

# EasyCook

Steam HSE

Cuiseur à vapeur

# Table des matières

<b>EasyCook</b>	<b>3</b>
Explication des symboles .....	3
Modes de fonctionnement.....	3
<b>Réglages</b>	<b>4</b>
Légumes.....	4
Pommes de terre.....	7
Viande.....	7
Garnitures.....	9
Céréales .....	10
Légumineuses .....	11
Volaille .....	12
Poisson et fruits de mer .....	12
Fruits .....	13
Produits laitiers.....	14
Desserts .....	14
Champignons .....	14
Œufs.....	14
<b>Hygiène, bien-être</b>	<b>15</b>
<b>Stérilisation, mise en bocaux</b>	<b>16</b>

# EasyCook

## Explication des symboles



Mode de fonctionnement



Température de l'espace de cuisson



Préchauffer jusqu'à ce que la température de l'espace de cuisson soit atteinte



Durée



Niveaux



Accessoires



## Modes de fonctionnement



Cuire à la vapeur 40 °C



Cuire à la vapeur 80 °C



Cuire à la vapeur 90 °C



Cuire à la vapeur 100 °C
































## Utilisation optimale

Les températures de l'espace de cuisson et les niveaux indiqués dans les livres de recettes d'autres sources peuvent ne pas convenir pour cet appareil. Vous trouverez dans les tableaux suivants des indications pour une utilisation optimale.

Les valeurs pour la température de l'espace de cuisson ou les niveaux et les durées sont indiquées à titre indicatif. Elles peuvent différer selon le type et la taille de l'aliment à cuire et les préférences personnelles.
































- Pour la cuisson à la vapeur, introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé afin de récupérer les morceaux d'aliments et la condensation.

# Réglages

🌿 Légumes										
Épinards en branche		Cuire		100 °C	Non	7–13 min	2	 1)		
		Blanchir				5–7 min				
Chou-fleur	Chou-fleur entier	Cuire		100 °C	Non	20–35 min	2	 1)		
	Chou-fleur en bouquets	Cuire				10–15 min			2	 1)
		Préparation de conserves				1 h 30 min–1 h 40 min				
Brocoli		Cuire		100 °C	Non	10–20 min	2	 1)		
		Préparation de conserves				1 h 30 min–1 h 40 min			1	
Endive		Cuire		100 °C	Non	15–30 min	2	 1)		
Petits pois		Cuire		100 °C	Non	15–30 min	2	 1)		
Cornichons		Préparation de conserves		90 °C	Non	20–30 min	1			
Fenouil en petits morceaux		Cuire		100 °C	Non	15–23 min	2	 1)		
Haricots verts	Haricots frais	Cuire		100 °C	Non	30–50 min	2	 1)		
		Blanchir				5–15 min				
		Préparation de conserves <sup>2)</sup>				1 h–1 h 10 min	1			

1) ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.

2) ► Répéter deux fois la stérilisation en laissant entièrement refroidir les bocaux entre les deux opérations.



























 <b>Légumes</b>								
Haricots verts	Haricots secs mis à tremper	Cuire		100 °C	Non	35–45 min	2	 1)
Chou blanc en petits morceaux		Cuire		100 °C	Non	20–40 min	2	 1)
Carottes en petits morceaux		Cuire		100 °C	Non	15–25 min	2	 1)
		Préparation de conserves				1 h 30 min–1 h 40 min	1	
Pois mange-tout		Cuire		100 °C	Non	10–20 min	2	 1)
Chou-rave en petits morceaux		Cuire		100 °C	Non	15–25 min	2	 1)
Blette		Cuire		100 °C	Non	10–20 min	2	 1)
Maïs	Épis de maïs	Cuire		100 °C	Non	30–45 min	2	 1)
	Polenta	Cuire <sup>2), 3)</sup>		100 °C	Non	30–40 min	2	
Poivron		Cuire		100 °C	Non	8–15 min	2	 1)
Betteraves rouges		Cuire		100 °C	Non	30 min–1 h 30 min	2	 1)
Chou de Bruxelles		Cuire		100 °C	Non	20–30 min	2	 1)

1) ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.

2) ► Ajouter 3 dl de liquide pour 100 g.












3) ► Placer l'aliment à cuire dans un récipient adapté dans le bac de cuisson perforé.

## Réglages













🥕 Légumes								
Choucroute	Choucroute crue	Cuire		100 °C	Non	40 min–1 h 10 min	2	 1)
	Choucroute préfermentée	Cuire		100 °C	Non	20–30 min	2	 1)
Salsifis noirs		Cuire		100 °C	Non	25–35 min	2	 1)
Céleri	Céleri en branches en petits morceaux	Cuire		100 °C	Non	15–25 min	2	 1)
	Céleri-rave en petits morceaux	Cuire		100 °C	Non	10–20 min	2	 1)
Asperges vertes		Cuire		100 °C	Non	13–17 min	2	 1)
Asperges blanches		Cuire		100 °C	Non	15–25 min	2	 1)
Tomates	Cuire			100 °C	Non	7–13 min	2	 1)
	Peler				Oui <sup>2)</sup>	3–5 min		
Topinambour		Cuire		100 °C	Non	15–35 min	2	 1)
Courgettes en petits morceaux		Cuire		100 °C	Non	8–12 min	2	 1)

<sup>1)</sup> ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.

<sup>2)</sup> ► Préchauffer l'espace de cuisson pendant 5 minutes.

 <b>Pommes de terre</b>							
Patates douces	Cuire		100 °C	Non	20–50 min	2	 1)
Pommes vapeur	Cuire		100 °C	Non	15–25 min	2	 1)

1) ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.
































 <b>Viande</b>							
Veau	de filet de veau	Cuire	100 °C	Non	20–45 min	2	 1)
	Émincé en sauce	Cuire <sup>2)</sup>	100 °C	Non	30–50 min	2	
Bœuf	Filet de bœuf	Cuire	100 °C	Non	20–50 min	2	 1)
	Pot-au-feu	Cuire <sup>2), 3)</sup>	100 °C	Non	1 h–1 h 30 min	2	
	Émincé en sauce	Cuire <sup>2)</sup>	100 °C	Non	30–50 min	2	

1) ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.

2) ► Placer l'aliment à cuire dans un récipient adapté dans le bac de cuisson perforé.

3) ► Recouvrir intégralement la viande de liquide.




























## Réglages

 <b>Viande</b>								
Porc	Filet de porc	Cuire		100 °C	Non	20–35 min	2	 1)
	Côtelettes fumées et porc «Kassler»	Cuire <sup>2)</sup>		100 °C	Non	45 min–1 h 30 min	2	
	Jambon	Cuire <sup>2)</sup>		100 °C	Non	50 min–1 h 30 min	2	
	Lard	Cuire <sup>2)</sup>		100 °C	Non	20–40 min	2	
	Saucisson	Cuire <sup>2)</sup>		80–95 °C	Non	30–45 min	2	
	Émincé en sauce	Cuire <sup>2)</sup>		100 °C	Non	30–50 min	2	
Terrine de viande		Cuire		90 °C	Non	15–50 min	2	
Viande	Côtelettes fumées et porc «Kassler»	Cuire <sup>2)</sup>		100 °C	Non	45 min–1 h 30 min	2	
	Saucisson	Cuire <sup>2)</sup>		80–95 °C	Non	30–45 min	2	
	Jambon	Cuire <sup>2)</sup>		100 °C	Non	50 min–1 h 30 min	2	
	Lard	Cuire <sup>2)</sup>		100 °C	Non	20–40 min	2	
	Saucisses de Vienne	Cuire <sup>2)</sup>		90 °C	Non	10–15 min	2	

1) ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.















2) ► Placer l'aliment à cuire dans un récipient adapté dans le bac de cuisson perforé.



 <b>Garnitures</b>							
Pommes vapeur	Cuire		100 °C	Non	15–25 min	2	 1)
Riz sec	Cuire <sup>2)</sup> , <sup>3)</sup>		100 °C	Non	20–40 min	2	
Risotto	Cuire <sup>2)</sup> , <sup>4)</sup>		100 °C	Non	30–40 min	2	
Épis de maïs	Cuire		100 °C	Non	30–45 min	2	 1)
Polenta	Cuire <sup>2)</sup> , <sup>5)</sup>		100 °C	Non	30–40 min	2	
Blé (Ebly)	Cuire <sup>2)</sup> , <sup>6)</sup>		100 °C	Non	20–30 min	2	
Semoule	Cuire <sup>2)</sup> , <sup>7)</sup>		100 °C	Non	10–18 min	2	
Millet	Cuire <sup>2)</sup> , <sup>8)</sup>		100 °C	Non	20–40 min	2	
Pois chiches <sup>9)</sup>	Cuire <sup>2)</sup> , <sup>10)</sup>		100 °C	Non	20–40 min	2	
Lentilles	Cuire <sup>2)</sup> , <sup>7)</sup>		100 °C	Non	15–60 min	2	

- 1) ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.
- 2) ► Placer l'aliment à cuire dans un récipient adapté dans le bac de cuisson perforé.
- 3) ► Ajouter 1½ dl de liquide pour 100 g.
- 4) ► Ajouter 2½ dl de liquide pour 100 g.
- 5) ► Ajouter 3 dl de liquide pour 100 g.
- 6) ► Ajouter 1–1½ dl de liquide pour 100 g.
- 7) ► Ajouter 2–3 dl de liquide pour 100 g.
- 8) ► Ajouter 1½–2 dl de liquide pour 100 g.
- 9) ► Laisser tremper pendant la nuit.
- 10) ► Ajouter ½–1 dl de liquide pour 100 g.

## Réglages

Céréales							
Semoule	Cuire <sup>1)</sup> , <sup>2)</sup>		100 °C	Non	10–18 min	2	
Millet	Cuire <sup>1)</sup> , <sup>3)</sup>		100 °C	Non	20–40 min	2	
Maïs	Épis de maïs		100 °C	Non	30–45 min	2	 <sup>4)</sup>
	Polenta		100 °C	Non	30–40 min	2	
Riz	Riz sec		100 °C	Non	20–40 min	2	
	Risotto		100 °C	Non	30–40 min	2	
Blé (Ebly)	Cuire <sup>1)</sup> , <sup>8)</sup>		100 °C	Non	20–40 min	2	

<sup>1)</sup> ► Placer l'aliment à cuire dans un récipient adapté dans le bac de cuisson perforé.

<sup>2)</sup> ► Ajouter 2–3 dl de liquide pour 100 g.

<sup>3)</sup> ► Ajouter 1½–2 dl de liquide pour 100 g.




















<sup>4)</sup> ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.

<sup>5)</sup> ► Ajouter 3 dl de liquide pour 100 g.

<sup>6)</sup> ► Ajouter 1½ dl de liquide pour 100 g.












<sup>7)</sup> ► Ajouter 2½ dl de liquide pour 100 g.

<sup>8)</sup> ► Ajouter 1–1½ dl de liquide pour 100 g.




















 <b>Légumineuses</b>							
Petits pois			100 °C	Non	15–30 min	2	 1)
Haricots verts	Haricots frais	Cuire	100 °C	Non	30–50 min	2	 1)
		Blanchir			5–15 min		
	Préparation de conserves <sup>2)</sup>				1 h–1 h 10 min	1	
	Haricots secs mis à tremper	Cuire	100 °C	Non	35–45 min	2	 1)
Pois mange-tout			100 °C	Non	10–20 min	2	
Pois chiches <sup>3)</sup>			100 °C	Non	20–40 min	2	
Lentilles			100 °C	Non	15–60 min	2	

- 1) ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.
- 2) ► Répéter deux fois la stérilisation en laissant entièrement refroidir les bocaux entre les deux opérations.  
► Pour plus d'informations, voir le mode d'emploi.
- 3) ► Laisser tremper pendant la nuit.
- 4) ► Ajouter ½–1 dl de liquide pour 100 g.
- 5) ► Placer l'aliment à cuire dans un récipient adapté dans le bac de cuisson perforé.
- 6) ► Ajouter 2–3 dl de liquide pour 100 g.



































## Réglages

 <b>Volaille</b>							
Blancs de poulet	Cuire		100 °C	Non	10–25 min	2	 1)
Terrine de volaille	Cuire		90 °C	Non	15–50 min	2	

1) ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.












 <b>Poisson et fruits de mer</b>							
Dorade entière	Cuire		80 °C	Non	20–30 min	2	 1)
Truite entière	Cuire		80 °C	Non	20–30 min	2	 1)
Tranche de thon	Cuire		100 °C	Non	10–30 min	2	 1)
Filet de poisson	Cuire		80 °C	Non	10–20 min	2	 1)
Moules	Cuire		100 °C	Non	20–30 min	2	 1)
Terrine de poisson	Cuire		100 °C	Non	15–50 min	2	














1) ► Introduire la plaque en acier inox sous le bac de cuisson perforé.












Fruits								
Pommes	Morceaux de pomme	Compote		100 °C	Non	10–20 min	2	
		Préparation de conserves		90 °C		30–40 min	1	
Morceaux de poire		Compote		100 °C	Non	10–20 min	2	
		Préparation de conserves		90 °C		30–40 min	1	
Quartiers de coing		Cuire <sup>1)</sup>		100 °C	Non	30–60 min	2	
		Préparation de conserves		90 °C		30–40 min	1	
Abricots coupés en deux		Compote		100 °C	Non	10–20 min	2	
		Préparation de conserves		90 °C		30–40 min	1	
Quetsches coupées en deux		Compote		100 °C	Non	10–20 min	2	
		Préparation de conserves		90 °C		30–40 min	1	
Pêches en petits morceaux		Compote		100 °C	Non	10–20 min	2	
		Préparation de conserves		90 °C		30–40 min	1	
Cerises dénoyautées		Compote		100 °C	Non	10–20 min	2	
		Préparation de conserves		80 °C		30–40 min	1	

<sup>1)</sup> ► Pour la préparation de la gelée.












## Réglages

 <b>Produits laitiers</b>							
Yaourt crémeux	Confection		40 °C	Non	5 h–6 h	2	
Yaourt ferme	Confection		40 °C	Non	7 h–8 h	2	














 <b>Desserts</b>							
Flan	Cuire		90 °C	Non	20–40 min	2	
Flans au caramel	Cuire		90 °C	Non	20–35 min	2	
Compote	Cuire		100 °C	Non	10–16 min	2	

 <b>Champignons</b>							
Champignons coupés	Préparation de conserves		100 °C	Non	1 h 15 min–1 h 35 min	1	
Champignons entiers	Préparation de conserves		100 °C	Non	1 h 15 min–1 h 35 min	1	














- ▶ Utiliser seulement des champignons frais.
- ▶ Nettoyer et couper les champignons en petits morceaux.

 <b>Œufs</b>							
Œufs à la coque	Cuire		100 °C	Non	9–13 min	2	
Œufs durs	Cuire		100 °C	Non	15–20 min	2	

## Hygiène, bien-être

 <b>Hygiène</b>							
Stériliser des biberons <sup>1)</sup>	Cuire à la vapeur		100 °C	Non	10 min	1	
Préparer des pots à confiture	Cuire à la vapeur		100 °C	Non	10 min	1	
Poststériliser des pots à confiture	Cuire à la vapeur		100 °C	Non	30 min	1	

- <sup>1)</sup>
- ▶ Nettoyer minutieusement le biberon et le dévisser pour le stériliser.
  - ▶ Après la stérilisation à la vapeur, retirer les biberons de l'espace de cuisson et les faire sécher intégralement la tête à l'envers.

 <b>Bien-être</b>							
Serviettes rafraîchissantes <sup>1)</sup>	Cuire à la vapeur		80–90 °C	Non	5–15 min	2	
Enveloppements chauds <sup>2)</sup>	Cuire à la vapeur		70–90 °C	Non	5–15 min	2	
Pierres chaudes	Cuire à la vapeur		50–65 °C	Non	15 min–1 h	Fond de l'espace de cuisson	

- <sup>1)</sup>
- ▶ Humidifier d'abord les serviettes, les essorer et les placer dans le bac de cuisson perforé, en les roulant dans la forme souhaitée ou en les laissant déroulées.
- <sup>2)</sup>
- ▶ Poser l'enveloppement préparé étendu au maximum dans le bac de cuisson perforé.

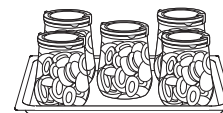
## Stérilisation, mise en bocaux


Les aliments peuvent être mis en bocaux et stérilisés dans des bocaux spéciaux. Il ne faut utiliser que des bocaux en parfait état avec couvercle en verre, des joints en caoutchouc appropriés et des pinces de fixation correctement mises en place. Il ne faut pas employer de bocaux avec des fermetures à visser ou à baïonnette, car la pression produite à la stérilisation ne peut pas y être réduite.




































Un maximum de 5 bocaux d'une capacité maximale d'un litre peuvent être placés dans l'espace de cuisson. Toujours utiliser des bocaux de même taille.

- ▶ Enfourner la plaque en acier inox au niveau **1**.
- ▶ Remplir uniformément les bocaux d'aliments à température ambiante et ajouter si nécessaire du liquide (éventuellement avec du sucre, du sel ou du vinaigre).
- ▶ Fermer les bocaux comme le prescrit le fabricant.



- ▶ Placer les bocaux sur la plaque en acier inox conformément à l'illustration. Ils ne doivent pas se toucher.
- ▶ Sélectionner le mode de fonctionnement et la température de l'espace de cuisson selon le tableau suivant.
- ▶ Sélectionner **I→I** dans les réglages du mode de fonctionnement.
- ▶ Sélectionner la durée selon le tableau suivant.
- ▶ Confirmer les réglages en pressant le bouton de réglage.
- ▶ Une fois la durée indiquée écoulée, arrêter l'appareil en effleurant la touche .
- ▶ Laisser la porte de l'appareil en position encliquetée.
- ▶ Laisser entièrement refroidir les bocaux dans l'espace de cuisson.
- ▶ Retirer les bocaux, puis contrôler leur étanchéité.



 <b>Légumes et fruits</b>						
Carottes		100 °C	Non	1 h 30 min	2	
Chou-fleur		100 °C	Non	1 h 30 min	2	
Brocoli		100 °C	Non	60 min	2	
Haricots <sup>1)</sup>		100 °C	Non	1 h 15 min–1 h 30 min	2	
Champignons précuits		90 °C	Non	20–30 min	2	
Cornichons		90 °C	Non	30 min	2	
Pommes		90 °C	Non	30 min	2	
Poires		90 °C	Non	30 min	2	
Abricots		90 °C	Non	30 min	2	
Pêches		90 °C	Non	30 min	2	
Coings		90 °C	Non	30 min	2	
Quetsches		90 °C	Non	30 min	2	
Cerises		80 °C	Non	30 min	2	

<sup>1)</sup> ► Répéter deux fois la stérilisation en laissant entièrement refroidir les bocaux entre les deux opérations.

# Notes



## Domaine de validité

La famille de produits (n° de modèle) correspond aux premiers chiffres figurant sur la plaque signalétique. Ce mode d'emploi est valable pour :

Type	Famille de produits	Système de mesure
STHSEZ60	23002	60-381
STHSEZ60c	23002	60-381



1014843-R02

