

DOBA PŘÍPRAVY POTRAVIN V TLAKOVÉM HRNCI BIOMAX

uvedené časy vaření jsou pouze orientační - závisí na množství připravovaných potravin a vody - nikdy neplníte tlakový hrnec více než do 2/3 jeho výšky

čas vaření se začíná počítat od okamžiku, kdy je vidět celý barevný kroužek na pracovním ventilu

pokud je viditelný červený kroužek a uniká větší množství páry, snižte přívod tepla, ušetříte tím značné množství energie a zachováte v potravinách více minerálů a vitamínů

u některých potravin je vhodné použít rychlé ochlazení - po uplynutí času vaření ochlazujte tlakový hrnec proudem tekoucí vody

ohřev vypínejte předem - akumulární sendvičové dno dodává energii ještě několik minut

vařená potravina	čas vaření (min.)	rychlé ochlazení	barevný kroužek	
			BIO zelený	žlutý
zelenina a luštěniny				
brambory	8-9	ano	ano	
brambory ve slupce	10-15	ano	ano	
květák celý	15-18	ano	ano	
květák krájený	8-9	ano	ano	
zelí	7-12	ano	ano	
celer	3-6		ano	
pórek	3-5	ano	ano	
mrkev	6-8		ano	
špenát	2-3	ano	ano	
kedluben	5-6		ano	
brokolice	6-7		ano	
paprika	3-4		ano	
fazole	15-20			ano
hrách	15-20			ano
maso				
hovězí kýta	30-40			ano
hovězí guláš	20			ano
dušené hovězí	30-40			ano
vepřová kýta	30-35			ano
vepřové koleno	25-30			ano
skopová kýta	20-30			ano
kuře	15-20			ano
broiler	15			ano
kýta za zvěřiny	20-30			ano
králík	15-20			ano
ryby	10-20			
těstoviny				
špagety	4-5		ano	
makaróny	5-6		ano	