2 (8-ounce) bottles clam juice, 2 pounds skinless*

*haddock or cod fillets, cut into 1" pieces, 2 pounds mussels, scrubbed and de-bearded, 2 pounds large uncooked shrimp, peeled, shredded basil leaves and minced parsley, for serving.*

## **DIRECTIONS**

Heat oil in pressure cooker over medium heat. Add onion, fennel, garlic, bay leaves, oregano, and red pepper flakes.

Season with salt and black pepper and sauté until soft. Add white wine and reduce by half. Add seafood.

Close the pressure cooker. As soon as steam starts to release, lower the heat and cook 6 minutes.

Remove from heat, release pressure and remove cover. Taste and adjust for salt and black pepper.

Serve in soup bowls. Garnish with basil and parsley. Serve with crusty bread.

## **CHUNKY CHICKEN NOODLE SOUP**

**Preparation time :** 10 minutes

**Pressure Cooking Time:** 19 minutes under pressure

**Setting :** 2

**Yield :** 8 servings

### **INGREDIENTS**

*4 split chicken breasts with bone and skin, about 3 pounds, 16 cups (4 quarts) water, 4 large leeks (or 2 large onions), washed well to remove dirt and grit, white and light green parts only, sliced thin, 6 carrots, peeled and cut into ¼-inch rounds, 6 celery stalks, cut into ¼-inch slices, 4 cups broad egg noodles, cooked al dente, 2 tablespoons chopped fresh parsley or dill, salt and black pepper, to taste.*

### **DIRECTIONS**

1 Place the chicken, water, and salt in pressure cooker. Cover and bring to pressure. Lower heat to stabilize pressure and cook 15 minutes. Use cold water release method to release pressure. Open and remove lid. Remove chicken with a slotted spoon. Skin and debone. Cut into bite-sized chunks.

2 Pour the broth through a fine-mesh strainer. Rinse out pressure cooker. Pour broth back into pot. Add leeks, carrots, and celery. Cover and bring to pressure. Lower heat to stabilize pressure and cook 4 minutes. Use cold water release method to release pressure. Open and remove lid. Taste and season with salt and black pepper. Add the cooked chicken, noodles, and parsley or dill.

**Tip :** to save time and keep the dishwashing chore to a minimum, cook the noodles right in the hot soup. Add about 2 cups of uncooked noodles to the soup and simmer until al dente.

**Vary it :** for chicken rice soup, substitute the egg noodles with 3 cups of cooked rice.

## MINESTRONE SOUP

**Preparation time :** 25 minutes

**Pressure Cooking Time:** 10 minutes under pressure

**Setting :** 2

**Yield :** 12-16 servings

### INGREDIENTS

*5 tablespoons olive oil, 2 medium onions, chopped, 6 cloves garlic, minced, 2 tablespoons dried Italian seasoning, 2 (15-ounce) cans basil, oregano, and garlic-flavored diced tomatoes, 2 cups diced carrots, 2 cups diced celery, 2 cups diced zucchini, 2 cups peeled and diced potatoes, 2 cups string beans, cut into ½-inch pieces, 4 cups shredded cabbage, 2 tablespoons salt, 1 teaspoon black pepper, 16 cups water, 2 (15-ounce) cans red kidney beans, drained and rinsed under cold water, 3 cups ditalini (small, tube-shaped pasta), cooked al dente, 2/3 cup freshly grated Parmesan or Pecorino Romano cheese.*

### DIRECTIONS

1 Heat the olive oil in the pressure cooker over medium-high heat. Add the onion, garlic, and Italian seasoning, and cook until soft, 7 to 8 minutes. Add the tomatoes, carrots, celery, zucchini, and potatoes and cook 5 minutes. Add the string beans, cabbage, salt, pepper, and water. Stir well. Cover and bring to pressure. Lower heat to stabilize pressure and cook 10 minutes. Use cold water release method to release pressure. Open and remove lid.

2 Add the kidney beans, pasta, and grated cheese. Taste and adjust for salt and black pepper.

## Safe Home Food Canning Practices

The high percentage of water in fresh food makes it very perishable. Proper home canning allows you to prepare and safely store food in canning jars.

Proper canning practices include: carefully selecting and washing fresh food, preparing them according to the recipe; packing them in a hot liquid; adding acids (lemon juice or vinegar) to some foods like tomatoes and fruit; using jars and self-sealing lids manufactured specifically for home canning; and then processing the jars in a boiling-water or a pressure canner for the correct period of time. By doing so, you will remove oxygen; destroy enzymes; prevent the growth of undesirable bacteria, yeasts, and molds; and help form a high vacuum in jars. Good vacuums form tight seals which keep liquid in and air and microorganisms out.

## Raw-packed and Hot-packed Food Canning

Foods that are prepared for canning are usually packed in canning jars using one of two methods (unless both methods are specified in the recipe or canning instructions). These methods are called: the raw-pack method and the hot-pack method. The differences are as follows:

**Raw-pack Method:** foods, like fruits and vegetables, are prepared and then packed raw (uncooked) into the clean jars. The jars are then filled with a boiling liquid before sealing and processing.

**Hot-pack Method:** foods are prepared and then either blanched or cooked according to the recipe. They are then packed hot into the clean jars. The jars are then filled with boiling liquid before sealing and processing.

## Selecting the Correct Processing Time for Jar Size, Packing Method and Altitude

According to USDA «Complete Guide to Home Canning» Agriculture Information Bulletin No. 539, (Revised 2015), when canning in boiling water, more processing time is needed for most raw-packed foods and for quart jars than is needed for hot-packed foods and pint jars.

To destroy microorganisms in acid foods processed in a boiling-water canner, you must:

- Process jars for the correct number of minutes in boiling water.
- Cool the jars at room temperature.

The food may spoil if you fail to add process time for lower boiling-water temperatures at altitudes above 1,000 feet, process for fewer minutes than specified, or cool jars in cold water.

To destroy microorganisms in low-acid foods processed with a pressure canner, you must:

- Process the jars using the correct time and pressure specified for your altitude.
- Allow canner to cool at room temperature until it is completely depressurized.

The food may spoil if you fail to select the proper process times for specific

altitudes, fail to exhaust pressure canners properly and or process at lower pressure than specified.

**Note:** Since water boils at lower temperatures as altitude increases, you may also need to adjust the processing time when preparing certain foods. This is indicated for you in the **Guide for Canning Food** and the recipes found in this booklet.

## Canning Methods

There are two distinct methods of home canning. They are the boiling-water method (also referred to as hot water canning) and pressure canning method. These two methods are described as follows:

### Boiling-Water Method

---

This method is used to can foods that have a high level of acidity, like pickles, salsa, relishes, etc. and or fruits packed with high levels of sugar like jams and jellies.

Note that this is the only method that will allow you to sterilize fruit in syrup. Canning jars are **sterilized** in boiling water and are filled, while they are still hot, with hot food and or hot liquid. They are then processed in a large canning pot, standing upright, covered with at least 1-inch of water above the lid top. The pot is covered during the canning process.


In accordance with USDA «Complete Guide to Home Canning,» Agriculture Information Bulletin No. 539, (Revised 2015), the following are the basic guidelines to canning using the boiling water method:

1. Before you start preparing your food, place canner rack in the bottom of a canner. Fill the canner half full with clean warm water for a canner load of pint jars. For other sizes and numbers of jars, you will need to adjust the amount of water so it will be 1 to 2 inches over the top of the filled jars.
2. Center the canner over the burner and preheat the water to 140 degrees F. for raw-packed foods and to 180 degrees F. for hot-packed foods. You can begin preparing food for your jars while this water is preheating.
3. Load filled jars, fitted with lids and ring bands, into the canner one at a time, using a jar lifter. When moving jars with a jar lifter, make sure the jar lifter is securely positioned below the neck of the jar (below the ring band of the lid). Keep the jar upright at all times. Tilting the jar could cause food to spill into the sealing area of the lid.

If you have a shaped wire rack that has handles to hold it on the canner sides, above the water in the canner, you can load jars onto the rack in the raised position and then use the handles to lower the rack with jars into the water.

4. Add more boiling water, if needed, so the water level is at least one inch

above the jar tops. Pour the water around the jars and not directly onto them. For process times over 30 minutes, the water level should be 2 inches above the jars.

5. Turn the heat setting to its highest position. Set a timer (after the water is boiling) for the total minutes required for processing the food.
6. Place the lid on the T-Fal canner pot and lock in place. Since you are not canning with pressure, position the symbol  on the valve (A) opposite the marker (L).
7. Keep the canner covered for the process time. The heat setting may be lowered as long as a gentle but complete boil is maintained for the entire process time.
8. Add more boiling water during the process, if needed, to keep the water level above the jar tops. Pour the water around the jars and not directly onto them.
9. If the water stops boiling at any time during the process, turn the heat on its highest setting, bring the water back to a vigorous boil, and begin the timing of the process over, from the beginning (using the total original process time).
10. When the jars have been processed in boiling water for the recommended time, turn off the heat and remove the canner lid. Wait 5 minutes before removing jars to allow the canner contents to settle.
11. Using a jar lifter, remove the jars one at a time, being careful not to tilt the jars. Carefully place them directly onto a towel or cake cooling rack, leaving at least one inch of space between the jars during cooling. Avoid placing the jars on a cold surface or in a cold draft.
12. Let the jars sit undisturbed while they cool, from 12 to 24 hours. Do not tighten ring bands on the lids or push down on the center of the flat metal lid until the jar is completely cooled.
13. Remove ring bands from sealed jars. Put any unsealed jars in the refrigerator and use first.

Syrup Type	Measures of Water and Sugar				Suggested Fruits
	9 Pint Jars		7 Quart Jars		
	Water	Sugar	Water	Sugar	
Light	5-3/4 cups	1-1/2 cups	9 cups	2-1/4 cups	Very sweet fruit
Medium	5-1/4 cups	2-1/4 cups	8-1/4 cups	3-3/4 cups	Sweet apples, sweet cherries, berries, grapes
Heavy	5 cups	3-1/4 cups	7-3/4 cups	5-1/4 cups	Tart apples, apricots, sour cherries, nectarines, peaches, pears, plums

## Pressure Canning Method

This is the only recommended method for canning meat, poultry, seafood, an fruits and vegetables packed in water or juice. This method may also be used for canning fruit, as well.

In accordance with USDA «Complete Guide to Home Canning» Agriculture Information Bulletin No. 539, (Revised 2015), the following are the adapted basic guidelines to using your pressure canner:

1. Make sure the pressure canner is working properly before preparing food. Clean lid gaskets and other parts according to the manufacturer's directions; make sure all vent pipes are clear and contain no trapped material or mineral deposits. Center the canner over the burner. The burner and range must be level. Your pressure canner can be damaged if the burner puts out too much heat. In general, do not use on an outdoor LP gas burner or gas range burner over 12,000 BTU's. Check your manufacturer's directions for more information about appropriate burners.

Put the rack and hot water into the canner. If the amount of water is not specified with a given food, use enough water so it is 2 to 3 inches high in the canner. Longer processes required more water. For hot packed foods, you can bring the water to 180 degrees F. ahead of time, but be careful not to boil the water or heat it long enough for the depth to decrease. For raw packed foods, the water should only be brought to 140 degrees F.

2. Place filled jars, fitted with lids and ring bands, on the jar rack in the canner, using a jar lifter. When moving jars with a jar lifter, make sure the jar lifter is securely positioned below the neck of the jar (below the ring band of the lid). Keep the jar upright at all times. Tilting the jar could cause food to spill into the sealing area of the lid.
3. Properly close the pressure cooker lid. Set the temperature to its highest setting. Refer to the start of this user's guide for information and instructions on pressurisation and maintaining the pressure in your T-Fal pressure cooker.

**IMPORTANT:** If the pressure drops below the recommended zone indicated on the pressure gauge, bring the pressure back up in the pressure cooker and restart the operation from the start (i.e. the full length of the original operation). This is important to ensure food safety.

4. When the timed process is completed, turn off the heat, remove the canner from the heat (electric burner) if possible, and let the canner



cool down naturally. (Lift the canner to move it; do not slide the canner. It is also okay to leave the canner in place after you have turned off the burner. It is better to do so than to let jars inside the canner tilt or tip over if the canner is too heavy to move easily.)

While the canner is cooling, it is also de-pressurizing. Do not force cool the canner. Forced cooling may result in food spoilage. Cooling the canner with cold running water or opening the vent pipe before the canner is fully depressurized are types of forced cooling. They will also cause loss of liquid from jars and seal failures. Forced cooling may also warp the canner lid.

5. After the canner is completely depressurized, follow step 18, page 8, in the owner's manual. Unfasten the lid and remove it carefully. Lift the lid with the underside away from you so that the steam coming out of the canner does not burn your face.
6. Using a jar lifter, remove the jars one at a time, being careful not to tilt the jars. Carefully place them directly onto a towel or cake cooling rack, leaving at least one inch of space between the jars during cooling. Avoid placing the jars on a cold surface or in a cold draft.
7. Let the jars sit undisturbed while they cool, from 12 to 24 hours. Do not tighten ring bands on the lids or push down on the center of the flat metal lid until the jar is completely cooled.
8. Remove ring bands from sealed jars. Ring bands can be washed and dried and put away for using another time. Put any unsealed jars in the refrigerator and use first.
9. Wash jars and lids to remove all residues.
10. Label jars and store in a cool, dry place out of direct light.
11. Dry the canner, lid and gasket. Follow maintenance and storage instructions that come from your canner manufacturer.

## **Safe Practices for Storing and Using Home Canned Food**

In accordance with USDA «Complete Guide to Home Canning» Agriculture Information Bulletin No. 539, (Revised 2015), the following are the basic guidelines for: testing jar seals; storing home canned food; and identifying and handling spoiled food.

## Storage

---

After cooling jars for 12 to 24 hours, remove the ring bands and test seals with one of the following options:

**Option 1:** Press the middle of the lid with a finger or thumb. If the lid springs up when you release your finger, the lid is unsealed.

**Option 2:** Tap the lid with the bottom of a teaspoon. If it makes a dull sound, the lid is not sealed. If food is in contact with the underside of the lid, it will also cause a dull sound. If the jar is sealed correctly, it will make a ringing, high-pitched sound.

**Option 3:** Hold the jar at eye level and look across the lid. The lid should be concave (curved down slightly in the center). If center of the lid is either flat or bulging, it may not be sealed.

---

## Reprocessing Unsealed Jars

If a lid fails to seal on a jar, remove the lid and check the jar-sealing surface for tiny nicks. If necessary, change the jar, add a new, properly prepared lid, and reprocess within 24 hours using the same processing time. Headspace in unsealed jars may be adjusted to 1½ inches and jars could be frozen instead of reprocessed. Foods in single unsealed jars could be stored in the refrigerator and consumed within several days.

## Storing Canned Foods

---

If lids are tightly vacuum sealed on cooled jars, remove screw bands, wash the lid and jar to remove food residue; then rinse and dry jars. Label and date the jars and store them in a clean, cool, dark, dry place. For best quality, store between 50 and 70 °F. Can no more food than you will use within a year.

Do not store jars above 95° F or near hot pipes, a range, a furnace, in an uninsulated attic, or in direct sunlight. Under these conditions, food will lose quality in a few weeks or months and may spoil. Dampness may corrode metal lids, break seals, and allow recontamination and spoilage.

Accidental freezing of canned foods will not cause spoilage unless jars become unsealed and re-contaminated. However, freezing and thawing may soften food. If jars must be stored where they may freeze, wrap them in newspapers, place them in heavy cartons, and cover with more newspapers and blankets.

## Identifying and Handling Spoiled Canned Food\_\_

**Do not taste food from a jar with an unsealed lid or food that shows signs of spoilage.** You can more easily detect some types of spoilage in jars stored without screw bands. Growth of spoilage bacteria and yeast produces gas which pressurizes the food, swells lids, and breaks jar seals. As each stored jar is selected for use, examine its lid for tightness and vacuum. Lids with concave centers have good seals.

Next, while holding the jar upright at eye level, rotate the jar and examine its outside surface for streaks of dried food originating at the top of the jar. Look at the contents for rising air bubbles and unnatural color.

While opening the jar, smell for unnatural odors and look for spurting liquid and cotton-like mold growth (white, blue, black, or green) on the top food surface and underside of lid.

Spoiled low-acid foods, including tomatoes, may exhibit different kinds of spoilage evidence or very little evidence. Therefore, all suspect containers of spoiled low-acid foods, including tomatoes, should be treated as having produced botulinum toxin and handled carefully in one of two ways:

- If the swollen metal cans or suspect glass jars are still sealed, place them in a heavy garbage bag. Close and place the bag in a regular trash container or dispose in a nearby landfill.
- If the suspect cans or glass jars are unsealed, open, or leaking, they should be detoxified before disposal.

## Guide for Canning Food

The following guide provides step-by-step directions and information on how to can commonly prepared vegetables, fruits, meat and poultry.

- Be sure to always the consult the user's guide regarding the proper and safe use of this appliance.
- Each food and recipe specifies the canning method to be used (boiling-water or pressure can), as well as indicates any differences in processing times, as well as pressure canner settings.

### Asparagus: Spears or Pieces

**Quantity:** You will need approximately 24½ pounds per canner load of 7 quarts; an average of 16 pounds is needed per canner load of 9 pints.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Select tender, tight-tipped spears, 4 to 6 inches long. Wash asparagus. Break off tough stems and peel off any tough skin. Wash again. Cut into 1-inch pieces or can whole. Choose either hot or raw pack method:

**Hot pack method:** Lay asparagus flat in a large pot and cover with boiling water. Boil 2 to 3 minutes. Loosely fill jars with hot asparagus, leaving 1-inch headspace. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add the reserved, hot cooking liquid, leaving a 1-inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

**Raw pack method:** Bring a large pot of water to a boil. Fill jars with raw asparagus, packing as tightly as possible without crushing, leaving 1-inch headspace. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add boiling water, leaving a 1-inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

## Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot & Raw	Pints	30 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quart	40 minutes	Setting 2	Setting 3

## Beans: Green, Wax, Snap and Italian

**Quantity:** A bushel of beans weighs approximately 30 pounds and yields 12 to 20 quarts, an average of 2 pounds per quart or 1 pound per pint.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Select firm, blemish-free beans. Wash beans and trim the ends. Leave whole or cut into 1-inch pieces. Choose either hot or raw pack method:

**Hot pack method:** Place prepared beans in a large pot. Cover with boiling water; boil 5 minutes. Fill prepared jars loosely with blanched beans, leaving 1-inch of headspace. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add the reserved, hot cooking liquid, leaving a 1-inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

**Raw pack method:** Bring a large pot of water to a boil. Fill prepared jars tightly with raw beans, leaving 1-inch of headspace. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add boiling water, leaving a 1-inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

### Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot & Raw	Pints	20 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quart	25 minutes	Setting 2	Setting 3

### Beets: Whole, Cubed or Sliced

**Quantity:** You will need approximately 21 pounds of beets (without tops) per canner load of 7 quarts; an average of 13-1/2 pounds is needed per canner load of 9 pints. A bushel (without tops) weighs 52 pounds and yields 15 to 20 quarts, an average of 3 pounds per quart.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Select beets that are no larger than 1 to 2 inches in diameter for whole packs. Larger beets need to be cut. Trim off beet tops, leaving an inch of stem and roots to reduce bleeding of color. Scrub and rinse well. Beets should only be canned using the hot pack method:

**Hot pack method:** Place beets in a large pot and cover with boiling water. Boil until skins slip off easily, about 15 to 25 minutes depending on size. Remove skins, and trim off stems and roots. The beets should remain warm or hot going into the jars. Leave baby beets whole. Cut medium or large beets into 1/2-inch cubes or slices. Halve or quarter very large slices. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add boiling water, leaving a 1-inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

## Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot only	Pints	30 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quart	35 minutes	Setting 2	Setting 3

## Carrots: Sliced or Diced

**Quantity:** You will need approximately 17-1/2 pounds (without tops) per canner load of 7 quarts; an average of 11 pounds is needed per canner load of 9 pints. A bushel (without tops) weighs 50 pounds and yields 17 to 25 quarts; an average of 2-1/2 pounds per quart.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Select small carrots, preferably 1 to 1-1/4 inches in diameter. Discard any foliage. Wash, trim, peel, and rewash carrots. Slice or dice, as desired. Choose either hot or raw pack method:

**Hot pack method:** Place prepared carrots in a large pot. Cover with boiling water; bring to boil. Lower heat and simmer 5 minutes. Fill prepared jars loosely with blanched carrots, leaving 1-inch of headspace. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add the reserved, hot cooking liquid, leaving a 1-inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

**Raw pack method:** Bring a large pot of water to a boil. Fill prepared jars tightly with raw carrots, leaving 1-inch of headspace. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add boiling water, leaving a 1-inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

## Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot & Raw	Pints	25 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quart	30 minutes	Setting 2	Setting 3

## Corn: Whole Kernel

**Quantity:** You will need 31½ pounds (in husk) of sweet corn per canner load of 7 quarts; an average of 20 pounds is needed per canner load of 9 pints. A bushel weighs 35 pounds and yields 6 to 11 quarts, an average of 4½ pounds per quart.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Select fresh ears of sweet corn containing slightly immature kernels. Some varieties of sweet corn or too immature kernels may cause browning. Can a small amount, check color and flavor before canning large quantities.

Husk corn, remove silk, and wash. Blanch 3 minutes in a large pot of boiling water. Cut corn from cob at about three-fourths the depth of kernel. Do not scrape cob. Choose either hot or raw pack method:

**Hot pack method:** For each four cups of kernels, add 1 cup of hot water to an appropriately sized pot. Bring to a boil; lower heat and simmer 5 minutes. Add 1 teaspoon of salt per quart to the jar, if desired. Fill prepared jars with corn and cooking liquid, leaving 1-inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

**Raw pack method:** Bring a large pot of water to a boil. Fill prepared jars with raw kernels, leaving 1-inch headspace. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add boiling water, leaving a 1-inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

### Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot & Raw	Pints	55 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quart	85 minutes	Setting 2	Setting 3

## Lima Beans

**Quantity:** A bushel of lima beans weighs approximately 32 pounds and yields about 9 to 10 quarts, an average of 4 pounds per quart. An average of 18 pounds is needed per canner load of 9 pints.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Select beans that have well-filled pods with green beans. Shell beans and wash thoroughly. Choose either hot or raw pack method:

**Hot pack method:** Place beans in a large pot. Cover with boiling water; bring to boil. Lower heat and simmer 5 minutes. Fill prepared jars loosely with blanched beans; do not pack down. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add the reserved, hot cooking liquid, leaving 1-inch of headspace for pints and 1 ¼-inches for quarts. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

**Raw pack method:** Bring a large pot of water to a boil. Fill prepared jars loosely with beans; do not pack down. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add boiling water, leaving 1-inch of headspace for pints and 1 ¼-inches for quarts. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

**Recommended Process Time**

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot & Raw	Pints	40 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quart	50 minutes	Setting 2	Setting 3

**Mixed Summer Vegetables**

Quantity: Makes 7 quarts; you will need:

- 6 cups sliced carrots
- 6 cups cut, whole kernel sweet corn
- 6 cups cut green beans
- 6 cups shelled lima beans
- 4 cups whole or crushed tomatoes
- 4 cups diced zucchini



**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Mixed vegetables should only be canned using the hot pack method:

**Hot pack method:** Except for zucchini, wash and prepare vegetables as detailed in this manual for the other vegetables. Wash, trim, and slice or cube zucchini; combine zucchini with all vegetables in a large saucepan, add enough water to cover pieces. Boil 5 minutes.

Fill jars with vegetables and cooking liquid, leaving 1-inch headspace. Add 1 teaspoon salt per quart to the jars, if desired. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

**Note:** You can substitute yellow summer squash for the zucchini.

### Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot only	Pints	75 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quarts	90 minutes	Setting 2	Setting 3

## Peas, Green or English, Shelled

**Quantity:** A bushel of peas weighs approximately 30 pounds and yields 5 to 10 quarts, an average of 4.5 pounds a quart. An average of 20 pounds is needed for 9 pints.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Select filled pods containing young, tender, and sweet peas. Shell peas and wash thoroughly. Choose either hot or raw pack method:

**Hot pack method:** Place peas in a large pot. Cover with boiling water; bring to boil and cook 2 minutes. Fill prepared jars with blanched peas. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add the reserved, hot cooking liquid, leaving 1-inch of headspace for pints and 1 ¼-inches for quarts. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

**Raw pack method:** Bring a large pot of water to a boil. Fill prepared jars with raw peas. If desired, add 1 teaspoon of canning salt per quart, to the jar. When all jars are filled, add boiling water, leaving 1-inch of headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

## Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot & Raw	Pints	40 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quarts	40 minutes	Setting 2	Setting 3

## Potatoes, White, Cubed or Whole

**Quantity:** Approximately 20 pounds of potatoes are needed to make 7 quarts; an average of 13 pounds is needed per canner load of 9 pints. A bag weighs 50 pounds and yields 18 to 22 quarts, an average of 2½ to 3 pounds per quart.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Select best quality small to medium-size mature potatoes. Choose potatoes 1 to 2 inches in diameter if packing whole. Potatoes should only be canned using the hot pack method:

**Hot pack method:** Wash and peel potatoes. Place in ascorbic acid solution to prevent darkening (refer to information provided on page 40 and 41 in section on Selecting, Preparing and Canning Fruit). If desired, cut potatoes into 1/2-inch cubes. Cook 2 minutes in boiling water and drain. For whole potatoes, boil 10 minutes and drain. Add 1 teaspoon of salt per quart to the jar, if desired. Fill jars with hot prepared potatoes, leaving no more than 1-inch headspace. Cover hot potatoes with fresh boiling water (do not use the cooking water as it contains too much starch), leaving 1-inch headspace and covering all the potatoes. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

## Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot only	Pints	35 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quarts	40 minutes	Setting 2	Setting 3

## Tomatoes

To prevent botulism poisoning and other bacterial concerns due to a combination of acid and heat, tomatoes must always be acidified when canning. Always add two tablespoons of bottled lemon juice (do not use freshly squeezed ) or 1/2 teaspoon of citric acid per quart of tomatoes. For pints, use one tablespoon bottled lemon juice or 1/4 teaspoon citric acid. Acid can be added directly to the jars before filling with product.

**Quantity:** Approximately 21 pounds of tomatoes are needed for a canner load of 7 quarts; an average of 13 pounds is needed for a canner load of 9 pints. A bushel weighs 53 pounds and yields 15 to 21 quarts, an average of 3 pounds per quart.

### Canning Whole or Halved Tomatoes (packed raw without added liquid)

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Select very ripe, blemish free tomatoes. Wash and then dip in boiling water for 30 to 60 seconds or until skins split; plunge in cold water. Slip off skins and remove cores. Leave whole or halve.

**Raw pack method:** Fill jars with raw, peeled tomatoes. Press tomatoes in the jars until spaces between them fill with juice, leaving 1/2-inch headspace.

Add two tablespoons of bottled lemon juice or 1/2 teaspoon of citric acid per quart of tomatoes. For pints, add one tablespoon bottled lemon juice or 1/4 teaspoon citric acid. Add 1 teaspoon of salt per quart or 1/2 teaspoon per pint, if desired. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner. Cover, vent and process following the recommendations below.

## Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Raw	Pints or Quarts	25 minutes	Setting 2	Setting 3

## Whole or Halved Tomatoes Packed in Water

**Method:** Pressure Can

**Procedure for hot or raw tomatoes filled with water in jars:** Select very ripe, blemish free tomatoes. Wash and then dip in boiling water for 30 to 60 seconds or until skins split; plunge in cold water. Slip off skins and remove cores. Leave whole or halve. Choose either hot or raw pack method:

**Hot pack:** Put prepared tomatoes in a large saucepan and add enough water to completely cover them. Boil tomatoes gently for 5 minutes. Fill hot jars with hot tomatoes leaving ½-inch headspace. Add cooking liquid to the jars to cover the tomatoes, leaving ½-inch headspace.

Add two tablespoons of bottled lemon juice or 1/2 teaspoon of citric acid per quart of tomatoes. For pints, add one tablespoon bottled lemon juice or 1/4 teaspoon citric acid. Add 1 teaspoon of salt per quart or ½ teaspoon per pint, if desired. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner. Cover, vent and process following the recommendations below.

**Raw pack:** Bring a large pot of water to a boil. Fill jars with prepared raw tomatoes, leaving ½-inch headspace. Cover tomatoes in the jars with boiling water, leaving ½-inch headspace.

Add two tablespoons of bottled lemon juice or 1/2 teaspoon of citric acid per quart of tomatoes. For pints, add one tablespoon bottled lemon juice or 1/4 teaspoon citric acid. Add 1 teaspoon of salt per quart or ½ teaspoon per pint, if desired. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

### Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot & Raw	Pints or Quarts	10 minutes	Setting 2	Setting 3

# Selecting, Preparing and Canning Meat and Poultry

## Beef, Lamb, Pork, Veal, Venison

Choose high quality refrigerated meat. Remove excess fat. Cut meat into strips, cubes or chunks. Soak strong-flavored game for 1 hour in brine containing 1 tablespoon of salt per quart of water. Rinse. Remove large bones. For best results, only use the hot pack method.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Boil, steam or bake meat until about two-thirds done. Add 1 teaspoon salt per quart to the jar, if desired. Fill jars with pieces and hot broth, leaving 1-1/4 inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

### Recommended Process Time

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot only	Pints	75 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quart	90 minutes	Setting 2	Setting 3

## Chicken

Choose fresh, large, dressed chickens. If fresh killed, dress and refrigerate 6 to 12 hours before canning. Remove excess fat. Cut the chicken into suitable sizes for canning. Can with or without bones. For best results, only use the hot pack method.

**Method:** Pressure Can

**Procedure:** Boil, steam or bake meat until about two-thirds done. Add 1 teaspoon salt per quart to the jar, if desired. Fill jars with pieces and hot broth, leaving 1-1/4 inch headspace. Remove any bubbles. Wipe rims; center lids and screw on the jar bands. Place the jars in the canner and process following the recommendations below.

### Recommended Process Time

**Without bones:**

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot only	Pints	75 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quart	90 minutes	Setting 2	Setting 3

**With bones:**

Canner Pressure (PSI) Setting at Altitudes of

Style of Pack	Jar Size	Process Time	0-4000 feet (10PSI)	4000-8000 feet (15PSI)
Hot only	Pints	65 minutes	Setting 2	Setting 3
	Quart	75 minutes	Setting 2	Setting 3

# IMPORTANTES MESURES DE SÉCURITÉ

Lors de l'utilisation d'un autocuiseur, des précautions de base doivent toujours être suivies :

1. Lire toutes les instructions.
2. Ne pas toucher les surfaces chaudes. Utiliser les poignées ou les boutons.
3. Surveiller constamment l'autocuiseur lorsqu'il est utilisé près d'enfants.
4. Ne jamais placer l'autocuiseur dans un four chaud.
5. Faire preuve d'une prudence extrême au moment de déplacer un autocuiseur contenant des liquides chauds.
6. Utiliser l'autocuiseur uniquement pour l'utilisation prévue.
7. Cet appareil permet de cuire sous pression. Une mauvaise utilisation peut causer des brûlures. Veillez à ce que l'appareil soit bien fermé avant de le faire fonctionner. Voir le « Mode d'emploi ».
8. Ne jamais remplir l'appareil à plus des 2/3. Pour la cuisson d'aliments qui se dilatent pendant la cuisson, comme le riz ou les légumes secs, ne remplissez jamais l'appareil à plus du 1/3. Un remplissage excessif risque de provoquer un blocage de l'évent et de créer une surpression. Voir les « Instructions pour la préparation des aliments ».
9. Toujours penser que certains aliments, tels que la compote de pommes, les canneberges, l'orge perlé, la farine d'avoine ou d'autres céréales, les pois cassés, les pâtes, les macaronis, la rhubarbe ou les spaghettis peuvent créer de la mousse et gicler, obstruant ainsi le dispositif de relâchement de pression (évent). Ces aliments ne doivent pas être cuits dans un autocuiseur.
10. Toujours s'assurer que les dispositifs de relâchement de pression ne sont pas obstrués avant toute utilisation.
11. Ne pas ouvrir l'autocuiseur avant qu'il ait refroidi et que toute la pression interne ait été relâchée. Si les poignées sont difficiles à séparer, cela indique que l'autocuiseur est sous pression - ne forcez jamais l'ouverture. Toute pression à l'intérieur de l'autocuiseur peut être dangereuse. Voir le « Mode d'emploi ».
12. Ne jamais utiliser cet autocuiseur pour frire sous pression avec de l'huile.
13. Une fois que la pression de fonctionnement normale est atteinte, réduire la chaleur de telle sorte que tout le liquide, ce qui crée la vapeur, ne s'évapore pas.
14. Versez toujours une quantité minimum d'au moins 2 L (64 onces) de liquide dans l'appareil. Voir le « Mode d'emploi ».
15. Pour les aliments qui prennent de l'expansion pendant la cuisson, comme le riz, les légumes secs ou les compotes de fruits, ne remplissez jamais votre autocuiseur à plus de 1/3. Pour certaines soupes comme la citrouille ou la courgette, laissez votre autocuiseur refroidir pendant quelques minutes, puis refroidissez-le complètement en le plaçant dans une cuvette d'eau froide.
16. Toujours penser que certains aliments, tels que les aïelles, l'épeautre, le millet, les groseilles peuvent créer de la mousse et gicler, obstruant ainsi le dispositif de

relâchement de pression (événement). Ces aliments ne doivent pas être cuits dans un autocuiseur.»

17. Ne jamais préparer une recette avec du lait animal dans votre autocuiseur.
18. Ne pas utiliser de sel gemme dans votre autocuiseur, mais ajouter plutôt du sel de table lorsque la cuisson est presque terminée.
19. Pour les cuissons de gros morceaux de viandes et d'aliments comportant une peau superficielle (saucisses entières, langue, volaille...) : nous vous conseillons de les piquer avant cuisson à l'aide d'un couteau ou d'une fourchette. En effet, pendant la cuisson ils peuvent emprisonner du liquide bouillant et générer des éclaboussures.
20. Les vapeurs d'alcool sont inflammables. Veiller à les porter à ébullition pendant environ 2 minutes avant de mettre le couvercle. Surveiller votre appareil lors de la préparation de recettes à base d'alcool.
21. Ne jamais mettre des feuilles de papier d'aluminium non maintenue sur un moule dans votre autocuiseur. Ne jamais mettre de film plastique dans votre autocuiseur.
22. Ne laissez pas votre autocuiseur sans surveillance lorsque vous chauffez de l'huile ou des graisses. Continuer de chauffer une huile qui fume la dégrade et peut augmenter la température de cette dernière suffisamment pour que des flammes apparaissent.
23. S'assurer régulièrement que les poignées de l'autocuiseur sont fixées correctement. Les serrer au besoin.
24. Si, pendant l'utilisation, vous remarquez qu'une pièce de votre autocuiseur est brisée ou fissurée, n'essayez pas d'ouvrir l'autocuiseur pour quelque raison que ce soit; éteignez le feu et laissez l'autocuiseur refroidir complètement sur la table de cuisson avant de le déplacer ou de soulever le couvercle. N'utilisez plus cet autocuiseur avant de l'avoir apporté à un centre de service T-FAL approuvé en vue d'une réparation.

## CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS.

### Schéma descriptif

---

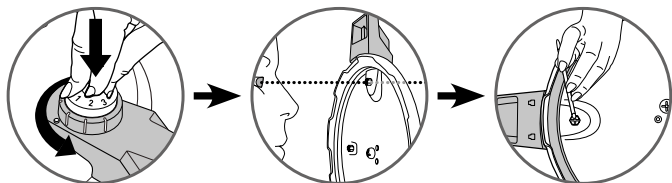
- A - Soupape de fonctionnement
- B - Sortie de vapeur
- C - Indicateur de pression
- D - Soupape de sécurité (sous le bouton central du couvercle)
- E - Poignée courte du couvercle
- F(a) - Indicateur de position du couvercle
- F(b) - Indicateur de position du couvercle situé sur les poignées de la cuve

- G - Manomètre
- H - Joint de couvercle
- I - Support de mise en conserve
- J - Poignée courte de la cuve
- K - Cuve
- L - Marque de position de la soupape de fonctionnement
- M - Bouton central du couvercle
- N - Butée
- O - Marquages remplissages maxi (1/3 - 2/3)



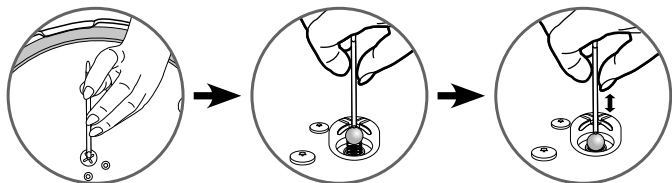
## Vérifications impératives avant chaque utilisation

### Vérification de la soupape de fonctionnement



- Vérifiez que le trou d'évacuation de la soupape de fonctionnement n'est pas obstrué.

### Vérification de la soupape de sécurité



- Vérifiez que la bille de la soupape de sécurité est mobile (utilisez un bâtonnet).

## Caractéristiques

Diamètre de la base de l'autocuiseur selon le numéro de modèle Spécifications de base :

Capacité	Ø de la cuve	Ø de la base	Modèle	Matériau de la cuve et du couvercle
20,8 l/22 pte	31 cm	19 cm	P31052	Aluminium

Pression de fonctionnement maximale : 103 kPa/15 lb/po2.

## Sources de chaleur compatibles

GAZ



SERPENTIN ÉLECTRIQUE



ÉLECTRIQUE



HALOGÈNE



INDUCTION



- Sur une cuisinière au gaz, les flammes ne doivent jamais dépasser le diamètre de la base de l'autocuiseur.

- Veillez à ce que votre autocuiseur soit centré sur la source de chaleur.
- **N'utilisez jamais l'autocuiseur sur d'autres sources de chaleur électrique.**
- N'utilisez jamais un cuiseur sous pression ni un autocuiseur sur une source de chaleur extérieure, comme un brûleur à gaz pour une friteuse à dinde. Ce type de brûleur ramollira l'autocuiseur et en déformera le fond. Cela peut aussi causer des dommages matériels ou des blessures. En outre, les aliments pourraient ne pas avoir été transformés de façon sûre.

## Pièces de rechange

Accessoire		Numéro de référence
Joint de couvercle	22 pintes	US-7114001204

- Pour remplacer d'autres pièces ou pour faire réparer l'appareil, veuillez joindre votre centre de service T-FAL approuvé local.

## Mode d'emploi

Cet appareil permet de cuire sous pression. Une mauvaise utilisation peut causer des brûlures. Veillez à ce que l'appareil soit bien fermé avant de le faire fonctionner. Versez toujours une quantité minimum d'au moins 2 L (64 onces) dans l'appareil.

### Ouverture

N'ouvrez pas l'autocuiseur avant que l'appareil ait refroidi et que toute la pression interne ait été relâchée. Si les poignées sont difficiles à séparer, cela indique que l'autocuiseur est sous pression - ne forcez jamais l'ouverture. Toute pression à l'intérieur de l'autocuiseur peut être dangereuse.

- Tenez les poignées du couvercle (**E**) et faites-les tourner jusqu'à ce que l'appareil s'ouvre - Fig. 1. Ensuite, retirez le couvercle.

### Fermeture

- Placez le plat du couvercle sur la cuve et alignez les indicateurs de position du couvercle (**F(a)** et **F(b)**).
- Faites tourner le couvercle jusqu'à ce qu'il soit fermé. - Fig. 2.

### Remplissage minimum

- Mettez toujours au moins 64 oz (2 l) de liquide dans l'autocuiseur lors de l'utilisation.

### Remplissage maximum

- Ne remplissez jamais l'autocuiseur à plus des 2/3 de la hauteur de la cuve - Fig. 4.

### Pour certains aliments

- Pour les aliments qui se dilatent lors de la cuisson (comme le riz, les légumes secs et les compotes), ne remplissez jamais votre autocuiseur à plus du 1/3 de la cuve - Fig. 4.

## Manomètre

- L'autocuiseur est muni d'un manomètre afin de fournir des informations supplémentaires quant aux plages d'utilisation pour la stérilisation.




## Instructions pour la préparation des aliments

Ne remplissez jamais l'appareil à plus des 2/3. Lors de la cuisson d'aliments qui se dilatent pendant la cuisson, comme le riz ou les légumes secs, ne remplissez jamais l'appareil à plus du 1/3. Un remplissage excessif risque de provoquer un blocage de la sortie de vapeur et de créer une surpression.

### Utilisation de la soupape de fonctionnement (A)

- Mettre le symbole **1**, **2** ou **3** de la soupape (A) en face du repère (L) - Fig 6.

#### Réglage de la soupape pour vos cuissons

Position 	Aliments délicats, légumes et certaines stérilisations
Position 	Viandes, féculents et certaines stérilisations
Position 	Aliments surgelés et certaines stérilisations

### Pour libérer la vapeur

- Mettre le symbole  de la soupape (A) en face du repère (L).

### Pour retirer la soupape de fonctionnement

- Relâcher la pression et laisser l'appareil refroidir avant de retirer la soupape (A).
- Appuyer sur la section centrale et tourner la soupape pour aligner la position
  - vis-à-vis du repère (L) - Fig 5.
- Retirer la soupape.

## Pour remplacer la soupape de fonctionnement

- Installer la soupape de fonctionnement, en l'alignant vis-à-vis du repère (L).
- Appuyer sur la partie centrale, puis tourner à la position requise - Fig 7.

## Première utilisation

**Pour faire disparaître les traces noires de l'aluminium sur les produits déjà utilisés : répéter les instructions « Première utilisation » avec du bicarbonate de soude.**

- Remplir la cuve à 1/2 d'eau. Ajouter 4 cuillères à soupe de bicarbonate de soude.
- Mettre la soupape de fonctionnement (A) en place sur la sortie de vapeur (B) - Fig. 5.
- Mettre le symbole 1 de la soupape (A) en face du repère (L) - Fig. 7.
- Fermer l'autocuiseur.
- Placer l'autocuiseur sur une source de chaleur réglée à la puissance maximale.
- Lorsque la vapeur commence à sortir de la soupape - Fig. 12, réduire la source de chaleur et régler la minuterie à 20 minutes.
- Au bout de 20 minutes, éteindre votre source de chaleur.

### Pour libérer la vapeur

- Mettre le symbole ☁ de la soupape (A) en face du repère (L).
- Vider puis laver l'autocuiseur à l'eau savonneuse.

### Pour remplacer la soupape de fonctionnement

- Installer la soupape de fonctionnement, en alignant le ● vis-à-vis du repère (L).
- Appuyer sur la partie centrale, puis tourner à la position requise.

## Cuisson

### Avant la cuisson

- Avant chaque utilisation, enlever la soupape de fonctionnement (A) (voir la section « Utilisation de la soupape de fonctionnement ») - Fig. 5. Vérifier la soupape en la tenant à la lumière, en vous assurant que la sortie de vapeur n'est pas obstruée - Fig. 11. Au besoin, nettoyer la sortie avec un cure-dent - Fig. 11bis.

- S'assurer que la soupape de sécurité (**D**) est propre. S'assurer que la soupape de sécurité (**D**) est mobile. - Fig. 9 : voir la section « Entretien et nettoyage ».
- Remettre la soupape de fonctionnement en place - Fig. 5.
- Positionner le symbole **1**, **2** ou **3** de la soupape (**A**) en face du repère (**L**).
- Toujours s'assurer que l'autocuiseur est hermétiquement fermé avant de le placer sur une source de chaleur.
- Placer l'autocuiseur sur une source de chaleur réglée à la puissance maximale.

---

## Pendant la cuisson

- Lorsque la soupape de fonctionnement (**A**) libère de la vapeur d'une manière continue, en donnant un son régulier (PSSSCHT) - Fig. 12 ajuster la puissance de votre source de chaleur de façon à ce que l'aiguille du manomètre reste dans la zone verte correspondant à la position de la soupape : **1**, **2** ou **3**.
- Régler une minuterie au temps de cuisson indiqué dans la recette.
- Une fois que le temps de cuisson est écoulé, éteindre le feu.

## Fin de la cuisson

---

### Pour libérer la vapeur :

- Après que la source de chaleur ait été éteinte, tourner progressivement la soupape de fonctionnement (**A**) à la position . S'assurer que l'autocuiseur est placé de telle sorte que la vapeur soit dirigée loin de vous. Lorsque l'indicateur de pression (**C**) retombe : votre autocuiseur n'est plus sous pression.
- Ouvrir l'autocuiseur.

**Si vous remarquez qu'un aliment ou qu'un liquide commence à gicler de la soupape lorsque vous relâchez la vapeur, réglez le sélecteur à la position de cuisson initiale, attendez une minute, puis tournez progressivement la soupape de fonctionnement à nouveau, en vous assurant que plus rien ne gicle.**

**Attention : ne forcez jamais le couvercle pour l'ouvrir. Attendez que l'indicateur de pression redescende complètement, puis enlevez la soupape de fonctionnement.**

## Mise en conserve

**AVERTISSEMENT : lisez les instructions sur la cuisson sous pression avant d'utiliser votre autocuiseur/cuiseur sous pression pour la mise en conserve. Informations générales sur la mise en conserve sous pression.**

Le département américain de l'Agriculture recommande la mise en conserve sous pression comme le seul moyen sûr de mettre en conserve la viande, le poisson, la volaille et les légumes.

Les fruits et les tomates peuvent être mis en conserve en utilisant la méthode du

bain d'eau bouillante dans une casserole de cuisson classique, mais la mise en conserve sous pression permet d'économiser du temps et de l'énergie. Utilisez des ustensiles de cuisine classiques pour la mise en conserve de marinades et de fruits. Parfois, il est préférable de mettre en conserve les aliments séparément (la viande et les légumes, par exemple), puis de les réchauffer ensemble plus tard.

**MISE EN CONSERVE SOUS PRESSION DANS DES BOCAUX DE VERRE :**  
**AVERTISSEMENT : utilisez uniquement des bocaux standards destinés à la mise en conserve domestique. Le nom du fabricant de ces bocaux est gravé dans le verre.**

**N'utilisez jamais des bocaux contenant des produits achetés en magasin. Attention : Ne jamais stériliser sous pression des préparations à base de sucre, de sirop de sucre ou autre liquide sucrant.**

1. Assurez-vous que les bocaux et les couvercles ne sont pas fissurés, écaillés ou et qu'ils ne présentent pas d'arêtes vives. Jetez les bocaux et les couvercles endommagés.
2. Lavez les bocaux et les couvercles dans de l'eau chaude savonneuse. Rincez-les abondamment.
3. Laissez les bocaux reposer dans l'eau chaude avant de les remplir. Il n'est pas nécessaire de stériliser les bocaux avant la mise en conserve sous pression. Placez les couvercles métalliques dans l'eau chaude ou bouillante selon les instructions du fabricant.
4. Sélectionnez des ingrédients frais et fermes (qui ne sont pas trop mûrs). Triez-les en fonction de la taille et de la maturité.
5. Lavez et préparez les ingrédients.
6. Mettez les ingrédients dans les bocaux. La plupart des ingrédients peuvent être mis dans les bocaux alors qu'ils sont crus. Appuyez sur les ingrédients crus, parce que ceux-ci ont tendance à se rétrécir pendant la cuisson. Les ingrédients peuvent être précuits ou partiellement précuits avant d'être mis en conserve. Les ingrédients chauds ne doivent pas être comprimés après avoir été mis dans des bocaux.
7. Finissez de remplir les bocaux en ajoutant du jus ou de l'eau, en laissant un vide approprié de 1/4 po à 1 1/2 pouce, comme l'indiquent les instructions de la recette ou de mise en conserve.
8. Enlevez les bulles d'air en faisant glisser une spatule le long de l'intérieur des bocaux.
9. Nettoyez les rebords des bocaux et fixez les couvercles selon les instructions du fabricant.
10. Pour les aliments chauds, vous pouvez porter l'eau à 82 °C/180 °F à l'avance, mais faites attention de ne pas porter l'eau à ébullition. Ajoutez


1 cuillère à soupe de vinaigre ou de crème de tartre pour empêcher l'eau de tacher l'intérieur de l'autocuiseur.

11. Placez les bocaux sur le support de mise en conserve dans l'autocuiseur. Ce n'est pas grave si les bocaux se touchent - Fig. 3a\*.

**Placez toujours les bocaux sur le support de mise en conserve; ne placez jamais les bocaux directement sur le fond du cuiseur sous pression ou sur d'autres bocaux.**

**Remarque :** l'autocuiseur de 22 pintes/litres est offert avec deux supports de mise en conserve et permet de placer un support au-dessus de l'autre, ce qui permet de traiter 2 rangées de bocaux de 250 ml (= 8 onces) et 500 ml (= 16 onces). Placez un support au fond du cuiseur sous pression et l'autre sur la première rangée de bocaux - Fig. 3b.

12. Fermez l'autocuiseur. Lorsqu'il est correctement fermé, les poignées du couvercle et de la cuve sont alignées.

13. Mettez le symbole  de la soupape (A) en face du repère (L) - Fig 7. Posez l'autocuiseur sur le feu vif jusqu'à ce que la vapeur commence à sortir par la sortie de vapeur. Laissez l'autocuiseur relâcher de la vapeur pendant 10 minutes.

14. Après 10 minutes, mettez le symbole recommandé **1, 2** ou **3** de la soupape (A) en face du repère (L).


15. Lorsque la soupape de fonctionnement libère de la vapeur d'une manière continue, en donnant un son régulier (PSSSCHT) - Fig.12 ajuster la puissance de votre source de chaleur de façon à ce que l'aiguille du manomètre reste dans la zone correspondant à la position de la soupape : **1, 2** ou **3**.

**AVERTISSEMENT : les temps de cuisson doivent être strictement respectés et l'autocuiseur ne doit pas être placé dans un courant d'air pendant la cuisson. La mise en conserve peut prendre de 45 à 90 minutes dans un grand cuiseur sous pression rempli au maximum de sa capacité.**

16. Le temps de stérilisation commence lorsque la soupape de fonctionnement commence à libérer de la vapeur.

17. Une fois le temps de stérilisation écoulé, éteignez la source de chaleur et laissez l'autocuiseur refroidir.

**AVERTISSEMENT : ne faites pas refroidir rapidement l'autocuiseur/ cuiseur sous pression en l'immergeant dans de l'eau ou en le laissant reposer sous un robinet d'eau courante. Ne retirez jamais la soupape de fonctionnement pour réduire la pression.**

18. Une fois que la pression est tombée complètement, mettez le symbole  de la soupape (A) en face du repère (L) - Fig 7. Retirez le couvercle avec précaution.

**AVERTISSEMENT : la vapeur peut provoquer des brûlures et la soupape de fonctionnement peut être très chaude. Protégez vos mains avec des**

## **gants de cuisine.**

**N. B. :** Vous pourriez entendre un bruit de sifflement lors du déplacement de la soupape de fonctionnement. Si aucune vapeur ne sort de l'autocuiseur, cela est causé par l'air pénétrant à nouveau dans l'appareil.

19. Retirez les bocaux à l'aide de pinces à bocal. Posez les bocaux sur une plaque chauffante, un sous-plat ou plusieurs linges à vaisselle pliés.

**AVERTISSEMENT : ne placez jamais les bocaux chauds sur une surface froide ou humide, car cela pourrait les faire éclater.**

20. Scellez les bocaux s'ils ne se scellent pas automatiquement. Même si aucun liquide ne s'est échappé au cours du processus de mise en conserve, scellez le bocal dans l'état où il est. N'ajoutez jamais de liquide, car cela vous obligerait à recommencer le processus de mise en conserve depuis le début. Les fruits et légumes qui ne sont pas complètement couverts par le liquide peuvent devenir bruns, mais ils seront bien conservés.

21. Laissez les bocaux refroidir. Gardez les bocaux debout et loin des courants d'air.

22. Après 12 heures, retirez les anneaux métalliques vissés des bocaux. Si un anneau est difficile à enlever, couvrez-le d'une serviette humide et chaude pendant 1 minute pour permettre au métal de se dilater. Après 1 minute, l'anneau devrait s'enlever facilement. Si l'anneau ne se dévisse toujours pas facilement, laissez-le en place.

**AVERTISSEMENT : ne retirez jamais les anneaux en les forçant. Vous risquez de casser l'anneau.**

23. Assurez-vous que les bocaux ne présentent pas de fuites et que les joints soient étanches à l'air. Si le couvercle est en métal, vérifiez-en l'étanchéité en le tapotant légèrement avec une cuillère. Si cela donne un son clair, le bocal est étanche. Si le couvercle est enfoncé vers l'intérieur et ne bouge pas quand vous tapotez dessus, cela indique également que l'anneau est étanche à l'air.

**AVERTISSEMENT : si un bocal n'est pas étanche ou s'il fuit, utilisez son contenu immédiatement ou recommencez le processus de mise en conserve dans les 24 heures.**

24. Essuyez les bocaux avec un linge humide, puis séchez-les. Apposez les étiquettes indiquant la date et le contenu. Gardez les bocaux dans un endroit froid et sec.

**AVERTISSEMENT : les bocaux ne doivent pas être exposés à des conditions de gel, car cela pourrait provoquer l'expansion du liquide et l'éclatement des bocaux.**



# Dépannage

**PROBLÈME : le liquide déborde des bocaux. Causes et solutions :**

**1. Les bocaux sont trop remplis.**

Lorsque le contenu et le liquide sont portés à ébullition, ils se dilatent. S'il n'y a plus d'espace, le liquide déborde des bocaux. Laisser un vide de 1/2 à 1 1/2 pouce (1,25 à 2,5 cm).

**2. Il y a des bulles d'air emprisonnées dans le bocal.**

Lorsque le contenu est porté à ébullition, les bulles d'air forcent le liquide à déborder du bocal.

Avant de refermer le bocal, libérez l'air emprisonné en faisant glisser une spatule en plastique le long de l'intérieur du bocal.

**3. Le niveau de pression varie au cours du processus de mise en conserve.**

Si la température de cuisson n'est pas constante, les variations de pression soudaines peuvent se produire, ce qui provoque le débordement du liquide. Une fois que la soupape de fonctionnement a commencé à libérer la vapeur, assurez-vous que la source de chaleur fluctue lentement, en montant et descendant. Évitez les changements de pression attribuables à la source de chaleur.

**4. La pression diminue rapidement après le processus de mise en conserve.**

Si la pression est réduite trop rapidement, par exemple en plaçant l'autocuiseur sous l'eau courante froide ou en déplaçant fréquemment la soupape de fonctionnement, la pression interne peut tomber trop rapidement à la fois dans l'autocuiseur et les bocaux, ce qui causera le débordement du liquide.

Laissez l'autocuiseur refroidir à température ambiante. Après 40 à 45 minutes, vérifiez si la pression est tombée en déplaçant la soupape de fonctionnement.

**PROBLÈME : les bocaux cassent. Causes et solutions :**

**1. Vous avez utilisé des bocaux ayant déjà contenu des aliments achetés en magasin au lieu de bocaux de mise en conserve réservés à cet usage.**

Utilisez uniquement des bocaux spécifiquement destinés à la mise en conserve domestique.

**2. Des bocaux endommagés ont été utilisés.**

Les bocaux d'occasion peuvent comporter des fissures invisibles. Les bocaux peuvent aussi avoir été endommagés pendant le transport. Chaque bocal doit être soigneusement inspecté avant d'être utilisé.

**3. Les bocaux ont été placés directement sur le fond du cuiseur sous**

**pression et non pas sur le support de mise en conserve.**

Utilisez toujours le support de mise en conserve.

4. **Les bocaux chauds ont été placés sur une surface humide ou froide, ou ils ont été exposés à des courants d'air.**

Placez les bocaux sur une surface sèche résistant à la chaleur à température ambiante ou sur des linges à vaisselle secs pliés. Évitez les courants d'air.

5. **Les bocaux ont été endommagés parce qu'un couteau a été utilisé pour éliminer des bulles d'air.**

Utilisez toujours une spatule en plastique ou en caoutchouc pour éliminer les bulles d'air.

FR

## Mise en conserve sous pression de la viande et du poisson

Capacité de l'autocuiseur	Quantité d'eau dans l'autocuiseur	Capacité du cuiseur sous pression (en bocaux)			
		8 oz 250 ml	16 oz 500 ml	16 oz (500 ml) grand bec	32 oz 1L
22qt 20.8L 37 pintes	3 1/2 pintes 2L	24*	18*	16*	7

\*Si les bocaux sont empilés deux rangées de haut en utilisant un second support de mise en conserve.

### Quantité de sel requise pour les légumes et les viandes en conserve

Taille du bocal	Sel
8 oz (250 ml)	1/4 c. à thé
16 oz (500 ml)	1/2 c. à thé
32 oz (1L)	1 c. à thé

## Comment fermer les bocaux



**Suivre attentivement les instructions du fabricant de couvercle.**

Utiliser un disque métallique avec revêtement étanche à l'air et un anneau métallique vissé pour bocaux de mise en conserve standard.

1. Remplir le bocal. Essuyer le rebord.
2. Placer les disques métalliques dans l'eau chaude ou bouillante selon les instructions du fabricant.
3. Placer le disque sur le bocal, en vous assurant qu'il est placé directement sur le verre et qu'il crée un joint étanche à l'air.
4. Visser l'anneau en utilisant uniquement la force de vos mains. Ne pas utiliser d'outils pour visser l'anneau fermé. Si l'anneau est vissé trop serré, cela peut provoquer une déformation du disque.
5. Le bocal se scellera automatiquement si la mise en conserve a été faite correctement. Ne resserrez pas l'anneau une fois que le bocal a été retiré du cuiseur sous pression, car il finira par être enlevé lors de l'entreposage des aliments en conserve.

**Avertissement : vous devez savoir comment détecter les aliments gâtés.** Un bocal qui fuit ou un couvercle endommagé sont des signes que le contenu du bocal peut-être gâté. Vérifiez si le contenu a une couleur bizarre ou dégage une odeur étrange.

Ne goûtez jamais des aliments que vous soupçonnez d'être gâtés. Jetez ces aliments immédiatement. Certains aliments peuvent contenir la toxine botulique (causant le botulisme), même si leur odeur et leur goût semblent normaux. Pour cette raison, faites bouillir les légumes non acides et les viandes pendant 10 minutes avant de les manger. Certains autres aliments en conserve doivent aussi être bouillis avant d'être mangés.

## Entretien et nettoyage

### Nettoyage de l'autocuiseur

Pour assurer le bon fonctionnement de votre autocuiseur, suivez ces recommandations de nettoyage et d'entretien après chaque utilisation :

- Nettoyez l'autocuiseur après chaque utilisation avec de l'eau chaude savonneuse.
- N'utilisez jamais de l'eau de Javel ou de produits contenant du chlore.
- Ne faites jamais surchauffer votre cuve quand elle est vide.

**Les taches et les rayures qui peuvent apparaître après une longue utilisation ne nuisent pas au fonctionnement de l'autocuiseur.**

**Comment nettoyer l'intérieur de la cuve :**

- Utilisez une éponge et du savon à vaisselle.

**Comment nettoyer l'extérieur de la cuve :**

- Utilisez une éponge et du savon à vaisselle.

**Comment nettoyer le couvercle :**

- Lavez le couvercle sous l'eau courante et tiède avec une éponge et du savon à vaisselle, puis rincez abondamment.

**Pour garder votre autocuiseur en bon état plus longtemps, ne le faites jamais surchauffer quand il est vide.**

**Pour enlever les taches foncées de l'aluminium, répétez la procédure pour « Première utilisation » et ajoutez 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude.**

**Vous devez faire vérifier votre autocuiseur dans un centre de service approuvé par T-FAL après 10 ans d'utilisation.**

**Ne mettez jamais votre autocuiseur dans le lave-vaisselle.**

**N'utilisez jamais un objet tranchant ou pointu pour effectuer cette opération.**

### **Comment nettoyer le joint du couvercle :**

- Après chaque utilisation, nettoyez le joint (**H**) et la partie du couvercle dans laquelle il se loge.
- Lavez le couvercle sous l'eau courante et tiède avec une éponge et du savon à vaisselle, puis rincez abondamment.
- Pour mettre le joint en place, voir l'illustration - Fig. 8.

### **Comment nettoyer la soupape de fonctionnement (A) :**

- Enlevez la soupape de fonctionnement (**A**) : voir la section « Utilisation de la soupape de fonctionnement ».
- Nettoyez la soupape de fonctionnement (**A**) sous de l'eau courante - Fig. 10.

### **Comment nettoyer la sortie de vapeur (B) :**

- Retirez la soupape (**A**) - Fig. 5.
- Tenez le couvercle devant une lumière pour vous assurer que la sortie de vapeur n'est pas obstruée. Au besoin, nettoyez la sortie avec un cure-dent - Fig. 11-11bis.

### **Comment nettoyer de la soupape de sécurité (D) :**

- Nettoyez la partie de la soupape de sécurité située sur la face inférieure du couvercle en la passant sous l'eau courante.
- Assurez-vous également que la soupape de sécurité fonctionne correctement en utilisant un coton-tige (par exemple) pour appuyer fortement sur le centre du tuyau, qui devrait bouger - Fig. 9.
- Assurez-vous que la soupape fonctionne correctement en appuyant légèrement sur l'extrémité qui devrait se soulever facilement.

### **Comment nettoyer le manomètre :**

- Ne démontez jamais le manomètre
- Utilisez un chiffon propre et sec
- N'utilisez pas de solvant
- Ne passez jamais le manomètre sous l'eau ou au lave-vaisselle.

### Comment remplacer le joint :

- Changez le joint de votre autocuiseur une fois par an ou s'il y a des signes de fissuration ou de dommages.
- Utilisez toujours un joint T-FAL d'origine convenant à votre modèle.

### Comment ranger votre autocuiseur :

- Retournez le couvercle et placez-le sur la cuve.

## Dispositifs de sécurité

---

Votre autocuiseur est équipé de plusieurs dispositifs de sécurité :

### • Fonction de fermeture sécuritaire :

- Si l'appareil n'a pas été correctement fermé, l'indicateur de pression (**C**) ne peut pas remonter et la pression ne peut donc pas monter dans l'appareil.

### • Fonction d'ouverture sécuritaire :

- Pendant le fonctionnement, l'indicateur de pression (**C**) remonte complètement, verrouillant les poignées et empêchant l'autocuiseur d'être ouvert. Ce système de verrouillage est désactivé lorsque l'indicateur de pression redescend, c'est-à-dire lorsque l'autocuiseur n'est plus sous pression.
- Ne touchez jamais l'indicateur de pression (**C**) pendant que l'autocuiseur est en cours d'utilisation ou si vous voulez ouvrir le couvercle.

### • Deux caractéristiques sécuritaires de surpression

:

- Première caractéristique : la soupape de sécurité (**D**) libère la pression et la vapeur sort horizontalement vers le couvercle extérieur - Fig 13.
- Deuxième caractéristique : le joint (**H**) permet à la vapeur de s'échapper tout autour de la cuve - Fig 14.

Si l'une des caractéristiques sécuritaires de surpression est déclenchée :

- éteignez la source de chaleur;
- laissez l'autocuiseur refroidir;
- ouvrez l'autocuiseur.
- Vérifiez et nettoyez la soupape de fonctionnement (**A**), la sortie de vapeur (**B**), la soupape de sécurité (**D**) et le joint (**H**).

## Conseils d'utilisation

- 1 - La vapeur est très chaude quand elle sort de la soupape de fonctionnement.
- 2 - Une fois que l'indicateur de pression est remonté, il n'est plus possible d'ouvrir l'autocuiseur.
- 3 - Comme pour tout ustensile de cuisson, l'appareil doit être surveillé constamment, en particulier lorsqu'il est utilisé à proximité d'enfants.
- 4 - Attention au jet de vapeur.
- 5 - Pour déplacer l'autocuiseur, utilisez les deux poignées de la cuve.
- 6 - Ne laissez jamais des aliments dans votre autocuiseur.
- 7 - N'utilisez jamais de l'eau de Javel ou de produits contenant du chlore, car ceux-ci peuvent altérer la qualité de l'aluminium.
- 8 - Ne mettez jamais une pièce de votre autocuiseur dans le lave-vaisselle. Ne laissez pas le couvercle tremper dans l'eau.
- 9 - Changez le joint chaque année.
- 10 - Nettoyez votre autocuiseur quand il est froid et vide.
- 11 - Vous devez faire vérifier votre autocuiseur dans un centre de service approuvé par T-FAL après 10 ans d'utilisation.

FR

## Garantie

- Ce produit T-FAL est garanti contre tout défaut de fabrication et de matériaux pour une période de 2 ans à compter de la date d'achat. Cette garantie ne s'applique pas aux pièces de rechange ou aux dommages au produit résultant d'une mauvaise utilisation, d'accidents ou de la modification du produit. T-FAL NE SERA PAS TENUE RESPONSABLE DES DOMMAGES DIRECTS OU INDIRECTS, QUELLE QU'EN SOIT LA CAUSE. Certaines provinces et certains territoires ne permettent pas l'inclusion ou la limitation des dommages directs ou indirects, de sorte que l'exclusion ci-dessus peut ne pas s'appliquer à vous. Si une réparation devient nécessaire pendant la période de garantie, veuillez nous contacter du lundi au vendredi de 8 h à 17 h au 1-800-527-7727.

[www.t-fal.com](http://www.t-fal.com)

**T-FAL** - Customer Service  
2121 Eden Road, Millville  
NJ 08332 - 1-800-527-7727  
Lundi au vendredi 8 h 30 à 17 h 30

Groupe **SEB** Canada - Service à la clientèle  
345 Passmore Ave. - Toronto ON - CANADA  
M1V3N8 - 1800.418.3325

---

## Protégeons l'environnement!



- ① Votre appareil contient un grand nombre de matériaux qui peuvent être récupérés ou recyclés.
- ➔ Allez le porter à un point de collecte des déchets local.



# T-FAL et votre Foire aux questions

Problèmes	Suggestion
<b>L'autocuiseur a été chauffé sous pression sans liquide à l'intérieur :</b>	Faites vérifier votre autocuiseur par un centre de réparation agréé.
<b>L'indicateur de pression ne remonte pas et la vapeur ne sort pas par la soupape lors de la cuisson :</b>	Cela est normal pendant les premières minutes. Toutefois, si cela persiste, assurez-vous que : <ul style="list-style-type: none"> <li>- la source de chaleur est suffisamment forte, sinon augmentez-la;</li> <li>- la quantité de liquide dans la cuve est suffisante;</li> <li>- l'autocuiseur est bien fermé;</li> <li>- le joint et le bord de la cuve ne sont pas endommagés.</li> </ul>
<b>L'indicateur de pression est remonté mais la vapeur ne sort pas par la soupape lors de la cuisson :</b>	Cela est normal pendant les premières minutes. Toutefois, si cela persiste, faites ce qui suit. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Éteignez le feu et laissez l'autocuiseur refroidir à température ambiante jusqu'à ce que l'indicateur de pression redescende.</li> <li>- Ne touchez jamais l'indicateur de pression.</li> <li>- Vérifiez et nettoyez la soupape de fonctionnement <b>(A)</b>, la sortie de vapeur <b>(B)</b>, la soupape de sécurité <b>(D)</b> et le joint <b>(H)</b>.</li> </ul>
<b>Si de la vapeur fuit du pourtour du couvercle, assurez-vous que :</b>	Le couvercle est bien fermé. Le joint du couvercle est bien fixé. Le joint est en bon état, remplacez-le au besoin. Le couvercle, le logement du joint sur le couvercle, la soupape de sûreté et la soupape de commande sont propres. Le bord de la cuve n'est pas endommagé.
<b>Des aliments ont brûlé dans l'autocuiseur :</b>	Laissez la cuve tremper avant de nettoyer. N'utilisez jamais de l'eau de Javel ou de produits contenant du chlore.
<b>Vous n'arrivez pas à ouvrir le couvercle :</b>	Éteignez le feu et laissez l'autocuiseur refroidir à température ambiante jusqu'à ce que l'indicateur de pression redescende. Ne touchez jamais l'indicateur de pression.
<b>Si les aliments ne sont pas cuits ou s'ils sont brûlés, vérifiez :</b>	Le temps de cuisson. L'intensité de la source de chaleur. La soupape de fonctionnement afin de vous assurer qu'elle est bien fixée. La quantité de liquide.



# RECETTES DE CUISINE

## VIANDE ET VOLAILLE

### POULET AIGRE-DOUX

Portions : 10-12

Réglage : **2**

Temps de cuisson à l'autocuiseur : 10 minutes

#### INGRÉDIENTS

*3 cuillères à soupe d'huile végétale, 2 gros oignons, 2 gros poivrons verts, évidés, épépinés et coupés en dés, 2 gros poivrons rouges, évidés, épépinés et coupés en dés, 5 livres de cuisses de poulet désossées, parées et coupées en morceaux de 2 po (5 cm), 5 cuillères à soupe de sauce de soja, 3 tasses de sauce aigre-douce ou de sauce pour canard, 3 cuillères à soupe de vinaigre de cidre de pomme, 6 cuillères à soupe d'eau, 3 cuillères à thé de poudre d'ail, 4 oignons verts, parties blanches et vertes en tranches minces.*

#### PRÉPARATION

Chauffer l'huile dans l'autocuiseur à feu moyen-vif. Ajouter les oignons et les poivrons. Faire cuire 2 minutes. Ajouter le poulet et la sauce de soja. Faire cuire 3 minutes. Ajouter la sauce aigre-douce, le vinaigre, l'eau et la poudre d'ail et bien mélanger.

Couvrir et laisser monter en pression. Réduire le feu afin de stabiliser la pression et faire cuire pendant 10 minutes.

Relâcher la pression et ouvrir et retirer le couvercle.

Transférer dans un plat et garnir avec les oignons verts. Servir avec du riz brun ou blanc.

### COQ AU VIN

Portions : 8

Réglage : **2**

Temps de cuisson à l'autocuiseur : 12 minutes

#### INGRÉDIENTS

*4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 8 onces de bacon, haché, 6 livres de poulet, coupé en morceaux de taille appropriée pour le repas, assaisonnés de sel et poivre, 2 oignons moyens, hachés, 4 gousses d'ail, hachées, 4 cuillères à soupe de farine tout*

*usage, 4 cuillères à soupe de cognac, 4 tasses de vin rouge, 1 tasse de bouillon de poulet, 1 cuillère à thé de thym séché, 2 feuilles de laurier, 1 livre (454 grammes) de champignons de Paris, coupés en quatre, sel et poivre noir, au goût.*

### PRÉPARATION

Chauffer l'huile d'olive dans l'autocuiseur à feu moyen-vif. Ajouter et faire cuire le bacon 2 minutes. Retirer et mettre de côté.

Dorer le poulet une quantité de morceaux à la fois. Ajouter l'oignon et l'ail; cuire 2 minutes. Saupoudrer la farine sur le poulet; tout en agitant, verser le cognac. Cuire 1 minute. Ajouter le vin, le bouillon, le thym et le laurier. Bien mélanger et assaisonner de sel et de poivre, au goût. Ajouter les lardons et les champignons. Cuire 2 minutes sans couvercle. Fermer l'autocuiseur. Dès que la vapeur commence à s'échapper, baisser le feu; cuire 12 minutes.

Relâcher la pression. Ouvrir l'autocuiseur. Retirer la feuille de laurier. Assaisonner de sel et de poivre, au goût. Garnir de persil.

## PORC RÔTI AVEC FENOUIL

**Portions :** 12

**Réglage :** 2

**Temps de cuisson à l'autocuiseur :** 40 minutes

### INGRÉDIENTS

*6 livres de rôti de longe de porc désossé, assaisonné de sel et de poivre, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 4 gousses d'ail, hachées, 2 oignons moyens, hachés, 2 grands bulbes de fenouil, hachés grossièrement, y compris les feuilles plumeuses, 2 cuillères à thé de thym séché, 2 feuilles de laurier, 3 tasses de bouillon de poulet, sel et poivre noir, au goût.*

### PRÉPARATION

Chauffer l'huile d'olive dans l'autocuiseur à feu moyen-vif. Ajouter le rôti et dorer de tous les côtés. Ajouter l'ail, l'oignon, le fenouil, le thym, le laurier, le bouillon, le sel et le poivre au goût.

Fermer l'autocuiseur. Dès que la vapeur commence à s'échapper, baisser le feu; cuire 40 minutes.

Relâcher la pression. Ouvrir l'autocuiseur. Retirer la feuille de laurier. Mettre la viande sur une planche à découper. Réduire le liquide de cuisson de moitié, à feu vif. Égoutter

la sauce, forçant les solides à travers une passoire à mailles. Trancher la viande et servir avec la sauce.

## **PORC EFFILOCHÉ**

**Portions :** 12-18

**Réglage :** 2

**Temps de cuisson à l'autocuiseur :** 45 minutes

### **INGRÉDIENTS**

*4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 gros oignons, coupés en deux, puis en tranches de ¼ pouce, 4 gousses d'ail, coupées en dés, ½ tasse de cassonade, ¼ tasse de poudre de chili, 4 c. à thé de cumin moulu, sel et poivre au goût, 1 rôti de porc (6 livres) désossé coupé en gros cubes, 1/2 tasse de vinaigre de cidre, et un peu plus au besoin, 1 tasse de bouillon de poulet, 1 tasse de ketchup, 12 à 18 pains à hamburger ou petits pains portugais.*

### **PRÉPARATION**

Chauffer l'huile dans le cuiseur à pression à feu moyen. Ajouter l'oignon et l'ail ; cuire 3 minutes.

Ajouter tous les autres ingrédients, à l'exception des petits pains, bien mélanger et faire cuire pendant 45 minutes. Retirer le porc et le placer sur un plat et couvrir de papier aluminium pendant environ 15 à 20 minutes avant de le déchiqeter avec deux fourchettes.

Ajouter un peu de sauce afin que le porc ne sèche pas. Servir sur des petits pains.

## **CHOUCROUTE**

**Portions :** 10-12

**Réglage :** 2

**Temps de cuisson à l'autocuiseur :** 1 heure

### **INGRÉDIENTS**

*2 tasses d'eau, 1 tasse de vinaigre de vin rouge, ½ tasse de sucre brun, 2 cuillères à thé de clous de girofle, 4 cuillères à thé de sel, 1 rôti de palette ou rôti de croupe de 6 à 8 lb, sel et poivre au goût, 6 cuillères à soupe d'huile végétale, 5 grosses carottes, hachées grossièrement, 5 branches de céleri, hachées grossièrement, 3 gros oignons, hachés grossièrement, 3 gousses d'ail, pelées et écrasées, 2 feuilles de laurier, 2 tasses de biscuits au gingembre écrasés finement.*

## PRÉPARATION

Mélanger l'eau, le vinaigre, le vinaigre de vin rouge, le sucre, le clou de girofle moulu et le sel. Mettre de côté. Saler et poivrer la viande au goût.

Chauffer l'huile dans l'autocuiseur à feu moyen. Faire dorer la viande de tous les côtés. Ajouter les carottes, le céleri, l'oignon, l'ail et les feuilles de laurier. Verser le mélange qui a été mis de côté sur la viande. Bien mélanger. Couvrir et faire monter en pression. Réduire le feu afin de stabiliser la pression et faire cuire pendant 1 heure. Laisser reposer pendant 15 minutes, puis relâcher la pression. Ouvrir et retirer le couvercle. Jeter les feuilles de laurier.

Transférer la viande dans un plat de service et couvrir de papier d'aluminium. Verser la sauce dans un robot culinaire jusqu'à consistance lisse. Ajouter les biscuits au gingembre concassés. Goûter et ajouter du sel et du poivre au besoin. Trancher la viande en travers du grain et servir avec la sauce sur le côté. Pour compléter le repas, servir avec des nouilles aux œufs ou des pommes de terre en purée.

## RÔTI BRAISÉ

**Portions :** 8 - 10

**Réglage :** 2

**Temps de cuisson à l'autocuiseur :** 1 heure

### INGRÉDIENTS

*1 rôti de palette de 5 livres, sel et poivre, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 tasse d'oignon, haché fin, 10 carottes, pelées et coupées en deux, 8 branches de céleri, parées et coupées en deux, 4 tasses de bouillon de bœuf, 4 cuillères à soupe de sauce A1, 4 cuillères à soupe de sauce Worcestershire, 16 pommes de terre Red Bliss ou Yukon gold, 3 feuilles de laurier, sel et poivre.*

## PRÉPARATION

Assaisonner le rôti fortement avec le sel et le poivre. Chauffer l'huile dans l'autocuiseur à feu moyen. Saisir le rôti de palette sur tous les côtés.

Ajouter tous les ingrédients dans l'autocuiseur; fermer et verrouiller. Faire monter en pression et faire cuire pendant 1 heure à haute pression.

Relâcher la pression en utilisant la méthode de relâchement naturelle. Servir avec des légumes et de la sauce.

## SAUCE À LA VIANDE

Portions : 12-18

Réglage : **2**

Temps de cuisson à l'autocuiseur : 30 minutes

### INGRÉDIENTS

*4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 petits oignons, hachés fin, 4 gousses d'ail, hachées fin, 3 livres de bœuf haché maigre, ½ tasse de persil plat, haché, 4 boîtes de purée de tomates (28 onces), 2 cuillères à thé de sucre, ½ tasse de parmesan râpé ou de fromage romano, sel et poivre noir, au goût.*

### PRÉPARATION

Chauffer l'huile d'olive dans l'autocuiseur à feu moyen-vif. Ajouter l'oignon et l'ail; cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Ajouter le bœuf haché et faire cuire jusqu'à ce qu'il ne soit plus rose, en brisant les gros morceaux avec une cuillère. Ajouter le persil, la purée de tomate, le sucre, le sel et le poivre, au goût. Bien mélanger.

Fermer l'autocuiseur. Dès que la vapeur commence à s'échapper, baisser le feu; cuire 30 minutes.

Relâcher la pression. Ouvrir l'autocuiseur. Assaisonner de sel et de poivre, au goût. Servir sur des pâtes cuites avec du fromage râpé.

## METS D'ACCOMPAGNEMENT

### PURÉE DE POMMES DE TERRE

Portions : 8-10

Réglage : **2**

Temps de cuisson à l'autocuiseur : 7 minutes

### INGRÉDIENTS

*5 lb de pommes de terre à cuire au four, pelées et coupées en morceaux, 9 tasses d'eau, 12 oz de beurre, 3/4 à 1 tasse de lait.*

### PRÉPARATION

Mettre l'eau et les pommes de terre dans la cuve. Fermer le couvercle. Lorsque la vapeur apparaît, cuire 7 minutes, relâcher la pression.

Égoutter les pommes de terre et les mettre dans un bol. Ajouter le beurre, le lait, le sel et le poivre et réduire en purée.

## FÈVES NOIRES À LA CUBAINE

Portions : 10-12

Réglage : **2**

Temps de cuisson à l'autocuiseur : 15 minutes

### INGRÉDIENTS

32 oz. (2 sacs) de haricots noirs secs rincés et trempés pendant la nuit, 8 cuillères à soupe d'huile, 2 oignons moyens hachés, 3 poivrons verts moyens, hachés, 8 gousses d'ail, hachées fin, 1 ½ cuillère à soupe d'origan, 4 paquets de condiments des Caraïbes, 3 cuillères à thé de cumin moulu, 8 tasses d'eau, 2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre, 1 cuillère à soupe de sel, ½ tasse de coriandre hachée pour garnir, de la crème sure et du riz cuit pour servir.

### PRÉPARATION

Chauffer l'huile dans l'autocuiseur à feu moyen. Ajouter l'oignon et l'ail; cuire 3 minutes.

Ajouter le reste des ingrédients, sauf la coriandre. Fermer le couvercle, baisser le feu lorsque la vapeur apparaît et cuire pendant 15 minutes.

Retirer du feu, relâcher la pression et enlever le couvercle. Écraser une partie des fèves pour épaissir le liquide de cuisson. Pendant la cuisson, les fèves absorberont le liquide. Ajouter la coriandre, la crème sure et le riz et un peu de sel au besoin. Servir sur du riz et garnir de crème sure.

## SOUPES ET RAGOÛTS

### SOUPE POMME DE TERRE ET POIREAU

Portions : 10-12

Réglage : **2**

Temps de cuisson à l'autocuiseur : 5 minutes

### INGRÉDIENTS

2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 4 tranches de bacon, coupées en morceaux, 8 poireaux, partie blanche seulement, tranchés et bien lavés, 2 oignons jaunes, pelés et hachés, 8 pommes de terre Yukon Gold, pelées et hachées, 8 tasses de bouillon de poulet ou de légumes, 2 tasses de crème 10 %, 2 cuillères à soupe de persil frais, haché fin, sel et poivre.

## PRÉPARATION

Chauffer l'huile dans la cuve à feu moyen. Ajouter le bacon et faites cuire jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Ajouter les poireaux et l'oignon, et remuer pendant 4 minutes. Ajouter les pommes de terre et le bouillon de poulet; fermer et verrouiller. Faire monter en pression à feu vif, réduire à moyen. Cuire 5 minutes à haute pression.

Relâcher la pression en utilisant la méthode de relâchement naturelle.

Découvrir et réduire en purée la soupe avec un mélangeur à main jusqu'à consistance lisse. Remettre dans l'autocuiseur. Ajouter la crème et le persil, puis assaisonner avec le sel et le poivre. Servir chaude ou froide.

## UN CLASSIQUE, LA SOUPE À L'OIGNON

Portions : 12-16

Réglage : **2**

Temps de cuisson à l'autocuiseur : 7 minutes

### INGRÉDIENTS

*4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 12 tasses d'oignons doux en tranches fines, 8 gousses d'ail, tranchées minces, 2 cuillères à thé de thym séché, 1 1/3 tasse de xérès sec ou de vermouth blanc, 12 tasses de bouillon de bœuf, 24 tranches de pain français, grillé, sel et poivre noir au goût, 2 tasses de fromage gruyère râpé.*

## PRÉPARATION

Chauffer l'huile d'olive dans l'autocuiseur à feu moyen. Ajouter l'oignon et l'ail; cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Ajouter le thym, le sherry et 2 tasses de bouillon. Cuire 2 minutes sans couvercle.

Fermer l'autocuiseur. Dès que la vapeur commence à s'échapper, baisser le feu; cuire 7 minutes.

Relâcher la pression. Ouvrir l'autocuiseur. Préchauffer le gril à feu élevé. Ajouter le reste du bouillon et porter à ébullition. Assaisonner de sel et de poivre, au goût. Verser la soupe dans de grands bols à soupe. Poser deux morceaux de pain sur le dessus de chaque bol. Saupoudrer de fromage. Mettre les bols sur un grand plat allant au four, mettre au four et griller jusqu'à ce que le fromage soit fondu, environ 3 minutes.

## CHILI AU BŒUF

Portions : 6

Réglage : **2**

**Temps de cuisson à l'autocuiseur : 15 minutes**

## INGRÉDIENTS

6 cuillères à soupe d'huile d'olive, 4 oignons moyens hachés, 12 gousses d'ail hachées (environ 4 cuillères à soupe), 6 livres de bœuf haché, 4 cuillères à soupe de cumin moulu, ½ tasse de poudre de chili, ou au goût, 3 cuillères à thé d'origan, ½ cuillère à thé de poudre de poivre de Cayenne, 3 feuilles de laurier, sel au goût, 2 boîtes (28 onces) de tomates écrasées ou en dés, 1 boîte (28 onces) de purée de tomate, 2 boîtes (15 onces) de haricots rouges (égouttés et rincés), 2 boîtes (15 onces) de haricots Cannelli (égouttés et rincés).

## PRÉPARATION

Chauffer l'huile d'olive dans l'autocuiseur à feu moyen. Ajouter l'oignon et l'ail et cuire jusqu'à ce que l'oignon soit flétri.

Ajouter la moitié de la viande de bœuf et cuire jusqu'à ce qu'elle soit dorée puis retirer et faire cuire l'autre moitié. Remettre tout le bœuf sans la cuve. Ajouter et mélanger le cumin, la poudre de chili, l'origan, le poivre de Cayenne et les feuilles de laurier.

Incorporer la tomate écrasée et réduire en purée. Fermer et verrouiller. Faire monter en pression et faire cuire pendant 15 minutes à haute pression.

Relâcher la pression, retirer le couvercle et ajouter les haricots. Cuire à découvert 5 minutes. Servir.

## RAGOÛT AUX FRUITS DE MER CIOPPINO

**Portions : 8**

**Réglage : 2**

**Temps de cuisson à l'autocuiseur : 6 minutes**

## INGRÉDIENTS

6 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 oignons moyens, hachés, 1 gros bulbe de fenouil, finement haché, 8 gousses d'ail, hachées, 6 feuilles de laurier, 2 cuillères à thé d'origan séché, 1 cuillère à thé de flocons de piment rouge, 3 tasses de vin blanc sec, 2 boîtes (28 onces) de tomates en dés avec le jus, 2 bouteilles (8 onces) de jus de palourde, 2 livres de filets d'aiglefin ou de morue sans la peau, coupés en morceaux de 1 pouce, 2 livres de moules, brossées et ébarbées, 2 livres de grosses crevettes crues, décortiquées, feuilles de basilic hachées et persil haché fin, pour servir.



## PRÉPARATION

Chauffer l'huile dans l'autocuiseur à feu moyen. Ajouter l'oignon, le fenouil, l'ail, les feuilles de laurier, l'origan et les flocons de piment rouge.

Assaisonner de sel et de poivre noir et faire revenir jusqu'à ce que tendre. Ajouter le vin blanc et réduire de moitié. Ajouter les fruits de mer.

Fermer l'autocuiseur. Dès que la vapeur commence à s'échapper, baisser le feu; cuire 6 minutes.

Retirer du feu, relâcher la pression et enlever le couvercle. Goûter et ajouter du sel et du poivre noir, au besoin.

Servir dans des bols à soupe. Garnir de basilic et de persil. Servir avec du pain croustillant.

## SOUPE POULET ET NOUILLES CAMPAGNARDE

**Temps de préparation :** 10 minutes

**Temps de cuisson à l'autocuiseur :** 19 minutes sous pression

**Réglage :** 2

**Donne :** 8 portions

### INGRÉDIENTS

*4 poitrines de poulet fendues avec les os et la peau, environ 3 livres, 16 tasses (4 pintes) d'eau, 4 gros poireaux (ou 2 gros oignons), bien lavés pour enlever la saleté et la poussière, les parties blanches et vert pâle seulement, en tranches minces, 6 carottes, pelées et coupées en rondelles de ¼ pouce, 6 branches de céleri, coupées en tranches de ¼ pouce, 4 tasses de nouilles aux œufs larges, cuites al dente, 2 cuillères à soupe de persil frais haché ou d'aneth, sel et poivre noir, au goût.*

## PRÉPARATION

Mettre le poulet, l'eau et le sel dans l'autocuiseur. Couvrir et faire monter en pression. Réduire le feu afin de stabiliser la pression et faire cuire pendant 15 minutes. Utiliser la méthode de relâchement à l'eau froide pour relâcher la pression. Ouvrir et retirer le couvercle. Retirer le poulet avec une cuillère à fentes. Enlever la peau et désosser. Couper en morceaux de la taille d'une bouchée.

Verser le bouillon dans une passoire à mailles fines. Rincer l'autocuiseur. Verser le bouillon de nouveau dans la cuve. Ajouter les poireaux, les carottes et le céleri. Couvrir et faire monter en pression. Réduire le feu afin de stabiliser la pression et faire cuire pendant 4 minutes. Utiliser la méthode de relâchement à l'eau froide pour relâcher

la pression. Ouvrir et retirer le couvercle. Goûter et ajouter du sel et du poivre noir, au besoin. Ajouter le poulet cuit, les nouilles, et le persil ou l'aneth.

**Conseil :** pour gagner du temps et réduire le plus possible la corvée de vaisselle, faire cuire les nouilles directement dans la soupe chaude. Ajouter environ 2 tasses de nouilles crues à la soupe et laisser mijoter jusqu'à ce qu'elles soient al dente.

Variation : pour la soupe de poulet et riz, remplacer les nouilles aux œufs par 3 tasses de riz cuit.

## SOUPE MINESTRONE

**Temps de préparation :** 25 minutes

**Temps de cuisson à l'autocuiseur :** 10 minutes under pressure

**Réglage :** 2

**Donne :** 12-16 portions

### INGRÉDIENTS

5 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 oignons moyens, hachés, 6 gousses d'ail, hachées, 2 cuillères à soupe d'assaisonnement à l'italienne séché, 2 boîtes (15 onces) de tomates en dés aromatisées au basilic, à l'origan et à l'ail, 2 tasses de carottes coupées en dés, 2 tasses de céleri en dés, 2 tasses de courgettes en dés, 2 tasses de pommes de terre pelées et en dés, 2 tasses de haricots verts, coupés en morceaux de ½ pouce, 4 tasses de chou râpé, 2 cuillères à soupe de sel, 1 cuillère à thé de poivre noir, 16 tasses d'eau, 2 boîtes (15 onces) de haricots rouges égouttés et rincés à l'eau froide, 3 tasses ditalini (petites pâtes en forme de tube), cuites al dente, 2/3 tasse de parmesan fraîchement râpé ou de fromage pecorino romano.

### PRÉPARATION

Chauffer l'huile d'olive dans l'autocuiseur à feu moyen-vif. Ajouter l'oignon, l'ail et l'assaisonnement italien, et faire cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres, 7 à 8 minutes. Ajouter les tomates, les carottes, le céleri, la courgette et la pomme de terre et cuire 5 minutes. Ajouter les haricots, le chou, le sel, le poivre et l'eau. Bien mélanger. Couvrir et faire monter en pression. Réduire le feu afin de stabiliser la pression et faire cuire pendant 10 minutes. Utiliser la méthode de relâchement à l'eau froide pour relâcher la pression. Ouvrir et retirer le couvercle.

Ajouter les haricots, les pâtes et le fromage râpé. Goûter et ajouter du sel et du poivre noir, au besoin.

## Pratiques sécuritaires pour la mise en conserve à la maison

Le pourcentage élevé d'eau dans les aliments frais les rend très périssables. Utiliser les bonnes méthodes de mise en conserve à la maison vous permet de préparer et de stocker les aliments dans des bocaux de façon sécuritaire.

Les pratiques de mise en conserve appropriées comprennent : choisir avec soin et laver les aliments frais, les préparer selon la recette; les mettre dans un liquide chaud; ajouter des acides (jus de citron ou vinaigre) à certains aliments comme les tomates et les fruits; utiliser des bocaux et des couvercles autoscellants fabriqués spécifiquement pour la mise en conserve; puis traiter les bocaux dans une eau bouillante ou un cuiseur sous pression pendant la durée appropriée. Ainsi, l'oxygène sera supprimé, les enzymes seront détruits, la croissance des bactéries, des levures et des moisissures indésirables sera empêchée et un vide puissant se formera dans des bocaux. Un bon vide forme un joint étanche qui maintient le liquide dans le bocal et empêche l'air et les micro-organismes de pénétrer.

### Mise en conserve des aliments crus et cuits

Les aliments qui sont préparés pour la mise en conserve sont généralement mis en bocaux en utilisant une de deux méthodes (à moins que les deux méthodes soient spécifiées dans les instructions de la recette ou la mise en conserve). Ces méthodes sont appelées : mise en conserve des aliments crus et mise en conserve des aliments cuits. Les différences sont les suivantes :

**Mise en conserve des aliments crus** : les aliments, comme les fruits et les légumes, sont préparés et ensuite emballés crus (non cuits) dans des bocaux propres. Les bocaux sont ensuite remplis d'un liquide bouillant avant de les sceller et de les traiter.

**Mise en conserve des aliments cuits** : les aliments sont préparés et ensuite, soit blanchis ou cuits selon la recette. Ils sont ensuite mis en conserve chauds dans des bocaux propres. Les bocaux sont ensuite remplis d'un liquide bouillant avant d'être scellés et traités.

### Sélection du temps de traitement approprié en fonction de la taille du bocal, de la méthode de mise en bocal et de l'altitude

Selon le « Complete Guide to Home Canning » (Guide complet de la mise en conserve à la maison) du département américain de l'Agriculture (USDA), bulletin de l'agriculture n° 539, (révisé en 2015), la mise en conserve dans l'eau bouillante requiert plus de temps de traitement pour la plupart des aliments mis en bocal crus et pour les bocaux d'une pinte que la mise en conserve des aliments mis en bocal chauds et les bocaux d'une chopine.

Pour détruire les micro-organismes dans les aliments acides traités dans un cuiseur sous pression à eau bouillante, il faut :

- Traiter les bocaux dans l'eau bouillante pendant le nombre de minutes approprié.

- Laisser refroidir les bocaux à la température ambiante.

Les aliments peuvent se gâter si vous ne parvenez pas à prolonger le temps de traitement dans le cas des températures d'ébullition de l'eau inférieures à une altitude supérieure à 1 000 pieds, si le temps de traitement indiqué n'est pas atteint ou si les bocaux sont refroidis dans l'eau froide.

Pour détruire les micro-organismes dans les aliments peu acides traités dans un cuiseur sous pression, il faut :

- Traiter les bocaux pendant le temps approprié et à la pression spécifiée en fonction de votre altitude.
- Laisser refroidir l'autocuiseur à température ambiante jusqu'à ce qu'il soit complètement dépressurisé.

Les aliments peuvent se gâter si vous ne sélectionnez pas les temps de traitement appropriés pour les altitudes spécifiques, ne parvenez pas à réduire la pression des cuiseurs sous pressions correctement ou si les aliments sont traités à une pression inférieure à celle qui est spécifiée.

**Remarque :** étant donné que l'eau bout à des températures plus basses au fur et à mesure que l'altitude augmente, vous pourriez aussi avoir besoin d'adapter le temps de traitement lors de la préparation de certains aliments. Ceci est indiqué pour vous dans le **Guide de mise en conserve des aliments** et les recettes indiquées dans le présent livret.

## Méthodes de mise en conserve

Il existe deux méthodes distinctes de mise en conserve pour la maison. Les voici : la méthode à l'eau bouillante (également appelée la mise en conserve des aliments chauds) et la mise en conserve sous pression. Ces deux méthodes sont décrites comme suit :

### Méthode à l'eau bouillante

Cette méthode est utilisée pour mettre en conserve des aliments qui ont un degré élevé d'acidité, comme les cornichons, la salsa, la relish ou les fruits mis en bocaux ayant une teneur élevée en sucre comme les confitures et les gelées.

A noter que c'est la seule méthode qui va vous permettre de stériliser des fruits dans du sirop.

Les bocaux de mise en conserve sont **stérilisés** dans l'eau bouillante et sont remplis, pendant qu'ils sont encore chauds, d'aliments chauds ou d'un liquide chaud. Ils sont ensuite traités dans une grande cuve de mise en conserve, debouts, recouverts d'au moins 1 pouce d'eau au-dessus du haut du couvercle. La cuve est couverte pendant le processus de mise en conserve.

Selon le « Complete Guide to Home Canning » de l'USDA, bulletin du département américain de l'Agriculture n° 539, (révisé en 2015), voici les lignes directrices de base pour la mise en conserve selon la méthode de l'eau bouillante :

1. Avant de commencer à préparer vos aliments, placez le support de mise en conserve dans le fond d'un cuiseur sous pression. Remplissez l'autocuiseur

à moitié avec de l'eau chaude propre si des bocaux d'une chopine sont utilisés. Pour un nombre et une taille de bocal différents, vous devez adapter la quantité d'eau de sorte qu'il y ait de 1 à 2 pouces par-dessus les bocaux remplis.

2. Centrez l'autocuiseur sur le brûleur et préchauffez l'eau à 60 °C/140 °F pour les aliments mis en bocal crus et à 82 °C/180 °F pour les aliments mis en bocal chauds. Vous pouvez commencer à préparer les aliments pour vos bocaux pendant que cette eau est en préchauffage.
3. Placez les bocaux remplis, munis de couvercles et d'anneaux, dans l'autocuiseur un à la fois, en utilisant un lève-bocal. Lors du déplacement des bocaux avec un lève-bocal, veillez à ce que le lève-bocal soit solidement placé sous le col du bocal (en dessous de l'anneau du couvercle). Gardez le bocal debout en tout temps. Incliner le bocal pourrait causer un déversement des aliments dans la zone d'étanchéité du couvercle.  
Si votre support est constitué d'un grillage muni de poignées pour le maintenir sur les côtés du cuiseur sous pression, au-dessus de l'eau dans l'autocuiseur, vous pouvez placer les bocaux sur le support en position debout, puis utiliser les poignées pour descendre le support avec des bocaux dans l'eau.
4. Ajoutez de l'eau bouillante au besoin, de sorte que le niveau d'eau soit au moins un pouce au-dessus des bocaux. Versez l'eau autour des bocaux et non pas directement sur ceux-ci. Pour les temps de traitement de plus de 30 minutes, le niveau de l'eau doit être de 2 pouces au-dessus des bocaux.
5. Réglez la température au plus haut. Réglez une minuterie (après que l'eau commence à bouillir) selon le nombre total de minutes nécessaires pour le traitement des aliments.
6. Placez le couvercle sur la cuve du cuiseur à pression T-Fal et verrouillez-le en place. Puisque vous ne faites pas la mise en conserve sous pression, mettez le symbole de la soupape (**A**) en face du repère (**L**).
7. Gardez l'autocuiseur couvert pour la durée du processus. Vous pouvez réduire la température à condition qu'une ébullition douce mais complète soit maintenue pendant toute la durée du processus.
8. Ajoutez de l'eau bouillante pendant le processus, au besoin, pour maintenir le niveau d'eau au-dessus des bocaux. Versez l'eau autour des bocaux et non pas directement sur ceux-ci.
9. Si l'eau arrête de bouillir à tout moment au cours du processus, mettez le feu à son réglage le plus élevé, amenez l'eau à une ébullition vigoureuse, et recommencez le temps de traitement depuis le début (soit la durée totale du traitement original).
10. Une fois que les bocaux ont été traités dans l'eau bouillante pendant le temps recommandé, éteignez le feu et retirez le couvercle du cuiseur sous pression. Attendez 5 minutes avant de retirer les bocaux pour permettre au contenu du cuiseur sous pression de se déposer.
11. À l'aide d'un lève-bocal, retirez les bocaux un à la fois, en prenant soin de ne

pas incliner les bocaux. Placez-les délicatement directement sur une serviette ou une grille de refroidissement pour gâteau, en laissant au moins 1 pouce d'espace entre les bocaux pendant le refroidissement. Évitez de placer les bocaux sur une surface froide ou dans un courant d'air froid.

- Laissez les bocaux reposer tranquillement pendant qu'ils refroidissent, de 12 à 24 heures. Ne serrez pas les anneaux sur les couvercles et n'appuyez pas sur le centre plat du couvercle en métal avant que le bocal ait complètement refroidi.
- Retirez les anneaux des bocaux scellés. Mettez les bocaux non scellés au réfrigérateur et utilisez-les en premier.

Sirop	Mesures d'eau et de sucre				Fruits suggérés
	9 bocaux d'une chopine		7 bocaux d'une pinte		
	Eau	Sucre	Eau	Sucre	
<b>Léger</b>	5-3/4 tasses	1-1/2 tasses	9 tasses	2-1/4 tasses	Fruits très sucrés
<b>Moyen- nement sucré</b>	5-1/4 tasses	2-1/4 tasses	8-1/4 tasses	3-3/4 tasses	Pommes sucrées, cerises sucrées, petits fruits, raisins
<b>Épais</b>	5 tasses	3-1/4 tasses	7-3/4 tasses	5-1/4 tasses	Pommes acidulées, abricots, cerises sures, nectarines, pêches, poires, prunes

## Méthode de mise en conserve sous pression

Cette méthode est la seule recommandée pour la mise en conserve de la viande, de la volaille, des fruits de mer, des fruits et légumes dans de l'eau ou du jus. Cette méthode peut également être utilisée pour la mise en conserve des fruits.

Selon le « Complete Guide to Home Canning » de l'USDA, bulletin du département américain de l'Agriculture, n° 539, (révisé en 2015), voici les lignes directrices de base adaptées pour la mise en conserve à l'aide de votre cuiseur sous pression :

- Assurez-vous que l'autocuiseur fonctionne correctement avant de préparer les aliments. Nettoyez les joints de couvercles et autres parties selon les instructions du fabricant; assurez-vous que les conduites de mise à l'air ne sont pas obstruées et qu'elles ne contiennent pas de matières ou de dépôts de minéraux. Centrez l'autocuiseur sur le brûleur. Le brûleur et la cuisinière doivent être de niveau. Votre cuiseur sous pression peut être endommagé si le brûleur dégage trop de chaleur. En règle générale, ne l'utilisez pas sur un brûleur à gaz propane extérieur ou une cuisinière à gaz de plus de 12 000

BTU. Vérifiez les instructions de votre fabricant pour plus d'informations sur les brûleurs appropriés.

Mettez le support et l'eau chaude dans l'autocuiseur. Si la quantité d'eau n'est pas spécifiée pour un aliment donné, utilisez suffisamment d'eau de sorte qu'il y en ait de 2 à 3 pouces de haut dans la cuve. Les traitements plus longs requièrent plus d'eau. Pour les aliments mis en bocal chauds, vous pouvez porter l'eau à 82 °C/180 °F à l'avance, mais faites attention de ne pas porter l'eau à ébullition ou de la chauffer de sorte que la quantité diminue. Pour les aliments mis en bocal crus, l'eau doit être portée à 60 °C/140 °F.

2. Placez les bocaux remplis, munis de couvercles et d'anneaux, sur le support à bocaux dans l'autocuiseur, en utilisant un lève-bocal. Lors du déplacement des bocaux avec un lève-bocal, veillez à ce que le lève-bocal soit solidement placé sous le col du bocal (en dessous de l'anneau du couvercle). Gardez le bocal debout en tout temps. Incliner le bocal pourrait causer un déversement des aliments dans la zone d'étanchéité du couvercle.
3. Fermez correctement le couvercle du cuiseur sous pression. Réglez la température au plus haut. Reportez-vous au début de ce guide de l'utilisateur pour obtenir des informations et des indications sur la mise sous pression et maintenir la pression dans votre cuiseur sous pression T-Fal.

**IMPORTANT** : si la pression baisse sous la zone recommandée indiquée sur le manomètre, refaites monter la pression dans l'autocuiseur et recommencez le traitement depuis le début (soit la durée totale du traitement original). Cela est important pour la salubrité des aliments.

4. Lorsque le traitement chronométré est terminé, éteignez le feu, retirez l'autocuiseur de la chaleur (brûleur électrique) si possible et laissez l'autocuiseur refroidir naturellement. (Soulevez l'autocuiseur pour le déplacer, ne faites pas glisser l'autocuiseur. Il est également correct de laisser l'autocuiseur en place après avoir éteint le brûleur. Il est préférable de faire cela que de laisser les bocaux à l'intérieur du cuiseur sous pression s'incliner ou basculer si l'autocuiseur est trop lourd pour être déplacé facilement.) Pendant que l'autocuiseur se refroidit, la pression tombe également. Ne forcez pas le refroidissement du cuiseur sous pression, car cela pourrait gâter les aliments. Refroidir l'autocuiseur avec de l'eau courante froide ou ouvrir la conduite d'évent avant que l'autocuiseur ne soit entièrement dépressurisé sont des types de refroidissement forcé. Cela fera également fuir les bocaux et les rendra non étanches. Le refroidissement forcé peut également déformer le couvercle du cuiseur sous pression.
5. Dévissez le couvercle et retirez-le avec précaution. Soulevez le couvercle en tenant la face inférieure loin de vous pour que la vapeur sortant du cuiseur sous pression ne brûle pas votre visage.
6. À l'aide d'un lève-bocal, retirez les bocaux un à la fois, en prenant soin de ne

pas incliner les bocaux. Placez-les délicatement directement sur une serviette ou une grille de refroidissement pour gâteau, en laissant au moins 1 pouce d'espace entre les bocaux pendant le refroidissement. Évitez de placer les bocaux sur une surface froide ou dans un courant d'air froid.

7. Laissez les bocaux reposer tranquillement pendant qu'ils refroidissent, de 12 à 24 heures. Ne serrez pas les anneaux sur les couvercles et n'appuyez pas sur le centre plat du couvercle en métal avant que le bocal ait complètement refroidi.
8. Retirez les anneaux des bocaux scellés. Les anneaux peuvent être lavés et séchés et mis de côté pour utilisation ultérieure. Mettez les bocaux non scellés au réfrigérateur et utilisez-les en premier.
9. Lavez les bocaux et les couvercles pour éliminer tous les résidus.
10. Apposez une étiquette sur les bocaux et rangez-les dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière directe.
11. Séchez l'autocuiseur, le couvercle et le joint. Suivez les instructions d'entretien et de rangement du fabricant de votre cuiseur sous pression.

## Pratiques sûres pour le stockage et l'utilisation des aliments mis en conserve à la maison

Selon le « Complete Guide to Home Canning » de l'USDA, bulletin de l'agriculture n° 539, (révisé en 2015), voici les lignes directrices de base pour vérifier les joints de bocaux, stocker les aliments, mis en conserve à la maison, reconnaître et traiter les aliments gâtés.

### Stockage

---

Une fois que les bocaux ont refroidi de 12 à 24 heures, retirez les anneaux et vérifiez les joints de l'une des méthodes suivantes :

**Méthode 1** : appuyez sur le milieu du couvercle avec un doigt ou le pouce. Si le couvercle remonte brusquement lorsque vous relâchez votre doigt, le couvercle n'est pas étanche.

**Méthode 2** : tapotez sur le couvercle avec le fond d'une cuillère à thé. Si cela donne un bruit sourd, le couvercle n'est pas étanche. Si les aliments sont en contact avec la face inférieure du couvercle, cela provoquera également un bruit sourd. Si le bocal est étanche, cela donne un son aigu.

**Méthode 3** : tenez le bocal au niveau des yeux et regardez la ligne du dessus du couvercle. Le couvercle doit être concave (courbé légèrement vers le bas, au centre). Si



le centre du couvercle est plat ou bombé, il se peut qu'il ne soit pas étanche.

## Retraitez les bocaux qui ne sont pas étanches

Si un couvercle ne parvient pas à former un joint étanche sur un bocal, retirez le couvercle et vérifiez la surface d'étanchéité du bocal afin de détecter toute minuscule entaille. Si nécessaire, changez de bocal, utilisez un nouveau couvercle correctement préparé et refaites le traitement dans les 24 heures en utilisant le même temps de traitement. Le vide dans les bocaux non scellés peut être de 1 ½ pouce et le bocal peut être congelé au lieu d'être traité de nouveau. Lorsqu'il n'y a qu'un ou deux bocaux qui ne sont pas étanches, ceux-ci peuvent être mis au réfrigérateur et les aliments peuvent être consommés au cours des jours qui suivent.

## Stockage des aliments en conserve

Si les couvercles sont scellés sous vide sur les bocaux refroidis, retirez les anneaux vissés, lavez le couvercle et le bocal pour enlever les résidus d'aliments, puis rincez et séchez les bocaux. Étiquetez et datez les bocaux et rangez-les dans un endroit propre, frais, sombre et sec. Pour garantir la qualité, rangez-les entre 10 et 21 °C (50 et 70 °F). Ne mettez pas en conserve plus d'aliments que vous n'utiliserez en un an.

N'entrez pas les bocaux à une température de plus de 35 °C/95 °F ou à proximité de tuyaux chauds, d'une cuisinière, d'un four, dans un grenier non isolé ou en plein soleil. Dans ces conditions, la qualité des aliments se détériorera en quelques semaines ou quelques mois et ceux-ci peuvent se gâter. L'humidité peut corroder les couvercles métalliques, briser les joints étanches et permettre la recontamination et la détérioration des aliments.

La congélation accidentelle d'aliments en conserve ne les gâtera pas, à moins que les bocaux perdent leur étanchéité et deviennent recontaminés. Cependant, la congélation et la décongélation peuvent ramollir les aliments. Si les bocaux doivent être rangés là où ils pourraient geler, enveloppez-les dans des journaux, placez-les dans des cartons épais et couvrez-les de plus de journaux et de couvertures.

## Identification et manipulation des aliments en conserve gâtés

**Ne goûtez pas les aliments d'un bocal dont le couvercle n'est pas étanche ou les aliments qui semblent être gâtés.** Il est plus facile de détecter certains types de détérioration dans les bocaux stockés sans anneau vissé. La multiplication des bactéries qui gâtent les aliments et la levure produisent du gaz qui pressurise les aliments, gonfle les couvercles et brise le joint d'étanchéité du bocal. Au moment de sélectionner un bocal stocké à utiliser, examinez son couvercle pour vous assurer qu'il

est étanche et sous vide. Les couvercles dont les centres sont concaves sont étanches.

Ensuite, tout en maintenant le bocal debout au niveau des yeux, tournez le bocal et examinez sa surface extérieure afin de détecter des stries d'aliments séchés dans le haut du bocal. Regardez le contenu afin de détecter des bulles d'air qui remontent et une couleur anormale.

Au moment d'ouvrir le bocal, sentez le contenu afin de détecter des odeurs anormales, du liquide qui gicle et des moisissures cotonneuses (blanches, bleues, noires ou vertes) sur la surface alimentaire supérieure et inférieure du couvercle.

Les aliments peu acides gâtés, y compris les tomates, peuvent présenter des indices de détérioration différents ou parfois très peu d'indices. Par conséquent, tous les contenants que vous soupçonnez de contenir des aliments peu acides gâtés, y compris les tomates, doivent être traités comme s'ils avaient produit la toxine botulique et manipulés avec précaution de l'une de deux manières :

- Si les boîtes métalliques gonflées ou les bocaux de verre suspects sont toujours étanches, mettez-les dans un sac à ordures lourd. Fermez sac et mettez-le dans le sac dans une poubelle ordinaire ou jetez-le dans une décharge à proximité.
- Si les boîtes ou les bocaux de verre suspects ne sont plus étanches, ouverts ou s'ils fuient, ils doivent être détoxifiés avant d'être jetés.

## Guide pour la mise en conserve des aliments

Le guide qui suit fournit des instructions et des informations étape par étape sur la façon de préparer les légumes, les fruits, la viande et la volaille les plus couramment mis en conserve.

- Assurez-vous de toujours consulter le guide de l'utilisateur en ce qui a trait à l'utilisation correcte et sûre de cet appareil.
- Pour chaque aliment et recette, la méthode de mise en conserve à utiliser est indiquée (eau bouillante ou sous pression), ainsi que les différences dans le temps de traitement et les réglages du cuiseur sous pression.

### Asperges : pointes ou morceaux

**Quantité** : vous aurez besoin d'environ 24 ½ livres pour un cuiseur sous pression de 7 pintes; une moyenne de 16 livres est nécessaire pour un cuiseur sous pression de 9 pintes.

**Méthode** : mise en conserve sous pression

**Procédure** : Sélectionner des pointes tendres à bout serré, 4 à 6 pouces de long. Laver les asperges. Casser et enlever les tiges dures et peler toute peau dure. Laver à nouveau. Couper en morceaux de 1 po ou mettre en conserve entières. Choisir soit la méthode de mise en bocal chaude ou crue :

**Méthode de mise en conserve chaude** : déposer les asperges à plat dans une

grande casserole et couvrir d'eau bouillante. Faire bouillir 2 à 3 minutes. Remplir les bocaux avec les asperges chaudes sans les tasser, en laissant 1 pouce de vide. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter le liquide de cuisson chaud réservé, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

**Méthode de mise en bocal crue** : porter une grande casserole d'eau à ébullition. Remplir les bocaux d'asperges crues le plus serré possible sans les écraser, en laissant 1 pouce de vide. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter l'eau bouillante, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaude et crue	Chopines	30 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	Pinte	40 minutes	Réglage 2	Réglage 3

## Haricots : verts, jaunes, mange-tout et italiens

**Quantité** : un boisseau de haricots pèse environ 30 livres et donne 12 à 20 pintes, soit une moyenne de 2 livres par pinte ou 1 livre par chopine.

**Méthode** : mise en conserve sous pression

**Procédure** : sélectionner des haricots fermes, sans tache. Laver les haricots et couper les extrémités. Laisser entiers ou couper en morceaux de 1 po. Choisir soit la méthode de mise en bocal chaude ou crue :

**Méthode de mise en bocal chaude** : mettre les haricots préparés dans une grande casserole. Couvrir d'eau bouillante; bouillir 5 minutes. Remplir les bocaux préparés de haricots blanchis sans les tasser, en laissant 1 pouce de vide. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter le liquide de cuisson chaud réservé, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

**Méthode de mise en bocal crue** : porter une grande casserole d'eau à ébullition. Remplir les bocaux préparés de haricots crus en les tassant, en laissant 1 pouce de vide. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par

pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter l'eau bouillante, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaude et crue	Chopines	20 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	Pintes	25 minutes	Réglage 2	Réglage 3

FR

## Betteraves : entières, en cubes ou en tranches

**Quantité** : vous aurez besoin d'environ 21 livres de betteraves (sans les fanes) pour un cuiseur sous pression de 7 pintes; une moyenne de 13 ½ livres est nécessaire pour un cuiseur sous pression de 9 chopines. Un boisseau (sans les fanes) pèse 52 livres et donne 15 à 20 pintes, soit une moyenne de 3 livres par pinte.

**Méthode** : mise en conserve sous pression

**Procédure** : sélectionner des betteraves qui ne mesurent pas plus de 1 à 2 pouces de diamètre pour le lot au complet. Les grosses betteraves doivent être coupées. Retirer les fanes de betterave, en laissant un pouce de la tige et de la racine afin de réduire le dégorgeement de couleur. Brosser et bien rincer. Les betteraves doivent toujours être mises en conserve en utilisant la méthode de mise en conserve chaude :

**Méthode de mise en conserve chaude** : mettre les betteraves dans une grande casserole et couvrir d'eau bouillante. Faire bouillir jusqu'à ce que les peaux glissent facilement, environ 15 à 25 minutes, selon la taille. Retirer la peau et couper les tiges et les racines. Les betteraves doivent rester chaudes jusqu'au moment de la mise en bocal. Laisser les petites betteraves entières. Couper les betteraves moyennes ou grandes en cubes ou tranches de 1/2 pouce. Couper les grosses betteraves en moitié ou en quart. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter l'eau bouillante, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaud seulement	Chopines	30 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	Pinte	35 minutes	Réglage 2	Réglage 3

## Carottes : tranchées ou en dés

**Quantité** : vous aurez besoin d'environ 17 ½ livres (sans les fanes) pour un cuiseur sous pression de 7 pintes; une moyenne de 11 livres est nécessaire pour un cuiseur sous pression de 9 chopines. Un boisseau (sans les fanes) pèse 50 livres et donne 17 à 25 pintes, soit une moyenne de 2 1/2 livre par chopine.

**Méthode** : mise en conserve sous pression

**Procédure** : sélectionner de petites carottes, préférablement de 1 à 1 1/4 pouce de diamètre. Jeter les fanes. Laver, couper les bouts, peler et relaver les carottes. Trancher ou mettre en dés, au choix. Choisir soit la méthode de mise en bocal chaude ou crue :

**Méthode de mise en bocal chaude** : mettre les carottes préparées dans une grande casserole. Couvrir d'eau bouillante; porter à ébullition. Baisser le feu et laisser mijoter 5 minutes. Remplir les bocaux préparés de carottes blanchies sans les tasser, en laissant 1 pouce de vide. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter le liquide de cuisson chaud réservé, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

**Méthode de mise en bocal crue** : porter une grande casserole d'eau à ébullition. Remplir les bocaux préparés de carottes crues en les tassant, en laissant 1 pouce de vide. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter l'eau bouillante, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

## Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaude et crue	Chopines	25 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	Pinte	30 minutes	Réglage 2	Réglage 3

## Mais : grain entier

**Quantité :** vous aurez besoin d'environ 31 ½ livres de maïs sucré (avec l'enveloppe) pour un cuiseur sous pression de 7 pintes; une moyenne de 20 livres est nécessaire pour un cuiseur sous pression de 9 chopines. Un boisseau pèse 35 livres et donne 6 à 11 pintes, soit une moyenne de 4 1/2 livres par pinte.

**Méthode :** mise en conserve sous pression

**Procédure :** sélectionner des épis de maïs sucré frais contenant des grains légèrement immatures. Certaines variétés de maïs sucré ou de grains trop immatures peuvent causer du brunissement. Mettre en conserve une petite quantité, vérifier la couleur et la saveur avant de mettre en conserve de grandes quantités.

Éplucher le maïs, enlever la soie et laver. Blanchir 3 minutes dans une grande casserole d'eau bouillante. Enlever les grains de maïs sur l'épi à environ trois quarts de la profondeur du grain. Ne pas gratter l'épi. Choisir soit la méthode de mise en bocal chaude ou crue :

**Méthode de mise en conserve chaude :** pour chaque 4 tasses de grains, verser 1 tasse d'eau chaude dans un bocal de taille appropriée. Porter à ébullition; baisser le feu et laisser mijoter 5 minutes. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel, dans le bocal. Remplir les bocaux préparés de maïs et du liquide de cuisson, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

**Méthode de mise en bocal crue :** porter une grande casserole d'eau à ébullition. Remplir les bocaux préparés de grains de maïs crus, en laissant 1 pouce de vide. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter l'eau bouillante, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaude et crue	Chopines	55 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	Pinte	85 minutes	Réglage 2	Réglage 3

## Haricots de Lima

**Quantité** : un boisseau de haricots de Lima pèse environ 32 livres et donne 9 à 10 pintes, soit une moyenne de 4 livres par pinte. En moyenne, 18 livres sont requises par cuiseur sous pression de 9 chopines.

**Méthode** : mise en conserve sous pression

**Procédure** : sélectionner des haricots qui ont des gousses bien remplies de fèves vertes. Écosser les haricots et les laver soigneusement Choisir soit la méthode de mise en bocal chaude ou crue :

**Méthode de mise en bocal chaude** : mettre les haricots dans une grande casserole. Couvrir d'eau bouillante; porter à ébullition. Baisser le feu et laisser mijoter 5 minutes. Remplir les bocaux préparés de haricots blanchis; ne pas tasser. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter le liquide de cuisson chaud réservé, en laissant 1 pouce de vide pour les chopines et de ¼ pouce pour les pintes. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

**Méthode de mise en bocal crue** : porter une grande casserole d'eau à ébullition. Remplir les bocaux préparés de haricots; ne pas tasser. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter l'eau chaude, en laissant 1 pouce de vide pour les chopines et de ¼ pouce pour les chopines. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaude et crue	Chopines	40 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	Pinte	50 minutes	Réglage 2	Réglage 3

## Mélange de légumes d'été

Quantité : donne 7 pintes; vous aurez besoin de :

- 6 tasses de carottes tranchées
- 6 tasses coupe, maïs sucré en grains entiers
- 6 tasses de haricots verts coupés

- 6 tasses de haricots de Lima écossés
- 4 tasses de tomates entières ou broyées
- 4 tasses de courgettes en dés

**Méthode** : mise en conserve sous pression

**Procédure** : les légumes mélangés doivent toujours être mis en conserve en utilisant la méthode de mise en conserve chaude :

**Méthode de mise en conserve chaude** : sauf pour les courgettes, laver et préparer les légumes tel que le précise dans ce manuel. Laver, couper, trancher ou mettre en cube les courgettes; mélanger les courgettes avec tous les légumes dans une grande casserole, ajouter suffisamment d'eau pour couvrir les morceaux. Faire bouillir 5 minutes.

Remplir les bocaux de légumes et de liquide de cuisson, en laissant 1 pouce de vide. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel, dans le bocal. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

**Remarque** : vous pouvez remplacer les courgettes par des courges d'été jaunes.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaud seulement	Chopines	75 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	Pinte	90 minutes	Réglage 2	Réglage 3

### Pois verts ou petits pois, écossés

**Quantité** : un boisseau de pois pèse environ 30 livres et donne 5 à 10 pintes, soit une moyenne de 4,5 livres par pinte. En moyenne, 20 livres donneront 9 chopines.

**Méthode** : mise en conserve sous pression

**Procédure** : sélectionner les gousses remplies contenant des pois sucrés, jeunes et tendres. Écosser les pois et les laver soigneusement Choisir soit la méthode de mise en bocal chaude ou crue :

**Méthode de mise en bocal chaude** : mettre les pois dans une grande casserole. Couvrir d'eau bouillante; porter à ébullition et cuire 2 minutes. Remplir les bocaux préparés de pois blanchis. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter le



liquide de cuisson chaud réservé, en laissant 1 pouce de vide pour les chopines et de ¼ pouce pour les pintes. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

**Méthode de mise en bocal crue** : porter une grande casserole d'eau à ébullition. Remplir les bocaux préparés de pois crus. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel pour marinades par pinte, dans le bocal. Une fois tous les bocaux remplis, ajouter l'eau bouillante, en laissant 1 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaude et crue	Chopines	40 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	Pinte	40 minutes	Réglage 2	Réglage 3

### Pommes de terre, blanches, en cubes ou entières

**Quantité** : vous aurez besoin d'environ 20 livres de pommes de terre pour obtenir 7 pintes; une moyenne de 13 livres est nécessaire pour un cuiseur sous pression de 9 chopines. Un sac pèse 50 livres et donne 18 à 22 pintes, soit une moyenne de 2 1/2 à 3 livres par pinte.

**Méthode** : mise en conserve sous pression

**Procédure** : sélectionner la meilleure qualité de pommes de terre mures de taille petite à moyenne. Choisissez des pommes de terre de 1 à 2 pouces de diamètre si vous prévoyez les mettre en conserve entières. Les pommes de terre doivent toujours être mises en conserve en utilisant la méthode de mise en conserve chaude :

**Méthode de mise en conserve chaude** : laver et peler les pommes de terre. Mettre les pommes de terre dans une solution d'acide ascorbique pour les empêcher de prendre une teinte foncée (se référer à l'information fournie à la page 40 et 41 dans la section Sélection, préparation et mise en conserve de fruits). Si désiré, couper les pommes de terre en cubes de 1/2 pouce. Cuire 2 minutes dans l'eau bouillante et égoutter. Pour les pommes de terre entières, faire bouillir 10 minutes et égoutter. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel, dans le bocal. Remplir les bocaux de pommes de terre préparées à chaud, ne laissant pas plus de 1 pouce de vide. Couvrir les pommes de terre chaudes d'eau fraîche bouillante (ne pas utiliser l'eau de cuisson, car elle contient trop d'amidon),

laisser 1 pouce de vide et couvrir toutes les pommes de terre. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

## Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaud seulement	Chopines	35 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	Pinte	40 minutes	Réglage 2	Réglage 3

FR

## Tomates

Pour éviter un empoisonnement (botulisme) ou autre problème de nature bactérienne en raison d'une combinaison d'acide et de chaleur, les tomates doivent toujours être acidifiées lors de la mise en conserve. Toujours ajouter deux cuillères à soupe de jus de citron en bouteille (ne pas utiliser de jus fraîchement pressé) ou 1/2 cuillère à thé d'acide citrique par pinte de tomates. Pour les chopines, utiliser une cuillère à soupe de jus de citron en bouteille ou 1/4 cuillère à thé d'acide citrique. L'acide peut être ajouté directement dans les bocaux avant de les remplir de tomates.

**Quantité :** vous aurez besoin d'environ 21 livres de tomates par cuiseur sous pression de 7 pintes; une moyenne de 13 livres est nécessaire par cuiseur sous pression de 9 chopines. Un boisseau pèse 53 livres et donne 15 à 21 pintes, soit une moyenne de 3 livres par pinte.

**Mise en conserve de tomates entières ou coupées en moitié (mises en conserve crues, sans liquide ajouté)**

**Méthode :** mise en conserve sous pression

**Procédure :** sélectionner des tomates très mûres, sans taches. Laver les tomates, puis les tremper dans de l'eau bouillante pendant 30 à 60 secondes ou jusqu'à ce que la peau fende; plonger dans l'eau froide. Peler et exciser le pédoncule. Laisser entières ou couper en moitiés.

**Méthode de mise en bocal chaude :** remplir les bocaux de tomates crues et pelées. Remplir les bocaux de tomates préparées jusqu'à ce que les espaces entre elles se remplissent de jus, en laissant 1/2 pouce de vide.

Ajouter deux cuillères à soupe de jus de citron en bouteille ou 1/2 cuillère à thé d'acide citrique par pinte de tomates. Pour les chopines, ajouter une cuillère à soupe de jus de citron en bouteille ou 1/4 cuillère à thé d'acide citrique. Si désiré,

ajouter 1 cuillère à thé de sel par pinte ou ½ cuillère à thé de sel par chopine, dans le bocal. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur. Couvrir l'autocuiseur en laissant l'air s'échapper et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Cru	Chopines ou Pinte	25 minutes	Réglage 2	Réglage 3

### Tomates entières ou en moitiés mises en conserve dans de l'eau

**Méthode** : mise en conserve sous pression

#### Procédure pour les tomates chaudes ou crues mises en bocal avec de l'eau :

Sélectionner des tomates très mûres, sans taches. Laver les tomates, puis les tremper dans de l'eau bouillante pendant 30 à 60 secondes ou jusqu'à ce que la peau fende; plonger dans l'eau froide. Peler et exciser le pédoncule. Laisser entières ou couper en moitiés. Choisir soit la méthode de mise en bocal chaude ou crue :

**Mise en conserve chaude** : mettre les tomates préparées dans une grande casserole et ajouter suffisamment d'eau pour couvrir complètement. Faire bouillir les tomates doucement 5 minutes. Remplir les bocaux chauds de tomates chaudes, en laissant ½ pouce de vide. Ajouter le liquide de cuisson dans les bocaux de façon à couvrir les tomates, en laissant ½ pouce de vide. Toujours ajouter deux cuillères à soupe de jus de citron en bouteille (ne pas utiliser de jus fraîchement pressé) ou 1/2 cuillère à thé d'acide citrique par pinte de tomates. Pour les chopines, ajouter une cuillère à soupe de jus de citron en bouteille ou 1/4 cuillère à thé d'acide citrique. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel par pinte ou ½ cuillère à thé de sel par chopine, dans le bocal. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Place les bocaux dans l'autocuiseur. Couvrir l'autocuiseur en laissant l'air s'échapper et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

**Méthode de mise en bocal crue** : porter une grande casserole d'eau à ébullition. Remplir les bocaux préparés de tomates crues préparées, en laissant ½ pouce de vide. Couvrir les tomates dans les bocaux avec de l'eau bouillante, en laissant ½ pouce de vide.

Ajouter deux cuillères à soupe de jus de citron en bouteille ou 1/2 cuillère à thé d'acide citrique par pinte de tomates. Pour les chopines, ajouter 1 cuillère à

soupe de jus de citron en bouteille ou 1/4 cuillère à thé d'acide citrique. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel par pinte ou 1/2 cuillère à thé de sel par chopine, dans le bocal. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
<b>Chaude et crue</b>	<b>Chopines ou Pintes</b>	10 minutes	Réglage 2	Réglage 3

## Sélection, préparation et mise en conserve de viandes et de volailles

### Bœuf, agneau, porc, veau, venaison

Choisir de la viande réfrigérée de haute qualité. Enlever le surplus de gras. Couper la viande en lanières, en cubes ou en morceaux. Tremper le gibier au goût fort pendant 1 heure dans de la saumure contenant 1 cuillère à soupe de sel par pinte d'eau. Rincer. Retirer les gros os. Pour de meilleurs résultats, utiliser uniquement la méthode de mise en conserve chaude :

**Méthode** : mise en conserve sous pression

**Procédure** : faire bouillir, cuire à la vapeur ou cuire au four la viande jusqu'à ce que cuite aux deux tiers environ. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel, dans le bocal. Remplir les bocaux de morceaux de viande et de bouillon chaud, en laissant 1 1/4 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
<b>Chaud seulement</b>	<b>Chopines</b>	75 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	<b>Pintes</b>	90 minutes	Réglage 2	Réglage 3

## Poulet

Choisir de gros poulets frais et parés. S'ils sont frais, tués, parer et réfrigérer de 6 à 12 heures avant la mise en conserve. Enlever le surplus de gras. Couper le poulet en morceaux de taille appropriée pour la mise en conserve. Mettre en conserve avec ou sans os. Pour de meilleurs résultats, utiliser uniquement la méthode de mise en conserve chaude :

**Méthode :** mise en conserve sous pression

**Procédure :** Faire bouillir, cuire à la vapeur ou cuire au four la viande jusqu'à ce que cuite aux deux tiers environ. Si désiré, ajouter 1 cuillère à thé de sel, dans le bocal. Remplir les bocaux de morceaux de viande et de bouillon chaud, en laissant 1 1/4 pouce de vide. Éliminer toutes les bulles. Essuyer le bord; centrer les couvercles et visser les anneaux de bocal. Placer les bocaux dans l'autocuiseur et effectuer le traitement en suivant les recommandations ci-dessous.

### Temps de traitement recommandé, désossé :

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaud seulement	<b>Chopines</b>	75 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	<b>Pintes</b>	90 minutes	Réglage 2	Réglage 3

### Avec les os :

Réglage de pression du cuiseur sous pression (lb/po2) à une altitude de

Style de mise en bocal	Taille du bocal	Temps de traitement	0-4000 pieds (10 lb/po2)	4000-8000 pieds (15 lb/po2)
Chaud seulement	<b>Chopines</b>	65 minutes	Réglage 2	Réglage 3
	<b>Pintes</b>	75 minutes	Réglage 2	Réglage 3



# MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Durante el uso de ollas a presión siempre deben tenerse en cuenta algunas medidas de seguridad básicas:

1. Lea todas las instrucciones.
2. No toque superficies calientes. Utilice las asas y perillas.
3. Asegúrese de prestar especial atención cuando use la olla a presión cerca de niños.
4. No coloque la olla a presión en un horno caliente.
5. Tenga mucho cuidado al mover la olla a presión con líquidos calientes en su interior.
6. No utilice la olla a presión para un fin diferente al que está destinado.
7. Este artefacto cocina bajo presión. El uso indebido puede causar quemaduras. Asegúrese de que la unidad esté cerrada correctamente antes de utilizar. Véase las «Instrucciones de uso».
8. No llene la unidad más de 2/3. Al cocinar alimentos que aumentan su tamaño durante el proceso, como el arroz o vegetales deshidratados, no llene la unidad más de 1/3. El sobrellenado puede causar la obstrucción del tubo de ventilación produciendo así un exceso de presión. Véase «Instrucciones de preparación de alimentos».
9. Tenga en cuenta que algunos alimentos como la salsa de manzana, los arándanos, la cebada perlada, la harina de avena u otros cereales, los guisantes partidos, fideos, macarrones, ruibarbos o espaguetis pueden producir espuma o desparramar partículas que a su vez pueden tapar el dispositivo de liberación de presión (válvula de vapor). Estos alimentos no se deben cocinar en una olla a presión.
10. Compruebe siempre los dispositivos de liberación de presión en busca de taponamientos antes del uso.
11. No abra la olla a presión hasta que se haya enfriado y se haya liberado toda la presión interna. Si se dificulta separar las asas, es un indicio de que la olla aún está bajo presión: no intente abrirla. La presión dentro de la olla puede ser peligrosa. Véase las «Instrucciones de uso».
12. No utilice la olla a presión para freír a presión con aceite.
13. Cuando se haya alcanzado la presión de funcionamiento normal, reduzca el calor para que no se evapore todo el líquido que produce el vapor.
14. Ponga siempre una cantidad mínima de líquido en la unidad, al menos 2 L (64 oz). Véase las «Instrucciones de uso».
15. Para alimentos que aumentan su tamaño durante la cocción, como el arroz, las verduras deshidratadas o las compotas de frutas, nunca llene la olla a presión por encima de un tercio de su capacidad. Para algunas sopas como la de calabaza

- o calabacín, déjela unos minutos para que se enfríe y luego colóquela en una palangana de agua fría para que se termine de enfriar por completo.
16. Tenga siempre en cuenta que algunos alimentos, como los arándanos, la escanda, el mijo, las grosellas, etc., pueden hacer espuma y salir a chorros, obstruyendo así el dispositivo de alivio de la presión (respiradero). Estos alimentos no deben ser cocinados en una olla a presión.
  17. Nunca haga una receta con leche animal en la olla a presión.
  18. No utilice sal gema en la olla a presión, agregue sal de mesa cuando esté finalizando el proceso de cocción.
  19. Cuando cocine trozos grandes de carne y de alimentos que tengan una piel superficial (salchichas enteras, lengua, aves...): le recomendamos que los pinche con un cuchillo o un tenedor antes de cocinarlos. De hecho, durante la cocción pueden retener líquido hirviendo y provocar salpicaduras.
  20. Los vapores de alcohol son inflamables. Hierva los ingredientes durante unos 2 minutos antes de colocar la tapa. Vigile el aparato cuando prepare recetas a base de alcohol.
  21. Nunca introduzca en la olla a presión papel de aluminio no sujeto sobre un molde. Nunca introduzca film transparente en la olla a presión.
  22. No deje desatendida su olla a presión cuando esté calentando aceite o grasas. Si sigue calentando aceite humeante, la dañará y podrá aumentar la temperatura del aceite lo suficiente como para que aparezcan llamas.
  23. Verifique regularmente que las asas de la olla a presión estén bien fijadas. Ajustelas si es necesario.
  24. Si durante el uso nota que cualquier parte de su olla a presión está rota o rajada, no intente abrirla bajo ninguna circunstancia. Apague el fuego y deje que se enfríe por completo antes de moverla o abrir la tapa. No la vuelva a utilizar y llévela a un Centro de Servicio Técnico autorizado T-FAL para su reparación.

## CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES.

### Diagrama descriptivo

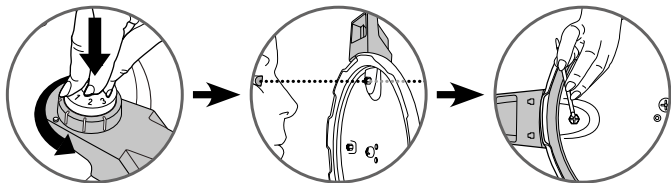
- |   |  |
|---|--|
| <b>A</b> - Regulador de presión   | <b>H</b> - Junta de la tapa                              |
| <b>B</b> - Conducto de salida del vapor                                       | <b>I</b> - Soporte (rejilla) para enlatar                |
| <b>C</b> - Indicador de presencia de presión                                  | <b>J</b> - Asa corta de la olla                          |
| <b>D</b> - Válvula de seguridad (debajo de la perilla central de la tapa)     | <b>K</b> - Olla  |
| <b>E</b> - Asa corta de la tapa   | <b>L</b> - Marcador de posición del regulador de presión |
| <b>F(a)</b> - Indicador de posición de la tapa                                | <b>M</b> - Perilla central de la tapa                    |
| <b>F(b)</b> - Indicador de posición de la tapa ubicado en las asas de la olla | <b>N</b> - Tope  |
| <b>G</b> - Indicador de presión   | <b>O</b> - Marca máxima de llenado (max 1/3 - max 2/3)   |



## Comprobaciones obligatorias antes de cada utilización

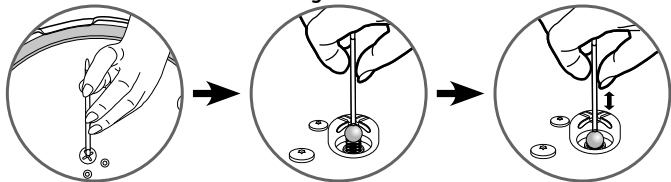
---

### Verificación de la válvula de funcionamiento



- Verifique que el agujero de drenaje de la válvula de funcionamiento no está obstruido.

### Verificación de la válvula de seguridad



- Compruebe que la bolita de la válvula de seguridad se mueva (use un palito).

---

## Características

**Diámetro base de la olla a presión de acuerdo con las especificaciones básicas del número de modelo:**

Capacidad	Ø Olla	Ø Base	Modelo	Material de la olla y la tapa
20,8 L	31 cm	19 cm	P31052	Aluminium

Presión máxima de regulación: 103 kPa/15 psi.

## Fuentes de calor compatibles



- En estufa de gas, la flama no debe de exceder el diámetro de la base de la olla de presión.
- Asegúrese de que la olla a presión se encuentra en el centro de la fuente de calor.
- **No utilizar la olla de presión en estufas de inducción.**
- No utilice la olla a presión con fuentes de calor al aire libre, como un quemador de gas de una freidora de pavo. Este tipo de quemadores debilitará la olla, lo que causará que el fondo se deforme. También puede causar daños a la propiedad o lesiones a las personas. Además, puede que la comida no se procese de manera segura.

ES

## Piezas de repuesto

Accesorios		Número de referencia
Junta de la tapa	20,8L	US-7114001204

- Para cambiar otras piezas o realizar reparaciones, acuda al centro de servicio autorizado T-FAL.

## Instrucciones de uso

Este artefacto cocina bajo presión. El uso indebido puede causar quemaduras. Asegúrese de que la unidad esté cerrada correctamente antes de utilizar. Ponga siempre una cantidad mínima de líquido en la unidad, al menos 2 L (64 oz).

### Apertura

No abra la olla a presión hasta que se haya enfriado y se haya liberado toda la presión interna. Si se dificulta separar las asas, es un indicio de que la olla aún está bajo presión: no intente abrirla. La presión dentro de la olla puede ser peligrosa.

- Tome las asas de la tapa (**E**) y gire hasta que el artefacto se abra - Fig. 1. Luego, quite la tapa.

### Cierre

- Coloque la tapa en posición horizontal sobre la olla y alinee los indicadores de posición de la tapa (**F(a)** y **F(b)**).
- Gire la tapa hasta que esté cerrada.- Fig. 2.

## Llenado mínimo \_\_\_\_\_

- Siempre vierta al menos 2 L (64 oz) de líquido en la olla a presión para utilizarla.

## Llenado máximo

- Nunca llene la olla a presión más de 2/3 de su altura - Fig. 4.

### Para ciertos alimentos

- En el caso de alimentos que aumentan su tamaño durante el proceso (como arroz, vegetales deshidratados y compotas), no llene la olla a presión más de 1/3 - Fig. 4.

## Indicador de presión \_\_\_\_\_

- La olla a presión cuenta con un indicador de presión para ofrecerle información adicional acerca de la gama de aplicaciones de uso para la esterilización.




## Instrucciones de preparación de alimentos

No llene la unidad más de 2/3. Al cocinar alimentos que aumentan su tamaño durante el proceso, como el arroz o vegetales deshidratados, no llene la unidad más de 1/3. El sobrellenado puede causar la obstrucción del tubo de ventilación y producir así un exceso de temperatura.


## Utilización del regulador de presión (A) \_\_\_\_\_

- Ubique el símbolo **1**, **2** o **3** de la válvula (**A**) al lado opuesto de la marca (**L**) - Fig 6.

### Ajuste de la válvula para sus cocciones

Posición 	Alimentos delicados, vegetales y ciertas esterilizaciones
Posición 	Carnes, almidones y ciertas esterilizaciones
Posición 	Alimentos congelados y ciertas esterilizaciones

### Para liberar el vapor

- Ubique el símbolo  del regulador (A) del lado opuesto al marcador (L).

### Para quitar el regulador de presión

- Libere la presión y deje que el artefacto se enfríe antes de quitar el regulador (A).
- Presione la parte central y gire el regulador para alinear la posición con el marcador (L) - Fig 5.
- Quite el regulador.

### Para sustituir el regulador de presión


- Coloque el regulador de presión, alinee ● con el marcador (L).
- Presione la parte central y gire en la dirección indicada - Fig 7.

## Utilizar por primera vez

### Para quitar el color negro del aluminio en productos ya utilizados repita las instrucciones de «primer uso» con bicarbonato de sodio.

- Vierta 1/2 L de agua en la olla. Agregue 4 cucharadas de bicarbonato de sodio.
- Coloque el regulador de presión (A) en el conducto de salida del vapor (B) - Fig. 5.
- Ubique el símbolo **1** del regulador (A) del lado opuesto al marcador (L) - Fig. 7.
- Cierre la olla a presión.
- Coloque la olla a presión sobre una fuente de calor ajustada a la máxima potencia.
- Cuando comienza a salir vapor por el regulador - Fig. 12, baje la fuente de calor y fije un temporizador a los 20 minutos.
- Luego de 20 min., apague la fuente de calor.

### Para liberar el vapor

- Ubique el símbolo  del regulador (A) del lado opuesto al marcador (L).
- Vacíe y luego lave la olla a presión con agua y jabón.

### Para sustituir el regulador de presión

- Coloque el regulador de presión, alinee el ● con el marcador (L).
- Presione la parte central y gire en la dirección indicada.

# Cocinar

## Antes de la cocción

---

- Antes de utilizar, quite el regulador de presión **(A)** (véase la sección «Utilización del regulador de presión») - Fig. 5. Verifique al mirar esta parte a la luz, asegurándose de que el conducto de salida del vapor no esté tapado - Fig. 11. De ser necesario, límpielo con un palillo - Fig. 11 bis.
- Asegúrese de que la válvula de seguridad **(D)** está limpia. Compruebe que la válvula de seguridad **(D)** tenga movimiento. - Fig. 9: véase la sección «Cuidado y limpieza».
- Vuelva a colocar el regulador de presión - Fig. 5.
- Ubique el símbolo **1, 2 o 3** del regulador **(A)** del lado apuesto al marcador **(L)**.
- Asegúrese siempre de que la olla a presión se encuentre bien sellada antes de ubicarla sobre la fuente de calor.
- Coloque la olla a presión sobre una fuente de calor ajustada a la máxima potencia.

## Durante la cocción


---

- Cuando el regulador de presión **(A)** libera vapor de forma continua y por lo tanto emite un sonido regular, baje la fuente de calor - Fig. 12, ajuste la potencia de su fuente de calor, de manera que la aguja del indicador de presión permanezca dentro de la zona verde correspondiente a la posición de la válvula : **1, 2 o 3**.
- Configure un temporizador con el tiempo de cocción detallado en la receta.
- Una vez que el tiempo de cocción terminó, apague la fuente de calor.

## Fin de la cocción

---

### Para liberar el vapor:

- Luego de que la fuente de calor se haya apagado, gire progresivamente el regulador de presión **(A)** a la posición . Asegúrese de que la olla esté posicionada de manera tal que el vapor se libere en dirección opuesta a usted. Una vez que el indicador **(C)** desciende, su olla a presión no tiene más presión.
- Abra la olla a presión.

**Si nota que el líquido o algún alimento sale por el regulador al liberar el vapor, ajuste el selector a la posición de cocción inicial, espere un minuto y luego gire el regulador de presión de forma gradual nuevamente, asegurándose de que no sale nada más.**

**Advertencia: nunca aplique fuerza para quitar la tapa. Espere a que el indicador de presión descienda por completo y luego quite el regulador de presión.**

# Enlatado

**ADVERTENCIA:** lea las instrucciones sobre la cocción a presión antes de utilizar la enlatadora/olla a presión para enlatar. Información general sobre el enlatado a presión.

El Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA, por su sigla en inglés) recomienda el enlatado a presión como la única forma segura de enlatar carne, pescado, carne de aves y vegetales.

Las frutas y tomates se pueden enlatar utilizando el método del baño en agua hirviendo con una olla convencional, pero el enlatado a presión le ahorra tiempo y energía.

Utilice ollas convencionales para enlatar escabeches y frutas. A veces, es mejor enlatar alimentos de forma separada (carne y vegetales, por ejemplo) y luego recalentarlos juntos más tarde.

## CÓMO ENLATAR AL VACÍO CON RECIPIENTES DE VIDRIO:

**ADVERTENCIA:** solo utilice recipientes normales destinados al enlatado casero. El nombre del fabricante de estos recipientes se encuentra impreso en el vidrio.

**Nunca utilice recipientes que contienen productos comprados en tiendas.**


**Atención:** nunca esterilice a presión elaboraciones a base de azúcar, almíbar u otro líquido edulcorante.

1. Asegúrese de que los recipientes y las tapas no tienen rajaduras, astillas o bordes filosos. Descarte los recipientes y tapas dañados.
2. Lave los recipientes y las tapas con agua tibia y detergente. Enjuague con abundante agua.
3. Antes de llenarlos, deje reposar a los recipientes en agua caliente. No hay necesidad de esterilizar los recipientes antes de colocarlos en la enlatadora a presión. Coloque las tapas de metal en agua caliente o hirviendo de acuerdo a las instrucciones del fabricante.
4. Seleccione ingredientes frescos y firmes (no demasiado maduros). Selecciónelos de acuerdo con el tamaño y la madurez.
5. Lave y prepare los ingredientes.
6. Coloque los ingredientes en los recipientes. La mayoría de los ingredientes se pueden colocar en los recipientes aún crudos. Presione los ingredientes crudos ya que tienden a encogerse durante la cocción. Se pueden precocinar, total o parcialmente, los ingredientes antes de enlatarlos. Los ingredientes tibios no se deben presionar una vez colocados en los recipientes.

7. Termine de llenar los recipientes con jugo o agua, siempre dejando el espacio apropiado de entre 1/4 y 1 ½ pulgadas, como se indica en la receta o las instrucciones de enlatado.
8. Coloque una espátula por el borde de los recipientes para quitar las burbujas de aire.
9. Limpie los bordes de los recipientes y coloque las tapas de acuerdo con las instrucciones del fabricante.
10. Para alimentos calientes, puede calentar con anterioridad el agua a 82,2 °C (180 °F), pero tenga cuidado de no hervirla. Agregue 1 cucharada de vinagre o cremor tártaro para evitar que el agua manche el interior de la enlatadora a presión.
11. Coloque los recipientes en la rejilla para enlatar dentro de la enlatadora a presión. No importa si los recipientes se tocan unos con otros - Fig. 3a\*.

**Siempre coloque los recipientes en la rejilla para enlatar: nunca los ubique directamente en el fondo de la enlatadora a presión o sobre otros recipientes.**

**Nota:** la enlatadora a presión de 20,8L estadounidenses-litros incluye dos rejillas para enlatar y permite que una rejilla se ubique encima de la otra, por lo que es posible procesar dos tandas de recipientes de 250 ml (8 oz) o recipientes de 500 ml (16 oz). Coloque una rejilla en el fondo de la enlatadora a presión y la otra sobre la primera tanda de recipientes - Fig. 3b.

12. Cierre la enlatadora a presión. Cuando está cerrada adecuadamente, las asas de la tapa y la olla estarán alineadas.
13. Ubique el símbolo  del regulador (A) del lado opuesto al marcador (L) - Fig 7. Coloque la olla a presión a alta temperatura hasta que comience a liberar vapor por el conducto de salida del vapor. Continúe permitiendo que la olla a presión libere vapor durante 10 minutos.
14. Luego de estos 10 minutos, ubique el símbolo recomendado **1, 2 o 3** del regulador (A) del lado apuesto al marcador (L).
15. Cuando el regulador de presión (A) libera vapor de forma continua y por lo tanto emite un sonido regular, baje la fuente de calor - Fig.12, ajuste la potencia de su fuente de calor, de manera que la aguja del indicador de presión permanezca dentro de la zona correspondiente a la posición de la válvula : **1, 2 o 3**.

**ADVERTENCIA:** los tiempos de cocción deben cumplirse de manera estricta y la enlatadora a presión no debe estar ubicada en una corriente de aire durante el proceso. El enlatado puede tomar entre 45 y 90 minutos en la enlatadora a presión grande si está siendo utilizada en su capacidad máxima.

16. El tiempo de esterilización comienza cuando la válvula de funcionamiento comienza a liberar vapor.

17. Una vez transcurrido el tiempo de esterilización, apague la fuente de calor y deje que la olla a presión se enfríe.

**ADVERTENCIA: no sumerja la olla/enlatadora a presión en agua fría ni la coloque debajo del grifo de agua fría para que se enfríe rápidamente. Nunca quite el regulador de presión para reducirla.**

18. Una vez que la presión haya bajado por completo, ubique el símbolo del regulador (A) del lado opuesto al marcador (L) - Fig 7. Quite la tapa con cuidado.

**ADVERTENCIA: el vapor puede provocar quemaduras y el regulador de presión puede estar a muy alta temperatura. Proteja sus manos con guantes de cocina.**

**Nota bien:** puede que escuche un silbido al quitar el regulador de presión. Si la olla a presión no libera vapor, esto se debe al aire que vuelve a ingresar en el artefacto.

19. Quite los recipientes con las pinzas correspondientes. Colóquelos en un plato caliente, un trébede o paños de cocina doblados varias veces.

**ADVERTENCIA: nunca coloque los recipientes calientes sobre una superficie fría o mojada, esto puede causar que se rompan.**

20. Si los recipientes no se sellaron automáticamente, séllelos. Incluso si no se escapó nada de líquido durante el proceso de enlatado, selle los recipientes como están. No agregue líquidos, ya que esto significaría tener que reiniciar el proceso de enlatado desde el principio. Las frutas y los vegetales que no se encuentren cubiertos por líquidos pueden volverse marrones, pero se preservarán adecuadamente.

20. Deje que los recipientes se enfríen. Mantenga los recipientes parados y alejados de las corrientes de aire.

20. Luego de 12 horas, quite los anillos metálicos enroscados en los recipientes. Si uno de los anillos es difícil de quitar, cúbralo con una toalla húmeda y caliente por 1 minuto para lograr que el metal se expanda. Luego de 1 minuto, el anillo debería salir sin inconvenientes. Si el anillo sigue sin salir fácilmente, déjelo en su lugar.

**ADVERTENCIA: nunca aplique fuerza para quitar los anillos. De lo contrario, corre el riesgo de romper el empaque.**

23. Asegúrese de que los recipientes no presentan pérdidas y que los sellos están herméticos. Si la tapa es de metal, golpéela suavemente con una cuchara para asegurarse de que está herméticamente sellada. Si emite un sonido claro, el recipiente está bien sellado. Si el botón de seguridad de las tapas se encuentra hacia adentro y no se hincha al golpearlo, eso también indica que el empaque es hermético.



**ADVERTENCIA:** si un recipiente no está sellado o presenta pérdidas, utilice su contenido inmediatamente o vuelva a realizar el proceso de enlatado dentro de las 24 horas.

24. Limpie los recipientes con un paño húmedo y séquelos. Adjunte una etiqueta que detalle la fecha de elaboración y el contenido de cada recipiente. Manténgalos en un lugar frío y seco.

**ADVERTENCIA:** los recipientes no deben estar expuestos a temperaturas de congelado ya que puede causar que el líquido se expanda y rompa el vidrio.

## Solución de problemas

**PROBLEMA:** se derrama líquido de los recipientes. Causas y soluciones:

**1. Los recipientes están demasiado llenos.**

Al hervir el líquido y el contenido, se expanden. Si no hay más espacio, el líquido se derrama. Deje un espacio de entre 1/2 y 1 1/2 pulgadas (1,25 a 2,5 cm).

**2. Hay burbujas de aire en el recipiente.**

Al hervir el contenido, el aire de las burbujas fuerza que el líquido se derrame fuera de los recipientes.

Antes de cerrar los recipientes, introduzca una espátula por el borde de los recipientes para liberar el aire atrapado.

**3. El nivel de presión fluctúa durante el proceso de enlatado.**

Si la temperatura de cocción no es constante, puede haber cambios repentinos de presión que causan que el líquido se derrame. Una vez que el regulador de presión comenzó a liberar vapor, asegúrese de que la fuente de calor fluctúa, aumenta y desciende gradualmente. Evite los cambios de presión causados por la fuente de calor.

**4. La presión desciende rápidamente luego del proceso de enlatado.**

Si se reduce la presión demasiado rápido, por ejemplo, al colocar la olla de presión bajo el grifo de agua fría o al quitar frecuentemente el regulador de presión, la presión interna puede descender demasiado rápido tanto en la olla de presión como en los recipientes, lo que hará que el líquido se derrame. Deje que la olla de presión se enfríe a temperatura ambiente. Luego de 40 a 45 minutos, mueva el regulador de presión para comprobar si la presión descendió.

**PROBLEMA:** se rompen los recipientes. Causas y soluciones:

- Se utilizaron recipientes que ya habían contenido productos y que no era especiales para enlatar.**  
Solo utilice recipientes específicamente destinados al enlatado casero.
- Se utilizaron recipientes dañados.**  
Los recipientes utilizados contaban con fisuras invisibles. Los recipientes también se pueden haber dañado durante el transporte. Se debe inspeccionar cada recipiente detenidamente antes de su uso.
- Se colocaron los recipientes directamente en el fondo de la enlatadora a presión y no en la rejilla para enlatar.**  
Siempre utilice la rejilla para enlatar.
- Se colocaron los recipientes calientes sobre una superficie fría o húmeda, o fueron expuestos a corrientes de aire.**  
Coloque los recipientes sobre una superficie seca, resistente al calor y que se encuentre a temperatura ambiente o sobre paños de cocina doblados. Evite corrientes de aire.
- Los recipientes se dañaron al utilizar un cuchillo para quitar las burbujas de aire.**  
Siempre utilice una espátula de plástico o goma para quitar las burbujas.

## Enlatado a presión de carnes y pescados

Capacidad de la enlatadora	Cantidad de agua en la enlatadora	Capacidad de la enlatadora (recipientes)			
		8 oz 250 ml	16 oz 500 ml	16 oz (500ml) boca	32 oz 1L
22 ctos. 20.8 l 37 pintas	3 1/2 pintas 2l	24*	18*	16*	7

\*Si los recipientes están apilados en dos pisos con una segunda rejilla para enlatar.

**Cantidad de sal que se necesita para enlatar carne y vegetales.**

Tamaño de los recipientes	Sel
8 oz (250 ml)	1/4 cucharadas
16 oz (500 ml)	1/2 cucharada
32 oz (1L)	1 cucharada

## Cómo cerrar los recipientes



### Siga atentamente las instrucciones dadas por el fabricante de la tapa.

Utilice un anillo de metal con un revestimiento hermético y un anillo metálico a rosca que se ajuste a los recipientes de enlatado estándar.

1. Rellene los recipientes. Limpie los bordes.
2. Coloque los discos de metal en agua caliente o hirviendo de acuerdo a las instrucciones del fabricante.
3. Coloque el disco en el recipiente y asegúrese de que está ubicado directamente sobre el vidrio y crea una junta hermética.
4. Enrosque el anillo solo con las fuerzas de sus manos. No utilice herramientas para enrosacar el anillo hasta cerrarlo. Si el anillo está demasiado apretado, puede causar que el disco se deforme.
5. Al realizar el proceso de forma adecuada, el recipiente se sellará automáticamente. No vuelva a ajustar el anillo una vez que retire el recipiente de la enlatadora a presión ya que será retirado al almacenar la comida enlatada.

### Advertencia: sepa cómo detectar alimentos en mal estado

El derrame de un recipiente o una tapa dañada pueden ser signos de que su contenido está en mal estado. Compruebe si el contenido presenta un color extraño o huele mal.

Nunca pruebe alimentos que cree están en mal estado. Descártelos inmediatamente. Algunos alimentos pueden contener toxina botulínica (que causa botulismo) incluso si su gusto y olor son normales. Por esa razón, hierva los vegetales no ácidos y las carnes durante 10 minutos antes de comer. Otros alimentos enlatados también deberían hervirse antes de comer.

## Cuidado y limpieza

### Limpiar la olla a presión

Las manchas y rasguños que pueden aparecer después del uso prolongado no afectan la operación de la olla a presión.

Para asegurar el correcto funcionamiento de su olla a presión, siga estas recomendaciones de limpieza y mantenimiento luego de cada uso:

- Lave la olla a presión después de cada uso con agua tibia y detergente.
- No utilice nunca lejía o productos clorados.
- No sobrecaliente la olla cuando se encuentra vacía.

Para mantener su olla a presión en buenas condiciones por más tiempo, no la sobrecaliente cuando se encuentra vacía.

Para quitar las manchas oscuras del aluminio, repita el procedimiento detallado en «Primer uso» y agregue 2 cucharadas de bicarbonato de sodio.

Un centro de servicio autorizado T-FAL debe controlar su olla a presión luego de 10 años de uso.

No coloque la olla a presión en el lavavajillas.

Nunca utilice un objeto filoso o con punta para llevar a cabo esta operación.

### **Cómo limpiar el interior de la olla:**

- Utilice una esponja y detergente.

### **Cómo limpiar el exterior de la olla:**

- Utilice una esponja y detergente.

### **Cómo limpiar la tapa:**

- Lave la tapa bajo el grifo de agua tibia, con una esponja y detergente. Luego, enjuáguela con abundante agua.

### **Cómo limpiar el empaque de la tapa:**

- Luego de cada uso, limpie el empaque de la tapa (H) y la parte de la cubierta en la que encaja.
- Lave el empaque bajo el grifo de agua tibia, con una esponja y detergente. Luego, enjuáguela con abundante agua.
- Para volver a poner el empaque en su lugar, véase la - Fig. 8.

### **Cómo limpiar el regulador de presión (A):**

- Quite el regulador de presión (A): véase la sección «Utilización del regulador de presión».
- Limpie el regulador de presión (A) bajo el grifo de agua - Fig. 10.

### **Cómo limpiar el conducto de salida del vapor (B):**

- Quite el regulador (A) - Fig. 5.
- Mire la tapa a la luz para asegurarse de que el conducto de salida del vapor no está tapado. De ser necesario, límpielo con un palillo - Fig. 11-11bis.

### **Cómo limpiar la válvula de seguridad (D):**

- Para limpiar la parte de la válvula de seguridad ubicada en la parte inferior de la tapa, colóquela debajo del grifo de agua.
- Compruebe también el correcto funcionamiento de la válvula de seguridad presionando con fuerza con un bastoncillo de algodón (por ejemplo) en la parte central del conducto que debe ser móvil - Fig. 9.
- Para asegurarse de que la válvula funciona correctamente, presione suavemente la punta que debe levantarse sin inconvenientes.

### **Cómo limpiar el indicador de presión:**

- Nunca desmonte el indicador de presión.

- Utilice un paño limpio y seco.
- No utilice un disolvente.
- Nunca lave el indicador de presión con agua o en el lavavajillas.

#### **Cómo sustituir el empaque:**

- Cambie el empaque de su olla a presión una vez al año o si muestra signos de rotura o daño.
- Siempre utilice un empaque T-FAL apropiado para su modelo.

#### **Cómo almacenar su olla a presión:**

- De vuelta la tapa y colóquela en la olla.

## **Dispositivos de seguridad** \_\_\_\_\_

Su olla a presión cuenta con diferentes dispositivos de seguridad:

- **Cierre seguro:**
  - Si el artefacto no se ha cerrado adecuadamente, el indicador de presión (**C**) no puede aumentar y por tanto no se puede generar presión dentro de la olla.
- **Apertura segura:**
  - Durante su funcionamiento, el indicador de presión (**C**) aumenta completamente, lo que bloquea las asas y evita que la olla a presión se abra. Este sistema de bloqueo se desactiva cuando el indicador de presión decrece, es decir, cuando la olla a presión ya no se encuentra bajo presión.
  - Nunca toque el indicador de presión (**C**) mientras la olla a presión está en uso o mientras intenta abrir la tapa.
- **Dos dispositivos de seguridad en caso de exceso de presión:**
  - Primer dispositivo: la válvula de seguridad (**D**) libera presión y el vapor sale fuera de la tapa de forma horizontal - Fig 13.
  - Segundo dispositivo: el empaque (**H**) permite que el vapor escape de toda la circunferencia de la olla - Fig 14.

Si se activa uno de los dispositivos de seguridad en caso de exceso de presión:

- Apague la fuente de calor;
- Deje que la olla a presión se enfríe;
- Ábrala;
- Compruebe y limpie el regulador de presión (**A**), el conducto de salida de vapor (**B**), la válvula de seguridad (**D**) y el empaque (**H**).

## Recomendaciones de uso

- 1 - El vapor se encuentra muy caliente cuando sale a través del regulador de presión.
- 2 - Una vez que el indicador de presión ha subido, ya no podrá abrir la olla a presión.
- 3 - Como con cualquier utensilio de cocina, asegúrese de prestar especial atención, particularmente cuando utilice la olla a presión cerca de niños.
- 4 - Tenga cuidado con la salida del vapor.
- 5 - Para mover la olla a presión, utilice las dos asas.
- 6 - Nunca deje comida en su olla a presión.
- 7 - Nunca utilice lejía o productos clorados, ya que pueden modificar la calidad del aluminio.
- 8 - No coloque ninguna pieza de la olla a presión en el lavavajillas. No deje la tapa en remojo.
- 9 - Cambie el empaque cada año.
- 10 - Limpie la olla a presión cuando esté fría y vacía.
- 11 - Un centro de servicio autorizado T-FAL debe controlar su olla a presión luego de 10 años de uso.

ES

## Garantía

- Este producto T-FAL cuenta con una garantía por defectos de fabricación y en los materiales por un período de 2 años desde la fecha original de compra del producto. Dicha garantía no se aplica a las piezas de repuesto o a daños al producto por su uso indebido, accidentes o modificaciones. T-FAL NO SERÁ RESPONSABLE POR DAÑOS FORTUITOS O CONSECUENTES, CUALQUIERA SEA LA CAUSA. Algunos estados no permiten la inclusión o limitación de daños fortuitos o consecuentes, por lo que la exclusión anterior puede no aplicarse en su caso. Si requiere servicio técnico durante el período de garantía, contáctenos de lunes a viernes, de 8 a 17 hora del Este, al número 1-800-527-7727.

[www.t-fal.com](http://www.t-fal.com)

T-FAL - Servicio de atención al cliente  
2121 Eden Road, Millville  
NJ 08332 - 1-800-527-7727

De lunes a viernes, de 8.30 a 17.30 h

Groupe **SEB** México, S.A. de C.V.

Calle Goldsmith 38-401 Piso 4

Polanco Ciudad de México C.P. 11560, México,

R.F.C. GSM8211123P5 TEL. 52 83 93 00

Groupe **SEB** Canadá - Atención al cliente  
345 Passmore Ave. - Toronto ON - CANADÁ  
M1V3N8 - 1800.418.3325

## ¡Proteja el medio ambiente!



- ① Su artefacto contiene materiales recuperables y/o reciclables.
- ➡ Llévelo a un punto local de recolección de basura

## T-FAL y las Preguntas frecuentes

Problemas	Sugerencia
<b>La olla a presión ha sido calentada y aumentó la presión sin líquido adentro:</b>	Un centro de servicio autorizado deberá controlar su olla a presión.
<b>El indicador de presión no aumenta y no se libera vapor a través de la válvula durante la cocción:</b>	Esto suele ser normal durante los primeros minutos. Sin embargo, si persiste, compruebe lo siguiente: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Que la fuente de calor es lo suficientemente fuerte. De no se así, súbala.</li> <li>- Que la cantidad de líquido dentro de la olla es suficiente.</li> <li>- Que la olla a presión está cerrada de forma adecuada.</li> <li>- Que el empaque y el borde de la olla no están dañados.</li> </ul>
<b>El indicador de presión ha aumentado pero no se libera vapor a través de la válvula durante la cocción:</b>	Esto suele ser normal durante los primeros minutos. Sin embargo, si persiste, compruebe lo siguiente: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apague la fuente de calor y deje que la olla a presión se enfríe a temperatura ambiente hasta que el indicador de presión haya disminuido por completo.</li> <li>- Nunca toque el indicador de presión.</li> <li>- Compruebe y limpie el regulador de presión <b>(A)</b>, el conducto de salida de vapor <b>(B)</b>, la válvula de seguridad <b>(D)</b> y el empaque <b>(H)</b>.</li> </ul>
<b>Si el vapor sale alrededor de la tapa, compruebe lo siguiente:</b>	Que la tapa esté bien cerrada. Que el empaque de la tapa esté bien ajustado. Que el empaque se encuentra en buenas condiciones, sustitúyalo de ser necesario. Que la tapa, el empaque, el canal del empaque en la tapa, la válvula de seguridad y el regulador de presión estén limpios. Que el borde de la olla no esté dañado.
<b>Se quemaron los alimentos dentro de la olla a presión:</b>	Deje la olla en remojo antes de lavarla. Nunca utilice cloro o productos conteniendo cloro.
<b>No puede abrir la tapa:</b>	Apague la fuente de calor y deje que la olla a presión se enfríe a temperatura ambiente hasta que el indicador de presión haya disminuido por completo. Nunca toque el indicador de presión.
<b>Si los alimentos no están cocidos o si están quemados, compruebe lo siguiente:</b>	El tiempo de cocción. La potencia de la fuente de calor. Si el regulador de presión está colocado correctamente. La cantidad de líquido.

# RECETAS DE COCINA

## CARNE y CARNE DE AVE

### POLLO AGRIDULCE

Porciones: 10-12

Ajuste: **2**

Tiempo de cocción a presión: 10 minutos

#### INGREDIENTES

3 cucharadas de aceite vegetal; 2 cebollas grandes; 2 ajíes verdes grandes, sin el centro, sin semillas y cortados en cubitos; 2 ajíes rojos grandes, sin el centro, sin semillas y cortados en cubito; 2,2 kg (5 libras) de muslo de pollo deshuesado, cortado en trozos de 2»; 5 cucharadas de salsa de soja; 3 tazas de salsa agridulce o salsa de pato; 3 cucharadas de vinagre de manzana; 6 cucharadas de agua; 3 cucharaditas de ajo en polvo; 4 cebolletas, tanto la parte blanca como la verde cortadas en rodajas finas.

#### PREPARACIÓN

Calentar el aceite en la olla a presión a temperatura media alta. Agregar las cebollas y los ajíes. Cocinar por 2 minutos. Agregar el pollo y la salsa de soja. Cocinar por 3 minutos. Agregar la salsa agridulce, el vinagre, el agua y el ajo en polvo, y mezclar bien.

Tapar y llevar a presión. Reducir la fuente de calor para estabilizar la presión y cocinar por 10 minutos.

Liberar la presión, abrir la olla y quitar la tapa.

Servir los platos y decorarlos con cebolletas. Servir con arroz integral o blanco.

### COQ AU VIN

Porciones: 8

Ajuste: **2**

Tiempo de cocción a presión: 12 minutos

#### INGREDIENTES

4 cucharadas de aceite de oliva; 225 g (8 onzas) de tocino picado; 2,7 kg (6 libras) de pollo, cortado en porciones para servir y condimentado con sal y pimienta; 2 cebollas medianas picadas; 4 dientes de ajo picados; 4 cucharadas de harina común; 4 cucharadas de coñac; 4 tazas de vino tinto; 1 taza de caldo de gallina; 1 cucharadita de tomillo deshidratado; 2 hojas de laurel; 450 g (1 libra) de champiñones cortados en cuatro; sal y pimienta negra a gusto.



## PREPARACIÓN

Calentar el aceite de oliva en la olla a temperatura media alta. Agregar y cocinar el tocino durante 2 minutos. Retirar y dejar a un lado.

Dorar el pollo en tandas. Agregar la cebolla y el ajo; cocinar durante 2 minutos. Espolvorear la harina sobre el pollo. Al mezclar, agregar el coñac. Cocinar durante 1 minuto. Agregar el vino, el caldo, el tomillo y las hojas de laurel. Mezclar bien y condimentar con sal y pimienta a gusto. Agregar el tocino y los champiñones. Cocinar durante 2 minutos sin la tapa. Cierre la olla a presión. No bien comienza a liberar vapor, disminuir la fuente de calor. Cocinar durante 12 minutos.

Liberar la presión. Abrir la olla. Retirar las hojas de laurel. Condimentar con sal y pimienta a gusto. Decorar con perejil.

## CERDO ASADO CON HINOJO

**Porciones:** 12

**Ajuste:** 2

**Tiempo de cocción a presión:** 40 minutos

### INGREDIENTES

*2,7 kg (6 libras) de lomo de cerdo sin hueso para asar, condimentado con sal y pimienta; 4 cucharadas de aceite de oliva; 4 dientes de ajo picados; 2 cebollas medianas picadas; 2 hinojos picados en trozos grandes, incluyendo las hojas; 2 cucharaditas de tomillo deshidratado; 2 hojas de laurel; 3 tazas de caldo de gallina; sal y pimienta a gusto.*

## PREPARACIÓN

Calentar el aceite de oliva en la olla a presión a temperatura media alta. Agregar la carne y dorar de manera uniforme. Agregar el ajo, la cebolla, el hinojo, el tomillo, las hojas de laurel, el caldo y condimentar con sal y pimienta a gusto.

Cerrar la olla a presión. No bien comienza a liberar vapor, disminuir la fuente de calor. Cocinar durante 40 minutos.

Liberar la presión. Abrir la olla a presión. Retirar las hojas de laurel. Colocar la carne en una tabla. Cocinar el líquido de cocción a temperatura alta hasta reducirlo a la mitad. Colar la salsa para que los alimentos sólidos permanezcan en el colador. Rebanar la carne y servir con la salsa.

## CERDO DESMENUZADO

**Porciones:** 12-18

**Ajuste:** 2

**Tiempo de cocción a presión:** 45 minutos

### INGREDIENTES

*4 cucharadas de aceite de oliva; 2 cebollas grandes cortadas a la mitad y luego en rebanadas de ¼"; 4 dientes de ajo en cubitos; ½ taza de azúcar marrón; ¼ taza de chile en polvo; 4 cucharadas de comino molido, sal y pimienta a gusto, 1 (2,7 kg/6*

libras) cerdo deshuesado para asar cortado en trozos grandes, 1/2 taza de vinagre de sidra, y un poco más según sea necesario; 1 taza de caldo de gallina; 1 taza de ketchup, 12-18 panes de hamburguesas o bollos portugueses.

## PREPARACIÓN

Calentar el aceite en la enlatadora a presión a temperatura media. Agregar la cebolla y el ajo; cocinar durante 3 minutos.

Agregar el resto de los ingredientes, excepto los bollos. Mezclar hasta unificar y cocinar durante 45 minutos. Retirar el cerdo, colocarlo en una fuente y cubrirlo con papel aluminio durante unos 15 o 20 minutos antes de desmenuzarlo con dos tenedores.

Agregar algo de la salsa para que el cerdo no se seque. Servir en panes.

ES

## SAUERBRATEN

Porciones: 10-12

Ajuste: 2

Temps de cuisson à l'autocuiseur : 1 hora

### INGREDIENTES

2 tazas de agua; 1 taza de vinagre de vino tinto; 1/2 taza de azúcar negra comprimida; 2 cucharaditas de clavo molido; 4 cucharaditas de sal; entre 2,7 y 3,6 kg (6 y 8 libras) de paleta o nalga para asar; sal y pimienta a gusto; 6 cucharadas de aceite vegetal; 5 zanahorias grandes picadas grande; 5 tallos de apio picados grande; 3 cebollas grandes picadas grande; 3 dientes de ajo pelados y aplastados; 2 hojas de laurel; 2 tazas de galletas de jengibre finamente trituradas.

## PREPARACIÓN

Mezclar el agua, el vinagre, el vinagre de vino tinto, el azúcar, el clavo molido y la sal. Dejar a un lado. Condimentar la carne con sal y pimienta a gusto.

Calentar el aceite en la olla a presión a temperatura media. Dorar la carne de manera uniforme. Agregar las zanahorias, el apio, las cebollas, el ajo y las hojas de laurel. Verter sobre la carne la mezcla que se había separado. Mezclar hasta unificar. Tapar y llevar a presión. Reducir la fuente de calor para estabilizar la presión y cocinar durante 1 hora. Dejar reposar por 15 minutos y luego liberar la presión. Abrir la olla y retirar la tapa. Quitar las hojas de laurel.

Colocar la carne en una bandeja y cubrir con papel aluminio. Procesar la salsa hasta que esté suave. Agregar las galletas de jengibre trituradas. Probar y, de ser necesario, agregar sal y pimienta. Rebanar la carne de forma transversal y servir con salsa a su lado. Para completar el plato, servir con pastas al huevo o puré de patatas.

## CARNE MECHADA

Porciones: 8 - 10

Ajuste: **2**

Temps de cuisson à l'autocuiseur : 1 hora

### INGREDIENTES

2,250 kg (5 libras) de paleta; sal y pimienta; 3 cucharadas de aceite de oliva; 1 taza de cebolla en rodajas finas; 10 zanahorias, peladas y cortadas a la mitad; 8 tallos de apio cortados a la mitad; 4 tazas de caldo de carne; 4 cucharadas de salsa A1; 4 cucharadas de Worcestershire; 16 papines rojos o patatas yukón doradas; 3 hojas de laurel; sal y pimienta.

### PREPARACIÓN

Condimentar la carne con abundante sal y pimienta. Calentar el aceite en la olla a presión a temperatura media alta. Sellar la paleta de manera uniforme.

Agregar todos los ingredientes en la olla, cerrar y bloquear. Llevar a presión y cocinar durante 1 hora a presión alta.

Liberar la presión utilizando el método de liberación natural. Servir con vegetales y salsa.

## SALSA A LA BOLONESA

Porciones: 12-18

Ajuste: **2**

Tiempo de cocción a presión: 30 minutos

### INGREDIENTES

4 Cucharadas de aceite de oliva; 2 cebollas pequeñas picadas finas; 4 dientes de ajo picados; 1,3 kg (3 libras) de carne picada; ½ taza de perejil de hoja plana picado; 4 latas de puré de tomate de 800 g (28 onzas), 2 cucharaditas de azúcar, ½ taza de queso parmesano o romano rallado, sal y pimienta negra a gusto.

## PREPARACIÓN

Calentar el aceite de oliva en la olla a presión a temperatura media alta. Agregar la cebolla y el ajo; cocinar hasta que estén suaves. Agregar la carne picada y cocinar hasta que cambia el color rosa. Al mismo tiempo, separar los grandes trozos con un cuchara. Agregue el perejil, el puré de tomate, el azúcar, sal y pimienta a gusto. Mezclar hasta unificar.

Cerrar la olla a presión. No bien comienza a liberar vapor, disminuir la fuente de calor. Cocinar durante 30 minutos.

Liberar la presión. Abrir la olla. Condimentar con sal y pimienta a gusto. Servir con pastas y queso rallado.

## GUARNICIONES

### PURÉ DE PATATAS

Porciones: 8-10

Ajuste: **2**

Tiempo de cocción a presión: 7 minutos

#### INGREDIENTES

*5 libras de patatas, peladas y cortadas en trozos; 9 tazas de agua; 350 g (12 onzas) de manteca; 3/4 - 1 taza de leche.*

#### PREPARACIÓN

Agregar el agua y las patatas en la olla. Cerrar la tapa. Cuando comienza a salir vapor, cocinar durante 7 minutos. Luego, liberar la presión.

Colar las patatas y colocarlas en un recipiente. Agregar manteca, leche, sal y pimienta, y triturar.

### FRIJOLES NEGROS CUBANOS

Porciones: 10-12

Ajuste: **2**

Tiempo de cocción a presión: 15 minutos

#### INGREDIENTES

*90 g (32 onzas/2 paquetes) de frijoles negros disecados, lavados y remojados desde el día anterior; 8 cucharadas de aceite; 2 cebollas medianas picadas; 3 ajíes verdes medianos picados; 8 dientes de ajo picados; 1 ½ cucharada de orégano; 4 paquetes de condimento latino; 3 cucharadas de comino molido; 8 tazas de agua; 2 cucharadas de vinagre de manzana; cucharada de sal; ½ taza de cilantro picado para la presentación; crema agria y arroz cocido para servir.*

## PREPARACIÓN

Calentar el aceite en la olla a presión a temperatura media. Agregar la cebolla y el ajo; cocinar durante 3 minutos.

Agregar el resto de los ingredientes, excepto el cilantro. Cerrar la tapa. Cuando comienza a liberar vapor, bajar la temperatura de cocción y cocinar durante 15 minutos.

Retirar del calor, liberar la presión y quitar la tapa. Triturar algunos de los frijoles para espesar el líquido de cocción. Mientras reposa, el líquido se absorberá.

Agregar el cilantro, la crema agria, el arroz y un poco de sal, si fuera necesario. Servir sobre el arroz y presentar con crema agria.

## SOPAS Y ESTOFADOS

### SOPA DE PATATAS Y PUERRO

Porciones: 10-12

Ajuste: **2**

Tiempo de cocción a presión: 5 minutos

#### INGREDIENTES

*2 cucharadas de aceite de oliva; 4 tiras de tocino trozadas; 8 puerros, solo la parte blanca, bien lavada y rebanada; 2 cebollas amarillas, peladas y picadas; 8 patatas yukón doradas, peladas y trozadas; 8 tazas de caldo de gallina o de vegetales; 2 tazas mitad y mitad; 2 cucharadas de perejil fresco finamente picado; sal y pimienta.*

## PREPARACIÓN

Calentar el aceite en la olla a temperatura media. Agregar el tocino y cocinar hasta que esté crujiente. Agregar el puerro y la cebolla. Mezclar durante 4 minutos.

Agregar las patatas y el caldo de gallina, cerrar y bloquear. Aumentar la presión a alta temperatura y luego reducir a temperatura media. Cocinar durante 5 minutos a alta presión.

Liberar la presión a través del método de liberación natural.

Destapar. Procesar los ingredientes de la sopa con una batidora de mano hasta que esté suave. Volver a poner la sopa en la olla. Agregar la crema, el perejil y condimentar con sal y pimienta. Servir caliente o fría.

### SOPA DE CEBOLLA FRANCESA TRADICIONAL

Portions : 12-16

Ajuste: **2**

Tiempo de cocción a presión: 7 minutos

## INGREDIENTES

4 cucharadas de aceite de oliva; 12 tazas de cebolla dulce en rebanadas finas; 8 dientes de ajo en rebanadas finas; 2 cucharaditas de tomillo deshidratado; 1 1/3 tazas de jerez seco o vermut blanco; 12 tazas de caldo de carne; 24 rodajas de pan francés tostado; sal y pimienta negra a gusto; 2 tazas de queso gruyere rallado.

## PREPARACIÓN

Calentar el aceite en la olla a presión a temperatura media alta. Agregar la cebolla y el ajo; cocinar hasta que estén suaves. Agregar el tomillo, el jerez y las 2 tazas de caldo. Cocinar durante 2 minutos sin la tapa.

Cerrar la olla a presión. No bien comienza a liberar vapor, disminuir la fuente de calor. Cocinar durante 7 minutos.

Liberar la presión. Abrir la olla. Precalear el hervidor a temperatura alta. Agregar el resto del caldo y hervir a fuego lento. Condimentar con sal y pimienta a gusto. Servir en tazones de sopa grandes. Colocar dos trozos de pan sobre cada plato. Espolvorear con queso. Colocar los tazones en una bandeja grande para hornear, llevar al horno y cocinar hasta que se derrita el queso, aproximadamente 3 minutos

## SOPA DE CHILE CON CARNE

**Porciones:** 6

**Ajuste:** 2

**Tiempo de cocción a presión:** 15 minutos

## INGREDIENTES

6 cucharadas de aceite de oliva; 4 cebollas medianas picadas; 12 dientes de ajo picados (aproximadamente 4 cucharadas); 2,7 kg (6 libras) de carne picada; 4 cucharadas de comino molido; 1/2 taza de chile en polvo, o a gusto; 3 cucharaditas de orégano; 1/2 cucharadita de cayena en polvo; 3 hojas de laurel; sal a gusto; 2 latas de 800 g (28 onzas) de tomates triturados o trozados; 1 lata de 800 g (28 onzas) de puré de tomate; 2 latas de 425 g (15 onzas) de frijoles rojos (escurridos y enjuagados); 2 latas de 425 g (15 onzas) de frijoles cannellini (escurridos y enjuagados).

## PREPARACIÓN

Calentar el aceite en la olla a presión a temperatura media alta. Agregar la cebolla y el ajo y cocinar hasta que la cebolla esté suave.

Agregar la mitad de la carne y cocinarla hasta que tome un color marrón. Luego, retirarla y cocinar la otra mitad. Agregar nuevamente toda la carne a la olla. Agregar el comino, el chile en polvo, el orégano, la pimienta cayena y las hojas de laurel. Mezclar.

Mientras se mezcla, agregar el tomate triturado y el puré. Cerrar y bloquear. Llevar a presión y cocinar durante 15 minutos a presión alta.

Liberar la presión, retirar la tapa y agregar los frijoles. Cocinar sin la tapa durante 5 minutos. Servir.

## ESTOFADO DE MARISCOS CIOPPINO

**Porciones:** 8

**Ajuste:** 2

**Tiempo de cocción a presión:** 6 minutos

### INGREDIENTES

*6 cucharadas de aceite de oliva; 2 cebollas medianas picadas; 1 bulbo de hinojo grande picado fino; 8 dientes de ajo picados; 6 hojas de laurel; 2 cucharaditas de orégano deshidratado; 1 cucharadita de semillas de ají rojo trituradas; 3 tazas de vino blanco; 2 latas de 800 g (28 onzas) de tomates trozados con jugo; 2 botellas de 225 g (8 onzas) de jugo de almeja; 900 g (2 libras) de filetes de abadejo o bacalao sin piel, cortados en trozos de 1"; 900 g (2 libras) de mejillones, lavados y sin barbas; 900 g (2 libras) camarones crudos grandes, pelados; hojas de albahaca trituradas y perejil picado para la presentación.*

### PREPARACIÓN

Calentar el aceite en la olla a presión a temperatura media. Agregar la cebolla, el hinojo, el ajo, las hojas de laurel, el orégano y las semillas de ají rojo.

Condimentar con sal y pimienta negra. Saltear hasta ablandar. Agregar el vino blanco y reducir a la mitad. Agregar los mariscos.

Cerrar la olla a presión. No bien comienza a liberar vapor, disminuir la fuente de calor. Cocinar durante 6 minutos.

Retirar del calor, liberar la presión y quitar la tapa. Probar y agregar sal y pimienta, si fuera necesario.

Servir en tazones de sopa. Decorar con albahaca y perejil. Servir con pan crujiente.

## SOPA DE FIDEOS AL DENTE CON POLLO

**Tiempo de preparación:** 10 minutos

**Tiempo de cocción a presión:** 19 minutos bajo presión

**Ajuste:** 2

**Rinde:** 8 porciones

### INGREDIENTES

*4 mitades de pechugas de pollo con piel y hueso, unos 1,3 kg (3 libras); 16 tazas (3,8 L / 4 cuartos estadounidenses) de agua; 4 puerros grandes (o 2 cebollas grandes), bien lavados y sin polvo, solo las partes blancas y verdes suaves, en rebanadas finas;*

6 zanahorias, peladas y cortadas en rebanadas de  $\frac{1}{4}$  de pulgada; 6 tallos de apio, cortados en rebanadas de  $\frac{1}{4}$  de pulgada; 4 tazas de fideos anchos al huevo, cocidos al dente; 2 cucharadas de perejil o eneldo fresco picado; sal y pimienta negra a gusto.

## PREPARACIÓN

Colocar el pollo, el agua y la sal en la olla a presión. Tapar y llevar a presión. Reducir la fuente de calor para estabilizar la presión y cocinar durante 15 minutos. Utilizar el método de liberación con agua fría para liberar la presión. Abrir la olla y retirar la tapa. Retirar el pollo con una espumadera. Pelar y deshuesar. Cortar en trozos del tamaño de un bocado.

Verter el caldo a través de un colador fino. Enjuague la olla a presión. Vuelva a verter el caldo en la olla. Agregue el puerro, la zanahoria y el apio. Tapar y llevar a presión. Reducir la fuente de calor para estabilizar la presión y cocinar durante 4 minutos. Utilizar el método de liberación con agua fría para liberar la presión. Abrir la olla y retirar la tapa. Probar y agregar sal y pimienta, si fuera necesario. Agregar el pollo cocido, los fideos y el perejil o eneldo.

**Consejo:** para ahorrar tiempo y no tener que lavar más utensilios, cocine los fideos directamente en la sopa caliente. Agregar 2 tazas de fideos crudos a la sopa y hervir a fuego lento hasta que estén al dente.

Variedad: para cocinar sopa de arroz con pollo, sustituya los fideos al huevo con 3 tazas de arroz cocido.

## SOPA MINISTRONE

**Tiempo de preparación:** 25 minutos

**Tiempo de cocción a presión:** 10 minutos bajo presión

**Ajuste:** 2

**Rinde:** 12-16 porciones

### INGREDIENTES

5 cucharadas de aceite de oliva; 2 cebollas medianas picadas; 6 dientes de ajo picados; 2 cucharadas de condimento italiano deshidratado; 2 latas de 425 g (15 onzas) de tomates en trozos saborizados con albahaca, orégano y ajo; 2 tazas de zanahorias en cubos; 2 tazas de apios en cubos; 2 tazas de zapallitos en cubos; 2 tazas de papas peladas y cortadas en cubos; 2 tazas de judías verdes cortadas en trozos de 1,75 cm; 4 tazas de repollo rallado; 2 cucharadas de sal; 1 cucharadita de pimienta negra; 16 tazas de agua; 2 latas de 425 g (15 onzas) frijoles rojos, escurridos y enjuagados en agua fría; 3 tazas de ditalini (pequeños fideos en forma de tubo) cocidos al dente;  $\frac{2}{3}$  taza de queso parmesano o pecorino romano rallado.



## PREPARACIÓN

Calentar el aceite de oliva en la olla a presión a temperatura media alta. Agregar la cebolla, el ajo y el condimento italiano. Cocinar hasta que esté suave, unos 7 a 8 minutos. Agregar los tomates, las zanahorias, el apio, los zapallitos y las patatas, y cocinar durante 5 minutos. Agregar las judías verdes, el repollo, sal, pimienta y agua. Mezclar bien. Tapar y llevar a presión. Reducir la fuente de calor para estabilizar la presión y cocinar durante 10 minutos. Utilizar el método de liberación del agua fría para liberar la presión. Abrir la olla y retirar la tapa.

Agregar los frijoles, la pasta y el queso rallado. Probar y agregar sal y pimienta, si fuera necesario.

## Prácticas seguras de enlatado de alimentos en el hogar

Un alto porcentaje de agua en los alimentos frescos los vuelve muy perecederos. El enlatado casero adecuado le permite preparar y almacenar de forma segura alimentos en recipientes para enlatar.

Las prácticas adecuadas de enlatado incluyen: seleccionar y lavar detenidamente los alimentos frescos, prepararlos de acuerdo con la receta, colocarlos en líquidos calientes, agregar ácidos (jugo de limón o vinagre) a algunos alimentos como los tomates o las frutas, utilizar recipientes y tapas autosellantes fabricados especialmente para el enlatado casero y luego procesar los recipientes en agua hirviendo o en una enlatadora a presión durante el período correcto de tiempo. Al hacerlo, quitará el oxígeno, destruirá las enzimas, prevendrá el crecimiento de bacterias, hongos y moho indeseados, y ayudará a formar un alto vacío en los recipientes. Un buen vacío forma sellos ajustados que mantienen el líquido dentro del recipiente y el aire y los microorganismos afuera.

## Enlatado de alimentos crudos y calientes

Los alimentos que se preparan para el enlatado normalmente se colocan en los recipientes adecuados a través de uno de dos métodos (a menos que ambos métodos estén detallados en la receta o las instrucciones de enlatado). Estos métodos se denominan: el método enlatado crudo y el método de enlatado caliente. Se diferencian de la siguiente manera:

**Método de enlatado crudo:** los alimentos, como frutas y vegetales, se preparan y luego se colocan crudos (sin cocinar) en recipientes limpios. Luego se rellenan los recipientes con líquido hirviendo antes de sellar y procesar.

**Método de enlatado caliente:** los alimentos se preparan y luego se escaldan o cocinan de acuerdo con la receta. Después de eso se colocan en recipientes limpios. Luego se rellenan los recipientes con líquido hirviendo antes de sellar y procesar.

## Seleccionar el tiempo de procesamiento correcto para el tamaño de los recipientes, el método y la altitud

De conformidad con la «Guía completa para el enlatado casero» del Departamento de Agricultura de EE. UU., Boletín Informativo de Agricultura n.º 539, (revisado en 2015), se necesita más tiempo de procesamiento para la mayoría de los alimentos crudos y para recipientes de 1 litro del que se necesita para alimentos envasados calientes y para recipientes de una 0.5 Litros.

Para matar microorganismos en alimentos ácidos procesados en una enlatadora de agua hirviendo, deberá realizar las siguientes acciones:

- Procesar los recipientes en agua hirviendo durante la cantidad correcta de minutos.
- Dejar enfriar los recipientes a temperatura ambiente.

Los alimentos pueden descomponerse si no le agrega tiempo de procesamiento por temperaturas inferiores al punto de ebullición en altitudes que superen los 305m, si los procesa durante menos tiempo que el especificado o si enfría los recipientes en agua fría.

Para matar microorganismos en alimentos con bajo contenido ácido procesados en una enlatadora a presión, deberá realizar las siguientes acciones:

- Procesar los recipientes durante el tiempo correcto y a la presión especificada para su altitud.
- Dejar que la enlatadora se enfríe a temperatura ambiente hasta que se encuentre completamente despresurizada. Los alimentos pueden descomponerse si no selecciona el tiempo de procesamiento correcto para la altitud específica, no libera la presión de la enlatadora de la forma adecuada o procesa los alimentos a una presión inferior a la detallada.

**Nota:** ya que la temperatura del punto de ebullición decrece a medida que la altitud aumenta, puede que también necesite ajustar el tiempo de procesamiento cuando prepare algunos alimentos. Esto se indica en el **Manual para enlatar alimentos** y en las recetas de este documento.

## Métodos de enlatado

Existen dos métodos diferentes para enlatar de forma casera. Estos son: el método del agua hirviendo (también referido como el enlatado en agua caliente) y el método a presión. Estos dos métodos se describen de la siguiente manera:

### Método del agua hirviendo \_\_\_\_\_

Este método se utiliza para enlatar alimentos con un alto contenido ácido, como pickles, salsas y salsa de pepinillos, entre otros, o frutas envasadas con altos niveles

de azúcar como las mermeladas y las jaleas.

Tenga en cuenta que este es el único método que le permitirá esterilizar la fruta en almíbar.


Los recipientes para el enlatado se esterilizan en agua hirviendo y se llenan, mientras todavía están calientes, con alimentos o líquidos también calientes. Se procesan en una gran olla de enlatado, parados y cubiertos con al menos 2,5 cm de agua por encima de la tapa. La olla se tapa durante el proceso de enlatado.

De conformidad con la «Guía completa para el enlatado casero» del Departamento de Agricultura de EE. UU., Boletín Informativo de Agricultura n.º 539, (revisado en 2015), las siguientes son pautas básicas para enlatar utilizando el método del agua hirviendo:

1. Antes de comenzar a preparar los alimentos, coloque la rejilla para enlatar en el fondo de la enlatadora. Para una carga de recipientes tamaño litro, llene la enlatadora hasta la mitad con agua limpia y tibia. Para otras medidas y cantidades de recipientes, necesitará ajustar la cantidad de agua de forma tal que supere en 2,5 o 5cm la tapa de los recipientes.
2. Coloque la enlatadora en el centro del quemador y precaliente el agua a 60 °C para alimentos envasados crudos y a 82,2 °C para alimentos envasados calientes. Puede comenzar a preparar los alimentos para sus recipientes mientras se precalienta el agua.
3. Con la ayuda de una pinza para recipientes, coloque de a uno los recipientes llenos, con las tapas y los anillos, dentro de la enlatadora. Al mover los recipientes con la pinza correspondiente, asegúrese de que esta se encuentra justo debajo del cuello de los recipientes (debajo del anillo de la tapa). Mantenga los recipientes en posición vertical en todo momento. La inclinación de los recipientes puede causar que los alimentos se derramen en el área de sellado de la tapa.

Si posee una rejilla de alambre con la forma adecuada y asas para sostenerla en los bordes de la enlatadora, sobre el agua, puede cargar los recipientes en la rejilla en la posición elevada y luego utilizar las asas para bajarla con los recipientes y colocarla dentro del agua.

4. Agregar más agua hirviendo, de ser necesario, para que el nivel del agua se encuentre al menos 2,5 cm por encima de las tapas. Vierta el agua alrededor de los recipientes, no directamente sobre ellos. Para tiempos de procesamiento superiores a los 30 minutos, el nivel del agua debe ser de 2 pulgadas por encima de los recipientes.
5. Ajuste la fuente de calor en su posición más alta. Configure un temporizador (una vez que el agua hierva) para el tiempo total requerido para procesar los alimentos.

6. Coloque la tapa en la enlatadora T-Fal y ciérrela. Como no está enlatando a presión, ubique el símbolo  del regulador (A) del lado opuesto al marcador (L).
7. Mantenga la enlatadora tapada durante el proceso. Puede reducir la temperatura de calentamiento siempre que se mantenga un hervor moderado pero constante durante todo el proceso.
8. Agregue agua hirviendo durante este proceso, si fuera necesario para mantener el nivel de agua por encima de las tapas de los recipientes. Vierta el agua alrededor de los recipientes, no directamente sobre ellos.
9. Si el agua deja de hervir en algún momento durante el proceso, ajuste la fuente de calor en su posición más alta y vuelva a hervirla. Se debe reiniciar el tiempo de procesamiento, desde el principio (utilizando el tiempo de procesamiento original total).
10. Cuando se hayan procesado los recipientes en agua hirviendo durante el tiempo recomendado, apague la fuente de calor y retire la tapa de la enlatadora. Espere 5 minutos antes de retirar los recipientes para permitir que el contenido de la enlatadora repose.
11. Con una pinza para recipientes, retíelos de a uno a la vez, con cuidado para no inclinarlos. Colóquelos cuidadosamente sobre una toalla o una rejilla para enfriar pasteles. Deje al menos una pulgada de espacio entre los recipientes durante el enfriamiento. Evite colocar los recipientes en superficies frías o en lugares con corrientes de aire frío.
12. Déjelos reposar mientras se enfrían, entre 12 y 24 horas. No ajuste el anillo de las tapas ni presione el botón de seguridad en el centro de las tapas metálicas hasta que los recipientes se enfríen por completo.
13. Retire los anillos de los recipientes sellados. Coloque los recipientes no sellados en la heladera y consúmalos primero.

Almíbar	Cantidades de agua y azúcar				Frutas sugeridas
	9 recipientes de pinta		7 recipientes de litro		
	Agua	Azúcar	Agua	Azúcar	
Ligero	5-3/4 tazas	1-1/2 tazas	9 tazas	2-1/4 tazas	Frutas sugeridas
Intermedio	5-1/4 tazas	2-1/4 tazas	8-1/4 tazas	3-3/4 tazas	Manzanas dulces, cerezas dulces, bayas y uvas
Espeso	5 tazas	3-1/4 tazas	7-3/4 tazas	5-1/4 tazas	Manzanas ácidas, albaricoques, cerezas agrias, nectarinas, duraznos, peras y ciruelas

## Método de enlatado a presión

Este es el único método recomendado para enlatar carne, carne de ave, mariscos y frutas o vegetales envasados en agua o jugos. Este método también se puede utilizar para enlatar frutas.

De conformidad con la «Guía completa para el enlatado casero» del Departamento de Agricultura de EE. UU., Boletín Informativo de Agricultura n.º 539, (revisado en 2015), las siguientes son pautas básicas adaptadas para utilizar la enlatadora a presión:

1. Antes de preparar los alimentos, asegúrese de que la enlatadora a presión funciona correctamente. Limpie el empaque de la tapa y otras piezas de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Asegúrese de que todos los tubos de ventilación estén limpios y no contengan materiales o depósitos minerales. Coloque la enlatadora en el centro del quemador. El quemador y la cocina deben estar nivelados. Su enlatadora a presión se puede dañar y el quemador emite demasiado calor. En general, no utilice un quemador para exteriores de gas LP o un quemador de cocina a gas de más de 12.000 BTU. Para más información sobre los quemadores adecuados, lea las instrucciones del fabricante.

Coloque la rejilla y el agua caliente en la enlatadora. Si la cantidad de agua no está especificada para un alimento en particular, utilice agua suficiente como para que alcance las 5 o 7,6 cm en la enlatadora. Los procesos más largos requieren mayor cantidad de agua. Para alimentos envasados calientes, puede calentar con anterioridad el agua a 82,2 °C (180 °F), pero tenga cuidado de no hervirla o calentarla lo suficiente como para que se reduzca la cantidad. Para alimentos envasados crudos, se debe calentar el agua a 60 °C (140 °F).

2. Con la ayuda de una pinza para recipientes, coloque los recipientes llenos, con las tapas y los anillos, dentro de la enlatadora. Al mover los recipientes con la pinza correspondiente, asegúrese de que esta se encuentra justo debajo del cuello de los recipientes (debajo del anillo de la tapa). Mantenga los recipientes en posición vertical en todo momento. La inclinación de los recipientes puede causar que los alimentos se derramen en el área de sellado de la tapa.
3. Cierre correctamente la cubierta de la olla a presión. Ajuste la temperatura al nivel más alto. Consulte la parte inicial de esta guía de usuario para obtener información e indicaciones sobre la implementación de la presión y para mantener la presión en su olla a presión T-Fal.

**IMPORTANTE:** si la presión baja por debajo de la zona recomendada indicada en el indicador de presión, incremente la presión de su olla a presión y repita la operación desde el inicio (es decir, la duración total de la operación

- original). Eso es importante para la higiene de los alimentos.
4. Cuando se completa el tiempo de procesamiento, apague la fuente de calor, de ser posible retire la enlatadora del calor (sea eléctrico o a gas) y deje que se enfríe a temperatura ambiente. (Levante la enlatadora para moverla, no la deslice. También está bien dejar la enlatadora en el lugar luego de haber apagado el quemador. Es mejor hacer eso que hacer que los recipientes dentro de la enlatadora se inclinen o caigan en caso de que sea demasiado pesada para moverla con facilidad).  
Mientras que la enlatadora se enfría, también se despresuriza. No enfríe la enlatadora por la fuerza. Un enfriado forzado puede hacer que los alimentos se descompongan. Enfriar la enlatadora debajo del grifo de agua fría o abrir el tubo de ventilación antes de que la enlatadora esté completamente despresurizada son ejemplos de un enfriado forzado. También causará que los recipientes derramen líquido y los sellos fallen. El enfriado forzado también puede deformar la tapa de la enlatadora.
  5. Desajuste la tapa y retírela con cuidado. Al levantar la tapa mantenga la parte inferior lejos de usted, de manera tal que el vapor que salga de la enlatadora no le queme la cara.
  6. Con una pinza para recipientes, retírelos de a uno a la vez, con cuidado para no inclinarlos. Colóquelos cuidadosamente sobre una toalla o una rejilla para enfriar pasteles. Deje al menos una pulgada de espacio entre los recipientes durante el enfriamiento. Evite colocar los recipientes en superficies frías o en lugares con corrientes de aire frío.
  7. Déjelos reposar mientras se enfrían, entre 12 y 24 horas. No ajuste el anillo de las tapas ni presione el botón de seguridad en el centro de las tapas metálicas hasta que los recipientes se enfríen por completo.
  8. Retire los anillos de los recipientes sellados. Los anillos se pueden lavar, secar y guardar para utilizar la próxima vez. Coloque los recipientes no sellados en la heladera y consúmalos primero.
  9. Lave los recipientes y las tapas para quitar todos los residuos.
  10. Etiquete los recipientes y almacénelos en un lugar frío y seco, al abrigo de la luz solar.
  11. Seque la enlatadora, la tapa y el empaque. Siga las instrucciones de mantenimiento y almacenamiento del fabricante del producto.

# Prácticas seguras para almacenar y consumir alimentos enlatados de forma casera

De conformidad con la «Guía completa para el enlatado casero» del Departamento de Agricultura de EE. UU., Boletín Informativo de Agricultura n°. 539, (revisado en 2015), las siguientes son pautas básicas para: examinar los sellos de los recipientes, almacenar los alimentos enlatados de forma casera e identificar y manipular alimentos en mal estado.

## Almacenamiento

---

ALuego de dejar enfriar los recipientes entre 12 y 24 horas, retire los anillos y compruebe los sellos de una de las siguientes maneras:

**Opción 1:** presione el centro de la tapa con el dedo pulgar u otro dedo. Si la tapa hace un movimiento hacia afuera al retirar el dedo, la tapa no está sellada.

**Opción 2:** golpee la tapa con la parte inferior de una cucharita. Si emite un sonido sordo, la tapa no está sellada. Si los alimentos están en contacto con la parte inferior de la tapa, también causará que emita un sonido sordo. Si el recipiente está sellado correctamente, emitirá un sonido en un tono alto, similar a un timbre.

**Opción 3:** sostenga el recipiente y mire la tapa al ras. Esta debe presentar una forma cóncava (con una moderada curva hacia abajo en el centro). Si el centro de la tapa está plano o presenta una hinchazón, puede que no esté sellado.

## Volver a procesar los recipientes no sellados

---

Si la tapa del recipiente no se sella, retírela y compruebe que el borde de recipiente no presente pequeñas mellas. De ser necesario, cambie el recipiente, agregue uno nuevo con la tapa preparada de forma adecuada y vuelve a realizar el proceso dentro de las 24 horas y durante el mismo tiempo de procesamiento. En los recipientes no sellados, se puede ajustar la distancia entre los alimentos y la tapa a 1,25 cm y congelar en lugar de volver a procesar. Los alimentos en recipientes no sellados se pueden almacenar en el refrigerador y consumir dentro de varios días.

## Almacenar los alimentos enlatados

---

Si las tapas de los recipientes fríos están selladas al vacío, retire el anillo a rosca, lave la tapa y el recipiente y retire los restos de alimentos. Luego, enjuague y seque los recipientes. Etiquete y feche los recipientes y luego almacénelos en un lugar limpio, frío, oscuro y seco. Para una mejor calidad, almacénelos entre 10 y 20 °C. No enlate más alimentos de los que va a consumir en un año.

No almacene recipientes a más de 35 °C o cerca de tuberías calientes, estufas, hornos, en un ático con aislamiento o a la luz solar directa. En estas condiciones, los alimentos perderán calidad en unas pocas semanas y puede que se descompongan. La humedad puede corroer las tapas de metal, romper los sellados y permitir la contaminación y, por tanto, descomponer de los alimentos.

El congelado accidental de los alimentos enlatados no causará que estos se echen a perder, a menos que el sellado se rompa y se contaminen. Si embargo, el proceso de congelación y descongelación puede ablandar los alimentos. Si los recipientes deben almacenarse en donde se pueden congelar, envuélvalos en diario, colóquelos en cajas resistentes y cúbralos con más diarios y mantos.

## Identificar y manipular alimentos enlatados en mal estado

---

**No pruebe los alimentos de un recipiente que no presenta la tapa sellada o que muestra signos de descomposición.** Puede detectar más fácilmente algunos tipos de descomposición en los recipientes almacenados sin los anillos a rosca. El crecimiento de bacterias de descomposición y hongos produce gases que presurizan los alimentos, hinchan las tapas y rompen los sellos de los recipientes. A medida que se selecciona los recipientes para el consumo, examine las tapas para ver si están ajustadas y cerradas al vacío. las tapas con centros cóncavos tienen un buen sellado.

Luego, sostenga el recipiente a la altura de sus ojos y rótelos para examinar la superficie exterior en busca de manchas de alimento secas que se originen en la parte superior del recipiente. Inspeccione el contenido en busca de burbujas ascendentes y colores no naturales.

Al abrir el recipiente, preste atención a olores no naturales, la emisión de líquidos y el crecimiento de moho similar al algodón (blanco, azul, negro o verde) en la parte superior de los alimentos, debajo de la tapa.

Los alimentos con bajo contenido ácido en mal estado, como los tomates, pueden presentar diferentes tipos de evidencia de descomposición o muy poca. Por tanto: los recipientes de alimentos con bajo contenido ácido que se sospecha están en mal estado, incluyendo tomates, deben ser tratados como si hubieran producido la toxina botulínica y manipulados con cuidado en una de las dos formas siguientes:

- Si las latas metálicas hinchadas o los recipientes de vidrio sospechados todavía están sellados, colóquelos en una bolsa de basura resistente. Ciérrela y colóquela en un contenedor de basura común o deséchela en un vertedero cercano.
- Si las latas o los recipientes de vidrio sospechados no están sellados, o están abiertos



o derraman alimentos, se debe desintoxicar antes de desechar.

## Guía para enlatar alimentos

La siguiente guía proporciona instrucciones paso a paso e información sobre cómo enlatar los vegetales, frutas, carne y carne de ave comúnmente preparados.

- Asegúrese de consultar siempre la guía de usuario para ver cómo es la operación correcta y segura de este artefacto.
- Cada alimento y receta especifica el método de enlatado a ser utilizado (de agua hirviendo o a presión), así como también indica los diferentes tiempos de procesamiento y el ajuste de la enlatadora a presión.

### Espárragos: tallos y trozos

**Cantidad:** se necesitan aproximadamente 12 g por carga de la enlatadora de 6,6 L. En promedio, se necesitan 8g por carga de la enlatadora de 4,1 L.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** Seleccionar espárragos tiernos, con la punta cerrada, de 10 a 15 cm de largo. Lavarlos. Cortar los tallos duros y pelar la piel dura. Lavarlos nuevamente. Cortar en trozos de 2,5 cm o enlatar enteros. Elegir entre el método de envasado crudo o caliente:

**Método de envasado caliente:** colocar los espárragos en una olla grande y cubrirlos con agua hirviendo. Hervir entre 2 y 3 minutos. Sin ejercer presión, llenar los recipientes con espárragos calientes y dejar un espacio de 2,5 cm entre los alimentos y la tapa. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el líquido de cocción caliente reservado. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

**Método de envasado crudo:** hervir una gran olla de agua. Llenar los recipientes con espárragos crudos, presionarlos tanto como sea posible sin aplastarlos y dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el agua hirviendo. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente y crudo	Pintas	30 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	40 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Frijoles: verdes, frijolillos, habichuelas y alubias italianas

**Cantidad:** un bushel de frijoles pesa aproximadamente 15g y rinde entre 11,3 y 19 L, un promedio de 1g por litro o 0,5g por pinta.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** seleccionar frijoles firmes, sin imperfecciones. Lavar los frijoles y cortar las puntas. Cortar en trozos de 2,5 cm o enlatar enteros. Elegir el método de envasado crudo o caliente:

**Método de envasado caliente:** colocar los frijoles preparados en una olla grande. Cubrir con agua hirviendo y hervir durante 5 minutos. Sin ejercer presión, llenar los recipientes preparados con frijoles escaldados y dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el líquido de cocción caliente reservado. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

**Método de envasado crudo:** hervir una gran olla de agua. Llenar los recipientes preparados con frijoles crudos de forma ajustada y dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el líquido de cocción caliente reservado. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente y crudo	Pintas	20 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	25 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Remolacha: enteras, en bucos o en rebanadas

**Cantidad:** se necesitan aproximadamente 10g de remolacha (sin la parte superior) por carga de la enlatadora de 6,6 L. En promedio, se necesitan 7g por carga de la enlatadora de 8,5 L. Un bushel (sin las partes superiores) pesa 26g y rinde entre 15 y 19 L, un promedio de 1,5g por litro.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** para envasarlas enteras, seleccionar remolachas de entre 2,5 y 5 cm de diámetro, no más. Las remolachas más grandes deben cortarse. Cortar la parte superior y dejar una pulgada de tallo y raíz para reducir la pérdida de color. Lavar y enjuagar bien. Las remolachas solo se deben enlatar con el método de envasado caliente:

**Método de envasado caliente:** colocar las remolachas en una olla grande y cubrir las con agua hirviendo. Hervirlas hasta que la piel se puede retirar fácilmente, entre 15 y 25 minutos, dependiendo del tamaño. Retirar la piel de las remolachas y cortar los tallos y las raíces. Deben permanecer calientes a medida que se las envasa en los recipientes. Deje las remolachas pequeñas enteras. Cortar las remolachas medianas o grandes en rebanadas o cubos de 1,25 cm. Cortar las rebanadas muy grandes en mitades o cuartos. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el agua hirviendo. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente solamente	Pintas	30 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	35 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Zanahorias: en rebanadas o en cubos

**Cantidad:** se necesitan aproximadamente 9g (sin la parte superior) por carga de la enlatadora de 6,6 L. En promedio, se necesitan 11 libras por carga de la enlatadora de 8,5 L. Un bushel (sin las partes superiores) pesa 25g y rinde entre 16 y 23,5 L, un promedio de 1,5 g por litro.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** seleccionar zanahorias pequeñas, preferentemente con un diámetro de entre 2,5 y 3 cm. Desechar las hojas. Lavar, cortar los extremos, pelar y volver a

lavar las zanahorias. Rebanar o cortar en cubos, según las preferencias de cada uno. Elegir entre el método de envasado crudo o caliente:

**Método de envasado caliente:** colocar las zanahorias preparadas en una olla grande. Cubrir con agua hirviendo y llevar a hervor. Bajar la fuente de calor y hervir a fuego lento durante 5 minutos. Sin ejercer presión, llenar los recipientes preparados con zanahorias escaldadas y dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el líquido de cocción caliente reservado. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

**Método de envasado crudo:** hervir una gran olla de agua. Llenar los recipientes preparados con zanahorias crudas de forma ajustada y dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el agua hirviendo. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente y crudo	Pintas	25 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	30 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Maíz: grano entero

**Cantidad:** se necesitan aproximadamente 16 g (con las hojas) por carga de la enlatadora de 6,6 L. En promedio, se necesitan 10g por carga de la enlatadora de 8,5 L. Un bushel pesa 18g y rinde entre 5,6 y 10,4 L, un promedio de 2g por litro.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** seleccionar mazorcas de maíz dulce que contengan granos apenas inmaduros.

Algunas variedades de maíz dulce o los granos demasiado inmaduros se pueden volver marrones. Enlatar una pequeña cantidad y comprobar el color y el sabor antes de enlatar grandes cantidades.

Quitar las hojas, retirar las barbas y lavar. Escaldar durante 3 minutos en una olla grande de agua hirviendo. Cortar el maíz de la mazorca a una profundidad de 3/4 del grano. No raspe la mazorca. Elegir entre el método de envasado crudo o caliente:

**Método de envasado caliente:** para cada 4 tazas de granos, agregar 1 taza de agua caliente en una olla del tamaño apropiado. Hervir, bajar la fuente de calor y hervir a fuego lento durante 5 minutos. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal por litro. Llenar los recipientes preparados con maíz y líquido de cocción. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

**Método de envasado crudo:** hervir una gran olla de agua. Llenar los recipientes preparados con granos de maíz y dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el agua hirviendo. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente y crudo	Pintas	55 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	85 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Habas

**Cantidad:** un bushel de habas pesa aproximadamente 16g y rinde entre 8,5 y 9,5 L, un promedio de 2g por litro. En promedio, se necesitan 9g por carga de 8,5 L.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** seleccionar las habas que presentan vainas bien llenas con judías verdes. Pelarlas y lavarlas detenidamente. Elegir entre el método de envasado crudo o caliente:

**Método de envasado caliente:** colocar las habas preparadas en una olla grande. Cubrir con agua hirviendo y llevar a hervor. Bajar la fuente de calor y hervir a fuego lento durante 5 minutos. Llenar los recipientes preparados

con habas escaldadas. No presionarlas. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el líquido de cocción caliente reservado. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior para pintas y 3 para cuartos estadounidenses. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

**Método de envasado crudo:** hervir una gran olla de agua. Llenar los recipientes preparados con habas. No presionarlas. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar agua hirviendo. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior para pintas y 3 para cuartos estadounidenses. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente y crudo	Pintas	40 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	50 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Mezcla de verduras de verano

Cantidad: para hacer 6,6 L, se necesitarán:

- 6 tazas de zanahorias rebanadas
- 6 tazas de granos enteros de maíz dulce
- 6 tazas de judías verdes
- 6 tazas de habas peladas
- 4 tazas de tomates enteros o triturados
- 4 tazas de zapallitos en cubos

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** solo se debe utilizar método de envasado caliente para la mezcla de vegetales:

**Método de envasado caliente:** a excepción de los zapallitos, lavar y preparar los vegetales como se detalla en este manual para el resto de estos. Lavar, cortar las puntas y rebanar o cortar en cubos los zapallitos. Colocarlos con el resto de los vegetales en una cacerola grande y agregar agua suficiente como para cubrirlos. Hervir durante 5 minutos.

Llenar los recipientes con los vegetales y el líquido de cocción. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Si así lo desea, agregar a los recipientes 1 cucharadita de sal por litro. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.  
**Nota:** puede sustituir los zapallitos por calabazas amarillas.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente solamente	Pintas	75 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	90 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Guisantes verdes o ingleses pelados

**Cantidad:** un bushel de guisantes pesa aproximadamente 15g y rinde entre 5 y 9,5L, un promedio de 2g por litro. En promedio, se necesitan 10g para 8,5 L.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** seleccionar vainas llenas que contengan guisantes dulces, tiernos y verdes. Pelarlas y lavarlas detenidamente. Elegir entre el método de envasado crudo o caliente:

**Método de envasado caliente:** colocar los guisantes preparados en una olla grande. Cubrir con agua hirviendo, llevar a hervor y cocinar durante 2 minutos. Llenar los recipientes preparados con los guisantes escaldados. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el líquido de cocción caliente reservado. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior para pintas y 3 para litro. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

**Método de envasado crudo:** hervir una gran olla de agua. Llenar los recipientes preparados con los guisantes crudos. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal para enlatar por litro. Cuando los recipientes estén llenos, agregar el agua hirviendo. Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente y crudo	Pintas	40 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	40 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Patatas blancas, en cubos o enteras

**Cantidad:** se necesitan aproximadamente 10g de patatas para hacer 6,6 L. En promedio, se necesitan 6,5 g por carga de la enlatadora de 8,5 L. Una bolsa pesa 25 g y rinde entre 17 y 20,8 L, un promedio de entre 1,75 y 2,5 g por litro.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** seleccionar patatas maduras pequeñas a medianas, de la mejor calidad. Elegir patatas de 2,5 a 5 cm de diámetro para envasarlas enteras. Las patatas solo se deben enlatar con el método de envasado caliente:

**Método de envasado caliente:** lavar y pelar las patatas. Colocarlas en solución de ácido ascórbico para evitar su ennegrecimiento (remitirse a la información proporcionada en la página 40 y 41 de esta sección sobre la Selección, preparación y enlatado de frutas). Si así lo desea, cortar las patatas en cubos de 0,75 cm. Cocinar durante 2 minutos en agua hirviendo y luego escurrir. En el caso de patatas enteras, hervir durante 10 minutos y luego escurrir. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal por litro. Llenar los recipientes con las patatas calientes preparadas. Dejar un espacio de no más de 2,5 cm en la parte superior. Cubrir todas las patatas con agua hirviendo (no utilice el líquido de cocción ya que contiene demasiado almidón). Dejar un espacio de 2,5 cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

## Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente solamente	Pintas	35 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	40 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3



## Tomates

Para prevenir intoxicación por botulismo y otras infecciones bacterianas debido a la combinación de ácido y calor, siempre se deben acidificar los tomates al enlatarlos. Agregar siempre dos cucharadas de jugo de limón en botella (no utilizar jugo recién exprimido) o 1/2 cucharadita de ácido cítrico por litro de tomates. Para pintas, usar una cucharada de jugo de limón en botella o 1/4 cucharadita de ácido cítrico. El ácido se puede agregar directamente a los recipientes antes de llenarlos con el producto.

**Cantidad:** se necesitan aproximadamente 10g de tomates por carga de la enlatadora de 6,6 L. En promedio, se necesitan 6 g por carga de la enlatadora de 8,5 L. Un bushel pesa 26 g y rinde entre 14 y 20 L, un promedio de 1,5 g por litro.

**Método para enlatar tomates enteros o en mitades (envasados crudos sin líquido ácido):** enlatado a presión

**Procedimiento:** seleccionar tomates bien maduros, sin imperfecciones. Lavarlos y luego sumergirlos en agua hirviendo durante 30 a 60 segundos, o hasta que la piel se separe. Luego, sumergirlos en agua fría. Retirar la piel y el centro de los tomates. Dejar enteros o cortar en mitades.

**Método de envasado crudo:** llenar los recipientes con tomates pelados crudos. Presionar los tomates dentro del recipiente hasta que el espacio entre ellos se llena con jugo. Dejar un espacio de 1,75 cm en la parte superior.

Agregar dos cucharadas de jugo de limón en botella o 1/2 cucharadita de ácido cítrico por litro de tomates. Para pintas, agregar una cucharada de jugo de limón en botella o 1/4 cucharadita de ácido cítrico. Si así lo desea, agregar 1 cucharadita de sal por litro o 1/2 por pinta. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Coloque los recipientes en la enlatadora. Cubrir, purgar y procesar siguiendo las recomendaciones a continuación.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Crudo	Pintas o Cuartos estadounidenses	25 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

**Método de envasado en agua de tomates enteros o en mitades:** enlatado a presión

**Procedimiento para tomates calientes o crudos en recipientes llenos con agua** seleccionar tomates bien maduros y sin imperfecciones. Lavarlos y luego sumergirlos en agua hirviendo durante 30 a 60 segundos, o hasta que la piel se separe. Luego, sumergirlos en agua fría. Retirar la piel y el centro de los tomates. Dejar enteros o cortar en mitades. Elegir entre el método de envasado crudo o caliente:

**Envasado caliente:** colocar los tomates preparados en cacerolas grandes y agregar agua suficiente como para cubrirlos completamente. Hervir los tomates en forma moderada durante 5 minutos. Llenar los recipientes calientes con tomates calientes. Dejar un espacio de 1,75 cm en la parte superior. Agregar el líquido de cocción a los recipientes para cubrir los tomates. Dejar un espacio de 1,75 cm en la parte superior.

Agregar dos cucharadas de jugo de limón en botella o 1/2 cucharadita de ácido cítrico por litro de tomates. Para pintas, agregar una cucharada de jugo de limón en botella o 1/4 cucharadita de ácido cítrico. Si así lo desea, agregar 1 cucharadita de sal por litro o 1/2 por pinta. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Coloque los recipientes en la enlatadora. Cubrir, purgar y procesar siguiendo las recomendaciones a continuación.

**Envasado crudo:** hervir una gran olla de agua. Llenar los recipientes con los tomates crudos preparados y dejar un espacio de 1,75 cm en la parte superior. Cubrir los tomates en los recipientes con agua hirviendo. Dejar un espacio de 1,75 cm en la parte superior.

Agregar dos cucharadas de jugo de limón en botella o 1/2 cucharadita de ácido cítrico por litro de tomates. Para pintas, agregar una cucharada de jugo de limón en botella o 1/4 cucharadita de ácido cítrico. Si así lo desea, agregar 1 cucharadita de sal por litro o 1/2 por pinta. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente y crudo	Pintas o Cuartos estadounidenses	10 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Seleccionar, preparar y enlatar carne y carne de ave

### Carne de vaca, cordero, cerdo, ternera y venado

Elegir carne refrigerada de alta calidad. Retirar la grasa excedente. Cortar la carne en tiras, cubos o trozos. Remojar las presas de sabor fuerte durante 1 hora en salmuera preparada con 1 cucharada de sal por litro de agua. Enjuagar. Retirar los huesos grandes. Para obtener un mejor resultado, solo utilizar el método de envasado caliente.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** hervir, o cocinar al vapor o al horno la carne hasta que esté dos tercios cocida. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal por litro. Llenar los recipientes con los trozos y el caldo caliente. Dejar un espacio de 3cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente solamente	Pintas o Cuartos estadounidenses	10 minutos	Ajuste 1	Ajuste 2

#### Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente solamente	Pintas	75 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	90 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Pollo

Elegir pollos frescos, grandes y pelados Si recién se mata al animal, pelar y refrigerar entre 6 y 12 horas antes de enlatar. Retirar la grasa excedente. Cortar el pollo en trozos del tamaño adecuado para enlatarlo. Enlatar con o sin huesos. Para obtener un mejor resultado, solo utilizar el método de envasado caliente.

**Método:** enlatado a presión

**Procedimiento:** hervir, o cocinar al vapor o al horno la carne hasta que esté dos tercios cocida. Si así lo desea, agregar al recipiente 1 cucharadita de sal por litro. Llenar los recipientes con los trozos y el caldo caliente. Dejar un espacio de 3cm en la parte superior. Quitar las burbujas. Limpiar los bordes, centrar las tapas y enroscar los anillos para recipientes. Colocar los recipientes en el centro de la enlatadora y procesarlos siguiendo las recomendaciones a continuación.

## Tiempo de procesamiento recomendado

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente solamente	Pintas	75 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	90 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

## Con huesos:

Configuración de la presión de la enlatadora (PSI) en altitudes de

Estilo de envasado	Tamaño de los recipientes	Tiempo de procesamiento	0-4000 pies (10 PSI)	4000-8000 pies (15 PSI)
Caliente solamente	Pintas	65 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3
	Litro	75 minutos	Ajuste 2	Ajuste 3

# CERTIFICADO DE GARANTÍA

Nombre del comprador: \_\_\_\_\_

Modelo del aparato: \_\_\_\_\_

Marca del aparato: \_\_\_\_\_

Fecha de entrega: \_\_\_\_\_ Nombre de la tienda: \_\_\_\_\_

## CONDICIONES QUE REGULAN LA GARANTÍA

1. Para hacer efectiva la garantía totalmente gratuita, ofrecida en los productos comercializados legalmente por Groupe SEB México, S.A. DE C.V., es indispensable presentar el producto junto con el Certificado de Garantía, debidamente sellado y llenado por la tienda.
2. Groupe SEB México, S.A. DE C.V., garantiza por UN A—O este producto en todas sus partes contra cualquier defecto de fabricación y funcionamiento, a partir de la fecha de compra, incluyendo la reparación o reposición, piezas y mano de obra del producto, para su diagnóstico y reparación sin cargo.
3. Si su aparato llegase a necesitar de nuestro servicio de garantía, le rogamos llamar a nuestros teléfonos de atención a clientes, donde le orientarán e informarán sobre este servicio. Además podrá adquirir partes, componentes, consumibles y los accesorios que usted necesite. O bien puede enviarlo a nuestro Centro de Servicio, siguiendo las siguientes Instrucciones:
  - a) Empaquéte lo con cuidado y proteja su aparato con algún relleno. Asegurelo con cinta canela o cordel. La garantía no ampara daños ocasionados en tránsito.
  - b) Escriba en la parte exterior del paquete, la dirección exacta del centro de servicio. No olvide anotar su nombre y dirección completa a la cual regresará el producto.
  - c) Cuando envíe un aparato a reparación, no incluya partes sueltas o accesorios. La empresa se hace responsable de los gastos de transportación razonablemente erogados que se deriven del cumplimiento de la presente garantía, dentro de nuestra red de servicio.
4. El tiempo de atención de la garantía, en ningún caso será mayor de 30 días, contados a partir de la fecha de recepción en cualquiera de los productos.
5. La garantía perderá validez en los siguientes casos:
  - a) Cuando el producto se hubiese utilizado en condiciones distintas a las normales.
  - b) Cuando el producto no hubiese sido operado de acuerdo con este instructivo de uso.
  - c) Cuando el producto hubiese sido alterado o reparado por personas no autorizadas por el fabricante nacional, importador o comercializador responsable respectivo.

### ATENCION AL CLIENTE

Tel. 52.83.93.87

Del Interior de la Republica:

Lada 800 sin costo:  
01 800 112 83 25

### HOME & COOK Y SERVICIO

Av. San Fernando 649, local 27 A  
Col. Peña Pobre, C.P. 14060  
Del. Tlalpan, Ciudad de México.  
México

**SELLO DE LA TIENDA**

### IMPORTADOR Y COMERCIALIZADOR Groupe SEB México, S.A. de C.V.

Calle Boulevard Miguel de Cervantes Saavedra No.169 Piso 9,  
Col. Ampliación Granada C.P. 11520 Ciudad de México  
R.F.C. GSM8211123P5 TEL. 52 83 93 54

EN	p. 1
FR	p. 44
ES	p. 92