



**Magefesa®**

## Instructivo y Garantía

Instruction Manual  
& Warranty



Olla a presión  
rápida

Fast  
pressure cooker

ALUSTAR  
INDUCTA



[www.magefesa.com](http://www.magefesa.com)

## CONTENIDO

	PÁGINA
1. INTRODUCCIÓN	2
2. VENTAJAS DE LA OLLA A PRESIÓN	2
3. SEGURIDAD AMBIENTAL Y RECICLAJE	2
4. IMPORTANTES MEDIDAS DE SEGURIDAD	3
5. DESCRIPCIÓN DE LAS PARTES DE LA OLLA	4
6. COMPONENTES Y DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD	5
7. INSTRUCCIONES PARA EL CORRECTO USO DE LA OLLA	6
8. PRIMER USO DE LA OLLA	6
9. CONTROL DE LAS VÁLVULAS	7
10. NIVEL DE LLENADO DE LA OLLA A PRESIÓN	8
11. CIERRE DE LA OLLA A PRESIÓN	9
12. COCINA BAJO PRESIÓN	9
13. MÉTODOS DE LIBERACIÓN DE VAPOR	11
14. INSTRUCCIONES DE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO	13
15. SERVICIO DE ASISTENCIA Y REPARACIÓN	15
16. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS DE LA OLLA	16
17. TABLA ORIENTATIVA DE TIEMPOS DE COCCIÓN	18
18. RECETAS	21
19. REPUESTOS	27

## 1. INTRODUCCIÓN

Gracias por elegir nuestra olla a presión rápida Magefesa. Agradecemos la confianza que ha depositado en nuestra marca, permitiéndonos desempeñar un papel importante en las necesidades de su cocina.

Las ollas a presión Magefesa, están fabricadas bajo los más exigentes estándares de calidad y seguridad, le proporcionarán comidas sanas y sabrosas durante muchos años.

## 2. VENTAJAS DE LA OLLA A PRESIÓN

Cocinar con una olla a presión Magefesa cambiará la forma de preparar sus comidas, permitiéndole cocinar sus platos favoritos en un menor tiempo de lo que lo hacen las ollas de cocina tradicionales.

Dado que los alimentos son cocinados en menor tiempo dentro de la olla, estos preservan todo su sabor, color y textura natural.

Mientras que la cocina tradicional implica cocinar en una olla abierta, la cocina bajo presión permite conservar todas las vitaminas solubles en agua y minerales al quedar el vapor atrapado dentro de la olla. Asimismo, la cocina bajo presión requiere de una menor cantidad de líquido para la cocción de los alimentos, ayudándoles a retener sus jugos naturales.

Las ollas a presión Magefesa son unas de las más seguras del mercado, con 3 diferentes dispositivos de seguridad. Las válvulas de trabajo (22), la válvula de seguridad (7) y la ballesta (35) forman el sólido sistema de seguridad de la olla, que no dejará lugar a preocupaciones durante su uso.

Las ollas a presión Magefesa son una herramienta muy versátil para preparar todo tipo de alimentos reduciendo tiempos de cocción y disminuyendo el consumo de energía considerablemente.

## 3. SEGURIDAD AMBIENTAL Y RECICLAJE

Los utensilios de cocina, sus accesorios y su embalaje deben ser reciclados de una forma respetuosa con el medio ambiente. Por favor, cumpla con las normativas locales, regionales y nacionales vigentes al respecto.

## 4. IMPORTANTES MEDIDAS DE SEGURIDAD



**ATENCIÓN:** LEA LAS INSTRUCCIONES INCLUIDAS EN ESTE MANUAL ANTES DE UTILIZAR SU OLLA A PRESIÓN. GUARDE LOS RECIBOS DE COMPRA Y LOS MATERIALES DE EMBALAJE PARA FUTURAS REFERENCIAS Y CONSULTAS.

### INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

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

1. Lea todas las instrucciones.
2. Mueva la olla con cuidado cuando tenga presión en su interior. No toque las superficies calientes. Use las asas y si fuera necesario emplee protecciones.
3. No permita que los niños estén cerca cuando esté usando la olla.
4. No coloque la olla a presión en un horno caliente.
5. Nunca utilice la olla a presión sin añadir agua, esto provocaría daños irreversibles en su olla.
6. Se debe tener extrema precaución al mover una olla conteniendo líquidos calientes.
7. Nunca utilice la olla a presión para un uso diferente para el cual ha sido pensada.
8. 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.
9. 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.
10. 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.
11. Cuando cocine comida pastosa agite suavemente la olla antes de abrir la tapa (1) para evitar la eyección de comida.
12. 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.
13. Antes de cada uso, compruebe siempre que las válvulas estén libres de obstrucciones. Consulte las instrucciones más detalladas en este manual.
14. 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.
15. No utilice esta olla para freír a presión con aceite.
16. Emplee las fuentes de calor apropiadas de acuerdo a las instrucciones de uso.
17. 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.
18. 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.
19. No manipule ninguno de los sistemas de seguridad más allá de las instrucciones de mantenimiento especificadas en las instrucciones de uso.
20. GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES.

## 5. DESCRIPCIÓN DE LAS PARTES DE LA OLLA



### PARTES DE LA OLLA A PRESIÓN

- |                                  |                          |
|----------------------------------|--------------------------|
| 1. Tapa.                         | 7. Válvula de seguridad. |
| 33. Pomo triangular.             | 8. Junta de silicona.    |
| 22. Válvulas de trabajo (pesas). | 37. Orejones.            |
| 35. Ballesta.                    | 9. Asas laterales.       |
| 36. Conjunto cono + husillo.     | 11. Cuerpo de la olla.   |
| 23. Chimeneas.                   |                          |

## 6. COMPONENTES Y DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD

### SISTEMAS DE SEGURIDAD

Estas ollas a presión Magefesa han sido diseñadas con tres dispositivos de seguridad. Por favor, familiarícese con estos importantes sistemas de seguridad y la forma en que funcionan antes de utilizar la olla por primera vez:

1. **Válvulas de trabajo o pesas (22):**

Una vez que la olla haya alcanzado la presión de trabajo, dichas válvulas liberan el vapor sobrante manteniendo constante la presión de trabajo en su interior. Tenga precaución y proteja sus manos cuando opere con las válvulas de trabajo, éstas podrían estar calientes debido a la característica salida de vapor.

2. **Válvula de seguridad (7):**

Si por alguna circunstancia las válvulas de trabajo se obstruyesen o no funcionasen, y se produjera un aumento de presión en la olla, la válvula de seguridad entraría en funcionamiento, dejando salir el vapor y equilibrando la presión. Si esto ocurre, deberá retirar la olla de la fuente de calor con calma, esperar a que la olla pierda la presión para abrirla y proceder a la limpieza de las válvulas de trabajo con abundante agua, jabón neutro y una varilla fina. Si persiste el problema, deberá llevar su olla a un Servicio Técnico Autorizado.

3. **Ballesta o puente (35):**

En el caso de que los sistemas de seguridad anteriores hubiesen dejado de funcionar, la ballesta permitirá que la tapa de la olla se abra lo suficiente para liberar el exceso de presión dentro de la olla. Si esto ocurriese, lleve la olla a su Centro de Servicio Técnico Autorizado para su revisión. No utilice la olla hasta que el problema haya sido subsanado.

### CARACTERÍSTICAS ADICIONALES

Con su olla a presión podrá cocinar hasta 3 veces más rápido que de la forma tradicional. La olla mantiene el vapor generado en su interior, por tanto, se utiliza una menor cantidad de agua durante la cocción. Con el aporte adecuado de calor, la olla a presión funciona por sí sola.

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

CAPACIDADES DE LAS OLLAS A PRESIÓN: 30 / 40 L - 31.7 / 42.2 Qt  
PRESIONES DE TRABAJO / SEGURIDAD: 55 / 90 kPa - 8 / 13 PSI

## 7. INSTRUCCIONES PARA EL CORRECTO USO DE LA OLLA

No utilice la olla a presión para otro propósito que no sea la cocción de alimentos tal como viene indicado en este manual.

Su olla a presión Magefesa es ideal para preparar alimentos que requieren largos tiempos de cocción como sopas, verduras, carnes (guisos y goulash), patatas, algunos cereales y postres.

Este producto se utiliza para cocinar alimentos bajo presión. Deberá, por tanto, tomar las precauciones necesarias cada vez que vaya a utilizar su olla a presión para evitar lesiones por quemaduras.

Esta olla a presión está fabricada en aluminio de alta calidad, no obstante, el maltrato o uso indebido de la misma podría llegar a ocasionar daños en la superficie.

Por favor, siga atentamente las instrucciones expuestas en este manual.

## 8. PRIMER USO DE LA OLLA

Antes de usar la olla por primera vez, retire los adhesivos que ésta pueda llevar. Estos vinilos son fáciles de retirar sin necesidad de utilizar cuchillos u objetos punzantes que puedan arañar la superficie. Si quedan restos de adhesivo se podrán eliminar con un paño o papel empapado en alcohol.

Lave bien la pieza con jabón neutro y agua tibia, usando una esponja o paño suave para eliminar los posibles restos de aceites, lubricantes y compuestos de fabricación y pulido. Llene la olla con agua a 2/3 de su capacidad, cierre y colóquela sobre la fuente de calor. Deje trabajar durante 10 ó 15 minutos a contar desde el momento que alcance la presión de trabajo. Transcurrido este tiempo, retirela del fuego y deje liberar completamente la presión antes de abrir la olla. Deseche el líquido con precaución.

Lave de nuevo la pieza con agua tibia y jabón neutro. Enjuague bien con abundante agua tibia y seque inmediatamente con un paño suave para evitar manchas de cal y conseguir así una superficie brillante.

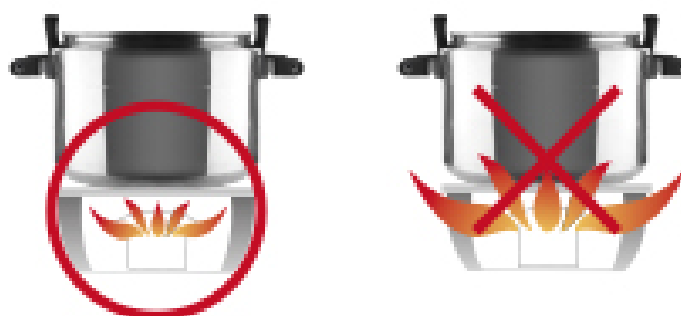
Dependiendo de la dureza del agua o de los alimentos y condimentos utilizados para cocinar, es normal que la parte que quede cubierta por el líquido o en contacto con los alimentos adquiera una coloración más oscura. Esto no afectará a los alimentos ni al funcionamiento de su olla a presión Magefesa.

Debido a la elevada capacidad de esta olla, una vez se introduzca el líquido de cocinado serán necesarias dos personas para la manipulación del producto. Con manipulación nos referimos a mover la olla de una superficie a otra o al vaciado de la misma.



Una vez haya quedado bien lavada, recubra el interior de la olla con unas gotas de aceite de cocina y extiéndalo con una toalla de papel.

El diámetro de la base de la olla debe coincidir con el del quemador. No permita que las llamas sobrepasen la base de la olla. Si esto ocurriese, la superficie de la olla podría sufrir decoloraciones y las asas laterales (9) quedarán dañadas por el efecto del calor.



## 9. CONTROL DE LAS VÁLVULAS

Las válvulas son dispositivos de seguridad. Antes de usar su olla compruebe siempre que las válvulas de seguridad no estén obstruidas ya que esto podría anular su función.

### CHIMENEA

1. Tome la tapa de la olla (1) sin colocar las pesas (22) en las chimeneas (23).
2. Compruebe mirando al trasluz que las chimeneas estén limpias de cualquier resto que pudiese obstruir la salida del vapor. Si esto ocurriera, use una varilla fina para su limpieza (FIG. 9.1).

### VÁLVULA DE SEGURIDAD

1. Compruebe el correcto funcionamiento de la válvula de seguridad (7) presionando en ésta (detector de presión) con una varilla desde el interior de la tapa. Si la válvula se desliza fácilmente de arriba a abajo, el funcionamiento es el adecuado (FIG. 9.2).

Si por lo contrario observa que la válvula se bloquea, sáquela y lávela con agua tibia y jabón neutro. En caso de que el problema persistiese, lleve su olla al Servicio Técnico Magefesa más cercano para su revisión antes de usarla de nuevo.

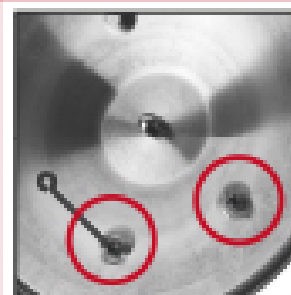


FIG. 9.1

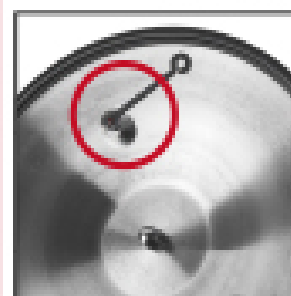


FIG. 9.2

**ATENCIÓN:** SI OBSERVASE UN MAL FUNCIONAMIENTO DE LAS VÁLVULAS O QUE ÉSTAS HAYAN DEJADO DE FUNCIONAR, LLEVE SU OLLA A UN SERVICIO TÉCNICO MAGEFESA, SERÁ NECESARIO REVISAR AMBOS DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD.

## 10. NIVEL DE LLENADO DE LA OLLA A PRESIÓN

1. Nunca llene la olla más de dos tercios ( $2/3$ ) de su capacidad. Esto incluye los líquidos e ingredientes sólidos añadidos a la olla. (FIG. 10.1)
2. Cuando prepare alimentos que se expanden durante el proceso de cocción, como el arroz, cereales o alimentos deshidratados, no llene o sobrepase el nivel medio de la capacidad de la olla (FIG. 10.2). Si excede los niveles de llenado de la olla, los dispositivos de seguridad podrían deteriorarse, aumentando el riesgo de sufrir quemaduras.
3. SIEMPRE agregue líquido a la olla a presión. Para cualquier tipo de cocción en la olla a presión, siempre se necesita añadir un mínimo de 1,5 L de líquido (1.58 Qts), de esta forma evitaremos que los ingredientes se quemen o se adhieran a la olla. Utilizar menos cantidad de líquido puede dañar o sobrecalentar la olla a presión. (FIG. 10.3)
4. Cuando utilice su olla para cocinar al vapor, añada como mínimo 1,5 l. de caldo o agua (1.58 Qts). (FIG. 10.3)

### Llenado máximo



FIG. 10.1

### Llenado medio



FIG. 10.2

### Llenado mínimo



FIG. 10.3

5. Tenga en cuenta que algunos alimentos como la cebada, las frutas y las pastas, producen espuma y, durante la cocción, podrían bloquear los sistemas de liberación de presión (válvulas de trabajo y de seguridad). Para cocinar estos alimentos bajo presión, lo haremos con la máxima precaución y respetando siempre los volúmenes de llenado aconsejados.
6. Para prevenir daños en el aluminio es importante añadir la sal una vez que el contenido de la olla comience a hervir, esto ayudará a que se disuelva completamente. Una vez transcurrido el tiempo de cocción, evite que los alimentos permanezcan en la olla por mucho tiempo ya que los componentes ácidos de los alimentos y la sal pueden causar corrosión si están en contacto con el aluminio durante un periodo prolongado de tiempo.

## 11. CIERRE DE LA OLLA A PRESIÓN

1. Asegúrese de que la junta de silicona se halla perfectamente encajada en su lugar, dentro del anillo interior que bordea la tapa.
2. Con el pomo (33) situado en su posición inferior (rotándolo en sentido contrario a las agujas del reloj) (FIG. 11.1) coloque la tapa (1) sobre el cuerpo (11) (FIG. 11.2) y asegúrese de que queda bien encajada deslizándola los dedos alrededor de la misma.
3. Gire el pomo (2) en el sentido de las agujas del reloj. (FIG. 11.3)
4. Proceda al cierre definitivo girando el pomo entre 1,1/2 y 2 vueltas hasta que la ballesta (35) se mantenga fija bajo los orejones (37) y la tapa quede completamente cerrada.
5. Coloque las válvulas de trabajo (22) sobre las chimeneas (23). (FIG. 11.4)

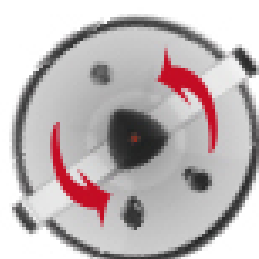


FIG.11.1



FIG.11.2

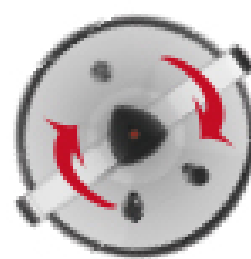


FIG.11.3



FIG.11.4

## 12. COCINA BAJO PRESIÓN

1. Coloque los ingredientes que vaya a utilizar dentro de la olla, ciérrela y coloque las válvulas de trabajo (22) correctamente sobre las chimeneas (23). A continuación, ponga la olla a presión sobre la fuente de calor al máximo de potencia.
2. Después de un tiempo, la presión acumulada en el interior de la olla comenzará a hacer girar las válvulas de trabajo (22) y el exceso de presión comenzará a ser expulsado. En ese momento deberá reducir la intensidad del calor a potencia media-baja, para poder así mantener una constante pero ligera liberación de presión.
3. A partir de este momento deberán empezar a contarse los tiempos de cocción (ver tabla orientativa de tiempos de cocción).
4. Durante la cocción es NORMAL observar pequeñas cantidades de vapor saliendo de la válvula de seguridad (7).
5. Ajuste la llama de su cocina de gas y coloque la olla a presión en el centro del quemador con el fin de evitar que la llama se extienda más allá de la base de la olla. De esta manera, ahorrará energía y prevendrá el deterioro de las asas laterales (9) y de la junta de silicona (8). Además de obtener mejores resultados, logrará que la limpieza posterior de las piezas sea mucho más sencilla.



**ATENCIÓN:** NO UTILICE ESTA OLLA PARA FREÍR CON ACEITE BAJO PRESIÓN. SIEMPRE UTILICE AL MENOS 1,5 L (1.58 QTS) DE LÍQUIDO PARA LA COCCIÓN DE LOS ALIMENTOS.

**ATENCIÓN:** SI LA OLLA A PRESIÓN HA PERMANECIDO AL FUEGO VACÍA O EN SECO, RETÍRELA DE LA FUENTE DE CALOR Y LLÉVELA A UN CENTRO DE SERVICIO TÉCNICO AUTORIZADO PARA SU REVISIÓN ANTES DE UTILIZARLA DE NUEVO.

**ATENCIÓN:** SI LA OLLA ESTÁ LLENA SERÁN NECESARIAS AL MENOS 2 PERSONAS A LA VEZ PARA SU MANIPULACIÓN.

Tenga en cuenta lo siguiente:

- Nunca deje una olla vacía sobre una fuente de calor.
- Si notase algún problema durante la cocción, retire la olla de la fuente de calor y déjela enfriar completamente (ver sección SERVICIO DE ASISTENCIA Y REPARACIÓN).
- Para evitar daños en su olla a presión, cocine al menos con la cantidad mínima de agua o líquido recomendado. NO deje nunca la olla trabajando en seco.
- Abra la olla a presión con precaución. Mantenga la cara y el cuerpo a cierta distancia ya que aún puede quedar vapor caliente de la cocción dentro de la olla.
- Por favor, preste atención a qué alimentos son adecuados para su olla a presión.
- Nunca utilice esta olla para freír con aceite bajo presión.

**ATENCIÓN:** LA OLLA A PRESIÓN ESTÁ FABRICADA EN ALUMINIO EXTRA FUERTE, ADEMÁS INCORPORA UN FONDO EN ACERO QUE LE PERMITE SER USADA EN INDUCCIÓN. POR TANTO ES ÓPTIMA PARA TODO TIPO DE COCINAS (GAS, VITROCERÁMICA, ELÉCTRICO E INDUCCIÓN).

Recomendamos trabajar o cocinar con potencias de calor medias-bajas. El aluminio es un excelente conductor del calor con lo que cocinar a altas temperaturas resulta innecesario además de ser causa de decoloraciones y manchas en la superficie de sus productos. Evite picar o cortar alimentos con cuchillos u objetos punzantes directamente sobre el interior de las ollas, así como batir con varillas metálicas pues pueden producir pequeñas ralladuras o arañazos, en los que posteriormente se pueden alojar restos de alimentos que llegarían a quemarse.

## 13. MÉTODOS DE LIBERACIÓN DE VAPOR

Una vez transcurrido el tiempo de cocción necesario, retire la olla del fuego. Utilice cualquiera de las modalidades de liberación de presión detalladas a continuación de acuerdo con las instrucciones de la receta que esté siguiendo.

**Liberación natural de presión:** retire la olla de la fuente de calor y déjela enfriar. Dependiendo de la cantidad de alimentos y líquido que haya en el interior de la olla, este método puede variar entre 10 y 15 minutos. Una vez que la olla se haya enfriado, retire las válvulas de trabajo (22) para liberar la presión. (FIG. 13.2) Si todavía queda algo de presión en el interior de la olla, ésta será expulsada a través de las chimeneas (23).

**Reducción rápida de presión:** con la olla en el fregadero, deje correr agua fría sobre la tapa (FIG. 13.1). Una vez haya bajado la presión, retire las válvulas de trabajo (22) (FIG. 13.2) y espere a que el vapor se haya disipado completamente. Este método se utiliza cuando es necesario liberar la presión lo antes posible. Principalmente en la preparación de verduras, mariscos u otros alimentos delicados que se cocinan en exceso con facilidad.



FIG.13.1



FIG. 13.2

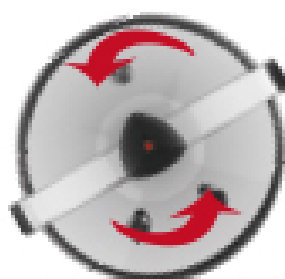


FIG. 13.3

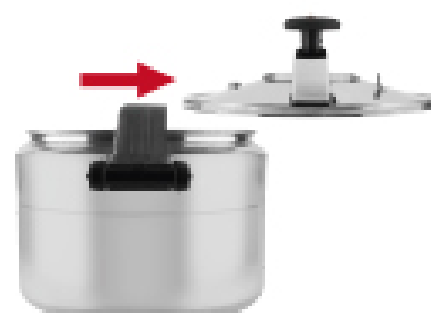


FIG. 13.4

Una vez que la presión ha sido liberada, abra la olla girando el pomo (33) en sentido contrario a las agujas del reloj hasta que la ballesta (35) quede en la posición más baja que pueda llegar. (FIG. 13.3). Deslice la tapa horizontalmente hasta retirarla completamente. (FIG. 13.4) Tenga cuidado al abrir la tapa ya que aún puede salir vapor caliente del interior de la olla.

Cuando no quede presión, se recomienda que mueva la olla suavemente antes de abrir la tapa. Especialmente tras la cocción de arroces, purés, alimentos con alto contenido en grasa o salsas. Esto evitará que dichos alimentos le salpiquen cuando abra la tapa.

Nunca fuerce la tapa para abrirla.

**ATENCIÓN: NUNCA DEBE SUMERGIR LA OLLA A PRESIÓN EN AGUA.**  
**ATENCIÓN: NUNCA FUERCE LA TAPA DE LA OLLA A PRESIÓN PARA ABRIRLA.**  
**ATENCIÓN: RECUERDE TRANSPORTAR LA OLLA HASTA EL FREGADERO ENTRE 2 PERSONAS**

## REDUCCIÓN DE LA PRESIÓN PARA ALIMENTOS ESPECÍFICOS

- **Alimentos que requieren poco tiempo de cocción:** utilice el método de liberación rápida de presión durante la preparación de arroces o verduras, ya que estos alimentos son propensos a cocerse en exceso.
- **Legumbres secas y vegetales que requieren mucho tiempo de cocción, sopas, carnes preparadas con líquidos, patatas y cereales:** utilice el método de liberación de presión natural. No use agua para enfriar la olla. Alimentos como las patatas, podrían en consecuencia, deshacerse.
- **Carnes, verduras, vegetales congelados, frutas frescas, alimentos secos (no incluyendo legumbres):** utilice el método natural de liberación de la presión o de liberación rápida de la presión.
- **Pescados y risotto:** utilice el método de liberación rápida de presión.
- **Alimentos con alto contenido en grasa:** utilice el método de liberación de presión natural. Mueva suavemente la olla a presión antes de abrirla para evitar salpicaduras. Carnes con piel (por ejemplo, lengua de buey) se pueden hinchar cuando se cocinan bajo presión. Nunca perfora la carne mientras la piel está hinchada ya que esto podría ocasionarle lesiones por quemaduras.

## 14. INSTRUCCIONES DE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

Para mantener su olla a presión en perfecto estado de uso y conservación, le recomendamos lavarla después de cada uso con agua tibia, jabón neutro para vajilla y una esponja o estropajo suave, siguiendo las siguientes instrucciones (FIGS. 14.1 y 14.2) . A fin de garantizar una larga vida a sus productos de aluminio Magefesa, recomendamos seguir estos sencillos consejos de limpieza y mantenimiento.

El menaje de aluminio NO es apto para el lavado en aparatos lavavajillas automáticos y, muy específicamente NO es apto para el lavado en lavavajillas industriales. Los detergentes aquí utilizados contienen productos químicos y sales que dañan el aluminio, provocando decoloraciones, corrosiones y picaduras que deteriorarán irreversiblemente la pieza.

Deje atemperar sus ollas antes de cada lavado. Los cambios bruscos de temperatura pueden causar deformaciones y daños irreparables en la base, lo que provocará que el calor deje de distribuirse uniformemente y que el producto deje de funcionar adecuadamente.

Después de cada uso lave la pieza a mano con jabón neutro y agua tibia, usando una esponja o un paño suave. Aclare con abundante agua y seque la pieza inmediatamente para evitar la aparición de manchas de cal.

Para eliminar manchas difíciles o restos de comida, simplemente debe hervir agua con vinagre en una proporción de 4 a 1 durante 4 ó 5 min. Después lave de forma convencional. En caso de que los alimentos se adhieran o se quemen, no utilice rasquetas, utensilios punzantes, cepillos o esponjas metálicas, pueden rallar el fondo. Utilice el método descrito en el punto anterior prolongando el tiempo si fuese necesario.

Nunca utilice lejía ni productos que contengan cloro o sosa como, limpiadores de horno que puedan dañar el acabado de la superficie de aluminio.

Debido al elevado uso y profunda limpieza que se espera que tengan este tipo de ollas, se recomienda revisar que el sistema de apertura y cierre, en el que entra en funcionamiento el conjunto cono+husillo (36), se encuentra en condiciones óptimas. Para facilitar el giro de este conjunto (36) y evitar su deterioro, se aplica una grasa o lubricante entre ambos durante el proceso de producción. Tenga en cuenta que con el uso puede llegar a reducirse o desaparecer. Si esto ocurre será necesario aplicarla nuevamente. Por favor, reviselo periódicamente y proceda a la reposición del lubricante si fuera necesario.

Manipule y almacene cuidadosamente el menaje de aluminio. Tenga en cuenta que el aluminio no es tan resistente como el acero inoxidable y un exceso de peso o golpes fuertes pueden deformar la pieza. Al almacenar las piezas, coloque las tapas hacia arriba para evitar la acumulación de olores en el interior.



FIG. 14.1



FIG. 14.2

## TAPA

---

No lave la tapa de la olla o cualquiera de sus componentes en el lavavajillas ya que esto podría dañar los dispositivos de seguridad.

Limpie el orificio de las chimeneas (23) con una varilla fina y, la válvula de seguridad, presionándola con la misma varilla desde el interior de la tapa.

A continuación deje correr un chorro de agua del grifo sobre la tapa. De ninguna manera trate de desmontar la válvula.

## CUERPO

---

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.

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 DE SILICONA

---

La junta está compuesta de una silicona de gran resistencia. Lávela con agua tibia y jabón cada vez que lave la tapa.

Tras un largo periodo de uso deberá reemplazar la junta de silicona por una nueva junta original Magefesa para prevenir cualquier tipo de escape y asegurarse de que la olla funciona correctamente. Para ello proceda de la siguiente manera:

1. Retire la junta antigua y lave el anillo que bordea el interior de la tapa, donde se sitúa la junta.
2. Lave la nueva junta de silicona antes de colocarla en el anillo que bordea la tapa.
3. Coloque la nueva junta de silicona en el anillo que bordea la tapa.

No quite las manchas o restos de comida con cuchillos o esponjas abrasivas. En su lugar, lave la olla a presión con agua caliente y, a continuación, utilice un jabón para vajillas común para eliminar suavemente las manchas con la ayuda de un cepillo, esponja o paño suaves. No cierre la olla cuando la guarde tras cada uso. Coloque la tapa boca arriba sobre el cuerpo para airear la olla y evitar que se ejerza presión sobre la junta de silicona.

Guarde la tapa con la junta de silicona colocada. Así evitará que se generen deformaciones en la junta de silicona.





**ATENCIÓN:** LA JUNTA DE SILICONA SE CONSIDERA GASTADA CUANDO LA OLLA EMPIEZA A PERDER VAPOR Y NO CONSIGUE MANTENER LA PRESIÓN EN SU INTERIOR. LA JUNTA DE SILICONA DEBE SUSTITUIRSE APROXIMADAMENTE CADA DOS AÑOS PARA ASEGURAR EL CORRECTO FUNCIONAMIENTO DE LA OLLA A PRESIÓN.

**ATENCIÓN:** NO LAVE LA OLLA A PRESIÓN O CUALQUIERA DE SUS COMPONENTES EN EL LAVAVAJILLAS.

## POMO

Si usa la olla con frecuencia, le recomendamos que revise de vez en cuando el pomo de su olla por si la baquelita hubiese podido sufrir algún desgaste. Si observa alguna rotura o grieta será necesario sustituirlo.

## 15. SERVICIO DE ASISTENCIA Y REPARACIÓN

Bajo ningún concepto modifique la olla a presión, particularmente los sistemas de seguridad.

El uso de repuestos hechos por diferentes fabricantes puede afectar a la seguridad de su olla a presión. Magefesa no puede asegurar todos los accesorios disponibles en el mercado.

Sólo use recambios fabricados y distribuidos por Magefesa.

Antes de llamar o dirigirse al servicio de asistencia técnica o entrar en nuestra página web, por favor, tómese unos segundos para identificar el modelo de su olla y el elemento que usted necesite reemplazar. Coteje el recambio en el diagrama detallado incluido en el apartado DESCRIPCIÓN DE LAS PARTES DE LA OLLA.

Para las posibles reparaciones, recambios e información, por favor contacte con su proveedor o con el centro de servicio técnico Magefesa más cercano.

## 16. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS DE LA OLLA

Antes de la utilización de la olla, es importante que lea atentamente este manual de instrucciones y se asegure que entiende cómo usarla. Si tiene alguna duda sobre su funcionamiento o sobre sus sistemas de seguridad, no la utilice y contacte con su vendedor o con Magefesa.

Para su referencia, aquí le mencionamos algunos consejos prácticos y problemas comunes que puede experimentar al usar su olla a presión:

### CASO: LA OLLA NO MANTIENE LA PRESIÓN

#### POSIBLES RAZONES:

1. La tapa de la olla a presión no está bien cerrada.
2. La junta de silicona (8) está fuera de su lugar, sucia o desgastada.
3. No se ha añadido o no queda suficiente líquido dentro de la olla.

#### SUGERENCIAS:

1. Abra la olla y vuelva a colocar la tapa según las instrucciones proporcionadas en este manual, asegurándose de que la olla queda bien cerrada.
2. Compruebe que la junta de silicona (8) está limpia y situada en su lugar. Asegúrese de que no esté desgastada. Se recomienda sustituir la junta cada 2 años.
3. Añada agua o cualquier otro líquido a la olla hasta alcanzar la cantidad mínima recomendada.

### CASO: ESCAPES DE VAPOR POR LA TAPA

#### POSIBLES RAZONES:

1. La olla de la tapa no está bien cerrada.
2. La junta de silicona está fuera de su lugar, sucia o desgastada.
3. Se ha llenado demasiado la olla a presión.

#### SUGERENCIAS:

1. Abra la olla y vuelva a colocar la tapa, asegurándose de que la olla queda bien cerrada.
2. Compruebe que la junta de silicona está limpia, situada en su lugar y que no está desgastada. Para mejorar el rendimiento de sellado, frótelas suavemente con aceite de cocina o humedézcala con agua. Se recomienda sustituir la junta cada 2 años.
3. No llene la olla a presión más de dos tercios ( $\frac{2}{3}$ ) de su capacidad. Para los alimentos con tendencia a generar espuma, llénela solamente por la mitad ( $\frac{1}{2}$ ) de su capacidad.

## CASO: LA VÁLVULA DE TRABAJO NO SE MUEVE

<p><b>POSIBLES RAZONES:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. No se ha añadido o no queda suficiente líquido dentro de la olla.</li> <li>2. La chimenea está sucia.</li> </ol>	<p><b>SUGERENCIAS:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Añada a la olla líquido hasta alcanzar la cantidad mínima recomendada.</li> <li>2. Limpie la chimenea con una varilla fina.</li> </ol>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## CASO: SE REQUIERE ESFUERZO PARA ABRIR O CERRAR LA TAPA

<p><b>POSIBLES RAZONES:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Puede que aún permanezca presión dentro de la olla.</li> <li>2. La junta de silicona está fuera de lugar, sucia, o desgastada.</li> <li>3. La ballesta de la tapa no está correctamente colocada bajo los orejones.</li> </ol>	<p><b>SUGERENCIAS:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Proceda con uno de los métodos de liberación de presión expuestos en la sección MÉTODOS DE LIBERACIÓN DE VAPOR.</li> <li>2. Compruebe que la junta de silicona está limpia y situada en su lugar. Asegúrese de que no esté desgastada. Se recomienda sustituir la junta cada 2 años.</li> <li>3. No fuerce la tapa para abrir o cerrar la olla. Si experimenta dificultad para fijar la tapa, ábrala rotando el pomo en sentido contrario a las agujas del reloj y, a continuación, siga las instrucciones expuestas en las Secciones CIERRE DE LA OLLA A PRESIÓN para asegurarse de que la ballesta se encuentra perfectamente situada bajo los orejones laterales y la tapa queda bien fijada.</li> </ol>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## CASO: LA VÁLVULA EXPULSA VAPOR Y ÉSTE SE CONDENSA EN LA TAPA

<p><b>POSIBLES RAZONES:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mientras la olla está en funcionamiento, observará una ligera y constante salida de vapor por las válvulas de trabajo (22), así como unas gotas de vapor condensadas en la tapa.</li> </ol>	<p><b>SUGERENCIAS:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Todo ello es parte del funcionamiento normal de la olla.</li> </ol>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 17. TABLA ORIENTATIVA DE TIEMPOS DE COCCIÓN

El sistema a presión de esta olla reduce los tiempos de cocción necesarios respecto a otros sistemas, incluido el tradicional, con lo que ahorraremos en el consumo de energía. Al reducir los tiempos de cocción y la cantidad de agua, los ingredientes mantienen más nutrientes, vitaminas y minerales y conservan las texturas y colores naturales.

Esta olla alcanza una presión de 55 kPa (8 Psi).

Los tiempos deben empezar a contarse desde el momento en que el vapor comience a salir por la válvula, momento en el que además reducimos la potencia o intensidad de calor. Dichos tiempos son orientativos y podrán variar según la frescura y calidad de los alimentos, el tipo de corte, el agua utilizada y, en definitiva, el gusto de cada uno.

\* Cantidad mínima de líquido para cocción a presión: 1,5 L (1.58 Qts).

\* Cantidad mínima de líquido para cocción al vapor: 1,5 L (1.58 Qts).

INGREDIENTE	TIEMPO DE COCCIÓN	LLENADO MÁX. / VOLUMEN DE LÍQUIDO
<b>CALDOS, SOPAS Y CREMAS</b>		
Caldo de ave	16-20 min.	Nivel máx. / cubrir
Caldo de carne	24-30 min.	Nivel máx. / cubrir
Caldo de pescado	10-14 min.	Nivel máx. / cubrir
Caldo de verduras	08-12 min.	Nivel máx. / cubrir
Consomé navideño	36-40 min.	Nivel máx. / receta
Crema de acelgas	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Crema de brócoli	06-08 min.	Nivel medio / receta
Crema de calabacines	08-10 min.	Nivel medio / cubrir
Crema de calabaza	08-10 min.	Nivel medio / cubrir
Crema de champiñones	04-06 min.	Nivel medio / cubrir
Crema de espárragos	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Crema de espinacas	04-06 min.	Nivel medio / cubrir
Crema de guisantes	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Crema de puerros	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Crema de zanahoria	04-06 min.	Nivel medio / receta
Puré de patata	12-14 min.	Nivel medio / cubrir
Sopa de arroz	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Sopa de cebolla	06-08 min.	Nivel medio / receta
Sopa de tomate	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
<b>ARROCES</b>		
Arroz blanco (grano largo)	06-08 min.	Nivel medio / 225 ml cada 100 g
Arroz blanco (grano redondo)	08-10 min.	Nivel medio / 250 ml cada 100 g
Arroz bomba, bahia, senia	08-10 min.	Nivel medio / 250 ml cada 100 g
Arroz jazmín, basmati, ferrini	06-08 min.	Nivel medio / 225 ml cada 100 g
Arroz arborio, carnaroli	06-08 min.	Nivel medio / 275 ml cada 100 g
Arroz integral	14-16 min.	Nivel medio / 275 ml cada 100 g
Arroz salvaje	10-12 min.	Nivel medio / 300 ml cada 100 g
Arroz veneré	20-24 min.	Nivel medio / 375 ml cada 100 g

INGREDIENTE	TIEMPO DE COCCIÓN	LLENADO MÁX. / VOLUMEN DE LÍQUIDO
<b>VERDURAS Y HORTALIZAS</b>		
Acelgas (hojas)	22-26 min.	Nivel medio / 250 ml
Alcachofas (medianas)	10-12 min.	Nivel medio / cubrir
Apio	04-06 min.	Nivel medio / cubrir
Batata, camote (troceado)	08-10 min.	Nivel máx. / cubrir
Berza, berza col (hojas)	10-12 min.	Nivel medio / 250 ml
Brócoli (cuartos)	06-08 min.	Nivel máx. / 250 ml
Calabacín, calabaza (troceada)	06-08 min.	Nivel medio / 250 ml
Cardo (troceado)	22-26 min.	Nivel medio / cubrir
Cebolla (entera)	06-08 min.	Nivel medio / 250 ml
Col blanca, repollo (troceado)	08-10 min.	Nivel medio / cubrir
Col morada, lombarda (troceada)	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Col verde, repollo rizado	08-10 min.	Nivel medio / cubrir
Coles de bruselas	06-08 min.	Nivel medio / 250 ml
Coliflor (cuartos)	06-08 min.	Nivel máx. / 250 ml
Colinabo, rutabaga (troceado)	10-12 min.	Nivel medio / 250 ml
Endivias (enteras)	06-08 min.	Nivel medio / 250 ml
Espárragos (medianos)	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Espárragos verdes	04-06 min.	Nivel medio / 250 ml
Espinacas	04-06 min.	Nivel medio / 250 ml
Guisantes, arvejas, chicharos	04-06 min.	Nivel medio / 250 ml
Hinojo (bulbo)	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Judías verdes, vainitas, ejotes	05-07 min.	Nivel medio / 250 ml
Maíz (mazorca)	08-10 min.	Nivel máx. / cubrir
Nabo, rábano blanco (troceado)	08-10 min.	Nivel máx. / cubrir
Okra, quimbombó, molondrón	05-07 min.	Nivel medio / 250 ml
Patatas (troceadas)	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Puerros, poros, ajo poro	04-06 min.	Nivel medio / cubrir
Remolacha, betabel (troceado)	18-22 min.	Nivel medio / 250 ml
Salsifi	10-12 min.	Nivel medio / cubrir
Tirabeques, bisalto, holantao	06-08 min.	Nivel medio / 250 ml
Tomates (cuartos)	04-06 min.	Nivel medio / 250 ml
Zanahorias (troceadas)	04-06 min.	Nivel medio / 250 ml
<b>LEGUMBRES</b>		
Alubias blancas	22-26 min.	Nivel medio / cubrir
Alubias fabes	26-30 min.	Nivel medio / cubrir
Alubias negras	26-30 min.	Nivel medio / cubrir
Alubias pintas	24-28 min.	Nivel medio / cubrir
Alubias rojas	26-30 min.	Nivel medio / cubrir
Alubias verdinas	20-24 min.	Nivel medio / cubrir
Azuki, soja roja	20-24 min.	Nivel medio / cubrir
Garbanzos (pedrosillanos)	34-38 min.	Nivel medio / cubrir
Guandules, frijol de palo	16-20 min.	Nivel medio / cubrir
Habas, michirones	14-16 min.	Nivel medio / cubrir
Lentejas (pardinas)	16-18 min.	Nivel medio / cubrir
Soja	06-08 min.	Nivel medio / cubrir

INGREDIENTE	TIEMPO DE COCCIÓN	LLENADO MÁX. / VOLUMEN DE LÍQUIDO
<b>PESCADOS Y MARISCOS</b>		
Pescado al vapor (entero)	04-06 min.	Nivel medio / 250 ml
Almejas, mejillones, vieiras	02-03 min.	Nivel medio / 250 ml
Calamares, chipirones	04-06 min.	Nivel medio / 250 ml
Cangrejos, jaiba	02-03 min.	Nivel máx. / 250 ml
Langosta, bogante (> 800 g)	04-06 min.	Nivel medio / 250 ml
Langostinos (grandes)	03-04 min.	Nivel medio / 250 ml
Pulpo	12-16 min.	Nivel medio / 300 ml
<b>CARNES, AVES Y CAZA</b>		
Vaca, novilla, buey (carrilleras)	34-38 min.	Nivel máx. / cubrir
Vaca, novilla, buey (costillas)	35-40 min.	Nivel máx. / cubrir
Vaca, novilla, buey (estofado)	22-26 min.	Nivel máx. / cubrir
Vaca, novilla, buey (lengua)	42-46 min.	Nivel medio / cubrir
Vaca, novilla, buey (ossobuco)	35-40 min.	Nivel máx. / cubrir
Vaca, novilla, buey (rabo)	44-48 min.	Nivel máx. / cubrir
Vaca, novilla, buey (redondo)	44-48 min.	Nivel máx. / cubrir
Ternera (callos)	40-44 min.	Nivel medio / cubrir
Ternera (estofado)	20-24 min.	Nivel máx. / cubrir
Cerdo (carrilleras)	30-34 min.	Nivel máx. / cubrir
Cerdo (costillas)	24-28 min.	Nivel máx. / cubrir
Cerdo (estofado)	20-24 min.	Nivel máx. / cubrir
Pollo (estofado)	20-24 min.	Nivel máx. / cubrir
Pollo (muslos)	14-16 min.	Nivel máx. / cubrir
Pollo (pechugas)	12-14 min.	Nivel máx. / cubrir
Cordero (costillas)	12-14 min.	Nivel máx. / cubrir
Cordero (estofado)	20-24 min.	Nivel máx. / cubrir
Gallina, capón, pavo (estofado)	24-28 min.	Nivel máx. / cubrir
Gallina, capón, pavo (muslos)	20-24 min.	Nivel máx. / cubrir
Gallina, capón, pavo (pechugas)	18-22 min.	Nivel medio / cubrir
Codornices (troceadas)	10-12 min.	Nivel medio / cubrir
Caracoles	10-14 min.	Nivel medio / cubrir
Venado, corzo, jabali (estofado)	24-28 min.	Nivel máx. / cubrir
<b>FRUTAS Y POSTRES</b>		
Albaricoques, melocotones	06-08 min.	Nivel medio / cubrir
Arándanos	04-06 min.	Nivel medio / cubrir
Ciruelas, cerezas	04-06 min.	Nivel medio / cubrir
Membrillo	10-12 min.	Nivel medio / cubrir
Peras, manzanas	04-06 min.	Nivel medio / cubrir

**LLENADO MÁX.:** nivel de llenado recomendado dependiendo del ingrediente principal a cocinar.

**VOLUMEN DE LÍQUIDO.:** cantidad de líquido recomendada dependiendo del ingrediente principal a cocinar.

**NIVEL MÁX.:** no sobrepasar el nivel máximo marcado en el interior de la olla.

**NIVEL MEDIO:** no sobrepasar el nivel medio marcado en el interior de la olla.

**CUBRIR:** verter líquido hasta cubrir los ingredientes.

**RECETA:** verter líquido según sea necesario o seguir la receta.

## 18. RECETAS

Los tiempos de cocción de las recetas que se muestran a continuación son orientativos y podrían variar según la calidad de alimento y la cantidad utilizada.

Visite nuestra página web [www.magefesa.com](http://www.magefesa.com) donde encontrará más recetas.



**15** MIN

### INGREDIENTES

12 L de agua fresca  
3000 g de restos de  
pescado (espinas, pieles,  
cabezas)  
4 cebollas medianas  
3 puerros  
4 zanahorias  
2 ramas de apio (opcional)

### CALDO DE PESCADO

Pelamos, lavamos y troceamos las cebollas, los puerros y las zanahorias. Lavamos el pescado bajo un chorro de agua fría para retirar la sangre y los restos que puedan enturbiar y amargar el caldo. Vertemos el agua fría en la olla y agregamos todos los ingredientes. Ponemos a cocer con la potencia del calor al máximo hasta que rompa el hervor. Bajamos la intensidad del calor a potencia media - baja y retiramos la espuma e impurezas que aparecen en la superficie. Cerramos la olla, subimos la potencia del calor al máximo y esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor. En ese momento, bajamos la intensidad del calor al mínimo necesario para que se mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente. Comenzamos a contar el tiempo, entre 12 y 15 min. Transcurrido el tiempo, retiramos la olla de la fuente de calor y dejamos que se libere totalmente la presión antes de abrir la olla. Colamos y reservamos.



**50** MIN

### INGREDIENTES

12 L de agua fresca  
2 L de vino tinto  
2000 g de huesos de rodilla  
1000 g de carne de vaca  
(recortes o despojos)  
3 cebollas medianas  
3 zanahorias  
3 puerros  
4 tomates maduros  
4 cuch. de azúcar  
150 ml de aceite de oliva  
sabor suave (0,4°)

### FONDO OSCURO DE CARNE

Mezclar el vino tinto con el azúcar y reducir a la mitad, reservar. Tostar los huesos de rodilla en el horno a 180° C, cuando tomen color, agregar todas las verduras troceadas menos el tomate. Dorar todo el conjunto al horno a 180°, agregar los tomates y dejar 5 min. más. En la olla a presión, doramos la carne de vaca troceada con el aceite de oliva. Incorporamos los huesos y verduras doradas al horno y mojamos con la reducción de vino tinto. Vertemos el agua. Ponemos a cocer con la potencia del calor al máximo hasta que rompa el hervor. Bajamos la intensidad del calor a potencia media - baja y retiramos la espuma e impurezas que aparecen en la superficie. Cerramos la olla, subimos la potencia del calor al máximo y esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor. En ese momento, bajamos la intensidad del calor al mínimo necesario para que se mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente. Comenzamos a contar el tiempo, entre 45 y 50 min. Transcurrido el tiempo, retiramos la olla de la fuente de calor y dejamos que se libere totalmente la presión antes de abrir la olla. Colamos y reservamos.


**16** MIN

**INGREDIENTES**

12 L de agua fresca  
 4 cebollas medianas  
 4 zanahorias pequeñas  
 4 puerros  
 2 ramas de apio  
 4 dientes de ajo  
 4 cuch. de aceite de oliva  
 virgen  
 Ingredientes opcionales:  
 Espinacas  
 Acelgas  
 Tomates  
 Calabaza  
 Judías verdes  
 Nabos

**CALDO DE VERDURAS**

Pelamos las cebollas, las zanahorias y los dientes de ajo, el resto ingredientes los lavamos bien y troceamos en cuartos.

En nuestra olla, vertemos el agua fría y agregamos el resto de los ingredientes. Ponemos a cocer con la potencia del calor al máximo hasta que rompa el hervor. Bajamos la intensidad del calor a potencia media - baja y retiramos la espuma e impurezas que aparecen en la superficie.

Cerramos la olla, y con la potencia del calor al máximo, esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor.

En ese momento, bajamos la intensidad del calor al mínimo necesario para que se mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente. Comenzamos a contar el tiempo, entre 14 y 16 min.

Transcurrido el tiempo, retiramos la olla de la fuente de calor y dejamos que se libere totalmente la presión antes de abrir la olla.

Colamos y reservamos.


**30** MIN

**INGREDIENTES**

12 L de agua fresca.  
 3000 g de carcasas, carne  
 y huesos de ave (pollo,  
 gallina, pato, etc.)  
 3 cebollas medianas  
 3 puerros  
 3 zanahorias  
 1 o 2 tallos de apio  
 (opcional)  
 300 g de garbanzos

**CALDO DE AVE**

Pelamos, lavamos y troceamos las cebollas, los puerros y las zanahorias. Lavamos las carcasas y despojos de ave bajo un chorro de agua fría para retirar la sangre y los restos que puedan enturbiar y amargar el caldo.

Vertemos el agua fría en la olla a presión y agregamos el resto de los ingredientes. Ponemos a cocer con la potencia del calor al máximo hasta que rompa el hervor.

Bajamos la intensidad del calor a potencia media - baja y retiramos la espuma e impurezas que aparecen en la superficie.

Cerramos la olla, subimos la potencia del calor al máximo y esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor.

En ese momento, bajamos la intensidad del calor al mínimo necesario para que se mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente. Comenzamos a contar el tiempo, entre 25 y 30 min.

Transcurrido el tiempo, retiramos la olla de la fuente de calor y dejamos que se libere totalmente la presión antes de abrir la olla.

Colamos y reservamos.



 **45** MIN

## CALDO DE CARNE

### INGREDIENTES

12 L de agua fresca  
2000 g de huesos de ternera o vaca  
1000 g de carne (despojos o recortes)  
3 cebollas medianas  
3 zanahorias  
3 puerros  
2 ramas de apio (opcional)  
300 g de garbanzos

Pelamos, lavamos y troceamos las cebollas, los puerros y las zanahorias. Lavamos los huesos y recortes de la carne bajo un chorro de agua fría para retirar bien la sangre y restos de grasas. Vertemos el agua fría en la olla y agregamos el resto de los ingredientes. Ponemos a cocer con la potencia del calor al máximo hasta que rompa el hervor. Bajamos la intensidad del calor a potencia media - baja y retiramos la espuma e impurezas que aparecen en la superficie. Cerramos la olla, subimos la potencia del calor al máximo y esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor. En ese momento, bajamos la intensidad del calor al mínimo necesario para que se mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente. Comenzamos a contar el tiempo, entre 40 y 45 min. Transcurrido el tiempo, retiramos la olla de la fuente de calor y dejamos que se libere totalmente la presión antes de abrir la olla. Colamos y reservamos.

 **50** MIN

## COCIDO LEBANIEGO, CANTABRIA

### INGREDIENTES

1500 g de garbanzos  
750 g de coja (pantorrilla ternera, zancarrón)  
600 g de chorizo fresco  
600 g de tocino entreverado  
4 morcillas del año  
1 hueso grande de jamón  
900 g de muslo de gallina  
900 g de costilla de cerdo adobada  
1 repollo  
6 patatas medianas  
2 puerros  
4 zanahorias  
6 dientes de ajo  
100 ml de aceite de oliva virgen extra  
300 g de fideos  
Pan de torta  
6 huevos  
Perejil picado  
Sal  
Pimentón dulce

Ponemos a remojo los garbanzos durante 12 horas en agua tibia con sal. En la olla a presión, disponemos la carne, el hueso, la gallina, el tocino, las morcillas de año, el chorizo, la costilla adobada, las zanahorias y el puerro, cubrimos con agua y llevamos a ebullición. Bajamos la intensidad del calor a potencia media - baja y retiramos la espuma e impurezas que aparecen en la superficie e incorporamos los garbanzos y el aceite de oliva. Cerramos la olla, subimos la potencia del calor al máximo y esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor. En ese momento, bajamos la intensidad del calor al mínimo necesario para que se mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente. Comenzamos a contar el tiempo, entre 45 y 50 min. Transcurrido el tiempo, retiramos la olla de la fuente de calor y dejamos que se libere totalmente la presión antes de abrir la olla. En una olla aparte, cocemos el repollo picado en juliana y las patatas, escurrimos y aliñamos con un refrito de ajo y pimentón. Batimos los huevos y mezclamos con la miga de pan y el perejil, formamos unas bolas y doramos en una sartén con un poco de aceite, reservamos. Cuando se libere la presión del vapor, abrimos la olla, si los garbanzos y la carne están tiernos, retiramos el caldo. Añadimos los fideos a la sopa y las bolas fritas del relleno, cocemos a fuego suave hasta que la pasta este lista, añadimos la zanahoria cocida picada en brunoise. Servimos en tres partes, por un lado la sopa, por otro los garbanzos con el repollo, el puerro y la patata y otra fuente con la carne, gallina, tocino, costilla, morcilla y chorizo.



**18** MIN

**INGREDIENTES**

1600 g de lomo de novilla  
3 cebollas  
800 g de setas  
Sal marina gruesa  
Pimienta negra  
1 ramillete de tomillo  
500 ml de fondo oscuro de carne  
Aceite de oliva suave  
Mantequilla  
300 ml de nata 18% M.G.  
250 ml vino oloroso de Jerez

**ROAST BEEF CON SALSA DE CEBOLLAS Y SETAS**

Cuando encarguemos la pieza de lomo a nuestro carnicero, debemos pedir que la meta en una malla, así mantendrá mejor la forma y nos facilitará el corte. Salpimentamos el lomo y doramos en la olla a presión en la que habremos calentado un fondo de aceite de oliva mezclado con una nuez de mantequilla. Damos vueltas para que quede uniformemente sellado y dorado. Extraemos la carne marcada de la olla.

Añadimos a la olla la cebolla cortada en pluma aprovechando la misma grasa de dorar el lomo, rehogamos durante 3 ó 4 min.

Reincorporamos el lomo, las setas laminadas, la rama de tomillo, el vino y el fondo de carne, dejamos que comience el hervor.

Cerramos la olla y con la potencia del calor al máximo, esperamos a que la válvula de trabajo nos indique el momento en el que alcanza la presión, bajamos la potencia al mínimo necesario para que la olla mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente.

Dejamos cocer entre 12 y 18 min, dependiendo del punto deseado de la carne, debemos de tener en cuenta que el Roast Beef es una carne que se come rosada y jugosa.

Transcurrido el tiempo dejamos liberar totalmente la presión, abrimos la olla y retiramos la carne, dejamos atemperar antes de comenzar a cortar.

Vertemos la nata y devolvemos la olla al fuego, dejamos reducir la salsa hasta alcanzar la textura deseada. Rectificamos de sal y pimienta. Fileteamos la carne en lonchas no muy gruesas, servimos acompañada de la salsa y guarnición de ensalada o patatas.



**20** MIN

**INGREDIENTES**

1 pulpo de 3,5 kg aprox.  
30 g de algas deshidratadas  
(Kombu, Wakame, etc.)  
Merkén  
Sal en escamas  
Aceite de oliva virgen

**PULPO COCIDO CON ALGAS Y MERKÉN**

Con la potencia del calor al máximo, calentamos unos 3 lt. de agua en la olla a presión. Cuando comience el hervor, incorporamos el pulpo al que previamente hemos lavado bien bajo un chorro de agua fría.

Añadimos las algas directamente sin necesidad de hidratarlas con anterioridad. Cerramos la olla, continuamos con la potencia del calor al máximo y esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor. En ese momento, bajamos la intensidad del calor al mínimo necesario para que se mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente. Comenzamos a contar el tiempo, entre 16 y 20 min. Transcurrido el tiempo, retiramos la olla de la fuente de calor y dejamos reposar hasta que se libere totalmente la presión y nos permita abrir la olla.

Una vez que el pulpo esté atemperado, cortamos y aliñamos con aceite de oliva, sal en escamas y merkén al gusto. Opcionalmente podemos acompañar con patatas cocidas.

 **26** MIN

#### INGREDIENTES

2000 g de alubias pintas o  
blancas  
150 g de azúcar moreno  
60 g de melaza  
900 g de bacon  
3 cebollas  
3 zanahorias  
6 dientes de ajo  
300 ml de salsa de tomate  
Aceite de oliva suave 0,4°  
3 cuch. de mostaza  
6 clavos de olor  
Sal

## ALUBIAS ESTOFADAS ESTILO BOSTON

Ponemos las alubias a remojo en agua fría, desde la noche anterior o al menos durante 8 horas.

Picamos la cebolla, la zanahoria y el ajo en brunoise fina. En la olla a presión, con un fondo de aceite de oliva suave, pochamos la cebolla, la zanahoria y el ajo.

Cuando tengamos la verdura bien pochada agregamos el bacon cortado en bastones o dados, rehogamos hasta que se dore ligeramente, y añadimos la salsa de tomate. Dejamos cocer a fuego suave unos 5 min.

Disolvemos el azúcar junto con la melaza en un poco de agua tibia, agregamos a la olla con el sofrito e incorporamos las alubias previamente escurridas del agua de remojo. Cubrimos con agua fría y agregamos la cucharada de mostaza y los clavos.

Cerramos la olla, subimos la potencia del calor al máximo y esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor. En ese momento, bajamos la intensidad del calor al mínimo necesario para que se mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente. Comenzamos a contar el tiempo, entre 24 y 26 min.

Transcurrido el tiempo, retiramos la olla y esperamos a que se libere totalmente la presión antes de abrir, comprobamos el punto de las alubias y rectificamos el sazónamiento. Dejamos reposar unos minutos y servimos en caliente.

Si queremos podemos darle un toque de picante agregando unos chiles o pimentón picante al sofrito.

 **55** MIN

#### INGREDIENTES

4 o 5 L de agua  
2 o 3 lenguas de ternera  
(bien limpias)  
3 cebollas  
3 zanahorias  
3 puerros  
1 ramillete de perejil  
250 ml de vino blanco  
2 hojas de laurel  
Pimienta negra en grano  
6 clavos de olor  
300 ml de vino blanco seco  
Sal

## LENGUA DE TERNERA COCIDA

Ponemos todos los ingredientes, menos las lenguas, en el interior de la olla a presión y cubrimos de agua.

Con la potencia del calor al máximo, esperamos a que comience a hervir, en ese momento sumergimos las lenguas en el caldo.

Cerramos la olla, continuamos con la potencia del calor al máximo y esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor.

En ese momento, bajamos la intensidad del calor al mínimo necesario para que se mantenga la presión interior y la pesa gire lenta y uniformemente. Comenzamos a contar el tiempo, entre 45 y 55 min. dependiendo del tamaño de las lenguas.

Transcurrido el tiempo, retiramos la olla de la fuente de calor y dejamos que se libere totalmente la presión utilizando el método de liberación natural, (consultar manual de instrucciones).

Al comprobar el punto de cocción, debemos de tener precaución, pues al pinchar la piel en caliente, puede expulsar líquido y llegar a quemarnos.



# 12<sup>MIN</sup>

## INGREDIENTES

24 peras de la variedad conferencia, textura firme  
1800 ml de vino tinto  
600 g de azúcar moreno  
2 naranjas  
2 limones  
2 ramas de canela  
12 hojas de menta  
600 g de cobertura de chocolate negro 64%  
Agua

## PERAS AL VINO TINTO CON CHOCOLATE FUNDIDO

Vertemos en la olla rápida el vino tinto, las ramas de canela, el azúcar, las hojas de menta y las cortezas de naranja y de limón. Calentamos a fuego medio.

Pelamos las peras conservando el tallo, incorporamos a la olla cuando el vino este en ebullición. Agregamos agua si fuese necesario.

Cerramos la olla y con la potencia del calor al máximo, esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor.

En ese momento, bajamos la intensidad del calor a potencia media - baja y dejamos cocer entre 10 y 12 min. dependiendo del tamaño y maduración de la fruta.

Fundimos la cobertura de chocolate al baño María o en el microondas y mantenemos caliente. Transcurrido el tiempo de cocción de las peras, dejamos liberar totalmente la presión del vapor antes de abrir la olla, retiramos las peras, y si queremos podemos reducir el almibar de vino para que espese hasta que obtengamos una salsa.

Dejamos enfriar las peras cubiertas con el almibar.

Servimos las peras acompañadas del chocolate fundido caliente.

- Cuando cocinemos con vinos o licores la calidad de estos puede influir bastante en el resultado, por ejemplo si utilizamos un vino con crianza nos aportara más matices de sabor que si lo elaboramos con un vino de baja calidad que nos pueda dar toques ácidos o amargos.

- Para fundir el chocolate en el microondas es aconsejable hacerlo a potencia media y en cortos espacios de tiempo para que no se queme. Ejemplo, calentar unos segundos, sacar y remover, repetir la acción hasta que el chocolate está fundido.



# 6<sup>MIN</sup>

## INGREDIENTES

8 manzanas reinetas  
8 peras conferencia  
24 ciruelas pasas  
150 g de uvas pasas  
2 ramas de canela  
1 corteza de naranja  
800 g de azúcar moreno  
2 L de vino tinto  
Agua  
Almendra tostada laminada

## COMPOTA NAVIDEÑA

Antes de comenzar ponemos las pasas y ciruelas a remojo en el vino tinto, atemperado, durante unos 20 min. Mientras, pelamos y troceamos en cuartos las manzanas y las peras.

En nuestra olla a presión, vertemos el vino, el azúcar, la canela y llevamos a ebullición el conjunto.

Cuando tengamos el azúcar bien disuelto, añadimos las manzanas, las peras, las ciruelas y las uvas pasas.

Incorporamos agua hasta cubrir las frutas, si fuese necesario.

Cerramos la olla y con la potencia del calor al máximo esperamos a que la válvula de trabajo comience a liberar vapor. En ese momento bajamos la intensidad del calor a potencia media - baja y dejamos cocer entre 4 y 6 min. dependiendo de la madurez y tamaño de las frutas empleadas. Transcurrido el tiempo, retiramos la olla de la fuente de calor y dejamos que se libere totalmente la presión antes de abrir.






















Es aconsejable dejar atemperar las frutas cubiertas por el almibar para potenciar el color y los aroma.

Una vez que tenemos la compota fría, retiramos las frutas y si queremos obtener un almibar más denso, lo ponemos a reducir a fuego medio alto.

Colamos el almibar y vertemos sobre las frutas. Servimos la compota acompañada de helado de vainilla y unas almendras laminadas y tostadas. La compota navideña se puede servir fría o un poco tibia, al gusto.

## 19. REPUESTOS

Hemos seleccionado los repuestos más importantes de su olla a presión. Recuerde que siempre puede consultar nuestra webs: [www.magefesa.com](http://www.magefesa.com) y [www.magefesausa.com](http://www.magefesausa.com) para más información.

	NOMBRE	NÚMERO REPUESTO	CÓDIGO REPUESTO	EAN 13	UPC-A
	- Asa lateral	09	ALUSTAR / ALUSTAR INDUCTA 09REMEAL22		
	- Válvula de seguridad	07	STAR / INOKSTAR / ALUSTAR / ALUSTAR INDUCTA 09REMEVSSTC		
	- Pomo	33	ALUSTAR INDUCTA 09REMEPTAIN		
	- Válvula trabajo	22	STAR / ALUSTAR / ALUSTAR INDUCTA 09REMEVSTSC		
	- Chimenea	23	STAR / INOKSTAR / ALUSTAR / ALUSTAR INDUCTA 09REMECHSTC		
	- Cono + Husillo	36	ALUSTAR INDUCTA 09REMECHAH		
	- Junta de silicona	08	ALUSTAR INDUCTA 09REMEJSAIN		

## NOTAS



[www.magefesa.com](http://www.magefesa.com)



**ALUSTAR INDUCTA**

