

SINCE 1908

Solis

RICE & POTATO COOKER

Type 8161

Manuel utilisateur



CONTENANCE

UTILISATION PRÉVUE	3
CONSEILS DE SECURITE IMPORTANTS	3
CONTENANCE	7
DESCRIPTION DE L'APPAREIL	7
BOUTONS DE CONTRÔLE	9
AVANT LA PREMIERE MISE EN SERVICE	9
INSTALLATION	10
PRÉPARATION À LA CUISSON DES POMMES DE TERRE	11
PRÉPARATION À LA CUISSON DU RIZ	12
METTRE L'APPAREIL SOUS TENSION	13
CUIRE	13
UTILISER LA FONCTION DE MINUTERIE	13
CRÉER UN MODE DE CUISSON PERSONNALISÉ	14
UTILISER LA FONCTION DE RÉCHAUFFAGE	15
NETTOYAGE ET ENTRETIEN	15
STOCKAGE	15
CARACTERISTIQUES TECHNIQUES	16
DEPANNAGE	16
ELIMINATION	17
GARANTIE DE 2 ANS	18
SOLIS HELPLINE – SERVICE D'ASSISTANCE	18
RECETTES	18

▲ UTILISATION PRÉVUE

- Cet appareil est conçu pour cuire divers plats par ébullition ou à la vapeur.
- Utilisez l'appareil uniquement comme décrit dans le présent manuel.
- Cet appareil est destiné pour une utilisation domestique ou similaire comme par exemple:
 - coin cuisine pour le personnel de magasins, bureaux ou autres environnement professionnel;
 - fermes;
 - par les clients d'hôtels, motels ou autres types de résidences de vacances;
 - dans les bed and breakfast.
- Cet appareil est prévu pour un usage intérieur uniquement.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (y compris des enfants) ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou manquant d'expérience et de connaissances, sauf si elles ont reçu une supervision ou des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité.
- Toute utilisation de l'appareil autre que celle décrite dans le présent manuel est considérée comme une mauvaise utilisation et peut causer des blessures, endommager l'appareil et annuler la garantie.

▲ CONSEILS DE SECURITE IMPORTANTS

CONSIGNES GÉNÉRALES DE SÉCURITÉ

▲ AVERTISSEMENT

- Assurez-vous d'avoir entièrement lu et compris les instructions de ce manuel de l'utilisateur avant d'installer ou d'utiliser l'appareil. Conservez ce document pour référence ultérieure.
- Ne pas utiliser l'appareil si une pièce est endommagée ou défectueuse. Remplacez immédiatement un appareil endommagé ou défectueux.
- Remplacez le câble d'alimentation endommagé par un câble ou par un ensemble spécial d'origine disponible auprès du fabricant ou de son représentant.
- Ne rien placer sur le couvercle lors du rangement.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ CONCERNANT L'INSTALLATION

▲ AVERTISSEMENT

- Ne pas laisser tomber l'appareil et éviter de le cogner.
- Placez l'appareil sur une surface stable, plane et résistant à la chaleur et à l'humidité.
- Tenez un écart d'au moins 20 cm entre l'appareil et les murs, rideaux ou autres matériaux et objets et prenez soin que l'air puisse circuler librement autour de l'appareil.
- Ne pas placer l'appareil à la lumière directe du soleil.
- Avant d'utiliser l'appareil, vérifiez que le voltage indiqué sur la plaque du modèle de votre appareil corresponde à la tension du secteur. N'utilisez pas l'appareil avec un adaptateur multiprises.
- Ne pas utiliser de minuterie ou de système de télécommande séparé qui met automatiquement l'appareil sous tension.
- Ne laissez pas pendre le cordon sur le rebord d'une table afin que l'appareil ne risque pas de tomber. Prenez soin que ni le cordon ni la prise n'entrent en contact avec des surfaces chaudes comme p.ex. une plaque de cuisson ou un radiateur ou avec l'appareil lui-même.
- Ne placez jamais l'appareil là où il risque de tomber dans de l'eau ou d'entrer en contact avec de l'eau ou autres liquides (p.ex. dans ou à côté d'un évier).
- Ne jamais attraper un appareil qui est tombé dans l'eau ou dans d'autres liquides :
 - Toujours porter des gants en caoutchouc secs pour débrancher l'appareil avant de le sortir de l'eau.

- Ne pas recommencer à utiliser l'appareil avant d'avoir fait vérifier son fonctionnement et sa sécurité par Solis ou un centre de service agréé par Solis.
- Ne pas placer l'appareil directement sous une prise secteur.
- Mettez l'appareil hors tension et débranchez-le avant de le déplacer.
- Déroulez complètement le câble d'alimentation avant utilisation.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ CONCERNANT L'UTILISATION

▲ AVERTISSEMENT

- Les enfants doivent être surveillés afin de s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- Ne pas utiliser l'appareil avec les mains mouillées.
- Utilisez uniquement l'appareil avec les accessoires fournis ou les accessoires recommandés par Solis. Des accessoires inappropriés ou une mauvaise utilisation peuvent endommager l'appareil.
- Certaines parties de l'appareil peuvent devenir chaudes pendant le processus de cuisson.
- N'utilisez l'appareil que lorsque la cuve de cuisson et le réservoir d'eau condensée sont correctement placés.
- Ne pas déplacer l'appareil lorsqu'il est en cours d'utilisation ou lorsqu'il contient de l'eau chaude.
- Ne pas couvrir la soupape de sortie de vapeur lorsque l'appareil est en cours d'utilisation.
- Soyez prudent lors de l'ouverture du couvercle. De la vapeur chaude peut s'échapper.

- Ne pas utiliser la cuve de cuisson directement sur un poêle. N'utilisez la cuve de cuisson que dans cet appareil.
- Ne pas mettre l'appareil sous tension lorsque la cuve de cuisson n'est pas dans l'appareil.
- Ne jamais placer d'aliments directement dans l'appareil. Toujours utiliser la cuve de cuisson.
- N'utilisez le bac d'étuvage qu'en combinaison avec la cuve de cuisson.
- Ne pas mettre l'appareil sous tension quand il est vide.
- Toujours fermer le couvercle pendant la cuisson.
- Évitez tout renversement sur le connecteur d'alimentation.
- Ne pas utiliser la fonction de maintien au chaud pendant plus de 24 heures.
- Retirez la fiche de la prise lorsque l'appareil n'est pas utilisé.
- Ne pas toucher la surface de l'élément chauffant pendant ou juste après l'utilisation. L'élément chauffant peut être soumis à une chaleur résiduelle.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ CONCERNANT LA MAINTENANCE

⚠ AVERTISSEMENT

- Mettez l'appareil hors tension et débranchez-le de la source d'alimentation avant tout entretien et lors du remplacement de pièces.
- Laissez l'appareil refroidir avant de le nettoyer.
- Ne plongez jamais l'appareil dans l'eau et ne le mettez pas au lave-vaisselle.

- Seuls la cuve de cuisson et le panier vapeur peuvent être nettoyés au lave-vaisselle.
- N'utilisez pas de nettoyeurs chimiques abrasifs tels que de l'ammoniac, de l'acide ou de l'acétone lors du nettoyage de l'appareil. Cela peut endommager l'appareil.

▲ CONTENANCE

Veillez vérifier le contenu de l'emballage :

1x Tasse à mesurer

1x Spatule à riz

1x RICE & POTATO COOKER

1x Manuel utilisateur

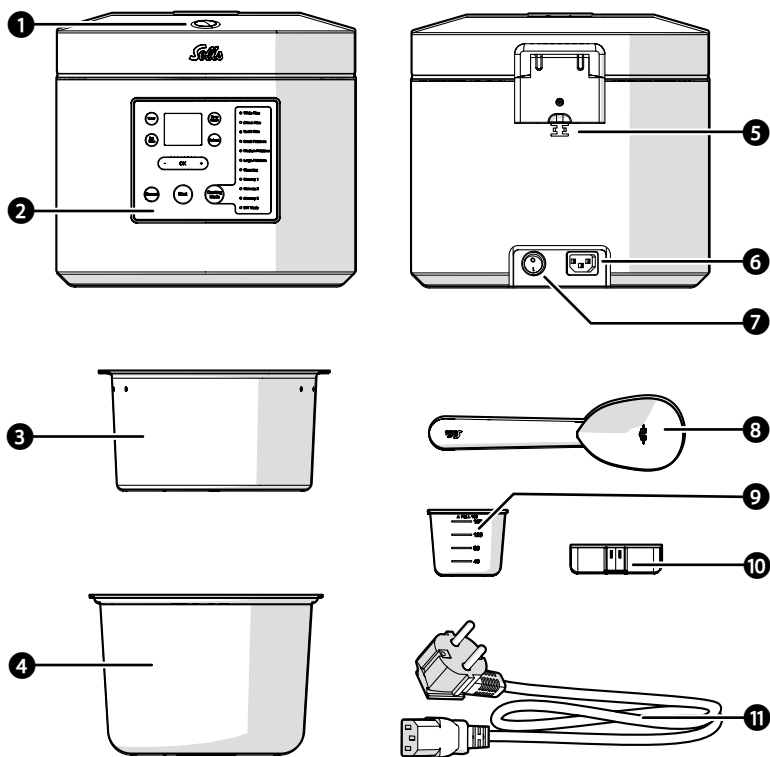
1x Cuve de cuisson

1x Câble d'alimentation

1x Panier vapeur

▲ DESCRIPTION DE L'APPAREIL

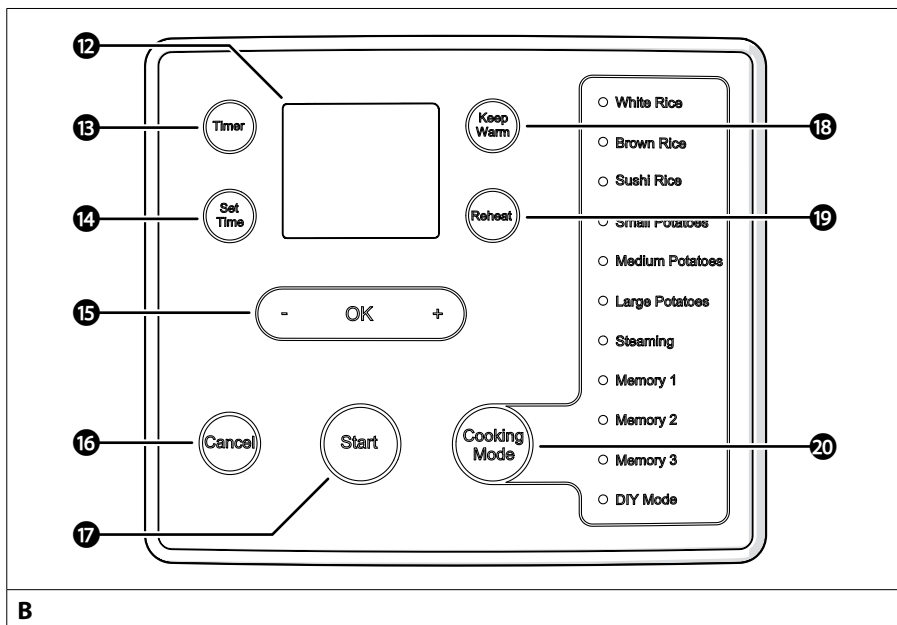
Le CUISEUR À RIZ ET POMMES DE TERRE est un appareil de cuisson électrique, principalement pour des recettes de pommes de terre et de riz. Il dispose de divers pré-réglages, d'une fonction de réchauffage et d'une fonction de maintien au chaud. La fonction de minuterie vous permet de régler le CUISEUR À RIZ ET À POMMES DE TERRE avant de quitter la maison et à votre retour, vous pourrez déguster un repas préparé pour vous.



A

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ① Bouton du couvercle ② Boutons de contrôle ③ Panier vapeur ④ Cuve de cuisson ⑤ Fixation du réservoir de condensation ⑥ Port d'alimentation | <ul style="list-style-type: none"> ⑦ Interrupteur ⑧ Spatule à riz ⑨ Tasse à mesurer ⑩ Réservoir de condensation ⑪ Câble d'alimentation |
|--|---|

▲ BOUTONS DE CONTRÔLE



- | | | | |
|----|-------------------------------|----|-----------------------------|
| 12 | Affichage | 17 | Bouton de démarrage |
| 13 | Bouton de minuterie | 18 | Bouton de maintien au chaud |
| 14 | Bouton de réglage de la durée | 19 | Bouton de réchauffage |
| 15 | Boutons de réglage | 20 | Bouton de mode de cuisson |
| 16 | Touche d'annulation | | |

▲ AVANT LA PREMIERE MISE EN SERVICE

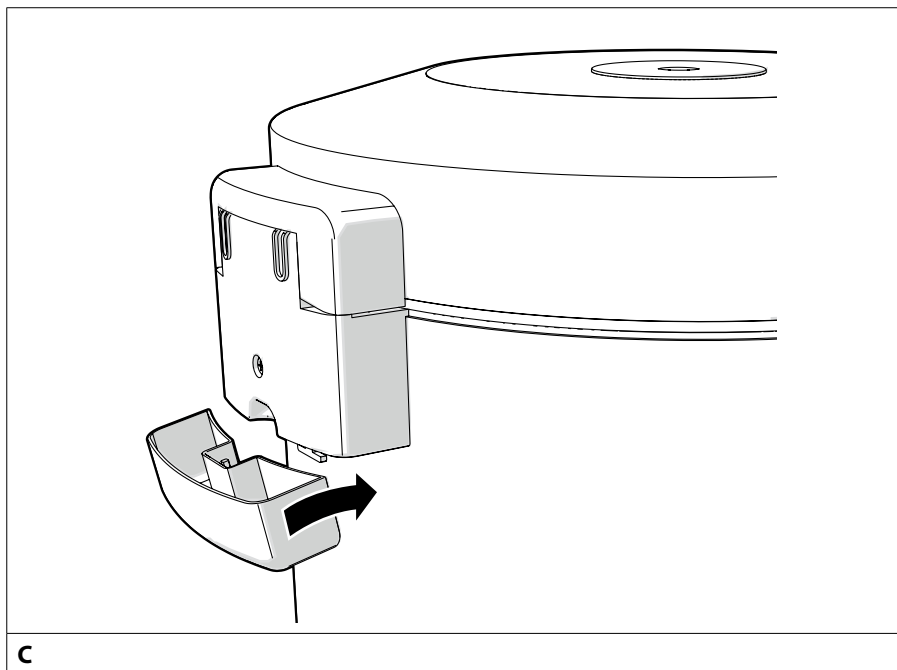
Pour préparer l'appareil avant la première utilisation :

1. Appuyez sur le **bouton du couvercle** 1 pour ouvrir le couvercle.
2. Rincez les parties suivantes à l'eau chaude :
 - Cuve de cuisson 4
 - Panier vapeur 3
 - Spatule à riz 8
 - Tasse à mesurer 9

▲ INSTALLATION

Installation de l'appareil :

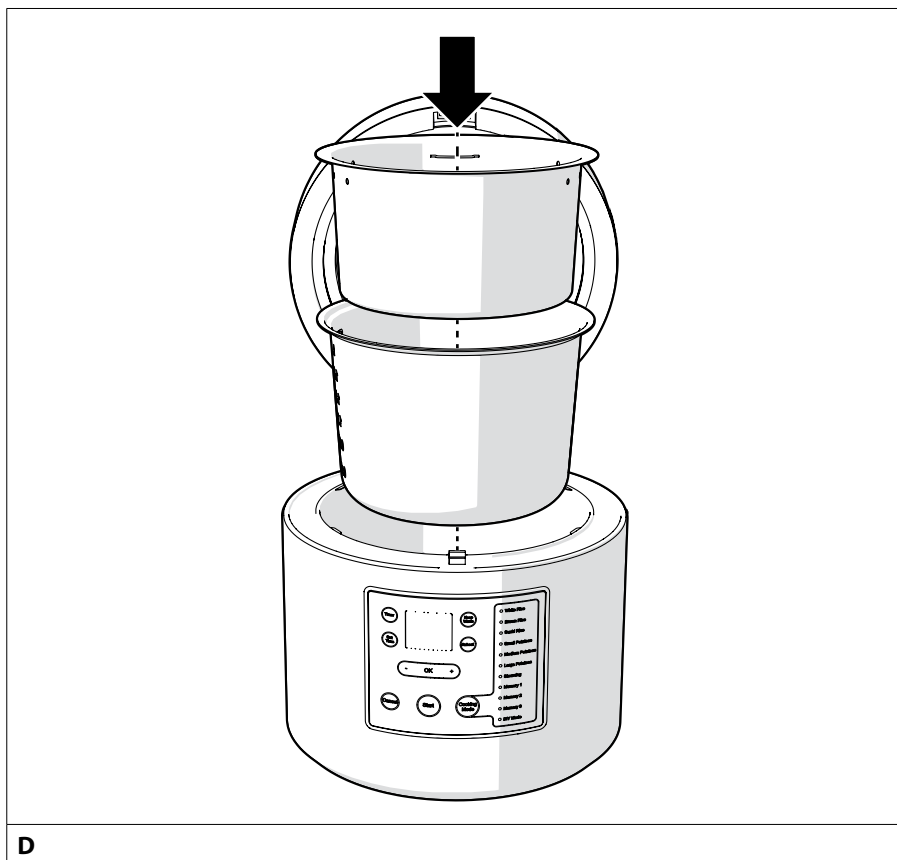
1. Placez l'appareil sur une surface stable, plane et résistant à la chaleur et à l'humidité.



C

2. Placez le **réservoir de condensation** 10 contre la **fixation du réservoir de condensation** 5. Appuyez jusqu'à ce qu'il s'enclenche (voir image C).

▲ PRÉPARATION À LA CUISSON DES POMMES DE TERRE



Pour préparer l'appareil pour la cuisson des pommes de terre :

1. Remplissez la **cuve de cuisson 4** avec 0,8 litre d'eau.
2. Mettez les pommes de terre dans le **panier vapeur 3**.
3. Assemblez l'appareil (voir image D).

▲ METTRE L'APPAREIL SOUS TENSION

Mise en marche de l'appareil :

1. Branchez le **câble d'alimentation** 11 dans le **port d'alimentation** 6.
2. Branchez l'autre extrémité du **câble d'alimentation** 11 dans une prise de courant.
3. Mettez **l'interrupteur d'alimentation** 7 sur I pour mettre l'appareil sous tension.

L'appareil est maintenant prêt à être utilisé.

▲ CUIRE

Pour cuire des aliments avec l'appareil :

1. Fermez le couvercle.
 2. Appuyez à plusieurs reprises sur le **bouton de mode de cuisson** 20 pour sélectionner un programme de cuisson :
 - Lorsque votre type d'aliment est dans la liste des programmes, sélectionnez le programme correspondant.
 - Lorsque vous souhaitez utiliser des paramètres personnalisés, sélectionnez l'un des programmes en mémoire ou personnalisés (voir chapitre Créer un mode de cuisson personnalisé).
- i** Pour utiliser la fonction de minuterie, voir le chapitre Utiliser la fonction de minuterie.
3. Appuyez sur le **bouton de démarrage** 17 pour démarrer le cycle de cuisson.

Lorsque le processus de cuisson est terminé, l'appareil émet un bip et passe en mode de maintien au chaud. La fonction de maintien au chaud se met automatiquement hors tension au bout de 24 heures.

▲ UTILISER LA FONCTION DE MINUTERIE

Vous pouvez régler une minuterie après avoir sélectionné le mode de cuisson souhaité. Pour utiliser la fonction de minuterie :

1. Appuyez sur le **bouton de réglage de la durée** 13.

- i** Utiliser la fonction de minuterie pour régler une durée (temps de cuisson minimum du programme sélectionné + 21 minutes de retard) à partir duquel le processus de cuisson doit être terminé. 20 minutes avant le temps de cuisson réel pour le programme sélectionné, l'appareil commence à chauffer. Si la température de départ pour le programme de cuisson sélectionné est atteinte avant que ces 20 minutes ne se soient écoulées, le temps de cuisson commence à décompter à partir de ce moment et une fois le processus de cuisson terminé, l'appareil passe en mode de maintien au chaud.
2. Utilisez les **boutons de réglage** **15** pour régler la durée après laquelle le processus de cuisson doit être terminé.
 3. Appuyez sur le **bouton de démarrage** **17** pour démarrer.

Lorsque la minuterie est écoulée, le processus de cuisson est terminé.

▲ CRÉER UN MODE DE CUISSON PERSONNALISÉ

Pour créer un mode de cuisson personnalisé :

1. Appuyez à plusieurs reprises sur le **bouton de mode de cuisson** **20** afin de sélectionner un programme en mémoire (mémoire 1, 2 ou 3) ou la fonction personnalisée :
 - Lorsque vous souhaitez utiliser vos propres paramètres et les enregistrer pour une utilisation ultérieure, sélectionnez l'un des programmes en mémoire.
 - Lorsque vous souhaitez utiliser vos propres paramètres, mais que vous n'avez pas besoin de les enregistrer, sélectionnez le mode personnalisé.
2. Appuyez sur le **bouton de réglage de la durée** **14**.
3. Utilisez les **boutons de réglage** **15** pour modifier le temps de cuisson.
4. Appuyez sur OK.
5. Utilisez les **boutons de réglage** **15** pour modifier la température de cuisson.
6. Appuyez sur OK.
7. Appuyez sur le **bouton de démarrage** **17** pour démarrer le cycle de cuisson.

La température clignote jusqu'à ce que la température soit atteinte. Ensuite, le compte à rebours commence.

Lorsqu'un programme en mémoire est sélectionné, les paramètres sont automatiquement enregistrés dans le programme en mémoire sélectionné lorsque le bouton de démarrage est utilisé.

▲ UTILISER LA FONCTION DE RÉCHAUFFAGE

Pour utiliser la fonction de réchauffage :

1. Appuyez sur le **bouton de réchauffage** 19. L'appareil commence à réchauffer.

L'appareil commence à réchauffer. Au bout de 8 minutes, l'appareil passe en mode de maintien au chaud pendant 24 heures maxi.

▲ NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Nous recommandons de nettoyer l'appareil après utilisation. Nettoyage de l'appareil :

1. Mettez l'appareil hors-tension et débranchez-le de la source d'alimentation.
2. Laissez l'appareil refroidir.
3. Rincez les parties suivantes à l'eau chaude :
 - Cuve de cuisson 4
 - Panier vapeur 3
 - Spatule à riz 8
 - Tasse à mesurer 9

i La cuve de cuisson et le panier vapeur peuvent également être nettoyés au lave-vaisselle.

4. Nettoyez l'appareil avec un chiffon légèrement humide.
5. Au centre du couvercle se trouve une soupape de vapeur. Si elle est sale, saisissez-la par l'intérieur du couvercle et tournez-la dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour l'extraire du rebord. Elle peut être nettoyée sous l'eau courante. Laissez-la sécher complètement et remettez-la dans le support en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce que le point de pression soit dépassé.

▲ STOCKAGE

Rangez l'appareil dans son emballage d'origine dans un endroit sec et fermé.

▲ CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

No. de modèle	EB-50J05, Type 8161
Tension / fréquence	220–240 V~ / 50 – 60 Hz
Puissance	860 W
Dimensions (L x P x H)	30 x 25 cm (Ø x H)
Poids	3,9 kg

Sous réserve de modifications techniques.

▲ DEPANNAGE

Problème	Cause	Dépannage
L'appareil ne fonctionne pas.	L'appareil est endommagé.	Assurez-vous que le câble d'alimentation soit branché sur une source d'alimentation en état de marche. Mettez l'appareil sous tension. L'appareil est endommagé s'il ne se met pas sous tension. Contactez Solis ou un centre de service agréé Solis.
L'écran affiche un code d'erreur commençant par un E.	Il y a une défaillance électrique.	Contactez Solis ou un centre de service agréé Solis.

ELIMINATION



EU 2012/19/EU

Indications sur l'élimination réglementaire du produit conformément à la directive EU 2012/19/EU.

Après usage, l'appareil ne doit pas être éliminé avec les ordures ménagères normales. Vous devez l'apporter dans un centre local de collecte des déchets ou chez un revendeur qui l'éliminera de façon appropriée. Contrairement à une élimination inappropriée, l'élimination séparée des appareils électriques et électroniques permet d'éviter les éventuelles conséquences négatives sur l'environnement et la santé et autorise la réutilisation et le recyclage des composants, ainsi que des économies d'énergie et de matières premières significatives. Afin d'attirer clairement l'attention sur l'obligation d'élimination réglementaire de l'appareil, celui-ci porte un symbole représentant un conteneur à ordures barré.

Solis of Switzerland SA se réserve le droit d'apporter à tout moment des modifications techniques et de présentation, ainsi que de procéder à des modifications visant à l'amélioration du produit.

SOLIS HELPLINE

Cet article se distingue par sa longévité et sa fiabilité. Si un dysfonctionnement devait tout de même survenir, appelez-nous tout simplement. Il arrive souvent qu'une panne soit facile à réparer sans difficulté grâce au bon conseil et à la bonne astuce, sans que l'appareil doive être envoyé chez un réparateur. Nous vous conseillons et vous aidons volontiers. Les coordonnées se trouvent à la fin de ce mode d'emploi.

Gardez l'emballage d'origine pour un transport ou une expédition éventuellement nécessaire du produit.

▲ GARANTIE DE 2 ANS

i Uniquement valable avec un ticket de caisse.

Nous fournissons une garantie pour cet appareil, si le défaut est manifestement apparu à la suite de défauts de matériau ou de construction, et qu'il est survenu malgré une manipulation et des soins appropriés. Le bris de verre n'est pas couvert par la garantie. La garantie commence à partir de la date de vente, telle qu'indiquée sur la facture, qui doit être jointe à l'appareil. Pour un usage commercial, la garantie dure 12 mois. Les conditions de garantie détaillées sont disponibles sur www.solis.com.

▲ SOLIS HELPLINE – SERVICE D'ASSISTANCE

Pour toute réparation, les clientes et clients résidant en Suisse renvoient directement l'appareil à: Solis Produzione SA, Centro Solis, Via Penate 4, CH-6850 Mendrisio, Suisse. Il est recommandé de téléphoner avant tout retour d'appareil, car les dysfonctionnements peuvent souvent être résolus par nos experts à l'aide de quelques conseils et astuces. Hors de Suisse, les contacts spécifiques à chaque pays sont indiqués sur le site www.solis.com. Bien entendu, nous vous informons volontiers par téléphone. Vous pouvez nous contacter par téléphone aux numéros suivants:

Pour la Suisse : +41 91 802 90 10

Pour l'Allemagne : 0800 724 0702

Pour l'Autriche : 0800 22 03 92

Pour les Pays-Bas : +31 85 4010 722

Pour la Belgique: +32 2 808 35 82

Pour les autres pays: +41 44 874 64 84

▲ RECETTES

CURRY À LA MANGUE ET AUX LÉGUMES

Ingrédients pour 4 personnes

- 400 g de légumes (oignons, carottes, poireaux, poivrons et céleri).
- 300 g de riz basmati
- 600 ml d'eau
- 100 ml de lait de coco
- 250 ml de jus d'orange

- 250 ml de jus de pomme
- 80 g de mangue
- 50 g de noix de cajou
- 30 g de curry
- Sel, poivre et muscade

1. Coupez les légumes et la mangue en dés d'env. 1,5 cm.
2. Mettez les légumes et le riz dans la casserole avec le curry, l'eau, le jus d'orange, le jus de pomme et le lait de coco et mélangez avec la cuillère à riz.
3. Réglez le cuiseur à riz sur 100°C pendant 30 minutes.
4. Une fois le temps de cuisson terminé, ajoutez les dés de mangue et assaisonnez avec du sel, du poivre et de la muscade.

Servez avec des noix de cajou.

BOULETTES

Ingrédients pour 2 personnes

- 400 g (faire la pâte avec de la levure selon la recette de base)
- 200 ml de lait
- 30 g de beurre
- 30 g de sucre

1. Formez 4 boulettes de taille égale avec la pâte.
2. Mettez les boulettes dans la casserole avec le lait, le beurre et le sucre.
3. Réglez le cuiseur à riz sur 40°C pendant 95 minutes.

À la fin de la cuisson, servez les nouilles vapeur avec une sauce à la vanille.

SAUCE À LA VANILLE

- 4 jaunes d'œufs
- 40 g de sucre
- 1 gousse de vanille
- 500 ml de lait
- 1 cuillère à café de fécule de maïs

1. Grattez la pulpe de vanille de la gousse.
2. Mettez-la dans un bol avec tous les autres ingrédients et mélangez bien.
3. Mettez ensuite le mélange dans la cuve de cuisson et faites chauffer à 80°C pendant 10 minutes.
4. Une fois le temps de cuisson terminé, versez dans un bol et mélangez bien avec un fouet.

POMMES FARCIES

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 pommes
 - 1 cuillère à soupe de flocons d'avoine
 - 1 cuillère à soupe de semoule
 - 1 cuillère à soupe de raisins secs
 - 30 g de pâte d'amande
 - 500 ml de cannelle et de jus de pomme
1. Coupez le bas des pommes et évidez-les.
 2. Coupez le reste des pommes en petits dés.
 3. Mélangez dans un bol les dés de pomme avec la semoule, les flocons d'avoine, les raisins secs, la pâte d'amande et la cannelle et remplissez les pommes avec le mélange.
 4. Versez le jus de pomme dans la cuve de cuisson.
 5. Mettez les pommes dans le panier vapeur avec le côté rempli vers le bas et suspendez le panier dans la cuve de cuisson.
 6. Réglez le cuiseur à riz sur 30°C pendant 95 minutes.

Servez les pommes avec une sauce à la vanille.

CRÈME BRULÉE

Ingrédients pour 4 personnes

- 200 ml de lait
 - 100 de crème
 - 1 œuf
 - 2 jaunes d'œufs
 - 1 gousse de vanille
 - 40 g de sucre
 - 1 pincée de sel
 - 50 g de cassonade pour caraméliser
1. Grattez la pulpe de la gousse de vanille.
 2. Mélangez tous les ingrédients avec la pulpe de la gousse de vanille dans un bol et mélangez bien. Répartissez le mélange dans 4 petits plats en porcelaine allant au four.
 3. Ajoutez 1 litre d'eau dans la cuve de cuisson et suspendez le panier vapeur dans la cuve de cuisson.
 4. Mettez les 4 moules dans le panier vapeur et réglez le cuiseur à riz sur 95°C pendant 50 minutes.

5. Laissez la crème refroidir et saupoudrez-la de cassonade.
6. Caramélisez-la avec un chalumeau de cuisine ou au four avec une fonction grill jusqu'à ce que le sucre ait fondu pour former une couleur brun clair.

BOLOGNAISE AUX LENTILLES ROUGES

Ingrédients pour 4 personnes

- 300 g de légumes (carottes, poireaux, céleri et oignons)
 - 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
 - 250 g de lentilles rouges
 - 1 kg de tomates en dés au jus de tomate
 - 350 ml de bouillon de légumes
 - 5 ml de vinaigre d'eau de vie
 - 1 gousse d'ail
 - Sel, poivre, muscade, thym, marjolaine et basilic
1. Coupez les légumes en dés de 0,5 cm.
 2. Mettez les légumes et les lentilles rouges dans le cuiseur à riz avec l'huile d'olive, les tomates en dés, le bouillon de légumes et la gousse d'ail écrasée et réglez à 95°C pendant 30 minutes.
 3. Assaisonnez ensuite avec les épices, les herbes et le vinaigre.

Les spaghettis ou les légumes farcis sont un bon accompagnement pour ce plat.

RISOTTO AUX LÉGUMES

Ingrédients pour 2 personnes

- 300 g de légumes (carottes, poireaux, poivrons, courgettes et oignons)
 - 200 g de riz à risotto
 - 750 ml de bouillon
 - 70 g de parmesan
1. Coupez les légumes en dés de 0,5 cm et ajoutez-les dans le cuiseur à riz avec le riz à risotto et le bouillon. Réglez à 95°C pendant 30 minutes.
 2. À la fin de la cuisson, incorporez le parmesan et assaisonnez de sel, poivre, ail et muscade.

RAGOÛT DE COUSCOUS AU POULET ARABE

Ingrédients pour 2 personnes

- 200 g de poulet désossé
- 100 g de couscous
- 500 ml de bouillon
- 300 g de légumes (carottes, poireaux, céleri, oignons)
- Paprika, cumin moulu, cannelle moulue, clous de girofle en poudre, gingembre en poudre, sel et poivre
- 50 g de pois mange-tout
- 3-4 fils de safran ou un peu de poudre de safran

1. Coupez le poulet en morceaux d'env. 4 cm et enrobez-le de paprika, de graines de cumin, de cannelle, de clous de girofle et de gingembre. Laissez mariner au réfrigérateur pendant 1-2 heures.
2. Coupez les légumes en dés de 1,5 cm.
3. Mettez le poulet, le bouillon, les légumes en dés et le safran dans le cuiseur à riz et faites cuire à 100°C pendant 30 minutes.
4. Après la cuisson, ajoutez les pois mange-tout et le couscous et laissez cuire pendant encore 5 minutes.
5. Assaisonnez selon vos goûts avec du sel et du poivre au besoin.

LÉGUMES FARCIS

Ingrédients pour 2 personnes

- Légumes appropriés pour la farce, par exemple tomates, pommes de terre, courgettes ou oignons
- 150 g de lait caillé
- 1 œuf
- 50 g de gorgonzola
- 50 g de chapelure
- Sel, poivre, muscade, marjolaine et ciboulette

1. Coupez les légumes en deux et évidez-les. Coupez les restes en petits dés.
2. Mélangez dans un bol les légumes coupés en dés avec le fromage blanc, le gorgonzola et l'œuf. Assaisonnez d'herbes et d'épices. Si nécessaire, épaississez le mélange avec de la chapelure.
3. Remplissez les légumes évidés avec le mélange et mettez-les dans le panier vapeur.
4. Remplissez la cuve de cuisson d'env. 1 l d'eau et suspendez le panier vapeur dans la cuve de cuisson. Cuissez à la vapeur à 100°C pendant 40 minutes.

Se marie parfaitement avec la bolognaise aux lentilles.

CH**Schweiz / Suisse / Svizzera**

✉ Solis Produzione SA
Centro Solis
Via Penate 4
CH – 6850 Mendrisio

Adresse für Warenretouren abweichend – siehe:

Adresse différente pour les retours de produit – voir:

Indirizzo differente per resi di merce - vedi:

www.solis.com

☎ 091 – 802 90 10
@ support.ch@solis.com
🌐 www.solis.ch

D**Deutschland**

✉ Solis Deutschland GmbH
Marienstrasse 10
D – 78054 Villingen-
Schwenningen

Adresse für Warenretouren abweichend – siehe:

www.solis.com

☎ 0800 – 724 07 02
@ info.de@solis.com
🌐 www.solis.de

AT**Österreich**

✉ Solis Austria
Bruderhofstrasse 10
A – 6800 Feldkirch

Adresse für Warenretouren abweichend – siehe:

www.solis.com

☎ 0800 – 22 03 92
@ info.at@solis.com
🌐 www.solis.at

NL**Nederland**

✉ Solis Benelux BV
Stadskade 318
NL – 7311 XX Apeldoorn

Afwijkend adres voor productretouren – zie:

www.solis.com

☎ 085 – 4010 722
@ info.nl@solis.com
🌐 www.solisonline.nl

B**LU****België / Belgique
Belgien / Luxembourg**

✉ Solis Benelux BV
Stadskade 318
NL – 7311 XX Apeldoorn

Address for return shipment of goods differs – please refer to:

Afwijkend adres voor productretouren – zie:

Adresse différente pour les retours de produit – voir:

www.solis.com

☎ +32 – (0)2 – 808 35 82
@ info.be@solis.com
🌐 www.solis.be

INT**International**

✉ Solis Produzione SA
Centro Solis
Via Penate 4
CH – 6850 Mendrisio
Switzerland

Address for return shipment of goods differs – please refer to www.solis.com

☎ +41 – 91 – 802 90 10
@ support.ch@solis.com
🌐 www.solis.com

SINCE 1908

Solis

Solis of Switzerland Ltd

Solis-House • CH-8152 Glattbrugg-Zurich • Switzerland
www.solis.ch • www.solis.com

Rendez-nous visite sur

www.solis.com