



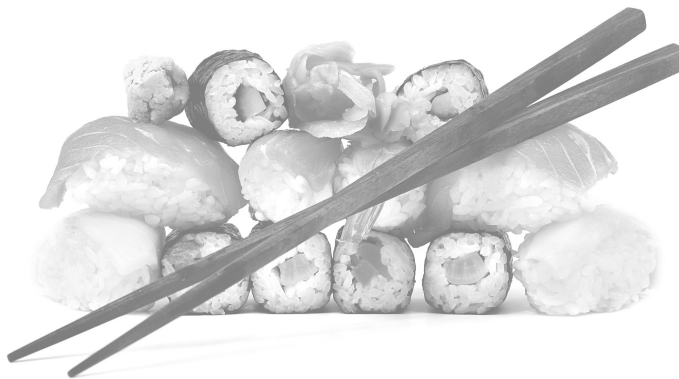
Gebruiksaanwijzing





▲ INHOUDSOPGAVE

- 04 Beschrijving van het apparaat
- 06 Belangrijke veiligheidsvoorschriften
- 10 Voor gebruik
- 11 Risotto bereiding
- 13 Rijst garen
- 16 Kooktabel voor rijst
- 17 Rijstvarianties
- 19 Koken met de functie SLOW COOK (langzaam garen)
- 22 Gaar stomen
- 24 Stoomtabel
- 26 De KEEP WARM stand
- 27 Reiniging en onderhoud
- 28 Opbergen
- 29 Problemen en mogelijke oplossingen
- 29 Technische gegevens
- 30 Verwijdering / SOLIS helpline
- 31 Recepten



▲ **BESCHRIJVING VAN HET APPARAAT**

- A Koepelvormige deksel van gehard glas**
Met stoomuitlaat. Geschikt voor de vaatwasser.
- B Uitneembare kookpan met anti-aanbaklaag**
Voorkomt dat de risotto of rijst aankeekt.
- C Hitte isolerende handvaten**
- D Verwijderbaar netsnoer (zonder afbeelding)**
Om het eten eenvoudig op tafel te serveren of te bewaren.
- E RISOTTO stand**
- F SAUTÉ/SEAR stand om te bakken**
- G RICE/STEAM stand voor het garen van rijst en voor het stomen**
Grote vulcapaciteit van 10 cups, waarin zich na het garen 20 cups gekookte rijst bevinden.
- H SLOW COOK LOW stand**
Hiermee kunt u het eten meerdere uren langzaam laten garen (temperatuur: circa 70°C)
- I SLOW COOK HIGH stand**
Hiermee kunt u het eten ook langzaam laten garen, maar de benodigde tijd is korter dan bij SLOW COOK LOW, omdat de temperatuur met deze stand circa 90°C is.
- J KEEP WARM stand**
Deze stand start automatisch na iedere instelling nadat het gaarproces is beëindigd, behalve bij de SAUTÉ/SEAR stand. De verlichting van deze stand licht op zodra deze gestart wordt.
- K START/CANCEL knop**
Voor het starten en stoppen van het kookproces.
- L RVS stoompan**
Ideaal voor het stomen van groenten, vis en gevogelte.
- M Kunststof rijstlepel en maatbeker**



▲ **BELANGRIJKE VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN**

Lees voor het gebruik van uw SOLIS Multi Chef Pro deze gebruiksaanwijzing aandachtig door, zodat u uw apparaat goed leert kennen en goed kunt bedienen. We raden u aan om deze gebruiksaanwijzing goed te bewaren en bij eventuele overdracht van het apparaat deze ook te overhandigen aan de nieuwe eigenaar.

Voor uw eigen veiligheid, dient u bij het gebruik van elektrische apparatuur de volgende veiligheidsmaatregelen in acht te nemen:

1. Om een stroomstoot te vermijden, mogen noch de multifunctionele koker noch het snoer of de stekker met water of andere vloeistoffen in aanraking komen. Water kan in de behuizing komen en het apparaat beschadigen! Mocht het apparaat, het snoer of de stekker resp. verbindingsstekker met een vloeistof in aanraking komen, trek dan met droge rubberen handschoenen direct de stekker uit het stopcontact.
2. Controleer voor gebruik of de spanning van het apparaat overeenkomt met de netspanning.
3. Doe altijd eerst de verbindingsstekker in de aansluiting op het apparaat, voordat u de stekker in het stopcontact doet. Zet het apparaat daarna pas aan. De aansluiting op het apparaat en de verbindingsstekker moeten volledig droog zijn, voordat u beide aansluit.
4. Gebruik de multifunctionele koker alleen op een stabiele, droge en hittebestendige ondergrond. Ook niet onder bovenkasten, planken of andere stoomgevoelige materialen gebruiken.
5. Laat het snoer niet over de tafelranden hangen om te voorkomen dat het apparaat er vanaf getrokken wordt. Zorg ervoor dat het apparaat zelf niet met hete oppervlakten, zoals kachels of radiatoren in aanraking kan komen. Rol het snoer altijd volledig uit, voordat u de stekker in het stopcontact doet.
6. Houd het apparaat uit de buurt van hete lucht, hete ovens, apparaten die warmte afgeven of andere warmtebronnen. Gebruik het apparaat nooit op een nat of warm oppervlak. Plaats het apparaat niet in de buurt van vocht, hitte of open vuur. Houd het apparaat uit de buurt van bewegende delen of andere apparaten.
7. Til het apparaat niet aan het snoer op en trek niet aan het snoer. Plaats niets op het snoer.
8. Wij raden het af om met dit apparaat met een verlengsnoer te gebruiken. Plaats het apparaat niet direct onder een stopcontact.

9. Haal altijd de stekker uit het stopcontact, als u het apparaat niet gebruikt, het onbeheerd achterlaat of als het schoongemaakt moet worden. We raden het gebruik van een aardlekschakelaar aan, om een extra zekerheid bij het gebruik van elektrische apparatuur te waarborgen. Het is raadzaam om een veiligheidsschakelaar van maximaal 30 mA te gebruiken. Vakkundig advies vindt u bij uw elektricien.
10. Voer geen wijzigingen uit aan het apparaat, het snoer, de stekker of de accessoires.
11. Laat de multifunctionele koker tijdens gebruik nooit onbeheerd achter! Bij onjuist gebruik bestaat letselgevaar!
12. **Wees voorzichtig:** De temperaturen van de onderdelen en oppervlakten van het apparaat kunnen tijdens het koken en nog enige tijd daarna zeer heet zijn.
13. Grijp nooit naar een apparaat dat in het water gevallen is. Haal eerst de stekker uit het stopcontact, voordat u het apparaat uit het water haalt. Neem deze niet weer in gebruik, totdat u het apparaat bij SOLIS of bij een door SOLIS erkend servicepunt op zijn werking en gebruiksveiligheid heeft laten controleren.
14. Plaats het apparaat nooit zo, dat in het in water zou kunnen vallen (bijvoorbeeld in de buurt van een gootsteen).
15. Plaats het apparaat zo, dat er geen direct zonlicht op valt.
16. Stop nooit scherpe of spitse objecten en gereedschap in de openingen van het apparaat. Het apparaat kan beschadigd worden, met (als gevolg) gevaar voor stroomstoten!
17. Schud en verplaats het apparaat niet zolang deze gebruikt wordt.
18. Gebruik het apparaat alleen zoals in deze gebruiksaanwijzing is beschreven. Gebruik alleen de meegeleverde accessoires. Het gebruik van verkeerde accessoires kan tot beschadiging van het apparaat leiden.
19. Het apparaat is alleen geschikt voor gebruik thuis en niet voor commercieel gebruik.
20. Het apparaat is niet geschikt voor buiten gebruik. Gebruik het apparaat niet op vaartuigen of boten.
21. Controleer uw multifunctionele koker voor ieder gebruik.
22. Om een stroomstoot te vermijden, dient u het apparaat niet meer te gebruiken als het snoer of de stekker beschadigd is of als het apparaat andere storingen vertoont, gevallen is of enigszins beschadigd is. Voer nooit zelf reparaties uit, maar geef het apparaat af bij SOLIS of een van de door SOLIS erkende servicepunten, om het te laten controleren, repareren of mechanisch en elektrisch in orde te maken.

23. Personen met beperkte psychische, sensorische of intellectuele capaciteit (ook kinderen) of onwetende en onervaren personen mogen de multifunctionele koker niet gebruiken, tenzij door een bevoegd persoon toezicht wordt gehouden of diegene exact uitlegt hoe het apparaat gebruikt dient te worden.
24. Er moet op worden toegezien, dat kinderen niet met de multifunctionele koker spelen.
25. Controleer of de SOLIS Multi Chef Pro goed is opgebouwd, voordat u deze gebruikt. Hoe u dit precies moet doen, vindt u in deze gebruiksaanwijzing.
26. Bedek nooit de luchtopeningen zolang het apparaat in gebruik is.
27. Zet het apparaat altijd eerst uit met de START/CANCEL knop, voordat u het apparaat verplaatst of uit elkaar haalt. Haal daarna de stekker uit het stopcontact en wacht tot het apparaat volledig is afgekoeld. Dit geldt ook als het apparaat niet wordt gebruikt.
28. Controleer altijd of de binnenkant van het apparaat, de kookplaat en de buitenkant van de binnenpan volledig schoon en droog zijn, voordat u het apparaat gaat gebruiken.
29. Zorg dat het apparaat schoon blijft. Kijk hiervoor naar het hoofdstuk "Reiniging en onderhoud" in deze gebruiksaanwijzing. Alleen de deksel is geschikt voor de vaatwasser. Andere onderdelen mogen niet in de afwasmachine worden gedaan.
30. De deksel van apparaat moet ook als het niet gebruikt wordt alleen voor een korte tijd worden verwijderd.
31. Bewaar nooit explosieve of ontvlambare substanties zoals spuitbussen (deodorant sprays of haarspray, etc.) in de multifunctionele koker.
32. Plaats de deksel van de multifunctionele koker zo dat de stoomuitlaat nooit op u gericht is. Wees altijd voorzichtig als u de deksel optilt of verwijderd, zodat u zich niet aan de hete damp brandt.
33. Gebruik alleen de met dit apparaat meegeleverde en uitneembare kookpan en eventueel aanvullend de stoompan. Plaats nooit een andere pan of kom in de multifunctionele koker.
34. Gebruik de Multi Chef Pro pannen niet als deze zijn beschadigd of zijn ingedeukt. Een vervangende kookpan/binnenpan is verkrijgbaar bij de betere speciaalzaak of direct bij SOLIS.
35. Plaats niets op de deksel als het apparaat opgebouwd is, in gebruik is of opgeborgen is.
36. Raak nooit de warme oppervlakten aan. Raak het apparaat alleen aan de handvaten aan.

37. Gebruik nooit chemische, bijtende, agressieve of schurende schoonmaakmiddelen of schuursponsjes, omdat hierdoor de coating van de pannen en het oppervlak van de behuizing kan beschadigen. Gebruik alleen een zachte doek en een mild schoonmaakmiddel om het apparaat te reinigen.
38. Doe nooit de stekker van het apparaat in het stopcontact en zet het apparaat nooit aan als de binnenpan niet in het apparaat zit.
39. Doe nooit eten of vloeistoffen direct in de behuizing van de multifunctionele koker. Alleen de uitneembare binnenpannen van de Multi Chef Pro en RVS stoompan mogen met het eten in contact komen.
40. Gebruik het apparaat niet, als er geen eten of vloeistoffen in de uitneembare binnenpan zitten.
41. Raak geen hete oppervlakken aan als u de deksel of de binnenpan wilt verwijderen. Gebruik dan altijd ovenwanten of pannenlappen. Til de deksel altijd voorzichtig op, zodat u zich niet brandt.
42. Let op dat het condenswater van de deksel niet in de behuizing van het apparaat loopt, maar alleen in de binnenpan.
43. Laat de Multi Chef Pro niet onbeheerd achter als deze gebruikt wordt.
44. Wees extreem voorzichtig als er heet eten of hete vloeistoffen in het apparaat zitten. Verplaats het apparaat niet tijdens gebruik.
45. Sluit het apparaat alleen af met meegeleverde deksel als deze opgebouwd is, tijdens het koken of als deze opgeborgen is. Leg of plaats niets anders op het apparaat.
46. Gebruik alleen houten of hittebestendige kunststof keukengerei om krassen op de anti-aanbaklaag van de binnenpan te voorkomen.
47. Controleer of de binnenpan op een correcte wijze in het apparaat zit, voordat u met het koken start.
48. Let op dat de glazen deksel altijd correct op het apparaat is geplaatst tijdens het gebruik van de Multi Chef Pro, tenzij er specifiek in het recept wordt aangegeven dat de deksel verwijderd moet worden.
49. De glazen deksel heeft een speciale behandeling gehad, waardoor deze minder snel breekt en duurzamer is dan gewoon glas. Desondanks is het niet onbreekbaar. Als de deksel onder enorme druk komt te staan, dan kan deze breken of er kan een barst ontstaan en dan op een later tijdstip zonder duidelijke reden in kleine stukken breken.
50. Zet het apparaat altijd uit met de START/CANCEL knop, haal de stekker uit het stopcontact en haal de verbindingstekker uit de aansluiting op het apparaat en verwijder het snoer, voordat u met het reinigen begint. Laat dan alle onderde-

len van het apparaat helemaal afkoelen. Het aansluitpunt op het apparaat moet altijd zorgvuldig droog gemaakt worden, voordat u het apparaat opnieuw gaat gebruiken.

51. Houd een minimale afstand van 20 cm tussen het apparaat en de wanden, gordijnen of andere warmte- en stoomgevoelige materialen en objecten aan en zorg ervoor dat de lucht over en om het apparaat kan circuleren.

Belangrijk: Rol het netsnoer voor gebruik volledig uit. Als u het netsnoer in de binnenpan wilt opbergen, dan moet deze eerst volledig zijn afgekoeld.

▲ VOOR GEBRUIK

- Verwijder alle verpakkingsmateriaal en stickers, voordat u uw SOLIS Multi Chef Pro voor het eerst gaat gebruiken. Reinig de kookpan, de RVS stoompan en de glazen deksel met een mild schoonmaakmiddel en warm water en spoel alles zorgvuldig af. Droog alle onderdelen.

▲ RISOTTO BEREIDING

STAP 1: RISOTTO BAKKEN MET DE „SAUTÉ/SEAR“ STAND

1. Controleer of de buitenkant van de kookpan schoon is, voordat u deze in het apparaat plaatst. Hiermee garandeert u een goed contact met de ingebouwde kookplaat.
2. Plaats de verbindingsstekker in de aansluiting op het apparaat. Doe daarna de stekker in een juist stopcontact. De witte verlichting rond de randen van de START/CANCEL knop en de RISOTTO knop gaan branden.
3. Druk nu op de SAUTÉ/SEAR knop. Nu gaat het witte licht rond deze knop branden en niet langer die rond de RISOTTO knop. Druk op de START/CANCEL knop op met het bakken te starten. Het licht rondom de knop licht rood op.
4. Sluit het apparaat met de deksel af en laat het apparaat ca. 2 – 3 minuten opwarmen (de tijd om op te warmen mag in geen geval langer dan 5 minuten zijn!)
5. Doe de olie of de boter in de kookpan en verwarm deze gedurende 1 minuut.
6. Als u kip of visproducten gebruikt, bak ze dan in kleine hoeveelheden, plaats de deksel op het apparaat en roer het geheel tussentijds door. Bak ze totdat ze goed doorbakken zijn. Haal dit daarna weer uit de kookpan.
7. Doe, indien nodig of als dit in het recept zo aangegeven is, weer wat olie of boter in de pan. Ook dit weer 1 minuut verwarmen.
8. Voeg dan de ingrediënten zoals uien en knoflook toe. Indien nodig sluit de deksel, 4 tot 5 minuten fruiten tot het de gewenste kleur heeft gekregen. Tussendoor goed roeren.
9. Voeg nu de risotto rijst toe (arborio of carnaroli risotto) en roer alles door. Bak de rijstkorrels 2 – 3 minuten terwijl u het geheel tussentijds roert.
10. Voeg nu de wijn toe (indien gewenst of als dit in het recept is aangegeven) en zonder deksel doorkoken, totdat de rijst de vloeistof heeft geabsorbeerd en de alcohol verdampt is. Roer tussentijds vaak door.
11. Druk nu op de START/CANCEL knop om de SAUTÉ/SEAR stand weer te stoppen.
12. Ga verder zoals in de volgende stap wordt beschreven.

TWEEDE STAP: DE RISOTTO KOKEN MET DE „RISOTTO“ STAND

- **Verhouding rijst: water of bouillon**
1 Multi Chef Pro maatbeker rijst op 1 1/2 Multi Chef Pro maatbeker water/
bouillon
1. Volg eerst punten 1 tot 11 van stap een zoals hierboven beschreven.
 2. Voeg nu de bouillon of het water toe en roer alles in de kookpan goed door. Plaats de deksel weer op het apparaat en druk op de RISOTTO knop en daarna op de START/CANCEL knop om het kookproces te starten. De verlichting rondom de START/CANCEL kleurt rood en de verlichting rondom de RISOTTO knop wordt wit en het kookproces wordt gestart.
 3. Laat het geheel nu koken totdat het geluidsignaal klinkt dat aangeeft dat de bereiding klaar is. Uw multifunctionele koker schakelt automatisch over naar de KEEP WARM stand. Dit duurt ca. 20 tot 30 minuten.
 4. Verwijder de deksel en roer de risotto goed door met de meegeleverde rijstlepel. Nu kunt u de overige ingrediënten zoals boter, Parmezaanse kaas, kruiden of peper en zout toevoegen.
 5. Uw SOLIS Multi Chef Pro blijft ca. 30 minuten in de KEEP WARM stand. Daarna schakelt hij automatisch uit. Desondanks is het beter om de risotto direct na de bereiding te serveren.

Tip:

- Laat de risotto nog 5 – 10 minuten in de KEEP WARM stand rusten, zodat het geheel de juiste smaak krijgt.
- Voor een optimaal resultaat raden wij aan om de risotto een keer door te roeren na 15 – 20 minuten in de RISOTTO stand.

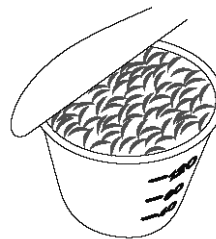
Opmerking:

- Als de SOLIS Multi Chef Pro te snel overschakelt naar de KEEP WARM stand of als het apparaat volledig uitschakelt voordat het kookproces is voltooid, druk dan nog een keer op de gewenste stand en daarna op de START/CANCEL knop. De omranding wordt rood en de gekozen instelling wordt gestart. Dit kan in bepaalde omstandigheden voorkomen als beveiliging van het apparaat tegen oververhitting.



▲ RIJST GAREN

„RICE/STEAM“ STAND (RIJST/STOOM)



1. Meet met de meegeleverde maatbeker voor rijst de juiste hoeveelheid rijst af. (zie kooktabel op pagina 16). De maatbeker moet altijd tot de rand vol zijn, niet eroverheen (zie afbeelding).
 - **Opmerking:** de rijstmaatbeker van de SOLIS Multi Chef Pro komt niet overeen met een standaard maatbeker. Een Multi Chef Pro maatbeker komt overeen met 150 g ongekookte rijst of 180 ml water. Mocht u de maatbeker kwijtraken, dan kunt u ook een andere maatbeker gebruiken, maar houdt daarbij dan wel bovengenoemde hoeveelheden aan en overschrijd in de kookpan nooit de maximum markering van 10 maatbekers.
 - **Verhouding rijst : water**
Witte rijst =
 1 Multi Chef Pro maatbeker rijst op 1 Multi Chef maatbeker water
Volkoren rijst =
 1 Multi Chef Pro maatbeker rijst op 1 ½ Multi Chef maatbeker water
2. Doe de afgemeten hoeveelheid rijst in een zeef en was de rijst met koud water om het laagje zetmeel te verwijderen. De rijst kan bereidt worden, zodra het water helder is. Goed laten uitlekken.
3. Controleer of de kookpan aan de buitenkant, aan de onderkant en aan zijkan-ten schoon is, voordat u deze in het apparaat plaatst – hiermee wordt een goed contact met de hierin aanwezige kookplaat gegarandeerd.

VOORZICHTIG:



1. Voordat u het kookproces start moet u altijd eerst de bodem van de kookpan en het oppervlak van de kookplaat schoonmaken.



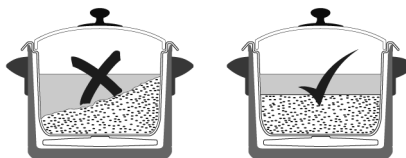
2. Draai het apparaat iets naar links en rechts, om er zeker van te zijn dat de kookpan recht op de kookplaat staat.



3. De kookpan moet het hele oppervlak van de multifunctionele koker vullen, anders start het apparaat niet of kan het beschadigen.

Kook alleen in de uitneembare kookpan om het risico van een stroomstoot te verminderen. Dompel het apparaat nooit onder in water.

4. Doe de gewassen rijst in de kookpan. De rijst moet gelijkmatig over de bodem van de kookpan worden verdeeld en niet allemaal aan een kant liggen.



5. Voeg het water toe met de meegeleverde maatbeker. De verhouding moet zijn:

Witte rijst =

1 Multi Chef Pro maatbeker rijst op 1 Multi Chef maatbeker water

Volkoren rijst =

1 Multi Chef Pro maatbeker rijst op 1 ½ Multi Chef maatbeker water

6. Plaats de glazen deksel op het apparaat.
7. Doe de verbindingsstekker in het aansluitpunt. Stop dan de stekker in een juist stopcontact. De randen rondom de knoppen START/ CANCEL en RISOTTO lichten wit op.
8. Druk op de RICE/STEAM knop en druk dan op de START/CANCEL knop op deze instelling te starten. De rand rondom de START/CANCEL knop wordt rood, die van RICE/STEAM wordt wit en het kookproces start.
9. U hoort een geluidsignaal zodra het kookproces is voltooid en de SOLIS Multi Chef Pro schakelt automatisch over naar de KEEP WARM modus.
10. Open voorzichtig de deksel en roer de rijst door met de meegeleverde rijstlepel. Plaats de deksel weer op het apparaat en laat de rijst nog 10 – 15 minuten in de KEEP WARM stand rusten, voordat u deze serveert. Hierdoor wordt het eventueel overgebleven vocht door de rijst opgenomen en wordt deze luchtiger.

Opmerking:

- Als het RICE/STEAM proces is afgerond dan schakelt het apparaat automatisch voor 5 uur over op de KEEP WARM stand.
- Als de rijst klaar is, verwijder dan eerst de deksel (d.w.z. zodra u het geluidsignaal hoort). Uitzondering: als u de rijst een keer roert, als het kookproces in beëindigd of als dit in het recept specifiek anders aangegeven staat.
- Om de KEEP WARM stand te stoppen moet u op de START/CANCEL knop drukken of de stekker uit het stopcontact halen.

Belangrijk:

- Voeg altijd de vloeistof aan de kookpan toe, voordat u op de START/CANCEL knop drukt.
- Druk tijdens gebruik niet op de functieknoppen om het kookproces niet te verstoren.
- Gebruik alleen keukengerei van hout of van hittebestendige kunststof om de anti-aanbaklaag van de kookpan niet te beschadigen.
- Controleer altijd of de kookpan goed, d.w.z. recht in het apparaat, geplaatst is, voordat u het kookproces start.

Waarschuwing:

- Controleer altijd of het apparaat inderdaad uitgeschakeld is en de stekker uit het stopcontact is gehaald, voordat u de kookpan uit het apparaat haalt.
- Gebruik alleen ovenwanten of pannenlappen als u de deksel verwijderd of als u de kookpan uit het apparaat haalt.
- Plaats de stoomuitlaat op de deksel altijd zo dat het niet richting uzelf wijst om te voorkomen dat u zich aan de uittredende stoom brandt.
- Til de deksel altijd voorzichtig op en zorg dat de openingshoek niet richting uzelf gepositioneerd is, om te voorkomen dat u zich aan de uittreden stoom brandt.
- Om een stroomstoot te vermijden, kunt u het apparaat het beste in een geaard stopcontact stoppen.
- Gebruik het apparaat alleen samen met de meegeleverde, uitneembare kookpan.
- Gebruik de kookpan niet meer als deze beschadigd of gedeukt is. Een nieuwe Multi Chef Pro kookpan van SOLIS is verkrijgbaar bij de betere speciaalzaak of direct bij SOLIS.

▲ KOOKTABEL VOOR RIJST

- Voor de volgende gegevens wordt de Multi Chef Pro maatbeker gebruikt.
- Opmerking:** de rijstmaatbeker van de SOLIS Multi Chef Pro komt niet overeen met een standaard maatbeker. Een Multi Chef Pro maatbeker komt overeen met 150 g ongekookte rijst of 180 ml water. Mocht u uw maatbeker kwijtraken, dan kunt u ook een andere maatbeker gebruiken, maar houdt daarbij dan wel bovengenoemde hoeveelheden aan en overschrijd in de kookpan nooit de maximum markering van 10 maatbekers.

- Verhouding rijst : water**

witte rijst =

1 Multi Chef Pro maatbeker rijst : 1 Multi Chef Pro maatbeker water

Volkoren rijst =

1 Multi Chef Pro maatbeker rijst : 1 ½ Multi Chef Pro maatbeker water

WITTE RIJST

Ongekookte witte rijst*	Koud leidingwater*	Gekookte rijst, ca. *	Kooktijd ca. (in minuten)
2	2	5	10 – 12
4	4	9	12 – 15
6	6	15	15 – 20
8	8	16	20 – 25
10	10	27	25 – 30

VOLKOREN RIJST/ARBORIO OF CARNAROLI RISOTTO RIJST

Ongekookte volkoren rijst*	Koud leidingwater*	Gekookte rijst, ca. *	Kooktijd ca. (in minuten)
2	3	5	25 – 30
4	6	10	30 – 40
6	9	15	40 – 45

* met de Multi Chef Pro maatbeker afgemeten

- Opmerking:** Omdat volkoren rijst meer water nodig heeft om goed te kunnen koken, kunnen er tijdens het kookproces bellen van zetmeel onder de deksel ontstaan.

▲ RIJST VARIATIES

- U kunt tussen vele verschillende rijstsoorten kiezen en deze ook anders bereiden. Wij geven u graag een overzicht.

HARTIGE RIJST

- Bereid de rijst in de Multi Chef Pro zoals beschreven staat. Gebruik in plaats van water dezelfde hoeveelheid kippen-, rundvlees-, of groentebouillon of visbouillon.

ZOET RIJST

- Bereid de rijst in de Multi Chef Pro zoals staat beschreven. Vervang de helft van de aangegeven hoeveelheid water met appel-, sinaasappel- of ananassap.
Let op: Wij raden het af om rijstepudding in de Multi Chef Pro te bereiden, omdat dit aan de bodem van de kookpan kan aanbranden.

SAFFRAANRIJST

- Voeg 1/4 theelepel saffraanpoeder of 2 saffraandraadjes aan de rijst toe per twee cups water. Volg de hoeveelheden die voor witte rijst in de tabel worden aangegeven. Roer de rijst goed door.

ARBORIO OF CARNAROLI RIJST VOOR RISOTTO

- Arborio of carnaroli rijst komt uit Italië en is een glanzende ronde rijstkorrel die zeer geschikt is voor het bereiden van risotto. Houdt voor de bereiding van de risottorijst de hoeveelheden aan zoals deze aangegeven worden voor volkoren rijst in de rijsttabel.

JASMIJNRIJST

- Jasminrijst is een geurende lange rijstkorrel. Houd hiervoor de tabel voor witte rijst aan.

BASMATI RIJST

- Basmati rijst is aromatische lange rijstkorrel. Houd hiervoor de tabel voor witte rijst aan.

WILDE RIJST

- Het wordt afgeraden om alleen wilde rijst in de Multi Chef Pro te koken, omdat hiervoor een bijzonder grote hoeveelheid water nodig is. Desalniettemin kan het goed met witte of volkoren rijst vermengt worden.

Tip:

- Om de rijst minder plakkerig te maken, voegt u iets meer water toe aan de kookpan. Als u juist een plakkerige rijst wilt, dan voegt u wat minder water toe.
- Sommige rijstsoorten moeten met meer water gekookt worden, zoals wilde rijst, arborio rijst of rondkorrelige rijst. Volg alstublieft de aanwijzingen op de individuele rijstverpakking of gebruik de tabel voor de volkoren rijst.

QUINOA

- Quinoa is een Zuid-Amerikaanse rijstsoort die rijk is aan proteïnen en die een luchtige, romige en korrelige textuur heeft. Gebruik de tabel voor volkoren rijst.

SUSHI RIJST

- Sushi rijst is een kleikorrelige rijst die veel in de Japanse keuken gebruikt wordt. Gebruik hiervoor de tabel voor volkoren rijst.

▲ **KOKEN MET DE FUNCTIE SLOW COOK (LANGZAAM GAREN)**

- Met u SOLIS Multi Chef Pro multifunctionele koker kunt u niet alleen perfecte rijst of risotto bereiden, maar ook de gezonde SLOW COOK functie gebruiken. SLOW COOK betekent dat het eten op lage temperatuur over een lange bereid wordt.
- Uw Multi Chef Pro heeft twee SLOW COOK standen om uit te kiezen: LOW (langzaam) en HIGH (iets sneller). Let op dat u de aanbevolen gaartijden en temperaturen aanhoudt en probeer de recepten aan het eind van deze gebruiksaanwijzing. De maaltijden kunnen uitstekend voorbereid worden en de kooktijd kan zo worden ingesteld dat uw gerecht precies op de juiste tijd klaar is.
- Als vuistregel voor goed gegaarde vlees- en groentegerechten geldt:

Kooktijden: in de LOW stand: 6 – 7 uur
in de HIGH stand: 3 – 4 uur

- U kunt ook uw lievelingsgerechten in de SLOW COOK stand bereiden. Laat gewoon de helft van de vloeistof weg en verhoog de kooktijd.
- **Opmerking:** De exacte kook- of gaartijden kunnen afhankelijk van de ingrediënten en hoeveelheden variëren. Net zo bepalend voor de kooktijd is of de ingrediënten gebakken moeten worden of niet.
- U kunt ervan uitgaan dat bijvoorbeeld de beste bereidingstijd van kip of kleine stukken vlees 3 tot 4 uur is.
- Grotere stukken vlees zoals lam moeten daarentegen 6 tot 7 uur gekookt worden.
- Als u voor de SLOW COOK functie de SAUTÉ/SEAR functie heeft gebruikt, verkort dan de kooktijd iets. Controleer tijdens de bereiding of het gerecht al klaar is.
- De SOLIS Multi Chef Pro is speciaal ontwikkeld om verschillende smaken met elkaar te combineren. Deze techniek is door professionele koks ontwikkeld om het aroma te intensiveren. Hiervoor wordt de pan waarin de uien worden gefruit later ook het vlees gebakken of de stoofpot, het curry gerecht, de soep of vlees-sauzen bereid.
- Dit is ook de reden waarom SOLIS een multifunctionele koker heeft ontwikkeld die niet alleen kan garen, maar die dankzij de SAUTÉ/SEAR functie ook kan bakken, zodat groenten gekarameliseerd kan worden en vlees kan worden gebakken, voordat er met de SLOW COOK functie begonnen wordt.

STAP 1 VAN „SLOW COOK“: BAKKEN MET DE „SAUTÉ/SEAR“ STAND

- Bakken in de multifunctionele koker betekent weliswaar dat het wat extra tijd kost terwijl het niet noodzakelijk is, maar het maakt de smaak van de gerechten aan het einde wel veel beter. De kookpan houdt de warmte overal constant, zodat het vlees mooi gebruid kan worden en krijgt deze een mooi korstje. Ook blijven de sappen in het vlees wat het aroma intensiveert en het vlees malser maakt.
1. Controleer of de buitenwand van de kookpan schoon is, voordat u deze in het apparaat plaatst.
 2. Doe de verbindingsstekker in het aansluitpunt op het apparaat. Doe daarna de stekker in een juist stopcontact. De randen rondom de knoppen START/CANCEL en RISOTTO lichten wit op.
 3. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop. Nu licht de rand rondom deze knop wit op en dooft het licht rondom de RISOTTO knop. Druk dan op de START/CANCEL knop om deze stand te activeren. De randen rondom de knop lichten nu rood op.
 4. Plaats de deksel op het apparaat en laat deze gedurende 2 – 3 minuten voorverwarmen (het verwarmen mag niet langer dan 5 minuten duren!)
 5. Voeg de olie of de boter toe en laat dit in ca. 1 minuut warm worden met de deksel gesloten.
 6. Bak het vlees en gevogelte altijd in kleine porties. Plaats de deksel op het apparaat en bak het vlees tot alle kanten geheel gebruid zijn en roer het tussendoor goed door. Haal het vlees daarna uit de kookpan. Zodra u met het bakken klaar bent, gaat u verder met de bereiding zoals in het volgende hoofdstuk „Het instellen van de SLOW COOK functie“ staat beschreven. Om de SAUTÉ/SEAR stand weer uit te zetten drukt u aan het einde altijd op de START/CANCEL knop.

STAP 2: HET INSTELLEN VAN DE SLOW COOK FUNCTIE – KIES TUSSEN LOW EN HIGH

1. Doe alle ingrediënten in de kookpan. Vaste of grotere stukken eten moeten op de bodem gelijkmatig worden verdeeld en moeten zich niet aan een kant ophopen. De hoeveelheid vloeistof moet tussen de MIN en MAX markering in de kookpan liggen.
2. Plaats de glazen deksel op het apparaat.
3. Druk op de SLOW COOK LOW of de SLOW COOK HIGH knop en druk daarna op de START/CANCEL knop om het kookproces te starten. De randen rondom de knoppen lichten rood op. SLOW COOK licht wit op en het kookproces begint.

4. Laat het apparaat zolang in deze stand staat, totdat het geluidsignaal aangeeft dat de bereiding klaar is. Het apparaat schakelt automatisch over naar de KEEP WARM stand.
5. De Multi Chef Pro blijft nu 5 uur in de KEEP WARM stand staan en schakelt daarna uit.
- De volgende tips zullen u helpen om het „Slow Cook“ proces te vereenvoudigen, zodat u met de SOLIS Multi Chef Pro heel eenvoudig perfecte resultaten kunt bereiken. De recepten vindt u aansluitend in deze gebruiksaanwijzing.

TIPS VOOR DE BEREIDING VAN VLEES EN GEVOGELTE

- Kies in de winkel altijd een vers stuk vlees uit. Snijd al het zichtbare vet weg. Koop als dat mogelijk is alleen kippenvlees zonder vel, omdat anders de hoeveelheid vloeistof tijdens het „Slow Cook“ proces kan toenemen door het gesmolten vet.
- Voor stoofschotels en eenpansgerechten snijdt u het vlees in stukjes van ca. 4 – 5 cm grootte. Voor stoofschotels kunt u ook minder mals vlees gebruiken. De botten kunt u aan het vlees laten zitten. Het gerecht krijgt hierdoor meer smaak en het vlees wordt malser.

VLEES DAT GESCHIKT IS VOOR „SLOW COOKING“

- **Rundvlees:** Riblappen, lendenbiefstuk, runderlappen, runderschenkel (bijv. voor osso bucco), karbonades, sukadelappen, runderhaas
- **Lamsvlees:** Lamsbout, lamsschenkel, lamskoteletten, lendenkarbonades of lamsbout
- **Kalfvlees:** Schouder of rib, karbonade, kalfsschenkel (bijv. voor osso bucco)
- **Varkensvlees:** Varkenspoten, delen uit buik of schouder (bijv. speklapjes, spakenspek of rugspek), karbonade zonder bot
- **Kippenvlees:** kipstukken met bot, kipfilet of kippenpoten

TIPS VOOR DE BEREIDING VAN GROENTEN

- Groenten moeten in stukken van gelijke grootte worden gesneden, zodat ze gelijkmatig garen. Bevroren groenten moeten eerst volledig ontdooid zijn, voordat u ze gaat koken of aan de kookpan toevoegt.

▲ GAAR STOMEN

- Gestoomde gerechten behouden de meeste voedingsstoffen en vitamines als ze met de Multi Chef Pro klaargemaakt worden. Om het eten te stomen plaatst u deze in de RVS stoompan. In de kookpan doet u het bouillon of het water en sluit het apparaat met de glazendecksel af. Laat de deksel gedurende het gehele kookproces op het apparaat zitten, tenzij specifiek iets anders in het recept wordt aangegeven. Als u de deksel onnodig verwijderd, dan verdwijnt de stoom en wordt de kooktijd verlengd.
- 1. Doe 3 Multi Chef Pro maatbekers met water of bouillon (of iets meer) in de kookpan. U kunt tot 6 maatbekers water of bouillon gebruiken.
- 2. Plaats het eten dat u wilt stomen direct in de stoompan en plaats deze in de kookpan.
- 3. Plaats de kookpan met daarin de stoompan in het apparaat en sluit deze met de glazen deksel af. **Let op:** Doe nooit teveel eten in de stoompan en zorg ervoor dat de deksel altijd nog goed kan sluiten.
- 4. Doe de verbindingsstekker in de aansluiting op het apparaat. Doe daarna de stekker in een juist stopcontact. De randen rondom de knoppen START/ CANCEL en RISOTTO lichten wit op.
- 5. Druk op de RICE/STEAM knop. De verlichting rondom de randen van deze knop lichten wit op. De verlichting rondom de RISOTTO knop gaat uit. Druk dan op de START/CANCEL knop om deze instelling te activeren, de verlichting rondom de knop wordt rood en het stomen begint.
- 6. Als het stomen klaar is, dan klink er een geluidssignaal en het apparaat schakelt automatisch over naar de KEEP WARM stand.
- 7. Als de groenten gaar zijn, druk dan op de START/CANCEL knop om het kookproces te beëindigen. Haal dan de stekker uit het stopcontact en laat het apparaat afkoelen.

Opmerking:

- Laat de deksel gedurende het gehele kookproces op het apparaat zitten, tenzij specifiek iets anders in het recept wordt aangegeven. Als u de deksel onnodig verwijderd, dan verdwijnt de stoom en wordt de kooktijd verlengd.
- Tijdens het stomen moet er altijd water in de kookpan zitten.
- Indien nodig kan tijdens het stomen extra hete vloeistof toegevoegd worden.

TIPS VOOR HET STOMEN VAN GROENTEN

- Kleine stukjes worden sneller gaar dan grote stukken.
- Alle groenten moeten in even grote stukken gesneden worden, zodat ze gelijkmatig gaar worden.
- Zowel verse als ook bevroren groenten kunnen gestoomd worden.
- Als u bevroren groenten wilt stomen, dan hoeven deze niet eerst ontdooid te worden.
- De grote en consistentie van de groenten en ook uw persoonlijke smaak bepalen hoe lang de kooktijd moet zijn. Wilt u hele zachte groenten, dan moet u de kooktijd verhogen.
- De vloeistof mag nooit zo hoog staan dat het met de stoompan in aanraking komt. Anders kan er niet goed worden gestoomd. Hetzelfde geldt als de deksel niet goed op de kookpan wordt geplaatst.

Waarschuwing:

- Wees altijd voorzichtig met het optillen van de deksel en zorg ervoor dat u zich niet aan de uittredende stoom verbrandt.

GAARTABEL VOOR GROENTEN

Groente	Suggesties en tips	Hoeveelheid	Kooktijd (min.)
Artisjokken	Verwijder de harde buitenkant en stengel	2 middelgrote	30 – 35
Asperges	Schillen, onderkant verwijderen, heel laten	2 bosjes	12 – 14
Bonen	Doppen, heel laten	250g	13 – 15
Bieten	Einde afsnijden, niet schillen	300g	12 – 13
Paprika	In reepjes snijden, kern en zaden verwijderen	3 middelgrote	14 – 16
Broccoli	In roosjes delen	250g	8 – 10
Spruitjes	Snijd een kruisje in de stonk	375g	17 – 19
Kool	Verdeel in grote stukken	500g	10 – 12
Wortelen	In plakken of schijven snijden	3 middelgroot	14 – 16
Selderij	In schijven snijden	3 stronken	5 – 6
Kikkererwten	12 uur in water laten weken	1 cup gedroogde kikkererwten	40 – 45
Maïs	Stoom hele maïskolven	2 kleine kolven	20 – 22
Paddenstoelen	In zijn geheel en ongewassen stomen	300g	8 – 10
Uien	Schillen en als geheel stomen	6 middelgrote	20 – 25
Peulen	Verkleinen	250g	4 – 5
Erwten	Schillen indien vers bereiden	250g	8 – 10
	Bevroren	250g	4 – 5
Aardappel	In zijn geheel stomen	4 (150 – 180g)	35 – 40
Nieuwe aardappel	In zijn geheel stomen	6 (125g per stuk)	25 – 30
Zoete aardappel	In stukken snijden	300g	20 – 25
Pompoen	In stukken snijden	300g	20 – 25
Spinazie	Bladeren en stengels wassen	1/2 bosjes	5
Baby pompen	Topjes verwijderen en verkleinen	350g	8
Koolraap	Schillen en in stukken snijden van ca. 50 g	350g	15 – 17
Courgette	Schillen	350g	6

TIPS VOOR HET STOMEN VAN VIS EN ZEEVRUCHTEN

- Kruid de vis voor de bereiding met verse kruiden, uien, citroen, etc.
- Visfilets dienen naast elkaar en niet bovenop elkaar te worden geplaatst
- De vis is gaar als het makkelijk uit elkaar valt en melkachtige, niet doorzichtige kleur krijgt.

Type	Suggesties en tips	Kooktijd (min.)
Visfilet, hele vis, stukken vis	Stomen tot de vis niet meer doorzichtig is en makkelijk uit elkaar valt. Visstukken zijn gaar als het visvlees makkelijk van de graat afkomt.	8 – 10 15 – 20 12 – 14
Kreeft en kreeftstaart	Verwijde de onderzijde van de schaal	18 – 20
Mosselen in de schelp	Stomen tot de schelpen open zijn	12 – 14
Venusschelpen	Stomen tot de schelpen open zijn	8 – 10
Garnalen met schaal	Stomen tot ze roze zijn	8 – 10
Jakobsschelpen	Stomen tot ze niet meer doorzichtig zijn	4 – 6

TIPS VOOR HET STOMEN VAN GEVOGELTE

- Gebruik stukken die allemaal ongeveer even groot zijn.
- Leg de stukken gevogelte naast en niet bovenop elkaar.
- Verwijder het zichtbare vet en het vel.
- Om te zorgen dat het gevogelte knapperig en bruin wordt, moet u voor het stomen eerst het gevogelte bakken op de SAUTÉ/SEAR stand
- Controleer of het gevogelte gaar is, door op het dikste gedeelte te drukken. Is het vocht dat uit het gevogelte komt helemaal helder, dan is het klaar.

Type	Suggesties en tips	Kooktijd (min.)
Borstfilet	Stomen met de kant van het vel naar boven	20 – 25
Kippenpoot	Plaats het dikste deel aan de buitenrand van de stoompan	30 – 35
Dijfilet	Plaats het dikste deel aan de buitenrand van de stoompan	18 – 20

TIPS VOOR HET STOMEN VAN KNOEDEL (BAL VAN DEEG)

- Verse of bevroren knoedels kunnen heel goed in uw SOLIS Multi Chef Pro gestoomd worden. Wij raden aan om wat bakpapier of koolbladeren op de stoompan te leggen en daarop de knoedels een voor een te stomen, zodat ze niet aan de stoompan vastkleven.
- Bevroren knoedels worden gaar in ca. 8 – 10 minuten. Verse knoedels worden gaar in ca. 5 – 6 Minuten.

▲ DE KEEP WARM STAND

- Uw SOLIS Multi Chef Pro schakelt automatisch over naar de KEEP WARM functie (warmhoud functie), zodra het kookproces van de functies RICE/STEAM, RISOTTO of SLOW COOK beëindigd is. De KEEP WARM stand blijft bij RICE en SLOW COOK tot 5 uur geactiveerd en bij RISOTTO 30 minuten.
- Om de KEEP WARM stand uit te zetten kunt u of op de START/CANCEL knop drukken of de stekker uit het stopcontact halen.

▲ REINIGING EN ONDERHOUD

- Zet het apparaat uit met de START/CANCEL knop en haal de stekker uit het stop-contact. Haal de netsnoer uit het apparaat.
- Wacht tot alle onderdelen zijn afgekoeld, voordat u de kookpan verwijderd. Maak de kookpan, de stoompan en de glazen deksel schoon in warm afwaswater, spoel en droog alles zorgvuldig af.
- SOLIS raadt het af om onderdelen van de Multi Chef Pro in de vaatwasser te doen (alleen de deksel kan in de vaatwasser), omdat zowel de vaatwas tabletten die te agressief zijn als ook de hete watertemperatuur het oppervlak van de kookpan of de andere onderdelen kan vervormen of beschadigen.
- Gebruik voor het reinigen van de onderdelen en het apparaat zelf geen agressieve of bijtende schoonmaakmiddelen of schuursponsjes, omdat deze het oppervlak kunnen beschadigen.
- Het apparaat zelf mag alleen met een vochtige doek afgeveegd worden en aansluitend worden afgedroogd. Gebruik geen alkalische schoonmaakmiddelen, maar alleen een zachte doek met een mild schoonmaakmiddel.

Opmerking:

- Mocht er rijst aan de bodem zijn vastgekoekt, vul de kookpan dan met heet water en voeg een beetje mild afwasmiddel toe. Laat de kookpan zo 10 minuten staan. Daarna kunt u het voorzichtig schoonmaken.

Waarschuwing:

- De verbindingstekker moet uit het aansluitpunt op het apparaat verwijderd worden, voordat u de Multi Chef Pro gaat schoonmaken. Het aansluitpunt op het apparaat moet te allen tijde volledig droog zijn, voordat u het apparaat opnieuw gaat gebruiken.
- Gebruik geen alkalische schoonmaakmiddelen om te voorkomen dat het oppervlak van het apparaat of de overige onderdelen beschadigd. Gebruik alleen een zachte doek en wat mild afwasmiddel.
- Gebruik nooit chemische middelen, metalen sponsjes, staalwol of schuurmiddelen om het apparaat of de onderdelen te reinigen, omdat dit het oppervlak kan beschadigen.
- Dompel het apparaat of het snoer nooit onder in water of andere vloeistoffen, omdat hierdoor stroomstoten kunnen ontstaan.

▲ **OPBERGEN**

1. Controleer of het apparaat uit staat en of de stekker uit het stopcontact is gehaald.
2. Controleer of de behuizing en alle onderdelen volledig afgekoeld, schoon en droog zijn.
3. Leg alle onderdelen in het apparaat en plaats de deksel op het apparaat.
4. Berg het apparaat rechtopstaand op een droge, donkere plek op, bij voorkeur in de originele verpakking. Plaats niet op het apparaat.

▲ PROBLEMEN EN MOGELIJKE OPLOSSINGEN

PROBLEEM	OPLOSSING
De Multi Chef Pro gaat plotseling uit.	- Controleer of de verbindingsstekker wel goed in het aansluitpunt op het apparaat zit en of de stekker wel goed in het stopcontact zit. - Het apparaat is te zwaar belast of is oververhit geraakt. Druk op de knop van de gewenste stand en daarna op de START/CANCEL knop om het apparaat te resetten. Ga dan verder met het kookproces. Wacht een paar minuten totdat het apparaat zich opnieuw opgewarmd heeft en met het kookproces verder kan.
De Multi Chef Pro schakelt over naar de KEEP WARM stand terwijl het kookproces nog niet klaar is.	Druk op de START/CANCEL knop om het apparaat te resetten. Kies dan nog een keer de gewenste stand om het kookproces te vervolgen.

▲ TECHNISCHE GEGEVENS

Modelnr.	BRC600, Type 822
Productbeschrijving	Multifunctionele koker
Spanning/Frequentie	220-240V ~ / 50Hz
Vermogen	640-760 Watt
Afmetingen	ca. 31,5 x 27 x 29 cm (b x h x d)
Gewicht	ca. 3 kg

▲ VERWIJDERING



EU 2002/96/EC

Aanwijzingen voor het verwijderen van het product volgens EU-richtlijn 2002/96/EC

Doe het toestel na afdanking niet bij het normale huisvuil, maar lever het in op een plaatselijk afvalinzamelpunt of bij een leverancier die ervoor zorgt dat het toestel op de juiste manier wordt verwerkt. Door de gescheiden inzameling van elektrische en elektronische apparaten worden mogelijke negatieve gevolgen voor het milieu en de gezondheid voorkomen en is het mogelijk dat de componenten worden hergebruikt resp. gerecycled, waardoor er veel energie en grondstoffen worden bespaard. Om de verplichting om het toestel volgens de voorschriften te verwijderen, duidelijk onder de aandacht te brengen, is hiernaast het symbool van een doorgekruiste afvalbak afgebeeld.

SOLIS behoudt zich te allen tijde het recht voor van technische en optische wijzigingen en modificaties ter verbetering van haar producten.



SOLIS HELPLINE:

044 874 64 14

(Alleen voor klanten in Zwitserland)

Dit apparaat heeft een zeer lange levensduur en is erg betrouwbaar. Komt het toch voor dat er een storing optreedt kunt u ons zonder meer bellen. Vaak is het probleem met een tip of met een trucje op te heffen, zonder dat u ons het apparaat hoeft te sturen. Wij adviseren u graag.

Bewaar de originele verpakking van dit product goed, zodat u deze voor een eventueel transport of verzending van het product gebruiken kan.

SOLIS AG

Solis-House • Glattbrugg-Zürich, Zwitserland
Telefoon +41 44 874 64 54 • Fax +41 44 874 64 99
info@solis.ch • www.solis.ch • www.solis.com

Recepten

Opmerking: Een cup in deze recepten komt overeen met 250 ml.

Als u de bak functie SAUTÉ/SEAR gebruikt en dan wilt wisselen naar de instelling RISOTTO of SLOW COOK, dan moet u altijd eerst de SAUTÉ/SEAR functie uitzetten met behulp van de START/CANCEL knop. Dan kiest u de nieuwe instelling en drukt u nogmaals op START/CANCEL om de functie te starten.

Let op als u iets uit de kook- en stoompan wilt halen. Zowel de kook- als de stoompan en ook het apparaat kunnen tijdens het gebruik heet worden.

SOLIS wenst u veel succes!



RECEPTEN

ROMIGE TOMATEN-LINZEN SOEP

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

1 eetlepel olijfolie

1 grote, rode ui, in schijven gesneden

2 teentjes knoflook, geperst

1 kleine rode chilipeper, zonder zaden en fijn gehakt

2 eetlepels tomatenpuree

3 cups fijngeprakte tomaten

4 cups kippenbouillon

2 theelepels bruine suiker

3/4 cup rode linzen

1 cup Griekse yoghurt

zout en vers gemalen peper

2 eetlepels fijngehakte koriander

- **Bereiding**

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, voeg de olie toe en verwarm deze 1 minuut.
3. Voeg de ui, de knoflook en de chili toe. Sluit de deksel weer en laat het 3 – 4 minuten fruiten. Roer het regelmatig, totdat de stukjes ui zacht zijn.
4. Voeg de tomatenpuree toe en laat het een minuut doorkoken. Dan de geprakte tomaten, de bouillon, de suiker en de linzen toevoegen. Sluit de deksel weer.
5. Druk op de SLOW COOK HIGH knop en laat de soep 3 – 4 uur doorkoken of druk op de SLOW COOK LOW knop en laat alles 6 – 7 uur doorkoken. Activeer het kookproces door de START/CANCEL knop in te drukken.
6. Roer voor het serveren de yoghurt erdoor en breng het op smaak met zout en peper. Garneer de soep met de fijngehakte koriander.

RECEPTEN

KIP MET ROZEMARIJN, CITROEN EN KNOFLOOK

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

1 eetlepel olijfolie

2 kg kipstukken, zonder vel

1 ui, gehakt

3 teentjes knoflook, in schijven gesneden

1 theelepel vers geraspte citroenschil

1 theelepel fijngehakte, zwarte peper

1 eetlepel verse fijngehakte rozemarijn

1/2 cup witte wijn

1/2 cup kippenbouillon

2 eetlepels citroensap

zout en vers gemalen zwarte peper

- **Bereiding**

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, voeg de olie toe en verwarm deze 1 minuut.
3. Voeg de kipstukken in kleine hoeveelheden toe en bak ze tot ze licht gebruind zijn. Haal ze er dan weer uit en leg ze aan de kant.
4. Voeg de ui, de knoflook, de citroenschil, de peper en de rozemarijn toe. Sluit de deksel weer en laat het fruiten. Roer regelmatig, totdat de stukjes ui zacht zijn.
5. Voeg de wijn toe en kook gedurende 2 – 3 minuten, totdat de alcohol verdampt is. Dan de bouillon en de citroensap toevoegen, de kipstukjes weer toevoegen en het geheel goed roeren.
6. Sluit de deksel weer en druk op de SLOW COOK HIGH knop en laat het eten gedurende 3 – 4 uur doorkoken. Activeer het kookproces door de START/CANCEL knop in te drukken.
7. Breng het voor het serveren met peper en zout op smaak en serveer het heet. Als bijgerecht raden wij gebakken aardappels, pompoen of gestoomde sperziebonen aan.

RECEPTEN

KIPSTOFPOT „CACCIATORE“

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

1 eetlepel olijfolie

2 kg kipstukken, zonder vel

1 middelgroot ui, in plakken gesneden

2 teentjes knoflook, geperst

1 cup fijngeprakte tomaten

1/2 cup ontpitte Kalamata olijven

1/4 cup witte wijn

1/2 cup kippenbouillon

200g champignons, gehalveerd

2 theelepels verse rozemarijn, gehakt

2 theelepels suiker

zout en versgemalen zwarte peper

1/4 cup basilicum, gehakt

- **Bereiding**

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, voeg de olie toe en verwarm deze 1 minuut.
3. Voeg de kipstukken in kleine hoeveelheden toe en bak ze tot ze licht gebruind zijn. Haal ze er dan weer uit en leg ze aan de kant. Verwijder alle overtollige olie uit de kookpan en verwarm deze gedurende een minuut.
4. Voeg de ui en de knoflook toe en laat dit 3 – 4 minuten fruiten. Roer regelmatig, totdat de stukjes ui zacht zijn.

RECEPTEN

5. Voeg de geprakte tomaten, de olijven, de wijn, de bouillon, de champignons, de rozemarijn en de suiker toe terwijl u het geheel goed roert.
6. Voeg ook de reeds gebakken kipstukken toe en meng dit goed met de ingrediënten in de kookpan. Sluit de deksel weer.
7. Druk op de SLOW COOK HIGH knop en laat het geheel 3 – 4 uur stoven. Activeer het kookproces door de START/CANCEL knop in te drukken.
8. Breng het voor het serveren op smaak met peper en zout en roer de gehakte basilicum erdoorheen.

RECEPTEN

LAMS-RAGOUT

Voor 4 porties

- **Ingrediënten**

2 eetlepels olijfolie

1/4 cup meel

6 kleine lamsschenkel, zonder vel

1 fijngehakte ui

2 teentjes knoflook, geperst

1 wortel, in blokjes gesneden

1 grote stengel bleekselderij, in blokjes gesneden

1/3 cup tomatenpuree

1/2 cup rode wijn

400 g gepelde tomatenstukjes uit blik

1/2 cup kippen- of runderbouillon

1 laurierblad

zout en vers gemalen zwarte peper

- **Bereiding**

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, voeg de olie toe en verwarm deze 1 minuut.
3. Paneer de lamsschenkel met meel en klop het overtollige meel af. Voeg deze vervolgens in kleine hoeveelheden toe aan de kookpan en bak ze, totdat ze iets gebruid zijn. Haal ze er vervolgens weer uit en leg ze aan de kant.
4. Voeg de ui, de wortel en de selderij toe en laat dit 3 – 4 minuten fruiten. Roer regelmatig, totdat de stukjes ui zacht zijn.
5. Voeg de tomatenpuree toe en laat het nog een minuut koken.

RECEPTEN

6. Voeg dan de wijn toe en breng het aan de kook. Laat het geheel 1 – 2 minuten doorkoken. Verwijder door te roeren de etensresten op de bodem van de kookpan.
7. Voeg de lamsschenkel toe aan de kookpan. Plaats daar bovenop de tomaten, de bouillon en het laurierblad. De lamsschenkel moeten nu bedekt zijn.
8. Sluit de deksel weer. Druk op de SLOW COOK LOW knop en laat alles gedurende 6 – 7 uur koken. Activeer het kookproces door de START/CANCEL knop in te drukken.
9. Breng het geheel voor het serveren op smaak met peper en zout. Als bijgerecht raden wij aardappelpuree aan.

RECEPTEN

AROMATISCHE LAMSCURRY

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

2 eetlepels plantaardige olie

1,5 kg lamsbouten, in blokje van 5 cm gesneden

1 grote ui, in schijven gesneden

2 teentjes knoflook, gehakt

2 cm grote gember, fijnggehakt

1 eetlepel gemalen koriander

1 eetlepel gemalen komijn

1 eetlepel curry pasta

1 theelepel gemalen kurkuma

1/2 theelepel gemalen kruidnagel

5 kardemom peulen

1 kaneelstokje

1 cup water of kippenbouillon

1/2 cup yoghurt

1/3 cup fijngehakte koriander, om mee te serveren

zout en versgemalen zwarte peper

- **Bereiding**

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel en voeg de helft van de olie toe. Laat dit 1 minuut opwarmen.
3. Voeg de lamsblokjes in kleine hoeveelheden toe en bak ze, totdat ze iets bruin kleuren. Haal ze er daarna weer uit en leg ze aan de kant.

RECEPTEN

4. Doe de rest van de olie, de ui en de knoflook in de kookpan en fruit het gedurende 3 – 4 minuten. Roer regelmatig, totdat de stukjes ui zacht zijn.
5. Voeg de kruiden toe en laat het geheel 1 minuut doorkoken.
6. Voeg dan de lamsblokjes en het water of de bouillon toe en roer het geheel goed.
7. Sluit de deksel weer en druk op de SLOW COOK HIGH knop en kook het geheel gedurende 3 – 4 uur of druk op de SLOW COOK LOW knop en laat het geheel 5 – 6 uur koken. Activeer het kookproces door de START/CANCEL knop in te drukken.
8. Voeg voor het serveren de yoghurt en de koriander toe en breng het geheel op smaak met peper en zout. Als bijgerecht raden wij stoomde rijst aan.

Tip: Roer het geheel halverwege de kooktijd nog eens goed door om het gelijkmatig garen van de curry te garanderen.

RECEPTEN

EENVOUDIGE OSSO BUCCO

Voor 4 porties

- **Ingrediënten**

6 x 4 cm dikke osso bucco schijven (van kalfsschenkel)

2 eetlepels meel

2 eetlepels olijfolie

1/3 cup witte wijn

400 g gepelde tomatenstukjes uit blik

2 theelepels suiker

zout en vers gemalen peper

- **Voor de gremolata:**

4 teentjes knoflook, fijn gehakt

Fijn geraspte citroenschil

1/2 cup vers gehakte peterselie

- **Bereiding**

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, voeg de olie toe en verwarm deze 1 minuut.
3. Paneer de osso bucco stukken in meel en klop het overtollige meel af. Bak ze vervolgens in kleine hoeveelheden, totdat ze iets gebruind zijn. Haal ze er vervolgens uit en leg ze aan de kant.
4. Voeg de wijn toe en laat het geheel 1 – 2 minuten koken. Roer het geheel goed door, ook op de bodem van de kookpan.
5. Voeg dan de osso bucco stuken weer toe en doe ook de tomatenstukjes, de suiker, het zout en de peper in de kookpan.
6. Sluit de deksel weer. Druk op de SLOW COOK LOW knop en laat het geheel 6 – 7 uur koken. Activeer het kookproces door de START/CANCEL knop in te drukken.
7. Serveer de osso bucco besprenkelt met een gremolata van bovenstaande ingrediënten.

RECEPTEN

GESTOOMDE VIS MET GEMBER EN LENTE-UIEN

Voor 2 porties

- **Ingrediënten**

300 g – 400 g hele brasem of brasem schoongemaakt en ontgraat

Groot stuk verse gember van 2 cm, geschild en in dunne plakjes gesneden

1 limoen, in plakjes gesneden

1 cup koriandertakjes

3 cups water

2 eetlepels sojasaus

1 eetlepel arachideolie

3 lente-uien, in dunne plakjes gesneden

- **Bereiding**

1. Was de vis en droog deze af met wat keukenpapier. Snijd de vis aan elke kant op twee plekken open in een hoek van 45°. Doe wat gember en limoenschijven in de vis op de ingesneden plekken.
2. Plaats wat koriander in de buikwand van de vis en plaats de vis in de stoompan.
3. Giet 3 cups water in de kookpan en plaats de stoompan in de kookpan en sluit het apparaat af met de deksel.
4. Druk op de RICE/STEAM knop en dan op de START/CANCEL knop.
5. Stoom de vis in ongeveer 15 minuten gaar of tot hij met een vork makkelijk uit elkaar valt.
6. Haal de vis uit de pan en leg deze op een serveerschaal.
7. Meng de sojasaus, de olie en de lente-uien en giet het mengsel over de vis. Daarna direct serveren.

RECEPTEN

TEX-MEX BEEF EN BONEN (BONENSTOOFSPOT)

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

1 1/2 cup gedroogde rode kidney bonen die een nacht in koud water geweekt hebben

2 eetlepels olijfolie

1,3 kg biefstuk, in stukken van 5 cm gesneden

2 grote uien, in schijven gesneden

3 teentjes knoflook, gehakt

1 eetlepel gemalen komijn

2 theelepel chilipoeder

2 theelepel gedroogde oregano

400 g gepelde tomaten uit blik

1/2 cup runderbouillon

1 groene paprika, in grote stukken gesneden

zout en vers gemalen zwarte peper

Zure room, guacamole, geraspte cheddar kaas

- **Bereiding**

1. Giet het water waarin de bonen hebben geweekt af en spoel de bonen goed af; daarna opnieuw vullen met water en aan de kant zetten.
2. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
3. Verwijder de deksel, voeg wat olie toe en laat dit 1 minuut opwarmen.
4. Voeg de stukjes biefstuk in kleine hoeveelheden toe en bak deze 2 – 3 minuten, totdat ze bruin zijn. Haal ze er daarna weer uit en lag deze aan de kant. Dan nog een keer wat olie toevoegen en al het vlees geleidelijk verder bakken.
5. Doe vervolgens de rest van de olie in de pan samen met de uien en de knoflook en fruit dit geheel totdat de uien zacht, maar nog niet bruin zijn.

RECEPTEN

6. Roer vervolgens de specerijen, de tomaten, de bouillon en de paprika hier doorheen en voeg daarna het vlees toe.
7. Sluit dan de deksel weer. Druk op de SLOW COOK HIGH knop en kook het geheel gedurende 3 – 4 uur of druk op de SLOW COOK LOW knop en laat het geheel 5 – 6 uur doorkoken. Activeer het kookproces door de START/CANCEL knop in te drukken.
8. Maak het vlees met een vork nog wat kleiner voordat u deze serveert en breng de stoofpot op smaak met peper en zout.

Serveer dit Tex-Mex gerecht met een klodder zure room, guacamole en geraspte kaas.

RECEPTEN

BOLOGNESE SAUS

Voor 4 porties

- **Ingrediënten**

2 eetlepels olijfolie

1 kg runder- en/of varkensgehakt

1 grote ui, gehakt

2 teentjes knoflook, geperst

1/3 cup tomatenpuree

1/2 cup rode wijn

1 grote wortel, geraspt

400 g gepelde tomaten uit blik

1 theelepel gedroogde oregano

1 laurierblad

1/2 cup runderbouillon of water

zout en vers gemalen zwarte peper

1/4 cup basilicum, vers gehakt

- **Bereiding**

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, voeg de olie toe en verwarm deze 1 minuut.
3. Voeg de ui en de knoflook toe en laat dit 3 – 4 minuten fruiten. Roer het regelmatig, totdat de stukjes ui zacht zijn
4. Doe de gehakt in kleine hoeveelheden in de kookpan, bak het vlees en maak het vlees goed los.
5. Voeg de tomatenpuree toe en laat het geheel 1 minuut doorkoken. Voeg dan de wijn toe en breng het geheel aan de kook; laat het vervolgens 1 – 2 minuten doorkoken totdat de alcohol verdampt is.

RECEPTEN

6. Roer de wortel, de tomaten, de oregano en het laurierblad hier doorheen en voeg de bouillon toe.
7. Sluit de deksel weer. Druk op de SLOW COOK HIGH knop en laat het geheel 3 – 4 uur doorkoken. Activeer het kookproces door de START/CANCEL knop in te drukken.
8. Breng het geheel voor het serveren met peper en zout op smaak en roer de basilicum erdoorheen.

RECEPTEN

PITTIGE DAL

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

1 eetlepel olijfolie

1 eetlepel zwarte mosterdzaadjes

1 grote, rode ui, in schijven gesneden

4 teentjes knoflook, geperst

4 cm grote stukken gember, geraspt

1 eetlepel gemalen koriander

2 theelepels gemalen kurkuma

2 kleine, rode chilipepers, fijngehakt

1/2 cup gele spliterwten

1/2 cup rode linzen

1/2 cup bruine linzen

3 cups groentebouillon

3 tomaten, fijngehakt

Zeezout, naar gelieve

Sap van een halve citroen

2 eetlepels fijngehakte koriander

Yoghurt om mee te serveren

- **Bereiding**

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, voeg de olie toe en verwarm deze 1 minuut
3. Voeg de mosterdzaadjes toe en bak ze totdat ze beginnen te barsten. Voeg dan de uien, de knoflook en de gember toe en fruit dit gedurende 5 – 6 minuten, totdat de ui iets gebruind is terwijl u het regelmatig roert.

RECEPTEN

4. Voeg de specerijen, de chilipepers, de linzen, de spliterwten, de bouillon en de tomaten toe. Sluit de deksel weer. Druk op de SLOW COOK HIGH knop en laat alles 3 – 4 uur doorkoken of druk op de SLOW COOK LOW knop en laat het geheel 4 – 6 uur doorkoken. Activeer het kookproces door de START/CANCEL knop in te drukken.
5. Breng het geheel voor het serveren op smaak met zout, roer de citroensap erdoorheen en garneer het geheel met koriander.

Serveren met yoghurt.

RECEPTEN

RISOTTO MILANESE

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

1 eetlepel olijfolie

40 g boter

1 ui, fijnggehakt

2 teentjes knoflook, geperst

350 g arborio of carnaroli rijst

1 cup witte wijn

4 cups hete kippenbouillon

zout en vers gemalen, zwarte peper

1/2 cup geraspte Parmezaanse kaas

- **Bereiding**

SAUTÉ/SEAR instelling

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, doe de olie en de helft van de boter in de kookpan en verhit dit gedurende 1 minuut of totdat de boter gesmolten is.
3. Voeg de ui en de knoflook toe, sluit het apparaat en bak dit 3 – 4 minuten terwijl u tussendoor roert, totdat de stukjes ui zacht zijn.
4. Voeg de rijst toe en meng alles goed door elkaar. Zet de deksel weer op het apparaat en bak de rijst 2 – 3 minuten of zolang totdat de rijst wat glazig wordt.
5. Voeg de wijn toe en sluit het apparaat weer af. Laat alles 2 – 3 minuten koken, totdat de rijst de wijn opgezogen heeft.

RECEPTEN

RISOTTO instelling

1. Voeg nu de kippenbouillon toe en roer alles goed door. Zet de deksel weer op het apparaat en druk op de RISOTTO knop en daarna op de START/CANCEL knop.
2. Zodra het apparaat automatisch in de KEEP WARM modus gaat – dat is ongeveer na 20 – 30 minuten – dan verwijdt u de deksel en roert u de tweede helft van de boter en de helft van de Parmezaanse kaas door de risotto.

Direct serveren en met de overgebleven Parmezaanse kaas bestrooien.

RECEPTEN

RISOTTO MET PADDESTOELEN

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

2 eetlepels olie

30 g boter

6 tot 8 sjalotten, fijn gehakt

400 g diverse paddenstoelen, in schijven gesneden

350 g arborio of carnaroli rijst

1/2 cup droge witte wijn

6 cups hete kippen- of groentebouillon

1/2 cup geraspte Parmezaanse of Pecorino kaas

1 eetlepel verse salie, gehakt

zout en vers gemalen zwarte peper

- **Bereiding**

SAUTÉ/SEAR instelling

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, doe de olie en de helft van de boter in de kookpan en verhit dit gedurende 1 minuut of totdat de boter gesmolten is.
3. Voeg de sjalotten toe, sluit de deksel en fruit de sjalotten in 3 – 4 minuten of totdat ze zacht zijn terwijl u tussendoor roert.
4. Voeg de paddenstoelen toe, sluit het apparaat en bak deze gedurende 3 minuten, totdat de paddenstoelen zacht zijn.
5. Voeg nu de rijst toe en meng alles goed. Zet de deksel weer op het apparaat en bak de rijst gedurende 2 – 3 minuten. Roer regelmatig.
6. Voeg nu de wijn toe, sluit de pan niet en laat alles 2 – 3 minuten koken, totdat de rijst de wijn geabsorbeerd heeft.

RECEPTEN

RISOTTO instelling

1. Voeg nu de bouillon toe en roer alles goed door elkaar. Doe de deksel weer op het apparaat en druk op de RISOTTO knop en daarna op de START/CANCEL knop.
2. Zodra het apparaat automatisch in de KEEP WARM modus gaat – dat is ongeveer na 20 – 30 minuten – dan verwijdt u de deksel en roert u de Parmezaanse kaas of Pecorino en de salie door de risotto. Afmaken met peper en zout.

Direct serveren.

Tip: Voor dit recept kunnen verschillende paddenstoelen gebruikt worden, zoals Shiitake paddenstoelen, oesterzwammen, eekhoorntjesbrood, champignons, etc..

RECEPTEN

KIP RISOTTO MET PESTO EN RUCOLA

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

30 g boter

300 g kippenborstfilet, dun gesneden

1 eetlepel olie

1 grote ui, fijn gehakt

3 teentjes knoflook, fijn gehakt

350 g arborio of carnaroli rijst

5 cups hete kippenbouillon

1/3 cup pesto saus

1/4 cup geraspte Parmezaanse kaas

50 g rucola bladeren

Aanvullend 1/3 cup geraspte Parmezaanse kaas

- **Bereiding**

SAUTÉ/SEAR instelling

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, doe de olie en de helft van de boter in de kookpan en verhit dit gedurende 1 minuut of totdat de boter gesmolten is.
3. Voeg de helft van de kippenborstfilet toe, sluit de kookpan af en kook de stukjes filet gedurende 3 – 4 minuten.
4. Verwijder de deksel, roer en kook de filet nog een keer 3 – 4 minuten, totdat het vlees gebruid en doorbakken is. Haal het vlees uit de kookpan en houdt het war. Bereid nu de rest van het vlees op dezelfde wijze.

RECEPTEN

5. Verwarm nu de resterende boter en olie, totdat de boter gesmolten is. Voeg de ui en de knoflook to. Sluit het apparaat af en fruit dit terwijl u regelmatig roert in 3 – 4 minuten, totdat de stukjes ui zacht zijn.
6. Voeg de rijst toe en meng alles goed door. Zet de deksel weer op het apparaat en bak de rijst 2 – 3 minuten of net zolang totdat de rijst glazig wordt.

RISOTTO instelling

1. Voeg nu de kippenbouillon toe en roer alles goed door. Zet de deksel weer op het apparaat en druk op de RISOTTO knop en daarna op de START/CANCEL knop.
2. Zodra het apparaat automatisch in de KEEP WARM modus gaat – dat is ongeveer na 20 – 30 minuten – dan verwijdt u de deksel en roert u de kipstukjes, de pesto saus, de Parmezaanse kaas en de rucola bladeren door de risotto.

Direct serveren en met de overige vers geraspte Parmezaanse kaas bestrooien.

RECEPTEN

RISOTTO MET GARNALEN EN ASPERGES

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

40 g boter

400 g middelgrote garnalen, gepeld en het darmkanaal verwijderd

1 eetlepel olie

1 ui, fijn gehakt

1 kleine knol venkel, gehalveerd en in dunne plakjes gesneden

350 g arborio of carnaroli rijst

1/2 cup droge witte wijn

5 1/2 cup hete kippenbouillon of heldere visbouillon

1/2 theelepel gemalen witte peper

1 bos asperges, geschild en in dunne, diagonale plakken gesneden

2 eetlepels vers citroensap

Citroenschil van een citroen, fijn geraspt

Zeezout

- **Bereiding**

SAUTÉ/SEAR instelling

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, doe 10 g boter in de kookpan en verwarm deze gedurende 1 minuut of totdat de boter is gesmolten.
3. Doe de garnalen in de kookpan, sluit de pan en bak ze gedurende 4 – 5 minuten, totdat de garnalen gaar zijn. Haal ze daarna uit de kookpan en houd ze warm.
4. Doe de olie en 20 g boter in de kookpan en verwarm beide ca. 1 minuut of totdat de boter gesmolten is.

RECEPTEN

5. Voeg de ui en de gesneden venkel toe, sluit het apparaat en fruit dit terwijl u regelmatig roert in 6 – 7 minuten, totdat de stukjes venkel zacht zijn.
6. Voeg nu de rijst toe en roer alles goed door. Zet de deksel weer op het apparaat en bak de rijst gedurende 3 minuten terwijl u regelmatig roert.
7. Verwijder de deksel en voeg de wijn toe. Laat het geheel zonder deksel 2 – 3 minuten doorkoken terwijl u regelmatig roert, totdat de rijst de wijn heeft opgenomen.

RISOTTO instelling

1. Voeg nu de bouillon en de peper toe en roer alles goed door. Zet de deksel weer op het apparaat en druk op de RISOTTO knop en daarna op de START/CANCEL knop.
2. Zodra het apparaat automatisch in de KEEP WARM modus gaat – dat is ongeveer na 20 – 30 minuten – dan verwijdert u de deksel en roert u de plakjes asperges en de resterende boter door de risotto. Sluit het apparaat weer en laat het gedurende 5 minuten in de KEEP WARM modus rusten.
3. Roer de citroensap en de citroenschil er vervolgens doorheen en breng de risotto op smaak met zout.

Direct met de warme garnalen serveren.

RECEPTEN

TURKSE PILAF

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

2 eetlepels olijfolie

1 rode ui, fijn gehakt

2 teentjes knoflook, fijn gehakt

1 theelepel kardemom peulen, fijngehakt

1 theelepel gemalen komijn

1/2 theelepel gemalen zwarte peper

1 theelepel gemalen kurkuma

1 laurierblad

1 snufje zout

450 g basmati rijst, gewassen en uitgelekt

4 cups kippen- of groentebouillon

1/2 cup pistachenoten, gepeld en fijngehakt

1 cup gedroogde abrikozen, fijngehakt

3/4 cup krenten

1/4 cup koriander, gehakt

- **Bereiding**

SAUTÉ/SEAR instelling

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, doe de olie in de kookpan en verwarm deze ca. 1 minuut.
3. Voeg de ui, de knoflook, de kruiden en het zout toe en sluit het apparaat. Fruit dit alles gedurende 3 – 4 minuten terwijl u tussendoor roert, totdat de stukje ui zacht zijn en het aroma goed is te ruiken.

RECEPTEN

4. Voeg de gewassen rijst toe en roer alles goed door. Zet de deksel weer op het apparaat en bak de rijst 2 – 3 minuten terwijl u deze tussendoor doorroert.

RICE/STEAM instelling

1. Voeg nu de bouillon toe, zet de deksel weer op het apparaat en druk op de RICE/STEAM knop en dan op de START/CANCEL knop.
2. Zodra het apparaat automatisch in de KEEP WARM modus gaat – dat is ongeveer na 15 – 20 minuten – dan verwijdt u de deksel en haalt u het laurierblad uit de kookpan.
3. Roer de pistachenoten, abrikozen, krenten en de koriander er doorheen.
Heet of lauw warm serveren.

RECEPTEN

SUSHI-RIJST (BASISRECEPT)

- **Ingrediënten**

600 g sushi rijst, gewassen en uitgelekt

4 cups water

2 eetlepels rijstazijn

2 eetlepels suiker

1/2 theelepel zout

Aanvullend is er een eetlepel rijstazijn nodig voor het rollen

- **Bereiding**

1. Doe de gewassen rijst en het water in de uitneembare kookpan en sluit deze met de deksel.
2. Druk op de RICE/STEAM knop en dan op de START/CANCEL knop.
3. Als de multifunctionele koker na ca. 10 – 15 minuten automatisch in de KEEP WARM modus gaat, dan moet de rijst in deze instelling nog 10 minuten rusten met de deksel dicht.
4. Verwijder de deksel en doe de rijst met de rijstlepel in een grote, ondiepe schaal en zet deze aan de kant.
5. Verwarm de rijstazijn met het suiker en het zout in een kleine kookpan, totdat het suiker opgelost is. Giet dit mengsel over de rijst heen en meng het goed. Laat de rijst voordat u met de sushi bereiding begint eerst volledig afkoelen.

Tip: Voor bepaalde sushi recepten moet de rijst met de hand gevormd worden. Hiervoor raden wij aan om 1 eetlepel rijstazijn te mengen met water in de verhouding een tot een vierde cup en uw handen met dit mengsel vochtig te houden tijdens de bereiding.

RECEPTEN

SUSHI ROLLEN

- **Ingrediënten**

6 vellen nori zeewier

Vorbereide sushi rijst (zie basisrecept)

Wasabi pasta naar gelieve

- **Kies een sushi vulling naar wens, bijvoorbeeld:**

Gerookte zalm, dun gesneden

Japans gemarineerde gember en groenten

Komkommer, dun gesneden

Sashimi zalm of tonijn

Gekookte garnalen

Avocado, geraspte wortelen

Groene salade, fijn gesneden

Mayonaise

- **Bereiding**

1. Leg een nori zeewierblad met de glanzende kant naar beneden op bakpapier of op een bamboemat voor het rollen van sushi.
2. Breng een laag rijst aan op 2/3 van het nori blad en laat de rand vrij.
3. Breng een dunne lijn van wasabi pasta aan in het midden van de rijst. Leg hier vervolgens een van de bovengenoemde vullingen op.
4. Met behulp van het bakpapier of de bamboemat rolt u het nori blad nu zo op dat de vulling zich in het midden van de rol bevindt. Druk zachtjes op de uiteinden, zodat deze afgesloten worden.
5. Leg de rol zo op de snijplank neer dat de naad van het zeewierblad naar onder ligt en snijd de rol met een zeer scherp mes in kleine sushi.
6. Bereid op deze manier alle nori zeewierbladeren.
7. Dek de sushi af en bewaar ze op een koele plek tot consumptie. Serveer het zo snel mogelijk na de bereiding.

RECEPTEN

GEROOSTERDE POMPOEN EN QUINOA SALADE

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

3 eetlepels olijfolie

400 g pompoen, geschild en in blokjes van 1,5 cm grote gesneden

2 maatbekers quinoa

3 maatbekers kippenbouillon

4 groene uien (lente-uien), dun gesneden

3 – 4 gedroogde vijgen

50 g baby spinazie

2 eetlepels citroensap

- **Bereiding**

SAUTÉ/SEAR instelling

1. Druk op de SAUTÉ/SEAR knop en dan op de START/CANCEL knop. Verwarm met de deksel gesloten de uitneembare kookpan gedurende 3 minuten.
2. Verwijder de deksel, doe de helft van de olie in de kookpan en verwarm deze ca. 1 minuut.
3. Voeg de pompoen toe, sluit het apparaat en bak de pompoen terwijl uw regelmatig roert gedurende 3 – 4 minuten tot ze zacht en goudbruin zijn. Haal het vervolgens uit de pan en zet het aan de kant.

RICE/STEAM instelling

1. Voeg de quinoa en de kippenbouillon toe en roer alles goed door. Plaats de deksel weer op het apparaat en druk op de RICE/STEAM knop en dan op de START/CANCEL knop.
2. Zodra het apparaat automatisch in de KEEP WARM modus gaat – dat is ongeveer na 10 – 15 minuten – dan verwijdt u de deksel en maakt u de inhoud met een vork los en laat u het afkoelen.

RECEPTEN

- Doe de quinoa in een grote slakom en roer vervolgens de gebakken pompoen, de vijgen en de baby spinazie erdoorheen.
3. Maak van de citroensap en de overgebleven olie een dressing en breng het op smaak met peper en zout. Besprenkel hiermee de salade en serveer het direct.

RECEPTEN

TROPICAL MANGO RIJST

Voor 4 – 6 porties

- **Ingrediënten**

275 g rondkorrelige rijst, gewassen en uitgelekt

1 cup mango nectar

1 cup water

450 g perzikschijven uit blik, uitgelekt en het sap opgevangen

2 theelepels fijn geraspte citroenschil

270 ml kokosmelk uit blik

1/4 cup vruchtvlees van de passievrucht

1 eetlepel kaneel en suiker

- **Bereiding**

1. Doe de gewassen rijst, de mango nectar, het water en het perziksap (zonder de perziken) in de kookpan. Roer dit door elkaar en sluit het geheel af met de deksel.
2. Druk op de RICE/STEAM knop en daarna op de START/CANCEL knop.
3. Zodra het apparaat automatisch in de KEEP WARM modus gaat, dan voegt u de citroenschil, de kokosmelk en het vruchtvlees van de passievrucht toe. Sluit de deksel weer en laat dit 10 minuten staan in de KEEP WARM modus.

Serveer het geheel warm en leg de schijven perzik bovenop. Daarna met kaneel en suiker bestrooien.