

Marmicoc

OLLA A PRESIÓN RÁPIDA

desde 1953

MANUAL DE INSTRUCCIONES Y GARANTÍA

Modelo Express Matic II



EXPRESS
MATIC

Marmicoc



www.marmicoc.cl

ÍNDICE

PÁGINAS

1 PARTES DE LA OLLA	4
2 INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD	5
3 VENTAJAS DE LA OLLA	6
4 ANTES DE CADA USO	7
5 CÓMO CERRAR LA OLLA A PRESIÓN	8
6 RECOMENDACIONES PARA EL PRIMER USO	10
7 CONSEJOS PRÁCTICOS PARA EL USO DE LA OLLA	10
8 MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA DE LA OLLA	11
9 TIEMPOS DE COCCIÓN	12

1

PARTES DE LA OLLA

1. Válvula giratoria (pesa).
2. Válvula de alarma
3. Chimenea.
4. Válvula de seguridad.
5. Tapa.
6. Argolla de fijación.
7. Asa.
8. Mango.
9. Sujección de la argolla.
10. Ballesta (fleje).
11. Cuerpo de olla.



CAPACIDADES DE LAS OLLAS A PRESIÓN: 6 / 8 L (6.3 / 8.4 Qt)

PRESIONES DE TRABAJO / SEGURIDAD / ALARMA: 80 / 125 / 140 kPa (11.6 / 18.1 / 20.3 PSI)

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

- Lea todas las instrucciones.
- Mueva la olla con cuidado cuando tenga presión en su interior. No toque las superficies calientes. Use los mangos y el asa lateral y si fuera necesario emplee protecciones.
- No permita que los niños estén cerca cuando esté usando la olla.
- No coloque la olla a presión en un horno caliente.
- Nunca utilice la olla a presión sin añadir agua, esto provocaría daños irreversibles en su olla.
- Se debe tener extrema precaución al mover una olla conteniendo líquidos calientes.
- Nunca utilice la olla a presión para un uso diferente para el cual ha sido pensada.
- Este producto cocina bajo presión. Su uso indebido puede originar quemaduras. Asegúrese de que la olla esté bien cerrada antes de hacerla funcionar bajo presión.
- No llene la olla por encima de 2/3 de su capacidad total. Cuando cocine alimentos que se hinchan durante la cocción como el arroz y las legumbres, al llenar, no sobrepase la mitad de la capacidad. El sobrellenado puede causar riesgo de obstrucción en los conductos de salida de vapor y generarse un exceso de presión.
- Tenga en cuenta que ciertos alimentos, como la compota de manzana, los arándanos, la cebada perlada, la harina de avena u otros cereales, los guisantes partidos, fideos, macarrones, ruibarbo o espaguetis, pueden formar espuma y borbotear, y obstruir el sistema de control de presión (salida de vapor). Estos alimentos no deben ser cocinados en una olla a presión.
- Cuando cocine comida pastosa agite suavemente la olla antes de abrir la tapa para evitar la eyección de comida.
- Si cocina carne con piel, la cual puede hincharse bajo los efectos de la presión, no pinche la carne mientras la piel esté hinchada, podría escaldarse.
- Antes de cada uso, compruebe siempre que las válvulas estén libres de obstrucciones. Consulte las instrucciones más detalladas en este manual.
- No intente abrir la olla hasta que la presión interior haya disminuido completamente. Ante cualquier duda o dificultad, lea atentamente el apartado correspondiente incluido en este manual.
- No utilice esta olla para freír a presión con aceite.
- Emplee las fuentes de calor apropiadas de acuerdo a las instrucciones de uso.
- Cuando se alcance la presión normal de funcionamiento, reduzca la potencia de la fuente de calor, así evitará que se evapore un exceso de líquido.
- Utilice solo recambios originales de acuerdo con el modelo correspondiente. El uso de cualquier recambio o parte no original es peligroso, pues forman parte del sistema de seguridad de la olla. Los recambios no originales inhabilitan la garantía del fabricante.
- No manipule ninguno de los sistemas de seguridad más allá de las instrucciones de mantenimiento especificadas en las instrucciones de uso.
- GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES.

3 VENTAJAS DE LA OLLA

- **Rapidez y economía.**

Cocinará 3 veces más rápido que de la forma tradicional.

- **Seguridad.**

Este modelo de olla ha sido diseñado con 3 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:

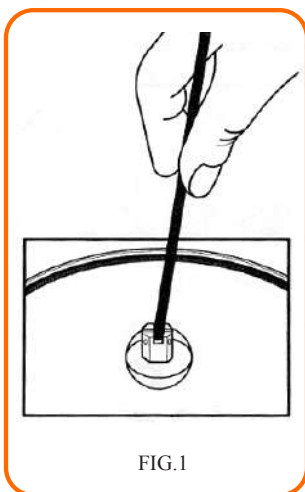


FIG.1

Válvula giratoria o pesa (1): Mantiene la presión de la olla dejando salir el vapor sobrante.

Válvula de seguridad (4): Si por alguna circunstancia, la chimenea (3) se obstruye y se produce un aumento de la presión en la olla, entra en funcionamiento esta válvula de seguridad dejando salir el vapor y equilibrando la sobrepresión. Si esto ocurriese, deberá retirar la olla de la fuente de calor, esperar a que la olla pierda presión para abrirla y proceder a la limpieza de la chimenea con abundante agua y jabón y una varilla (FIG.1).

Válvula de alarma (2): Si también se obturase la válvula de seguridad, entraría en funcionamiento la válvula de alarma, que además de liberar vapor nivelando la sobre presión, produce un sonido muy agudo que alerta sobre el problema de la olla. Si esto

ocurriese, deberá retirar la olla de la fuente de calor, esperar a que la olla pierda la presión para abrirla y proceder a llevarla a el Servicio Técnico Autorizado para su revisión.

- **Salud.**

Cocinando con la olla Express Matic II se preserva un mayor porcentaje de minerales (Mg, Fe, Ca, etc.) y vitaminas (A y C) que en la cocina tradicional.

4 ANTES DE CADA USO

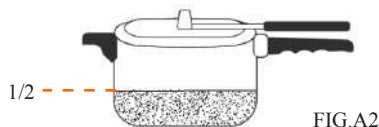
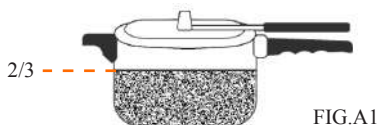
● Chimenea.

1. Tome la tapa de la olla sin colocar la pesa (1) en la chimenea (3).
2. Compruebe mirando al trasluz que la chimenea está limpia de cualquier resto que pudiera obstruir la salida del vapor. En caso contrario, use una varilla para su limpieza (FIG. 1).

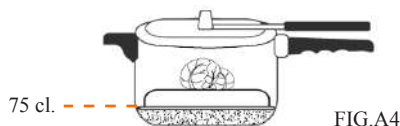
● Llenado de la olla a presión.

1. Por razones de seguridad, nunca llene la olla a presión más de 2/3 de su capacidad (FIG. A1).
2. Para cocinar alimentos que aumentan el volumen al cocer, como sopa, arroz o algunos vegetales, no debe llenar la olla más de la mitad (1/2) de su capacidad (FIG. A2).
3. La cantidad mínima de agua que debe usar para cocinar es de 250 mililitros (1/4 de litro) (FIG. A3).
4. Para cocinar alimentos al vapor debe utilizarse al menos 750 mililitros (3/4 de litro) de agua, colocando el alimento sobre una rejilla vaporera (opcional) (FIG. A4).
5. No cocine salsa de manzana, frambuesas, cebada perlada, harina de avena u otros cereales, guisantes majados, purés conteniendo vegetales secos o pastas como macarrones, spaghetti... Estos alimentos tienden a producir espuma y pudieran obstruir la chimenea.

LLENADO MÁXIMO



LLENADO MÍNIMO



ATENCIÓN

No utilice nunca la olla para freír con aceite bajo presión. Siempre debe de tener como mínimo 1/4 de litro de agua.

Si la olla a presión se ha calentado sin líquido en su interior, debe llevarla al servicio técnico autorizado más próximo antes de cualquier uso.

Nunca meta o use la olla a presión dentro de un horno encendido.

ATENCIÓN

Fuentes de calor aptas para la olla a presión Express Matic II:

Las ollas a presión Express Matic II, están fabricadas en aluminio extrafuerte. Pueden ser usadas en cocinas (estufas) de gas, eléctricas o vitrocerámicas.

5

CÓMO CERRAR LA OLLA A PRESIÓN

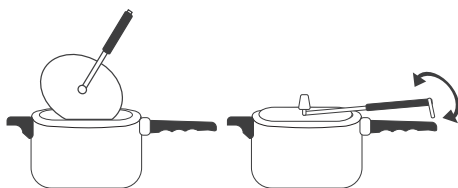


FIG.1

FIG.2

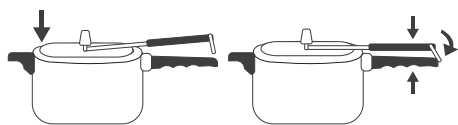


FIG.3

FIG.4

1. Introduzca la tapa en la olla formando un ángulo de 90° entre el mango y la ballesta.

2. Gire la tapa hacia el mango hasta hacerlos coincidir una encima de la otra.

3. Compruebe que los bordes del cuerpo de la olla y la junta / empaque de la tapa coinciden correctamente.

4. Presione la ballesta hacia el mango hasta fijar la argolla (6) con la sujeción (9).

NOTA: Si su olla a presión no logra un cerrado hermético, retire la olla de la fuente de calor y verifique la correcta posición de la junta de silicona (parte lisa hacia arriba).

● Cocción.

1. Colocados los alimentos a cocinar y cerrada la olla, ponga la pesa (1) en la chimenea (3) y coloque la olla a presión sobre la fuente de calor en su máxima intensidad.
2. Al cabo de un tiempo la pesa empezará a soltar presión y a girar. La olla ha alcanzado su presión de funcionamiento. En este momento, debe bajar la intensidad de la fuente de calor a un nivel que permita una pequeña salida de vapor.
3. A partir de este punto es cuando deben contarse los tiempos de cocción de los alimentos. Ver la tabla orientativa de tiempos de cocción.
4. Verifique siempre que la olla está correctamente centrada en el quemador y que la llama de gas no sobresale del fondo de la olla. De esta forma ahorrará energía y evitará que la llama deteriore las asas de la olla a presión, así como la junta / empaque de silicona.

● Fin de la cocción. Apertura de la olla a presión.

1. Una vez terminada la cocción, debe retirar la olla de la fuente de calor y dejar que baje la presión de forma natural hasta que la olla quede sin ella. Quite la pesa (1) y si queda algo de vapor en la olla, éste saldrá por la chimenea (3) (FIG. 5).

2. Si quiere acelerar el proceso de apertura de la olla a presión, puede colocarla debajo del grifo dejando caer un pequeño chorro de agua fría sobre la tapa. Ahora puede retirar la pesa de la chimenea para que salga el resto del vapor y proceder a la apertura de la olla (FIG. 6a, 6b y 6c).

3. Para abrir la olla, una vez retirada la pesa (1), suelte la argolla (9) presionando la ballesta hacia abajo del extremo y saque la tapa girando 90° en sentido contrario al de apertura, deslizándola hacia fuera.

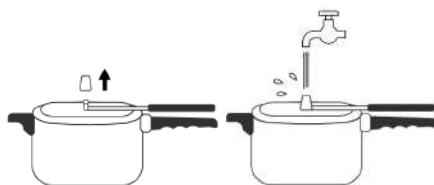


FIG.5

FIG.6a



FIG.6b

FIG.6c

ATENCIÓN

Nunca debe sumergir la olla a presión en agua.

Nunca fuerce la tapa de la olla a presión para abrirla.

No debe llenar más de $1/2$ de su olla con agua y no más de $3/4$ partes con alimentos para evitar obstruir las vías de escape del vapor.

6

RECOMENDACIONES PARA EL PRIMER USO

1. Llene la olla hasta los $2/3$ de su capacidad con agua.
2. Cierre la olla y póngala al fuego, haciéndola funcionar 15 minutos a contar desde que alcanza su presión de trabajo.
3. Al término de este tiempo, coloque la olla debajo del grifo dejando caer un pequeño chorro de agua fría sobre la tapa hasta que baje la presión. Ahora puede retirar la pesa de la chimenea para que salga el resto del vapor y proceder a la apertura de la olla.
4. Abra la olla y lávela con abundante agua tibia y un jabón neutro para vajillas.

7

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA EL USO DE LA OLLA

1. Si sale vapor por la tapa es síntoma de que la olla está mal cerrada. Las causas pueden ser varias:
 - a. Compruebe que la tapa (5) está bien acoplada en el cuerpo de la olla (11).
 - b. La olla no alcanza su presión de trabajo. En este caso, la junta / empaque puede estar mal colocada o estar gastada, en cuyo caso deberá de reemplazarla.
2. Si ha cocinado un alimento pastoso, agite ligeramente la olla antes de proceder a su apertura. De esta forma evitará posibles salpicaduras.
3. Si los alimentos no se han cocinado en el tiempo previsto, o si se han quemado, debe de revisar la intensidad de la fuente de calor, la cantidad de líquido que agregó o si la pesa ha sido colocada correctamente.
4. Una vez haya finalizado la cocción de los alimentos, debe de sacarlos de la olla, pues si los deja en ella durante un tiempo, los ácidos de estos alimentos podrían dañar el cuerpo de ésta.
5. Si se le han quemado los alimentos dentro de la olla a presión, debe de dejarlos a remojo un tiempo con agua templada y luego limpiarla de la forma que se indica a continuación.

8

MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA DE LA OLLA

Para mantener su olla en perfecto estado de uso y conservación, le recomendamos lavarla después de cada uso siguiendo las siguientes instrucciones (FIG. 7a, 7b, 7c).

● **Tapa.**

Al tiempo que aplica un fuerte chorro de agua tibia, debe de limpiar el orificio de la chimenea (3) con una varilla (FIG. 7a).



FIG. 7a

● **Cuerpo.**

1. Dependiendo de los alimentos y condimentos utilizados para cocinar, así como del contenido mineral del agua usada en la cocción, podrían aparecer manchas e incluso llegar a oscurecerse el fondo de la olla. Esto no afectará a sus alimentos ni al funcionamiento de la olla a presión. Para su limpieza puede hervir en la olla durante 10 minutos una solución de agua y una cuarta parte de vinagre o jugo de limón y luego proceder a la limpieza con un jabón neutro y un estropajo, aclarando con abundante agua (FIG. 7b y 7c). Para una limpieza rutinaria use únicamente jabón neutro y estropajo, aclarando con abundante agua.



FIG. 7b

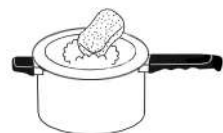


FIG. 7c

2. Nunca deje en el interior del cuerpo de la olla lejía (ni siquiera diluida), salsa de tomate, agua salada ni ningún otro ácido, pues esto puede producir corrosión.

● **Junta / empaque.**

1. La junta / empaque es de larga duración. Debe de lavarla con agua y jabón neutro después de cada uso, junto con la tapa y sin sacarla de su ubicación.

2. Cuando la olla vaya a ser guardada, coloque la tapa invertida sobre el cuerpo. De esta forma permitirá la circulación del aire y evitará los malos olores así como la deformación de la junta / empaque.

ATENCIÓN

Nunca use lejía ni ningún otro ácido para la limpieza de la olla.

La junta / empaque se considera gastada cuando debido al uso la olla empieza a perder vapor por ella; en cualquier caso, la junta debe ser cambiada al menos cada dos años.

ATENCIÓN

Utilice siempre recambios originales para asegurar el correcto funcionamiento de la olla.

No debe lavar ni el cuerpo ni la tapa de la olla en el lavavajillas.

Nunca use estropajos de acero pues pueden rayar el interior de su olla.

9 TIEMPOS DE COCCIÓN

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 presión de funcionamiento de esta olla es de 80 kPa (11.6 psi).

Los tiempos de cocción deben contarse desde el momento en que el vapor comienza a salir de la válvula giratoria (pesa) (1). En este punto, el calor debe reducirse al mínimo para mantener la presión dentro de la olla.

Los tiempos de la tabla 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).

CALDOS, SOPAS Y CREMAS

ELABORACIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Caldo de verduras.	3/6 min.	Según sea necesario. *
Caldo de carne.	16 min.	Según sea necesario. *
Caldo de ave.	11 min.	Según sea necesario. *
Caldo de ternera.	32 min.	Según sea necesario. *
Caldo de harina.	8 min.	Según sea necesario. *
Sopa de sémola.	6 min.	Según sea necesario. *
Sopa de cebolla.	2 min.	Según sea necesario. *
Sopa minestrone.	5 min.	Según sea necesario. *
Sopa de rabo de buey.	20 min.	Según sea necesario. *

* Al menos 250 ml / 8 oz

VERDURAS Y HORTALIZAS

ELABORACIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Brocoli en cuartos.	2 min.	500 ml.
Zanahoria entera.	4 min.	500 ml.
Apio.	2/4 min.	500 ml.
Guisantes.	2 min.	500 ml.
Coles de Bruselas.	3 min.	500 ml.
Lombarda, col morada.	7 min.	500 ml.
Mazorcas de maíz.	4 min.	500 ml.
Puerros.	2 min.	500 ml.
Remolacha entera.	20 min.	500 ml.
Salsifi.	8 min.	500 ml.
Colinabo.	2/4 min.	500 ml.
Pimientos dulces.	2 min.	500 ml.
Nabo	3/9 min.	500 ml.
Chucrut	22 min.	500 ml.

* Al menos 250 ml / 8 oz

CARNES, CAZA Y AVES

ELABORACIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Ternera	20 min.	Según receta. *
Ternera, estofado.	16 min.	Según receta. *
Ternera, codillo.	32 min.	Según receta. *
Ternera, codillo (lonchas)	18 min.	Según receta. *
Ternera, lengua.	16 min.	Cubrir con agua.
Ternera, cabeza.	32 min.	Según receta. *
Cerdo, estofado.	20 min.	Según receta. *
Cerdo, carne (lonchas).	8 min.	Según receta. *
Cerdo, codillo.	29 min.	Según receta. *
Cerdo, lomo.	16 min.	Según receta. *
Cerdo, manitas.	28 min.	Cubrir con agua.

* Al menos 250 ml / 8 oz

CARNES, CAZA Y AVES

ELABORACIÓN	TIEMPO	LÍQUIDO A AÑADIR
Callos.	11 min.	Según receta. *
Bacon.	16 min.	Cubrir con agua.
Bacon ahumado.	20 min.	Cubrir con agua.
Cordero, estofado.	16 min.	Según receta. *
Cordero, asado.	22 min.	Según receta. *
Vaca o buey, carne picada.	8 min.	Según receta. *
Vaca o buey, lengua.	38 min.	Cubrir con agua.
Vaca o buey, codillo.	8 min.	Según receta. *
Vaca o buey, carne (lonchas).	8 min.	Según receta. *
Vaca o buey, carne (hervida).	32 min.	Según receta. *
Escalope en su salsa.	10 min.	Según receta. *
Conejo, estofado.	22 min.	Según receta. *
Venado.	22 min.	Según receta. *
Caza, guisada.	14 min.	Según receta. *
Caza, filetes.	16 min.	Según receta. *
Pollo entero.	10 min.	Según receta. *
Ave, troceada.	6 min.	Según receta. *

* Al menos 250 ml / 8 oz

Marmicoc



www.marmicoc.cl

Marmicoc

