



the ORIGINAL all NATURAL™

CUISEUR A PRESSION DE 11.3L

Et Autocuiseur / Cuisneur Vapeur




Mode d'Emploi et Guide de L'utilisateur

TABLE DES MATIÈRES

1. Mesures de Protection Importantes.....	3
2. Votre Nouvel Autocuiseur	4
3. Description des Pièces	5
4. Pièces de Rechange	7
5. Avant d’Utiliser votre Nouvel Autocuiseur	8
6. Cuisson sous Pression - Informations Générales.....	8
7. Cuisiner à Haute Altitude - Guide d’ Adaptation.....	9
8. Mode d’Emploi	10
9. Nettoyage et Entretien.....	15
10. Numéro de Modèle et Information Vendeur.....	15
11. Liste des Pièces de Rechange.....	16
12. Recommandations USDA & Temps de Cuisson	17
13. Recettes Supplémentaires et Autres Ressources	20

MESURES DE PROTECTION IMPORTANTES

Cet appareil Granite·Ware® est homologué . Les mesures de protection suivantes sont recommandées. Lors de l'utilisation d'un autocuiseur, les mesures de protection de base suivantes doivent être toujours suivies :

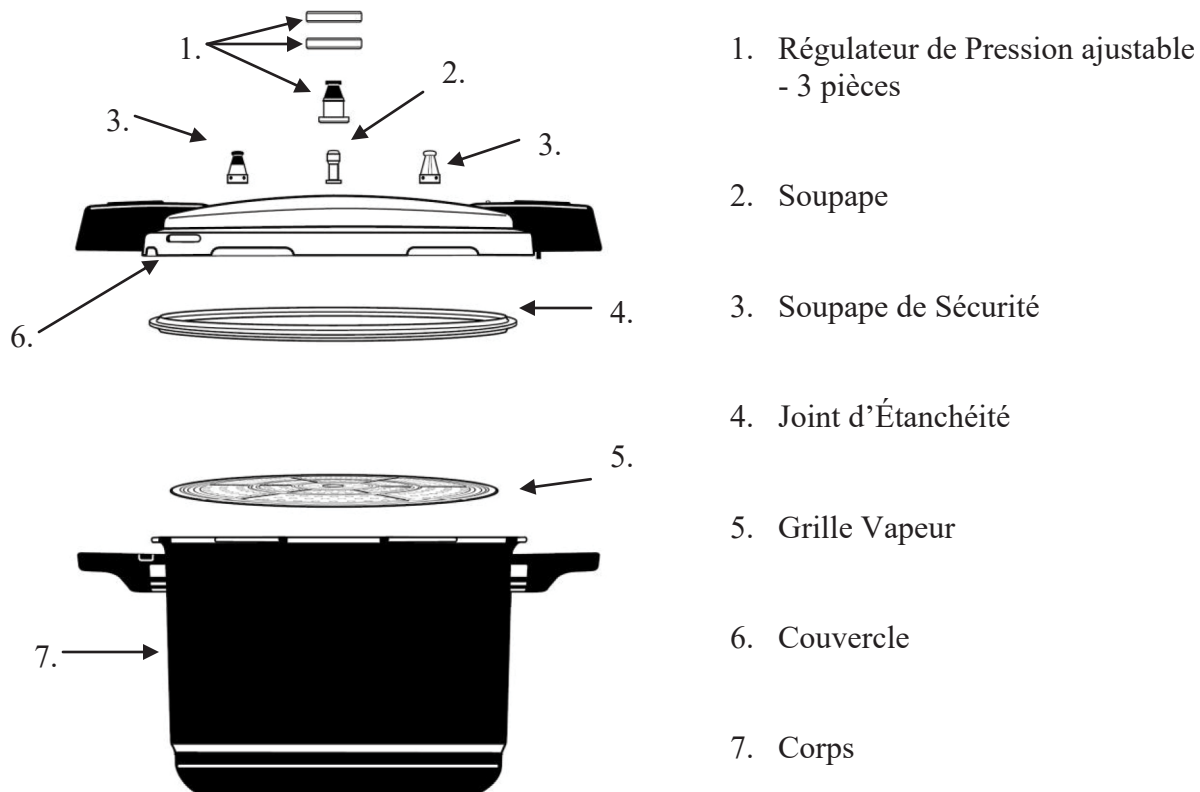
1. Read all instructions.
2. Ne pas toucher aux surfaces chaudes. Utiliser les poignées ou boutons.
3. Une supervision étroite est nécessaire lorsque l'autocuiseur est utilisé à proximité d'enfantes.
4. Ne pas placer l'autocuiseur dans un four chaud.
5. Utiliser une extrême prudence lors du déplacement d'un autocuiseur contenant des liquides chauds.
6. N'utiliser l'autocuiseur que pour son usage prévu.
7. Cet appareil cuit sous pression. Une utilisation inappropriée risque de provoquer des brûlures. S'assurer que l'autocuiseur est correctement scellé avant son opération. Consulter Le Mode d'Emploi, pages 10-14.
8. Ne pas remplir l'autocuiseur plus que 2/3 de sa capacité. Pour la cuisson de légumes secs ou riz, ne pas remplir plus que la moitié de sa capacité. Un remplissage excessif peut causer un colmatage du conduit de ventilation et un excès de pression. Consulter la section Recommendations USDA & Temps de Cuisson, pages 17-19.
9. Il faut savoir que certains aliments comme la compote de pommes, les canneberges, l'orge perlée, la farine d'avoine et autres céréales, les pois cassés, les pâtes, les macaronis, la rhubarbe ou les spaghettis peuvent produire de la mousse ou de l'écume et crépiter, ce qui peut boucher la soupape de pression (soupape vapeur). Il ne faut pas cuire ces aliments dans l'autocuiseur.
10. Toujours vérifier que la soupape vapeur n'est pas bouchée avant l'utilisation.
11. Ne pas ouvrir l'autocuiseur avant d'avoir refroidi l'appareil et d'avoir libéré la vapeur. Si les poignées sont difficiles à séparer, cela indique que l'autocuiseur est toujours sous pression - ne pas forcer l'ouverture, La pression dans l'autocuiseur peut être dangereuse. Consulter 'Le Mode d'Emploi' - pages 10-14.
12. Ne pas utiliser l'autocuiseur pour frire à l'huile sous pression.
13. Lorsque la température normale d'opération est atteinte, réduire la chaleur de façon à ce que le liquide, qui crée la vapeur, ne s'évapore pas.
14. CONSERVER CES INSTRUCTION

VOTRE NOUVEL AUTOUISEUR

Cet autocuiseur/ cuiseur à vapeur/cuiseur à pression Granite·Ware® est une cocotte à grande capacité fait pour les conserves maison de vos fruits, légumes, viandes et volailles favoris. Sa finition anodisée rigide - caractéristique de haut de gamme - permet de l'utiliser également comme cuiseur à pression ou vapeur avec des résultats remarquables et aucun effet négatif sur le goût ou la couleur de vos aliments.

Cet autocuiseur atteint les hautes températures nécessaires pour une cuisson sécuritaire des aliments en chauffant l'eau qui produit la vapeur et la pression à l'intérieur du cuiseur. Le Département d'Agriculture des Etats-Unis (USDA) certifie l'autocuiseur comme la seule méthode sécuritaire de mise en conserve des viandes, volailles et légumes à faible teneur en acide.

La cuisson sous pression est rapide, saine et économique. L'autocuiseur Granite·Ware® préserve la saveur et les propriétés nutritives, attendrit les viandes moins nobles, et cuit de nombreux aliments entre 1/3 et 1/10 du temps des méthodes traditionnelles. Sa capacité permet de facilement créer des repas de taille familiale.



1. REGULATEUR DE PRESSION AJUSTABLE 3-PIÈCES

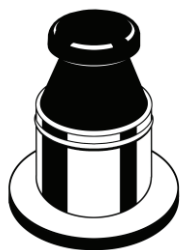
Le régulateur de pression contrôle la pression à l'intérieur du cuiseur. Lorsque la pression d'utilisation normale est atteinte, le régulateur de pression commence à bouger. Baisser la température progressivement tout en maintenant la pression. La pression est bonne lorsque le régulateur continue à bouger doucement. Il est normal que de la vapeur s'échappe pour atteindre la bonne pression.

Le régulateur de pression est calibré pour trois différents niveaux de pression mesurés en livres par pouce carré ou psi (5 psi, 10 psi, ou 15 psi). Le régulateur de pression maintient 15psi lorsqu'il est complètement assemblé avec les 2 bagues de lestage comprises.

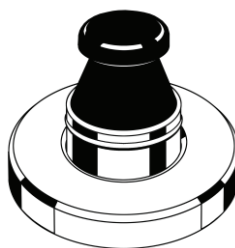
Pour différents niveaux de pression (consulter la section 'Cuisiner à Haute Altitude', le régulateur s'ajuste en retirant le nombre approprié de bagues de lestage. Ayant retiré les deux bagues, la pression se maintient à 5 psi. Pour une pression de 10 psi, ajouter une bague. Pour 15 psi, ajouter les deux bagues au régulateur.

Régulateurs

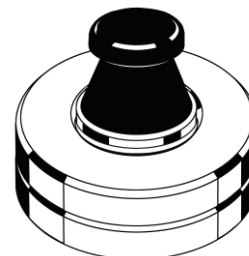
5 psi



10 psi



15 psi



2. SOUPAPE

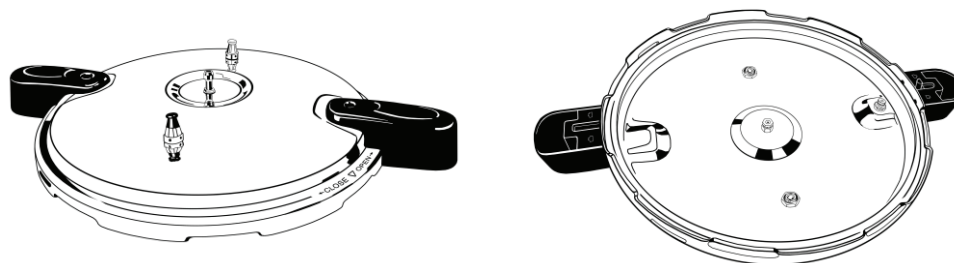
La soupape se situe au milieu du couvercle. La vapeur s'échappe de la soupape au régulateur. Le régulateur doit être mis en place en l'appuyant jusqu'à ce qu'il s'enclenche. Il bougera toujours mais sera sécurisé par son cran de sécurité. Pour détacher le régulateur de la soupape, soulever le bouton noir jusqu'à ce qu'il se libère du cran de sécurité. **NOTE: Ne pas retirer le régulateur de pression tant que le cuiseur est sous pression.**



3. SOUPAPES DE SÉCURITÉ

Il y a deux soupapes de sécurité supplémentaires sur le couvercle. Une soupape noire de sécurité se déclenche si le régulateur principal mal fonctionne ou se bouche. La deuxième soupape de sécurité est entièrement métallique et va relâcher la pression résiduelle tout en sifflant.

Les soupapes peuvent être retirées pour nettoyage et inspection en desserrant l'écrou qui se trouve sous le couvercle. Tourner l'écrou dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (gauche) pour relâcher et retirer la soupape. Prendre soin de remplacer les soupapes et de serrer la vis à fond en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre (droite).



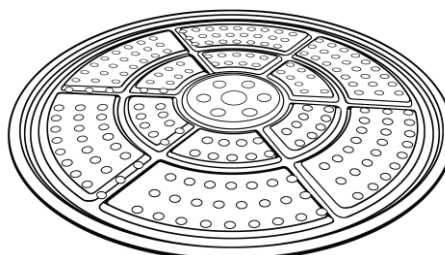
4. JOINT D'ÉTANCHÉITÉ DU COUVERCLE

Le joint d'étanchéité est un joint en silicone flexible qui s'encastre dans le couvercle et forme un sceau étanche entre le corps du cuiseur et le couvercle pendant la cuisson. Retirer le joint avant chaque utilisation et l'inspecter pour s'assurer de sa bonne condition et rigidité. Il est conseillé de remplacer ce joint une fois par an.



5. GRILLE POUR CUISSON VAPEUR

La grille repose parfaitement sur les supports que se trouvent à 5 cm du fond du cuiseur. On peut y déposer les bocaux de conserves et des aliments hors de portée du liquide bouillant. Le cuiseur à pression / autocuiseur / cuiseur à vapeur s'adapte parfaitement à tous vos besoins de cuisine avec sa grande capacité - pour des tamales, fruits de mer, porc braisé, bœuf braisé, côtes, and bien plus.



PIÈCES DE RECHANGE

N'utiliser que les pièces de rechange authentique Granite·Ware® pour votre cuiseur. Ces pièces de rechange sont disponible chez les revendeurs agréés suivants. Toute commande de pièces de rechange doit spécifier le numéro de modèle de votre cuiseur ainsi que le numéro de pièces mentionné sur la liste page 18. Le numéro de modèle du cuiseur se trouve sur l'extérieur de la partie inférieure du cuiseur au-dessus de sa capacité.

<http://www.columbianhp.com>

(812) 238-5000

<http://www.pressurecooker-outlet.com>

(800) 251-8824



AVANT D'UTILISER VOTRE NOUVEL AUTOUISEUR

1. Séparer le joint d'étanchéité du couvercle. Le joint doit être facile à séparer de la rainure du couvercle.
2. Laver le cuiseur, le couvercle, et joint d'étanchéité à l'eau chaude et au savon pour éliminer tout résidu de fabrication. Rincer les pièces à l'eau tiède et sécher à la serviette.
3. Le joint d'étanchéité du couvercle a été lubrifié en usine. Une fine couche d'huile de cuisine ou d'huile minérale de qualité alimentaire peut être appliqué au joint d'étanchéité et aux languettes pour faciliter l'ouverture et la fermeture du cuiseur.
4. Replacer le joint d'étanchéité dans le couvercle, en s'assurant qu'il est bien placé contre le bord intérieur du couvercle. Le joint doit être correctement ajusté sous les parties courbées du rebord du couvercle.

CUISSON SOUS PRESSION - INFORMATIONS GÉNÉRALES

Les aliments sont classifiés en deux catégories: les aliments acides and les aliments peu acides. Avant de mettre des aliments en conserves, il faut déterminer le niveau acidique des aliments. Chaque type d'aliment utilise une méthode de cuisson différente pour obtenir la température nécessaire pour éviter la croissance de bactéries nocives.

- Les aliments acides comptent ceux avec a pH de moins de 4,6, comme les fruites, les cornichons, la choucroute, les confitures, gelées, et beurres d'agrumes.
- Les aliments peu acides comptent ceus avec un pH de plus de 4,6, comme la viande, les fruits de mer, la volaille, la soupe, le lait and la plupart des légumes frais, sauf les tomates. Les tomates sont à la limite et doivent être préparées avec du jus de citron ou vinaigre pour la sécurité alimentaire.

Le département d'Agriculture (USDA) recommande l'utilisation d'un cuiseur à pression comme la seule méthode sûre de mettre en conserve les aliments peu acides - en général les légumes, viandes, volailles, fruits de mer ou bien un mélange d'aliments acides et peu acides. Les cuiseurs à pression utilisent la vapeur sous haut pression pour assurer que les aliments peu acides atteignent les hautes températures nécessaires à éliminer les bactéries causant le botulisme.

Les moisissures, levures et enzymes font partie du processus de la détérioration naturelle des aliments frais et sont détruits a ou près de la température à laquelle l'eau est portée à ébullition.

Le botulisme provient d'une toxine empoisonnée libérée des spores bactériennes, Clostridium Botulinum. Ces spores ne sont pas détruites à la température d'ébullition, and les bactéries continuent de proliférer sus les aliments peu acides en l'absence d'air. Tout aliment peu acide doit être préparé dans un cuiseur à pression pour assurer linnocuité. Il faut entre 20 et 160 minutes pour détruire les bactéries des aliments peu acides en conserve.

The temps exact dépend du type d'aliment, de la façon dont l'aliment est conditionne dans le bocal, et la taille du bocal. Il est suggéré de toujours suivre les plus récentes recommandations de l'USDA at:

http://nchfp.uga.edu/publications/publications_usda.html

Pendant le processus de mise en conserve, l'eau est convertie en vapeur, ce qui crée une pression à l'intérieur du cuiseur. La température monte avec l'augmentation de la pression de la façon suivante :

0 psi	5 psi	10 psi	15 psi
212° F (100°C)	220° F (104°C)	235° F (113°C)	250° F (121°C)

Pour obtenir une température qui détruit les bactéries, il faut utiliser la vapeur sous pression. Après la cuisson sous pression lorsque les bocaux refroidissent, un vide se crée scellant les aliments dans le bocal et empêche l'accès de nouveaux micro-organismes dangereux.

Si des conserves achetées en magasin sont utilisées, il faut bouillir les aliments peu acides y compris les tomates pendant 10 minutes aux altitudes au-dessous de 300 mètres. Prolonger par 1 minute pour chaque 300 mètres d'altitude supplémentaire. Cela protège les aliments des bactéries qui sont difficiles à détecter dans les conserves industrielles.

CUISINER Á HAUTE ALTITUDE - GUIDE D'ADAPTATION

Si l'altitude est de plus de 300 mètres, il est nécessaire d'ajuster le temps ou la pression de mise en conserve pour assurer une opération sécuritaire. Mettre en conserve sans ajustement peut causer la détérioration des aliments. La température d'ébullition de l'eau est moindre à plus haute altitude. Ces températures plus basses sont moins efficaces pour tuer les bactéries. Il est possible to compenser la différence en augmenter le temps de cuisson sous pression ou bien en augmentant la pression. Il faut sélectionner le temps et la pression appropriée pour faire vos conserves. Il y a de nombreuses ressources sur internet pour aider à évaluer l'altitude de votre emplacement géographique.

D'après l'USDA, Un cuiseur à pression nécessite 255 g de pression pour chaque 300 mètres d'élévation au-dessus du niveau de la mer. La stérilisation au bain marie exige 2 minutes supplémentaires pour chaque 300 mètres au-dessus du niveau de la mer.

At différentes élévations, le temps de cuisson sous pression ne change pas, mails le psi change.

Adaptation Altitude pour Cuiseur sos Pression	
Elevation in Mètres	Livres au pouce carré de pression (psi)
0 – 300	10
Plus de 300	15

MODE D'EMPLOI

IMPORTANT: Lire et conserver ces instructions. Ne pas opérer votre cuiseur avant d'avoir lu et compris ces instructions.

Suivre les instructions par étape. Toujours suivre les indications de la recette et préparer les aliments en conséquence.

1. Avant chaque session de mise en conserve, s'assure que le cuiseur est propre et fonctionne correctement. Vérifier le joint d'étanchéité, le régulateur ajustable 3-pieces, les soupapes de sécurité et leurs joints. Remplacer ces pièces si elles deviennent rigides, déformées, usées, ou anormalement molles.

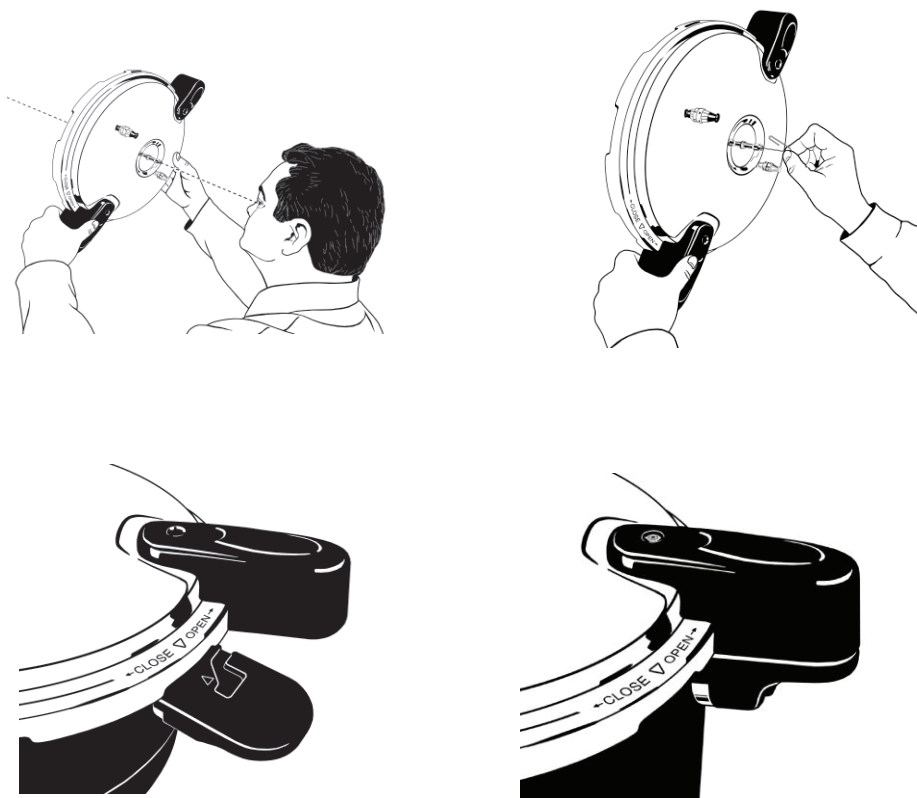
Certaines cuisinières ne produisent pas assez de chaleur pour une mise en conserve sous pression sécuritaire. Nous suggérons de ne pas utiliser de surface vitrocéramique.

2. Les bocaux doivent être sans ébréchure, fêlure ou bords tranchants. Les couvercles et bandes caoutchouc doivent être libres de rouille, et ne pas présenter de déformation quelconque. N'utiliser que des bocaux, couvercles et bandes en parfaite état pour assurer une fermeture hermétique.
3. Utiliser des aliments frais et fermes. Trier par taille and type d'aliment, etnettoyer soigneusement. Il est imporant de toujours suivre la recette en accordant grande attention au temps et températures spécifiés. Remplir les bocaux stérilisés avec les aliments et le liquide selon la recette. Laisser 1.25 cm d'espace libre pour les fruits, et 2.50 cm pour les légumes et les viandes (pour permettre l'expansion pendant la cuisson).

Retirer les bulles avec l'Outil Granite·Ware® pour Eliminer les Bulles et la règle en grattant les bords intérieurs et les coins du bocal avec l'extrémité en silicone de la spatule. Utiliser la règle pour mesurer l'espace libre désiré. Essuyer le rebord du bocal et les rebords d'étanchéité avec un chiffon humide et propre. Placer les couvercles sur les bocaux et ajuster les bandes métalliques selon les instructions du fabricant.

4. Remplir le cuiseur avec 1.89 litres d'eau chaude. La lingé de marquage se trouve au niveau de la grille. Il y a un rebord intérieur qui maintient la grille en place. Poser la grille à sa place et déposer les bocaux. Pivoter légèrement les bocaux pour qu'ils ne soient pas trop serrés. Il faut toujours utiliser la grille. Les bocaux peuvent se casser s'ils sont déposés directement au fond du cuiseur.

5. Remplir le cuiseur avec 1.89 litres d'eau chaude. La ligne démarcative se trouve au niveau de la grille. Il y a un rebord intérieur qui maintient la grille en place. Poser la grille à sa place et déposer les bocaux. Pivoter légèrement les bocaux pour qu'ils ne soient pas trop serrés directement au fond du cuiseur.
6. Retirer le Régulateur de pression du couvercle, et s'assurer que la lumière pénètre la soupape. Assurer qu'il n'y a pas de blocages. S'il n'est pas complètement dégagé, le nettoyer avec un trombone. Nettoyer également le boulon du conduit e ventilation sous le couvercle.
7. Placer le couvercle sur le cuiseur, en prenant soin d'aligner le repère en forme de triangle ▼ sur le couvercle avec le repère ▲ sur la poignée. Appuyer légèrement sur les poignées pour comprimer le joint d'étanchéité and tourner le couvercle dans le sens des aiguilles d'une montre (droite) et fermer jusqu'à ce que le corps et les poignées du couvercle soient superposés l'un sur l'autre. Ne pas tourner plus.
8. Placer le cuiseur uniquement sur un brûleur ou dessus de cuisinière plat. Ne pas placer sur une surface irrégulière ; cela pourrait faire obstacle au bon fonctionnement du Régulateur de Pression. Ne pas utiliser le cuiseur sur un gril ou source de chaleur à l'extérieur. Certains brûleurs à gaz et grill extérieur sont une source élevée de BTU and pourraient causer la déformation du fond du cuiseur. Il peut également résulter en dégâts matériels et/ou dommages corporels.

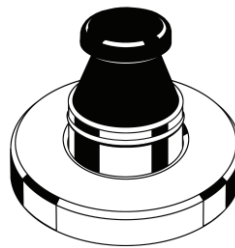


9. Évacuer l'air du cuiseur (ou faire échapper l'air). Lorsque l'eau bout à l'intérieur du cuiseur, l'espace 'vide' devient un mélange d'air et de vapeur. La température d'un mélange vapeur/air est plus basse que la température de la vapeur seule. Évacuer l'air permet l'opération de s'effectuer dans un environnement de vapeur pure. A haute température, chauffer the cuiseur à pression jusqu'à qu'un d'évacuation pour commencer à pressuriser le cuiseur.
10. Assembler le Régulateur de Pression selon les besoins de la recette. Placer le Régulateur de Pression sur le trou d'évacuation et augmenter à haute température. Le couvercle du Régulateur se soulève lorsque la pression augmente dans le cuiseur. C'est un repère visuel de pression dans le cuiseur. Lorsqu'il est levé, le cuiseur est sous pression. Lorsqu'il ne l'est pas, le cuiseur n'est pas sous pression.

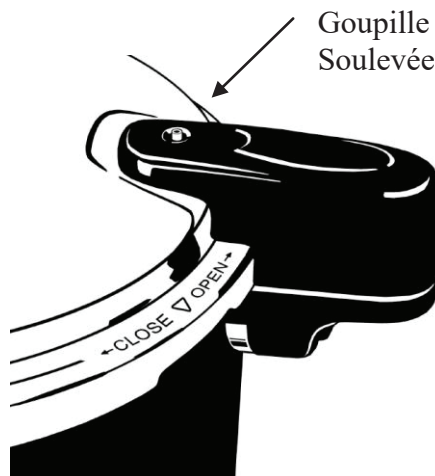
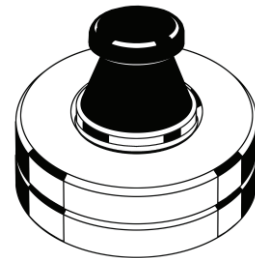
Régulateur Seul (5 psi)



Régulateur +1 bague (10 psi)



Régul+2 bague (15 psi)

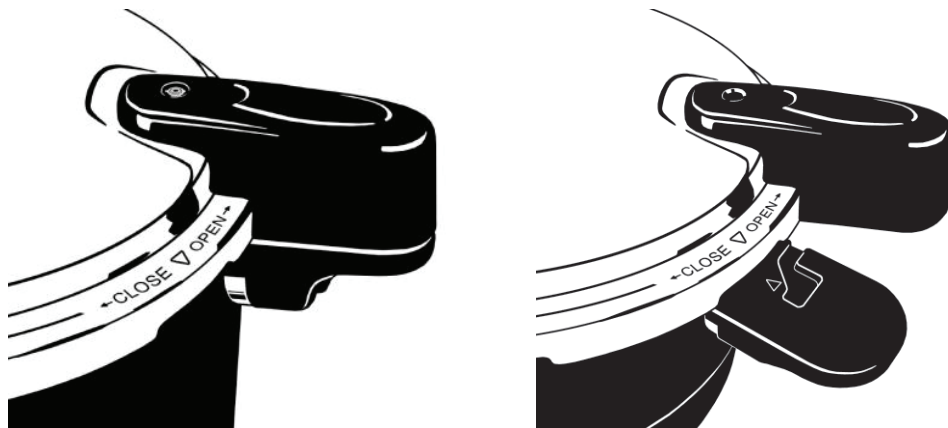


Pressurisée et verrouillée
Goupille de Sécurité est soulevée



Sans pression et déverrouillée
Goupille de Sécurité n'est pas soulevée

11. Le temps d'opération commence lorsque le Régulateur de Pression commence à bouger. Baisser la température du brûleur pour maintenir une oscillation régulière du Régulateur de Pression. Ceci est normal.
12. Lorsque le temps d'opération est terminé selon la recette, éteindre le brûleur et déplacer le cuiseur sur un brûleur froid and laisser refroidir. **Note : Le cuiseur est chaud et lourd - Faire attention en soulevant un cuiseur à pression chaud.** Ne pas faire glisser le cuiseur sur la cuisinière. Cela pourrait endommager le cuiseur et la cuisinière.
13. Laisser refroidir le cuiseur naturellement. Ne pas forcer le refroidissement du cuiseur. Certaines méthodes de rapide réduction de chaleur peuvent casser les bocaux et causer d'autres problèmes dangereux. La pression est complètement réduite lorsque la goupille de sécurité retombe dans la poignée et la vapeur ne s'échappe plus lorsque le Régulateur de Pression est soulevé.
14. Lorsque la pression est complètement réduite, retirer le régulateur de pression et laisser refroidir le cuiseur pendant encore 10 minutes. Ne pas retirer le régulateur de pression avant que le couvercle du régulateur de pression. Il faut toujours retirer le régulateur de pression avant d'ouvrir et retirer le couvercle du cuiseur.
15. Pour retirer le couvercle, tourner les poignées supérieures dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (gauche) jusqu'à ce que les poignées du couvercle passent au-delà des poignées du cuiseur, et le repère ▼ sur le couvercle superpose le repère ▲ sur la poignée du cuiseur. Si le couvercle ne bouge pas facilement, ne pas le forcer. Si le couvercle est toujours coincé, il est possible que la vapeur ne soit pas complètement évacuée. S'il y a aucun doute, laisser refroidir le cuiseur complètement avant de retirer le couvercle.



16. Soulever le couvercle vers soi. Utiliser le couvercle comme protection pour s'assurer que la vapeur résiduelle s'échappe sans danger de blessure.



17. Retirer les bocaux du cuiseur avec le Soulève-Bocaux Granite·Ware® ou autre instrument similaire. Déposer les bocaux en position verticale sur une planche à découper ou un torchon à l'abri des courants d'air et laisser refroidir. Lorsque les bocaux ont refroidis, tester l'étanchéité, retirer les bandes métalliques, essuyer les bocaux, appliquer les étiquettes décrivant le contenu et la date et conserver au frais et dans l'obscurité.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

1. La finition anodisée du cuiseur Granite·Ware® durera pendant de nombreuses années avec de simples mesures d'entretien. Laver le cuiseur à l'eau savonneuse tiède et sécher à la main. Ne pas utiliser de javel, de brosse métallique, de tampon abrasif ou autre méthode de nettoyage agressive.
2. A chaque lavage du cuiseur, retirer le joint d'étanchéité du couvercle et le laver dans de l'eau savonneuse tiède, rincer, sécher (huiler légèrement si nécessaire), et replacer dans le couvercle.
3. Toutes les soupapes doivent être retiré de temps en temps et nettoyer. Pour les retirer, retourner le couvercle and dévisser les boulons dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour les desserrer. Ne pas oublier de maintenir le petit joint en place lors du réassemblage. Pour réassembler, faire passer le conduit de ventilation et les soupapes par les trous du couvercle et serrer fermement.
4. Ne jamais laisser bouillir le cuiseur à sec, et ne jamais verser d'eau dans un cuiseur sec and surchauffé.
5. Ne pas endommager le rebord supérieur du cuiseur. S'il est endommagé par des ustensiles en métal comme des cuillères, spatules, ou louches, cela peut l'endommager and l'empêcher de se fermer hermétiquement et laisser échapper la vapeur et la pression.

Ne pas entreposer le cuiseur avec le couvercle verrouillé. Cela pourrait déformer le joint d'étanchéité et le manque d'aération pourrait engendrer des odeurs désagréables. Il est préférable de l'entreposer avec le couvercle retourné sur le cuiseur.

Si les poignées se desserrent, resserrer les vis de fixation avec un tournevis. Retirer le joint d'étanchéité du couvercle pour accéder aux vis. Les vis du corps principal sont accessibles sur la partie inférieure des poignées.

Lorsque des pièces deviennent usées ou endommagées, ne pas utiliser le cuiseur. Contacter une des distributeurs autorisés répertoriés sur la liste des pièces de rechange, page 7.

NUMERO DE MODÈLE ET INFORMATION DU VENDEUR

Le Cuiseur à Pression Granite·Ware® # F0732, est vendu by Columbian Home Products, LLC. Terre Haute, IN 47804. Consulter notre site web: www.columbianhp.com for plus d'information.

LISTE DES PIÈCES DE RECHANGE

Utiliser les références suivantes avec un distributeur autorisé de pièces de rechange dont la liste figure en page 7. Ces pièces s'adaptent au Cuiseur a Pression Granite·Ware® model # F0732.

Tout autre service / réparation doit être effectuée par un représentant autorisé.

Ref.	Description
F2040	Régulateur ajustable 3-pièce (set complet)
F2041	Tuyau de Ventilation avec joint et boulon de fixation (set complet)
F2042	Soupape de sécurité à ressort (couvercle noir)
F2043	Soupape de sécurité sans ressort / sifflet d'alarme (couvercle argent)
F2051	Joint d'étanchéité du couvercle
F2052	Grille pour Cuisson à vapeur
F2053	Set de 4 poignées et vis de pression
F2054	Vis de pression pour poignée inférieure (2)
F2055	Vis de pression pour poignée supérieure (4)

CLASSIFICATIONS USDA ET EMPS DE CUISSON RECOMMANDÉS

Aliments Acides

Aliment	Méthode De Traitement	Temps de Traitement (minutes)		PSI (livres au pouce carré de pression)	
		Bocal 1/2 litre	Bocal 1 litre	Au dessous 300 mètres	Au dessus 300 mètres
Pommes	Chaud	8	8	5 lb	10 lb
Abicots	Cru	10	10	5 lb	10 lb
	Chaud	10	10	5 lb	10 lb
Mures	Cru	8	10	5 lb	10 lb
	Chaud	8	8	5 lb	10 lb
Myrtilles	Cru	8	10	5 lb	10 lb
	Chaud	8	8	5 lb	10 lb
Cerises	Cru	10	10	5 lb	10 lb
	Chaud	8	10	5 lb	10 lb
Pamplemousse	Cru	8	10	5 lb	10 lb
	Chaud	10	10	5 lb	10 lb
Nectarines	Cru	10	10	5 lb	10 lb
	Chaud	10	10	5 lb	10 lb
Oranges	Cru	8	10	5 lb	10 lb
	Chaud	10	10	5 lb	10 lb
Pêches	Cru	10	10	5 lb	10 lb
	Chaud	10	10	5 lb	10 lb
Poires	Chaud	10	10	5 lb	10 lb
Prunes	Cru	10	10	5 lb	10 lb
	Chaud	10	10	5 lb	10 lb
Framboises	Cru	8	10	5 lb	10 lb
	Chaud	8	8	5 lb	10 lb
Rhubarbe	Chaud	8	8	5 lb	10 lb
Tomatoes - Jus (acide ajouté)	Chaud	20	15	10 lb	15 lb
	Chaud	20	15	10 lb	15 lb
Tomatoes - Entières ou moities - Sans liquide (acide ajouté)	Cru	40	40	10 lb	15 lb
	Cru	25	25	10 lb	15 lb
Tomatoes - Broyées en Quartier - sans liquide ajouté (acide ajouté)	Chaud	20	20	10 lb	15 lb
	Chaud	15	15	10 lb	15 lb

Aliments Peu Acides

Aliment	Méthode de Traitement	Temps de Traitement (minutes)		PSI (livres au pounce carré de pression)	
		Bocal 1/2 litre	Bocal 1 litre	Au dessous 300 mètres	Au dessus 300 mètres
Artichauts	Chaud	25	25	10 lb	15 lb
Asperges	Cru	30	40	10 lb	15 lb
	Chaud	30	40	10 lb	15 lb
Haricots ou pois (secs, écosés)	Chaud	75	90	10 lb	15 lb
	Cru	75	90	10 lb	15 lb
Haricots, sec	Chaud	65	75	10 lb	15 lb
Haricots de Lima frais (écosés)	Chaud	40	50	10 lb	15 lb
	Cru	40	50	10 lb	15 lb
Haricots (verts, jaune, mange-tout, Italien)	Cru	20	25	10 lb	15 lb
	Chaud	20	25	10 lb	15 lb
betteraves	Chaud	30	35	10 lb	15 lb
Broccoli	La mise en conserve est déconseillée. La congélation ou conserve au vinaigre sont recommandées				
Choux de Bruxelles	La mise en conserve est déconseillée. La congélation ou conserve au vinaigre sont recommandées				
Choux	La mise en conserve est déconseillée. Il est recommandé de les conserver en chambre froide.				
Carottes	Cru	25	30	10 lb	15 lb
	Chaud	25	30	10 lb	15 lb
Chou-fleur	La mise en conserve est déconseillée. La congélation est recommandée.				
Mais, en crème	Chaud	85	n/a	10 lb	15 lb
Mais, en grain	Cru	55	85	10 lb	15 lb
	Chaud	55	85	10 lb	15 lb
Aubergines	La mise en conserve est déconseillée.				
Haricots de Lima	Cru	40	50	10 lb	15 lb
	Chaud	40	50	10 lb	15 lb
Champignons	Chaud	45	n/a	10 lb	15 lb
Okra	Cru	25	40	10 lb	15 lb
	Chaud	25	40	10 lb	15 lb
Petits pois (verts ou anglais), écosés	Cru	40	40	10 lb	15 lb
	Chaud	40	40	10 lb	15 lb
Pois mange-tout	La mise en conserve est déconseillée. La congélation est recommandée.				
Poivrons	Chaud	35	n/a	10 lb	15 lb
Pommes de Terre, Blanches	Chaud	35	40	10 lb	15 lb
Patates douces	Chaud	65	90	10 lb	15 lb

Citrouille	Chaud	55	90	10 lb	15 lb
Epinards (et autres légumes verts)	Chaud	70	90	10 lb	15 lb
Courgettes d'été	La mise en conserve est déconseillée. Meilleur frais.				
Courgettes d'hiver	Chaud	55	90	10 lb	15 lb
Soupes de Legumes	Chaud	60*	75*	10 lb	15 lb
* Note: Traiter pendant 100 minutes si la soupe contient des fruits de mer					

Volaille, Viandes Rouges et Fruits de Mer

Aliment	Méthode de Préparation	Temps de Traitement (minutes)		PSI (livres au pounce carré de pression)	
		Bocal 1/2 litre	Bocal 1 litre	Au dessous 300 mètres	Au dessus 300 mètres
Poulet ou Lapin (cans os)	Raw	75	90	10 lb	15 lb
	Chaud	75	90	10 lb	15 lb
Poulet ou Lapin (avec os)	Chaud	65	75	10 lb	15 lb
	Raw	65	75	10 lb	15 lb
Bouillon de poulet	Chaud	20	25	10 lb	15 lb
Viande hachée our découpée	Chaud	75	90	10 lb	15 lb
Cubes, lanières ou morceaux de viande	Chaud	75	90	10 lb	15 lb
	Raw	75	90	10 lb	15 lb
Bouillon de Viande	Chaud	20	25	10 lb	15 lb
Chili con cane	Chaud	75	n/a	10 lb	15 lb
Palourdes	Chaud	70	n/a	10 lb	15 lb
Chair de Crabe (royal et dormeur)	Chaud	80	n/a	10 lb	15 lb
Poisson (sauf thon)	Raw	100	160	10 lb	15 lb
Poisson fume	Chaud	110	n/a	10 lb	15 lb
Poisson, thon	Raw	100	n/a	10 lb	15 lb
	Chaud	100	n/a	10 lb	15 lb
Huitres	Chaud	75	n/a	10 lb	15 lb

RECETTES SUPPLÉMENTAIRES ET AUTRES RECOURSES

Il existe de nombreuses sources de recettes de conserves et d'informations disponibles. Ci-dessous se trouve certaines de nos ressources favorites pour la mise en conserve et préservation maison, des recettes, astuces et conseils pratiques.

Ball Blue Book: Guide to Preserving

United States Department of Agriculture (USDA)

http://nchfp.uga.edu/publications/publications_usda.html

Steps to Success in Home Canning: University of Missouri Extension

<http://extension.missouri.edu/publications/DisplayPub.aspx?P=GHI452>

National Center for Home Food Preservation: University of Georgia Extension

<http://nchfp.uga.edu/index.html>

Cooperative Extension System: National Institute of Food and Agriculture

<http://www.csrees.usda.gov/Extension/>

Food.com Home of the Home Cook

<http://www.food.com/recipes/pressure-canning>

Food in Jars

<http://www.foodinjars.com/>