

Marmicoc®

OLLA A PRESIÓN SUPER-RÁPIDA



MOD. LA COCOTTE

MARMICOC

Marmicoc®

OLLA A PRESIÓN SUPER-RÁPIDA



MOD. LA COCOTTE

MARMICOC

Marmicoc®



www.marmicoc.es

8 REPUESTOS

Hemos seleccionado los repuestos más importantes de su olla a presión. Recuerde que puede consultar nuestra página web: www.marmicoc.es

	NOMBRE	NÚMERO REPUESTO	CÓDIGO REPUESTO	EAN 13
	VÁLVULA DE TRABAJO	03	09REMEVTCOT	 8 429113 945983
	MANGO SUPERIOR	05	09REMEMSCOT	 8 429113 945989
	1ª VÁLVULA DE SEGURIDAD	07	09REMEVVCOT	 8 429113 946007
	JUNTA DE SILICONA	08	09REMEJSCOT	 8 429113 946014
	ASA LATERAL	09	09REMEALCOT	 8 429113 945979
	MANGO INFERIOR	10	09REMEMICOT	 8 429113 945958
	2ª VÁLVULA DE SEGURIDAD	14	09REMEVSCOT	 8 429113 945994
	JUNTAS DE SILICONA PARA VÁLVULAS		09REMEJJCOT	 8 429113 946021

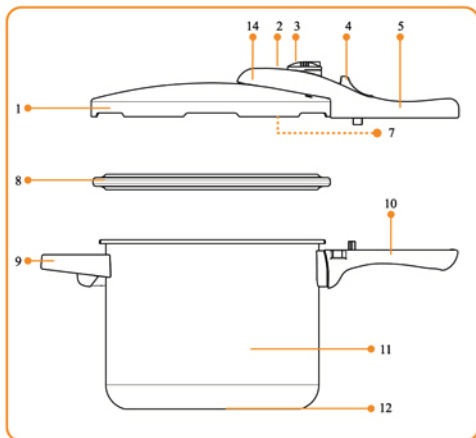
ÍNDICE

PÁGINAS

1 PARTES DE LA OLLA	2
2 INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD	3
3 DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD DE LA OLLA	4
4 POSICIONES DE LA VÁLVULA DE TRABAJO	5
5 VERIFICACIÓN DE LAS VÁLVULAS	6
6 USO DE LA OLLA	6
7 TIEMPOS DE COCCIÓN	9
8 REPUESTOS	13

1 PARTES DE LA OLLA

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1. Tapa. | 8. Junta de silicona. |
| 2. Sensor de presión. | 9. Asa lateral. |
| 3. Válvula de trabajo. | 10. Mango inferior. |
| 4. Botón de apertura. | 11. Cuerpo. |
| 5. Mango superior. | 12. Fondo termodifusor. |
| 7. 1ª Válvula de seguridad. | 14. 2ª Válvula de seguridad. |



Lea siempre los consejos de seguridad que a continuación mencionamos antes de usar por primera vez la olla:

- Lea atentamente el manual de instrucciones antes de usar la olla a presión. Guárdelo junto con la factura de compra y, si es posible, con el embalaje original para futuras consultas.
- Reduzca el calor cuando la presión haya alcanzado su máximo para que el líquido no salga en forma de vapor.
- No llene la olla más de dos tercios (2/3) de su capacidad o sobrepase la marca de nivel "MAX" grabada en el interior del cuerpo. Cuando cocine alimentos como arroz o legumbres, no llene más de la mitad de la olla. Un exceso de llenado puede obstruir las válvulas y causar un exceso de presión.
- Asegúrese que la olla se encuentra bien cerrada. Nunca debe ser usada por niños siendo necesaria una supervisión adecuada cuando la olla se use cerca de ellos.
- Nunca introduzca la olla en el horno.
- Antes de cocinar con la olla lea atentamente el apartado "Uso de la olla".
- Tenga especial precaución en la manipulación de la olla cuando contenga líquidos calientes.
- No utilice la olla para otro uso que no sea la cocción de alimentos.
- Nunca toque las superficies calientes. Utilice los mangos y/o el asa lateral.
- El uso inapropiado de la olla puede originar quemaduras y lesiones. Asegúrese de que la olla esté bien cerrada antes de utilizarla. • Tenga en cuenta que alimentos como el puré de manzana, los arándanos, la cebada, harina de avena u otros cereales, fideos, macarrones o espaguetis pueden crear espuma y atascar el dispositivo de desbloqueo. Estos alimentos no deben ser cocinados en la olla.
- Antes y después de cada uso de la olla asegúrese que las válvulas estén correctamente limpias.
- Nunca abra la olla hasta que la presión interna haya sido eliminada. Compruebe que el sensor de presión haya bajado completamente antes de abrir la tapa.
- No utilice la olla para freír con aceite.
- Utilice exclusivamente recambios originales MARMICOC.
- **GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES.** Si por cualquier razón usted las pierde, podrá descargarlas gratuitamente en www.marmicoc.es.

Este modelo de olla ha sido diseñado con 5 sistemas de seguridad. Antes de utilizarla por primera vez, por favor, dedique un tiempo a familiarizarse con estos dispositivos y cómo se trabaja con ellos. A continuación se detallan dichos sistemas de seguridad:

Bloqueo fácil (4): Gracias a este sistema la olla a presión se bloqueará automáticamente sólo si la tapa y el cuerpo están correctamente alineados de acuerdo con las instrucciones de cierre que encontrará en el manual. La razón de este sistema es el de prevenir accidentes debido a un cierre incorrecto de la olla. Si el botón de apertura (4) no retrocede, la olla no generará presión. La olla estará correctamente cerrada cuando los mangos de la tapa y del cuerpo estén alineados y se escuche un pequeño “click”.

Sensor de presión (2): Cuando la olla a presión esté correctamente cerrada y la válvula de trabajo (3) se encuentre en la posición I ó II, la olla empezará a tomar temperatura en el momento que le pongamos sobre la fuente de calor. El vapor empezará a generarse dentro del cuerpo y el sensor de presión (2) se levantará y bloqueará el sistema evitando la apertura involuntaria de la olla. Si el sensor de presión está levantado, quiere decir que todavía hay presión en el interior de la olla por lo que usted no podrá abrir la tapa en ese momento.

Válvula de trabajo (3): Es uno de los elementos más importantes. Usted puede elegir cómo de rápido quiere que la olla cocine los alimentos. Puede seleccionar el nivel adecuado de acuerdo con el tipo de alimento, el tiempo y su experiencia. La válvula se compone de 2 posiciones: cocina rápida y cocina super-rápida.

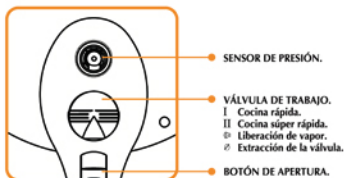
Por favor, recuerde que con este producto apenas escuchará ruido y no tendrá que liberar vapor. Esta olla a presión opera en silencio. Le recomendamos que seleccione el nivel deseado de presión antes de empezar a cocinar.

1ª Válvula de seguridad (7): Si por alguna circunstancia la válvula de trabajo se obstruyese o no funcionase y se produce un aumento de presión, entraría en funcionamiento esta válvula de seguridad liberando el vapor y equilibrando la sobrepresión. Si esto ocurriese, deberá retirar la olla de la fuente de calor y esperar a que la olla pierda totalmente la presión antes de proceder a la apertura y limpieza de la válvula de trabajo con abundante agua y jabón. Si persiste el problema, deberá llevar la olla a un Servicio Técnico Autorizado.

2ª Válvula de seguridad (14): Si ocurriera una sobrepresión y los anteriores sistemas de seguridad se obstruyeran o no funcionaran correctamente, entraría en funcionamiento esta segunda válvula de seguridad liberando el vapor a través de dos orificios situados en el mango superior (5).

4 POSICIONES DE LA VÁLVULA DE TRABAJO

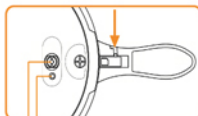
- ☉ **Liberación de vapor:** Cuando la válvula se sitúa en esta posición, la olla libera automáticamente todo el vapor contenido. Después que termine el proceso usted podrá abrir la tapa. Como un sistema extra de seguridad, si el nivel interno de presión siguiera siendo alto al recomendado usted no podrá abrir la tapa hasta que no alcance los niveles apropiados.
- I **Cocina rápida:** El nivel de presión más bajo se sitúa en 60 kPa. La válvula de trabajo mantendrá estable la presión en el interior de la olla.
- II **Cocina súper rápida:** El nivel de presión más alto se sitúa en 100 kPa. La válvula de trabajo mantendrá estable la presión en el interior de la olla. No es necesario liberar el vapor, pero si así lo hiciera, baje el fuego al mínimo.
- Ø **Extracción de la válvula:** Esta posición permite extraer la válvula para su limpieza. No debe realizar esta maniobra mientras la olla todavía contenga presión en su interior. Para desplazar la válvula de trabajo, sujete la tapa de dicha válvula con dos dedos, presione hacia abajo y gire a la derecha hasta la posición deseada (I, II o ☉). Nunca lleve la válvula a su posición de extracción (Ø) mientras la olla a presión no esté totalmente despresurizada. (El sensor de presión (2) debe encontrarse en su posición más baja).



5 VERIFICACIÓN DE LAS VÁLVULAS

Las válvulas son los dispositivos de seguridad más importantes de su olla a presión. Siempre debe revisarlas para asegurarse que no están obstruidas.

Sensor de presión (2): Retire la tapa y gírela. En la parte trasera del mango verá un tope. Púsele suavemente con un elemento puntiagudo (ej. un destornillador). Inmediatamente el tope retrocederá. En esta posición la tapa estaría cerrada. Deje deslizarse hacia arriba y hacia abajo el sensor de presión (2) para cerciorarse que se mueve libremente. Es muy importante porque este dispositivo de seguridad estará bloqueando el sistema de apertura cuando haya una mínima presión dentro de la olla. Después de la comprobación coloque la tapa. Pulse el botón de apertura (4) para dejar la tapa en posición de abrirla.



● 1ª VÁLVULA DE SEGURIDAD.

● 2ª VÁLVULA DE SEGURIDAD.

Válvulas de seguridad (7 y 14): Dentro del sensor de presión se encuentra la 1ª válvula de seguridad (7), y junto a esta se ubica la 2ª válvula de seguridad (14). Para comprobar que no están bloqueadas debe pulsarlas suavemente en el centro de cada una. Sentirá una pequeña resistencia por el muelle que contienen en su interior pero deberá poder moverse fácilmente. Si cree que la pieza está bloqueada, no utilice la olla a presión, límpiela o lleve su olla a un Servicio Técnico Autorizado antes de volver a usarla.

6 USO DE LA OLLA

NO UTILICE LA OLLA PARA FREIR CON ACEITE. AGREGUE SIEMPRE UN MÍNIMO DE 250 ML. DE LÍQUIDO A LA OLLA A PRESIÓN.

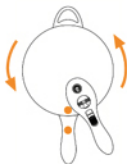
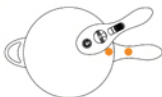
La olla a presión "LA COCOTTE" está fabricada en acero inoxidable de alta calidad. incorpora un fondo termodifusor, lo que le hace ser óptima para usarla en todo tipo de fuegos (gas, vitrocerámica, eléctrico, inducción...)

El diámetro de la base de la olla deberá coincidir con la del fuego. Si utiliza cocina a gas, nunca permita que las llamas sobresalgan por los laterales de la olla.

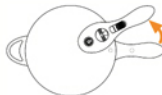
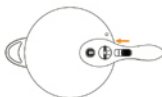
Nunca llene la olla más de dos tercios (2/3) de su capacidad.

Para cerrar correctamente la olla, coloque la junta de silicona (8) en la parte superior dentro de las pestañas del interior de la tapa. Sitúe la tapa (1) encima del cuerpo (11) alineando las marcas ● de la tapa y del mango inferior y gire en el sentido de las agujas del reloj hasta escuchar un "click". Para generar presión, gire la válvula de trabajo (3) a la posición I ó II. Si la válvula de trabajo se encuentra en la posición ③ la olla no se generará presión.

APERTURA



CIERRE



Coloque la olla bien cerrada en una fuente de calor del tamaño de la base de la olla. Proceda a calentarla a fuego fuerte. El aire que se pueda quedar en el interior de la olla será liberado por el sensor de presión (2) cuando empiece a generarse presión en el interior de la olla. En este proceso inicial recomendamos poner el fuego fuerte hasta el momento en que la válvula de trabajo (3) empiece a liberar vapor. Desde este momento comienza el tiempo de cocción y debemos bajar la intensidad de calor al mínimo necesario para mantener la presión de trabajo y la intensidad de calor debe ser ajustada o reducida.

La olla a presión sólo se podrá abrir cuando no contenga presión en su interior. La presión se puede reducir de las siguientes maneras:

Liberación natural de la presión: Retire la olla de la fuente de calor y déjela enfriar alrededor de 10 a 15 minutos. Pasado ese tiempo, gire la válvula de trabajo (3) a la posición de liberación de vapor (®) y compruebe que el sensor de presión (2) haya bajado.

Liberación automática: Retire la olla a presión de la fuente de calor, coloque la válvula de trabajo (3) en la posición de liberación de vapor (®) para que el vapor salga completamente.

Reducción rápida de la presión: Sitúe la olla a presión debajo del grifo y deje caer el agua fría sobre la tapa hasta que el vapor desaparezca totalmente y el sensor de presión (2) baje. Evite que entre agua dentro de la olla.

RECOMENDACIONES

Si la olla ha sido calentada sin que contenga nada en su interior, por favor consulte al Servicio Técnico Autorizado más cercano antes de usarla nuevamente.

Nunca introduzca o use la olla dentro de un horno.

La junta de silicona debe ser cambiada al menos cada dos años (dependiendo de su uso).

Nunca abra la olla a presión direccionándola hacia su cara ya que puede contener vapor muy caliente.

No utilice agentes corrosivos como la lejía (ni siquiera diluida en agua) ni cualquier tipo de ácido para limpiar la olla.

El sistema de cocción de esta olla a presión reduce los tiempos de cocción si se compara con los métodos de cocción convencionales, ayudando al ahorro de energía. La cantidad de agua utilizada también es reducida. La cocción a presión preserva una gran cantidad de nutrientes, vitaminas y minerales, mejorando el sabor natural y textura de los alimentos.

La presiones de funcionamiento de esta olla a presión son de 60 y 100 kPa (8,7 y 15 psi). Los tiempos de cocción deben contarse desde el momento en que el vapor comienza a salir del regulador de presión. En este punto, el calor debe reducirse al mínimo para mantener la presión dentro de la olla.

Deben tomarse como orientación, ya que pueden variar según el tipo de comida, el corte, el agua utilizado y el gusto personal del usuario.

Cantidad mínima de líquido necesaria para la cocción a presión 250 ml (0.26 Qts / 8 oz).

Cantidad mínima de líquido necesaria para la cocción al vapor 750 ml (0.79 Qts / 25 oz).



TABLAS DE TIEMPOS

CALDOS, SOPAS Y CREMAS

ELABORACIÓN	POSICIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Caldo de verduras.	I	18 / 20 min.	Nivel máximo.
Caldo de carne.	II	20 / 25 min.	Nivel máximo.
Caldo de ave.	II	18 / 20 min.	Nivel máximo.
Caldo de pescado.	I	12 / 15 min.	Nivel máximo.
Caldo Gallego.	II	14 / 16 min.	Hasta cubrir los ingredientes. *
Sopa de tomate.	I	6 / 8 min.	Según sea necesario. *
Sopa de cebolla.	I	6 / 8 min.	Según sea necesario. *
Sopa minestrone.	I	6 / 8 min.	Según sea necesario. *
Sopa de rabo de buey.	II	28 / 35 min.	Según sea necesario. *
Sopa de almejas.	I	4 / 6 min.	Según sea necesario. *
Crema de espárragos.	I	6 / 8 min.	Hasta cubrir los ingredientes. *
Crema de calabaza.	I	6 / 10 min.	Hasta cubrir los ingredientes. *
Crema Vichyssoise.	I	8 / 10 min.	Hasta cubrir los ingredientes. *
Crema de guisantes.	I	6 / 8 min.	Hasta cubrir los ingredientes. *
Hummus, puré de garbanzos.	II	20 / 25 min.	Hasta cubrir los ingredientes. *

* Al menos 250 ml / 8 oz

VERDURAS, HORTALIZAS Y PATATAS

ELABORACIÓN	POSICIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Brocoli en cuartos.	I	4 / 6 min.	250 ml.
Cebolla.	II	3 / 4 min.	250 ml.
Zanahoria entera.	II	4 / 6 min.	Nivel medio.
Zanahoria troceada.	II	2 / 3 min.	250 ml.
Tomate entero.	I	3 / 4 min.	250 ml.
Espinacas frescas.	I	2 / 3 min.	250 ml.
Acelgas, hojas.	I	2 / 4 min.	250 ml.
Acelgas, pencas.	II	3 / 4 min.	250 ml.
Alcachofas medianas.	II	4 / 6 min.	250 ml.
Apio.	I	4 / 5 min.	250 ml.
Batata.	II	4 / 6 min.	250 ml.
Calabaza troceada.	II	4 / 6 min.	250 ml.
Calabacín.	I	4 / 6 min.	250 ml.
Guisantes.	I	3 / 5 min.	250 ml.
Patatas enteras.	II	6 / 8 min.	Nivel medio.
Patatas troceadas.	I	2 / 4 min.	Hasta cubrir los ingredientes. *
Cardo.	II	18 / 20 min.	Hasta cubrir los ingredientes. *
Coles de Bruselas.	II	2 / 3 min.	250 ml.
Coliflor troceada.	I	4 / 6 min.	250 ml.
Espárragos.	II	8 / 10 min.	Nivel medio.
Endivias enteras.	I	2 / 3 min.	250 ml.
Hinojo.	I	4 / 6 min.	250 ml.
Judías verdes, vainas.	I	6 / 10 min.	250 ml.
Lombarda, col morada.	II	4 / 6 min.	Nivel medio.
Mazorcas de maíz.	II	6 / 8 min.	Nivel medio.
Okra.	I	4 / 6 min.	250 ml.
Puerros.	I	6 / 8 min.	250 ml.
Remolacha entera.	II	15 / 20 min.	Nivel medio.
Salsifi.	II	6 / 8 min.	Nivel medio.
Tirabeques.	I	6 / 8 min.	250 ml.

* Al menos 250 ml / 8 oz

ARROCES

ELABORACIÓN	POSICIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Arroz bahía, basmati, bomba, Jazmín, sénia.	I	8 / 9 min.	Según receta. *
Arroz integral.	II	8 / 12 min.	Según receta. *
Risotto.	I	6 / 8 min.	Según receta. *
Arroz a la cubana.	I	8 / 9 min.	Según receta. *
Arroz a la marinera.	I	8 / 9 min.	Según receta. *
Arroz salvaje.	II	6 / 10 min.	Según receta. *
Arroz veneré.	II	14 / 16 min.	Según receta. *

CARNES, CAZA Y AVES

ELABORACIÓN	POSICIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Pollo, asado entero.	II	12 / 16 min.	Según receta. *
Pollo, estofado.	II	6 / 8 min.	Según receta. *
Ternera, estofado.	II	16 / 20 min.	Según receta. *
Ternera, carne picada.	II	4 / 6 min.	Según receta. *
Ternera, lengua.	II	20 / 26 min.	Según receta. *
Ternera, callos.	II	25 / 30 min.	Según receta. *
Cerdo, estofado.	II	12 / 16 min.	Según receta. *
Cerdo, costilla.	II	10 / 15 min.	Según receta. *
Cerdo, codillo.	II	22 / 28 min.	Según receta. *
Cordero, estofado.	II	10 / 12 min.	Según receta. *
Cordero, manitas.	II	18 / 20 min.	Según receta. *
Vaca o buey, estofado.	II	18 / 22 min.	Según receta. *
Vaca o buey, carne picada.	II	4 / 6 min.	Según receta. *
Vaca o buey, lengua.	II	28 / 32 min.	Según receta. *
Vaca o buey, Ossobuco en rodajas.	II	12 / 18 min.	Según receta. *
Gallina, troceada.	II	20 / 25 min.	Según receta. *
Faisán, estofado.	II	12 / 14 min.	Según receta. *
Conejo, estofado.	II	18 / 20 min.	Según receta. *
Venado, estofado.	II	20 / 25 min.	Según receta. *

* Al menos 250 ml / 8 oz

PESCADOS Y MARISCOS

ELABORACIÓN	POSICIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Mejillones al vapor.	I	3 / 4 min.	250 ml.
Atún o bonito en rodajas.	I	3 / 5 min.	250 ml.
Calamares.	II	4 / 6 min.	Según receta. *
Pescado en lomos.	I	3 / 5 min.	Según receta. *
Pescado en rodajas.	I	4 / 6 min.	Según receta. *
Almejas.	I	3 / 4 min.	250 ml.
Langostinos, camarones.	I	2 / 4 min.	Según receta. *

POSTRES

ELABORACIÓN	POSICIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Albaricoques, melocotones, ciruelas, cerezas, etc.	I	3 / 5 min.	Según receta. *
Peras, manzanas.	I	4 / 6 min.	Según receta. *
Flanes.	II	6 / 10 min.	Cubrir 3/4 partes de la flanera.
Membrillo.	II	6 / 10 min.	Según receta. *

* Al menos 250 ml / 8 oz