



amazonbasics

MEHRZWECK- DAMPFDROCKTOPF ELEKTRISCH

Rezepte



amazonbasics



MEHRZWECK-DAMPFDRUCKTOPF ELEKTRISCH

Rezepte

**AmazonBasics Mehrzweck-Dampfdrucktopf, 23-in-1-Gerät,
elektrisch, 5,5 l, 1000 W, gebürsteter Edelstahl**

INDEX

Pastete mit Rindfleisch und Guinness	4
Ungarisches Gulasch	6
Rindsschmorbraten	8
Klassischer Schmorbraten mit Pasta	10
Ganzes Hähnchen mit Zitrone & Kräutern	12
Hähnchen Adobo	14
Ratatouille	16
Kartoffelpüree	18
Pellkartoffeln	20
Klassische Artischocke	22
aferbrei mit Apfel und Kokosnuss-Granola	24
Risotto Milanese	26
Pilaw	28
Hummus	30
BBQ-Baked-Beans	32
Rinderbrühe	34
Gemüsebrühe	36
Fischfond	38
Gemüse-Biryani (Curry)	40
Hühnerbrühe	43
Schokoladen-Lava-Kuchen	45
Pudding aus Croissants mit Feigen	47
Vichyssoise	49
Bolognese vom Schwein mit Pancetta & Salbei	51
Tacos mit Shortribs	53

MEAT PROGRAM

Pastete mit Rindfleisch und Guinness



ARBEITSZEIT

20 min
+ Ruhe- und
Backzeitcongelador



PRESSURE COOK

80KPa
60 min



SLOW COOK

5–6 Std. HI
8–10 Std. LO



FÜR

8



ZUTATEN

- 50g Mehl
- 2 Teelöffel Meersalz
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1,8 kg Rindernacken, parierte, in 3 cm große Stücke geschnitten
- 80 ml Olivenöl
- 150 g Speckscheiben, klein geschnitten
- 1 große Zwiebel, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 90 g Tomatenmark
- 440 ml Guinness oder ein anderes Stout-Bier
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Esslöffel frischer Thymian oder Rosmarin, gehackt
- 3 Esslöffel Worcestershire-Sauce

- 1 Mehl, Salz und Pfeffer zusammen in eine große Schüssel geben. Rindfleisch hinzufügen und vollständig bedecken.
- 2 „Sauté“ auswählen und den Topf vorheizen. Öl erhitzen, die Hälfte des Rindfleisches zugeben und für 3–4 Minuten von allen Seiten anbraten. Auf einen Teller geben. Mit dem restlichen Fleisch wiederholen und es anschließend ebenfalls auf einen Teller geben.
- 3 „Sauté“ auf HI auswählen. Speck hinzufügen und 2–3 Minuten anbraten, um das Fett auszulassen. Zwiebeln und Knoblauch hinzufügen und 7–10 Minuten dünsten, bis sie weich und leicht gebräunt sind. 4. Tomatenmark zugeben und für 1 Minute mitkochen. Guinness hinzugeben und aufkochen lassen.
- 4 Tomatenmark zugeben und für 1 Minute mitkochen. Guinness hinzugeben und aufkochen lassen. Köcheln lassen, bis es auf die Hälfte reduziert ist. Lorbeerblatt, gehackten Thymian, Worcestershire-Sauce und das Rindfleisch zusammen mit eventuell ausgetretenem Saft in den Topf geben.
- 5 „PRESSURE COOK Meat“ oder „SLOW COOK“ auswählen. Gerät abkühlen lassen, bis es sicher geöffnet werden kann.
- 6 Nach dem Kochen abschmecken und im Kühlschrank vollständig abkühlen lassen.
- 7 Füllung für die Pastete direkt aus dem Kühlschrank verwenden.

MEAT PROGRAM

Ungarisches Gulasch



ARBEITSZEIT
20 min



PRESSURE COOK
80KPa
50 min



SLOW COOK
5–6 Std. HI
8–10 Std. LO



FÜR
8



ZUTATEN

- 2 Zwiebeln, geviertelt
- 150 g Schinken, gewürfelt
- 3 Esslöffel Öl
- 1 kg Rindfleisch, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 360 ml Wasser
- 3 Teelöffel Rinderbrühe, Pulver
- 3 Teelöffel Gemüsebrühe, Pulver
- 2 Esslöffel Paprikapulver
- 2 große Lorbeerblätter
- 2 Esslöffel Tomatenmark
- 2 Esslöffel Mehl

- 1 Zwiebeln zusammen mit Schinken im „Sauté“-Modus für ca. 10 Minuten in Öl glasig dünsten.
- 2 Knoblauch hinzufügen und weitere 5 Minuten sautieren.
- 3 Rindfleisch mit 240 ml Wasser, Brühe, Paprikapulver, Lorbeerblättern und Tomatenmark hinzufügen. Gut umrühren.
- 4 Zugedeckt für 20 Minuten im Fleisch-Programm kochen lassen. Gerät abkühlen lassen, bis es sicher geöffnet werden kann.
- 5 Mehl in 125 ml Wasser glatt rühren und langsam in das Gulasch einrühren, bis es andickt.
- 6 Für weitere 5 Minuten im „Sauté“-Modus köcheln lassen, dann Lorbeerblätter entfernen. Mit Salzkartoffeln oder Kartoffelpüree servieren.

MEAT PROGRAM

Rindsschmorbraten



ARBEITSZEIT
15 min



PRESSURE COOK
80KPa
30 min



SLOW COOK
6–8 STD. HI
7–9 STD. LO



FÜR
6



ZUTATEN

- 1.5 kg Nackensteak, in 3 cm großen Würfeln
- 1 Esslöffel Meersalz
- 1 Teelöffel schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 2 Zwiebeln, dünn geschnitten
- 750 ml trockener Weißwein
- 2 Esslöffel Dijon-Senf
- 400-g-Dose gehäutete Flaschentomaten im eigenen Saft
- 2 Knoblauchzehen, halbiert
- 1 Bouquet garni (gebundenes Kräutersträußchen mit Lorbeerblatt, frischem Thymian und glatter Petersilie)
- 1 Karotte, geschnitten
- Gehackte Petersilie als Garnitur

1

Rindfleisch mit Salz und Pfeffer in eine große Schüssel geben und gleichmäßig einreiben.

2

„Sauté“ auswählen und den Topf vorheizen. Öl erhitzen, die Hälfte des Rindfleisches zugeben und für 3–4 Minuten von allen Seiten anbraten. In eine Schüssel geben. Mit dem restlichen Fleisch wiederholen und anschließend ebenfalls in die Schüssel geben.

3

Zwiebeln hinzufügen und für ca. 5 Minuten weich dünsten. Mit Wein ablöschen und den Bratensatz durch Rühren lösen. Aufkochen lassen. Ca. 15 Minuten köcheln lassen, bis der Inhalt auf die Hälfte reduziert ist.

4

Dijon-Senf einrühren. Fleisch und den Fleischsaft zusammen mit den Tomaten, dem Knoblauch und dem Bouquet garni in den Topf geben.

5

„PRESSURE COOK Meat“ oder „SLOW COOK“ auswählen. Gerät abkühlen lassen, bis es sicher geöffnet werden kann.

6

Deckel abnehmen und das Rindfleisch zusammen mit den Tomaten und Zwiebeln in eine Servierschale geben. „Sauté“ und die gewünschte Hitzestufe auswählen. Fett auf der Oberfläche abschöpfen und die Sauce ca. 5 Minuten reduzieren lassen, bis sie die gewünschte Konsistenz erreicht hat.

7

Sauce über das Fleisch geben und mit gehackter Petersilie garnieren. Sofort servieren.

MEAT PROGRAM

Klassischer Schmorbraten mit Pasta



ARBEITSZEIT
20 min



PRESSURE COOK
80KPa
40 min



SLOW COOK
5–7 STD. HI
9–11 STD. LO



FÜR
6



ZUTATEN

- 1.5 kg Nackenbraten, pariert, halbiert
- 3 Teelöffel Meersalz
- 1 Teelöffel schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- 1 Esslöffel Mehl
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 1 Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- 60 ml Rotwein
- 500 g Babykarotten
- 120 g Erbsen, gefroren
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Zweige frischer Thymian
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- 250 ml Rinder- oder Hühnerbrühe

1

Bratenstücke mit Salz und Pfeffer würzen und gleichmäßig mit Mehl einreiben.

2

„SEAR“ auswählen und den Topf vorheizen. Olivenöl erhitzen und die Bratenstücke nacheinander anbraten, ca. 2 Minuten von jeder Seite.

3

Bratenstücke auf einen Teller geben. Zwiebeln hinzufügen und für ca. 2 Minuten weich dünsten. Rotwein hinzufügen und für eine weitere Minute, oder bis der Rotwein größtenteils reduziert ist, köcheln lassen.

4

Bratenstücke mit Karotten, Knoblauch, Lorbeerblatt, Thymian und Rosmarin wieder in den Schnellkochtopf geben. Mit der Brühe aufgießen. „PRESSURE COOK Meat“ oder „SLOW COOK“ auswählen. Bei der Verwendung von „PRESSURE COOK“ die Kochzeit auf 20 Minuten einstellen. Gerät abkühlen lassen, bis es sicher geöffnet werden kann.

5

Nach dem Garen die Bratenstücke auf ein Schneidebrett geben und locker mit Aluminiumfolie abdecken. Eventuell vorhandenes Fett von der Oberfläche der Sauce abschöpfen und das Lorbeerblatt und die Thymian- und Rosmarinzweige entfernen.

6

Erbsen hinzufügen. „Sauté“ auswählen und die Sauce bis zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen, ca. 5–10 Minuten.

7

Braten quer zur Faser in Scheiben schneiden, auf eine vorgewärmte Platte geben und mit Sauce und Gemüse servieren. Als Beilage eignet sich Pasta.

POLTRY PROGRAM

Ganzes Hähnchen mit Zitrone & Kräutern



ARBEITSZEIT
10 min



PRESSURE COOK
80KPa
30 min



SLOW COOK
3-5 STD. HI
4-6 STD. LO



FÜR
4



ZUTATEN

- 1,5 kg Hähnchen, ganz, gewaschen & trocken getupft
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- 4 Zweige frischer Thymian
- 1 kleine Zitrone
- 1 Esslöffel Salz
- 1 Teelöffel schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 125 ml Wasser

1

Blätter von den Rosmarin- und Thymianzweigen entfernen und fein hacken. Zitronenschale reiben und zur Seite stellen. Saft auspressen und gesondert aufbewahren.

2

Gehackte Kräuter, Zitronenschale, Salz, Pfeffer und Olivenöl in einer kleinen Schüssel vermengen. Hähnchen von innen und außen mit der Mischung einreiben.

3

„Sauté“ auswählen und den Topf vorheizen. Hähnchen auf beiden Seiten anbraten, 3–5 Minuten je Seite. Auf einen Teller geben.

4

Dreifuß in den Topf setzen und Wasser aufgießen. Hähnchen mit der Brustseite nach oben auf den Einsatz legen.

5

„PRESSURE COOK Poultry“ oder „SLOW COOK“ auswählen. Gerät abkühlen lassen, bis es sicher geöffnet werden kann.

6

Nach dem Garen das Hähnchen vorsichtig entnehmen und auf einem Servierteller platzieren. Sofort servieren.

Tipps: Für braune, knusprige Haut das gegarte Hähnchen für wenige Minuten unter einem heißen Grill platzieren.

POLTRY PROGRAM

Hähnchen Adobo



ARBEITSZEIT
15 min



PRESSURE COOK
80KPa
15 min



SLOW COOK
5-7 STD. HI
9-11 STD. LO



FÜR
6-8



ZUTATEN

- 2 kg Hähnchenschenkel, mit Knochen
- 1 Esslöffel (15 ml) weißer Essig
- 60 ml Sojasauce
- 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 Teelöffel schwarze Pfefferkörner
- 2 Lorbeerblätter
- Fein geschnittene Frühlingszwiebeln als Garnitur

1

Essig und Sojasauce in eine große Schüssel geben, Hähnchen hinzufügen und vermengen. 10 Minuten ziehen lassen.

2

Hähnchen zusammen mit der Marinade und den restlichen Zutaten in den Topf geben.

3

„PRESSURE COOK Poultry“ oder „SLOW COOK“ auswählen. Bei der Verwendung von „PRESSURE COOK“ die Kochzeit auf 20 Minuten einstellen. Gerät abkühlen lassen, bis es sicher geöffnet werden kann.

4

Nach dem Garen Hähnchenschenkel auf eine Servierplatte legen und zum Warmhalten mit Aluminiumfolie abdecken.

5

„Sauté“ auswählen und die Sauce auf der gewünschten Hitzestufe für ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis sie leicht eindickt. Sauce in eine Schale umfüllen und zusammen mit den Hähnchenschenkeln servieren. Mit Frühlingszwiebeln garnieren. Dazu wird gedämpfter weißer Reis gereicht.

VEGETABLES PROGRAM

Ratatouille



ARBEITSZEIT
10 min



PRESSURE COOK
80KPa
10 min



FÜR
8



ZUTATEN

- 1 mittelgroße Aubergine (450 g), gewürfelt
- 2 Teelöffel Meersalz
- 60 ml Olivenöl
- 1 rote Zwiebel, gewürfelt
- 2 rote Paprika, gewürfelt
- 1 kg Zucchini, gewürfelt
- 4 große Tomaten (700 g), gewürfelt
- 10 Zweige Thymian, zusammengebunden
- 1 Prise Chiliflocken
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 6 Zweige frischer Rosmarin, als Garnitur

- 1 Aubergine mit 1 Teelöffel Meersalz vermengen und in einem Sieb über einer Schüssel ruhen lassen.
- 2 „Sauté“ auf HI auswählen und den Topf vorheizen. Olivenöl erhitzen, die Zwiebeln zugeben und 3–5 Minuten weich dünsten.
- 3 Aubergine auspressen, um möglichst viel Wasser zu entfernen. Dann zusammen mit Paprika und Zucchini in den Topf geben. Unter Rühren einige Minuten sautieren, bis das überschüssige Wasser verdampft ist.
- 4 Tomaten und Thymianbündel zugeben. 1 Teelöffel Salz und die Chiliflocken hinzufügen.
- 5 „PRESSURE COOK Vegetables“ auswählen. Gerät abkühlen lassen, bis es sicher geöffnet werden kann.
- 6 Nach dem Garen den Deckel abnehmen und die gepressten Knoblauchzehen hinzufügen. Wenn die Sauce zu dünn ist, „Sauté“ und die gewünschte Hitzestufe auswählen. Reduzieren lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
- 7 Nach Belieben abschmecken und anschließend servieren.

STEAM PROGRAM

Kartoffelpüree



ARBEITSZEIT
20 min



PRESSURE COOK
80KPa
20 min



FÜR
4-6



ZUTATEN

- 1 kg gewaschene Kartoffeln
- 125 ml Wasser
- 1 Teelöffel Meersalz
- 125 ml warme Milch
- 60 g Butter (ungesalzen), gewürfelt
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1

Falls gewünscht Kartoffeln schälen, dann in gleich große Stücke schneiden. Kartoffeln mit Salz und Wasser in den Topf geben.

2

„PRESSURE COOK Steam“ auswählen. Gerät abkühlen lassen, bis es sicher geöffnet werden kann.

3

Nach dem Garen die Kartoffeln abgießen und in den Topf zurückgeben. Kartoffeln zerdrücken und nach und nach Butter und warme Milch hinzufügen. Mit Salz und frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer abschmecken.

STEAM PROGRAM

Pellkartoffeln



ARBEITSZEIT
5 min



PRESSURE COOK
80KPa
10 min



FÜR
6



ZUTATEN

- 1 kg anze Kartoffeln, ungeschält, gewaschen
- 125 ml Wasser

1

Kartoffeln zusammen mit 125 ml Wasser in den Topf geben.

2

„PRESSURE COOK Steam“ auswählen.

3

Kartoffeln nach dem Garen 5 Minuten ruhen lassen, bevor sie aus dem Topf genommen werden.

STEAM PROGRAM

Klassische Artischocke



ARBEITSZEIT
10 min



PRESSURE COOK
80KPa
5 min



FÜR
8



ZUTATEN

- 8 große Artischocken, gewaschen
- 125 ml Wasser
- 1 Zitrone

Mit Olivenöl, Vinaigrette oder Modena-Balsamico servieren

- 1 Saft der Zitrone in eine große Schüssel mit kaltem Wasser geben.
- 2 Stiel der Artischocken kürzen und kleine Blätter auf der Unterseite entfernen. Oberes Drittel der Artischocken abschneiden. Die Spitzen der äußeren Blätter kürzen. Artischocke ins Zitronenwasser legen. Mit den restlichen Artischocken wiederholen.
- 3 Vor dem Kochen die Artischocken mit der angeschnittenen Seite nach unten auf einem Teller abtropfen lassen.
- 4 Kochtopf mit 125 ml Wasser befüllen und den Dreifuß einsetzen. 4 Artischocken mit der angeschnittenen Seite nach oben auf dem Einsatz platzieren.
- 5 „PRESSURE COOK Vegetables“ auswählen, 80 kPA für 5 Minuten.
- 6 Nach dem Garen herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Mit den restlichen Artischocken wiederholen. Mit Olivenöl, Vinaigrette oder Modena-Balsamico servieren.

SLOW COOK PROGRAM

Haferbrei mit Apfel und Kokosnuss-Granola



ARBEITSZEIT
10 min



SLOW COOK
8-10 STD. LO



FÜR
4-6



ZUTATEN

Granola:

- 120 g Pekan- oder Walnüsse, grob gehackt
- 80 g Mandeln, grob gehackt
- 40 g Kokosraspeln, ungesüßt
- 50 g Kürbiskerne
- 35 g Sonnenblumenkerne
- 1 Esslöffel Chia-Samen
- 80 ml Ahornsirup
- 2 Esslöffel Kokosöl
- 1 Vanilleschote, halbiert, ausgekratzt
- Haferbrei
- 200 g Vollkornhaferflocken, klassisch
- 800 ml Wasser
- 6 Medjooldatteln, entkernt, klein geschnitten
- 1 Apfel, entkernt, klein geschnitten
- Milch zum Servieren

1

Ofen auf 140 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

2

Nüsse, Kokosraspeln, Kürbiskerne und Chia-Samen in einer Schüssel gut vermengen.

3

Ahornsirup mit Kokosöl und Vanilleschote in einem kleinen Topf auf niedriger Stufe erwärmen. Über die Granolamischung geben und diese gleichmäßig bedecken.

4

Gleichmäßig auf dem Backblech verteilen und für 20–30 Minuten im Ofen backen. Ein- oder zweimal wenden. Granola sollte größtenteils trocken und angeröstet sein. Herausnehmen und zum Abkühlen beiseitestellen.

5

Zutaten für den Haferbrei in den Topf geben.

6

„SLOW COOK“ auswählen, 6 Std. auf LO.

7

Nach dem Garen die Milch einrühren und zusammen mit dem Granola servieren.

WHITE RICE PROGRAM

Risotto Milanese



ARBEITSZEIT
15 min



PRESSURE COOK
80KPa
15 min



FÜR
4-6



ZUTATEN

- 1 Esslöffel Olivenöl
- 50 g Butter
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 400 g Arborioreis
- 125 ml trockener Weißwein
- 1,25 l Hühnerbrühe
- 1 Prise Safranfäden
- 40 g Parmesan, fein gerieben; extra Parmesan zum Garnieren
- Salz und Pfeffer zum Abschmecken

1

„Sauté“ auf MED auswählen und den Topf vorheizen. Zwiebel mit Olivenöl und der Hälfte der Butter hinzufügen und 3–5 Minuten weich dünsten.

2

Knoblauch und Reis hinzugeben und unter ständigem Rühren für 2–3 Minuten kochen. Den Wein hinzufügen und auf die Hälfte reduzieren lassen. 1 Liter Brühe und Safranfäden hinzugeben.

3

„PRESSURE COOK White rice“ auswählen.

4

Nach dem Garen die restliche Brühe zusammen mit Parmesan und der übrigen Butter einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und sofort servieren. Zum Garnieren mit Parmesan bestreuen.

WHITE RICE PROGRAM

Pilaw



ARBEITSZEIT
15 min



PRESSURE COOK
80KPa
15 min



FÜR
8



ZUTATEN

- 415 ml Hühnerbrühe
- 60 ml Wasser
- 1 Prise Safranfäden
- 1 Esslöffel Butter
- 1 mittelgroße Zwiebel, fein gehackt
- 1 Stange Sellerie, fein gehackt
- 370 g weißer Langkornreis, gewaschen
- ½ Teelöffel Salz
- 55 g gehobelte Mandeln, geröstet

1

Brühe mit dem Wasser in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze aufkochen. Safran hinzufügen und umrühren. Vom Herd nehmen.

2

Butter in den Schnellkochtopf geben. „Sauté“ auswählen. Wenn die Butter heiß ist, die gehackte Zwiebel und den Sellerie zugeben. Gemüse unter gelegentlichem Rühren ca. 3-5 Minuten lang weich kochen lassen.

3

Reis in den Topf geben und unter häufigem Rühren glasig dünsten, ca. 1–2 Minuten. Safranbrühe und Salz hinzufügen. Deckel aufsetzen und verschließen. Reismodus auswählen.

4

Wenn das Ventil abgesunken ist, den Deckel vorsichtig abnehmen. Beim Öffnen darauf achten, dass der restliche Dampf vom Körper weg entweichen kann. Reis auflockern und die Mandeln unterrühren.

BEANS PROGRAM

Hummus



ARBEITSZEIT
15 min



PRESSURE COOK
80KPa
30 min



SLOW COOK
5-7 STD. HI
9-11 STD. LO



FÜR
4



ZUTATEN

- 200 g getrocknete Kichererbsen, sortiert, gewaschen
- 750 ml Wasser
- 160 ml Tahini
- 60 ml Olivenöl
- 60 ml Zitronensaft
- 2 kleine Knoblauchzehen, zerdrückt
- ½ Teelöffel Meersalz
- ½ Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel
- 1 Prise Cayennepfeffer

- 1 Kichererbsen mit dem Wasser in den Topf geben.
- 2 „PRESSURE COOK Beans“ auswählen. Kichererbsen nach dem Garen abgießen, dabei 125 ml des Kochwassers aufbewahren. Etwas abkühlen lassen.
- 3 Tahini in einer kleinen Schüssel mit dem Olivenöl vermengen.
- 4 In einer Küchenmaschine Kichererbsen zusammen mit Zitronensaft, Knoblauch, Salz, Kümmel, Cayennepfeffer und dem aufbewahrten Kochwasser ca. 1 Minute lang pürieren. Mit einem Gummispatel die Seiten reinigen. Bei laufender Küchenmaschine die Tahini-Öl-Mischung in einem gleichmäßigen Strahl zugießen und so lange weiterschlagen, bis eine glatte, cremige Masse entsteht (ca. 15 Sekunden).
- 5 Hummus in eine Schüssel umfüllen, mit Frischhaltefolie abdecken und vor dem Servieren für mindestens 30 Minuten ruhen lassen.
- 6 Mit warmen Pita-Brotten oder Crudités servieren.

BEANS PROGRAM

BBQ-Baked-Beans



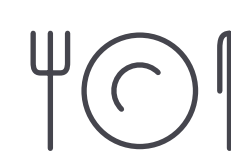
ARBEITSZEIT
15 min



PRESSURE COOK
80KPa
25 min



SLOW COOK
8-10 STD. HI
10-12 STD. LO



FÜR
8



ZUTATEN

- 4 Speckscheiben, fein gehackt
- 1 kleine Zwiebel, fein gehackt
- 3 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 450 g kleine weiße Trockenbohnen, sortiert, gewaschen
- 1 l Wasser
- 125 ml starker schwarzer Kaffee
- 250 ml Tomatenmark
- 110 g Vollrohrzucker
- 1 Esslöffel brauner Tafelsenf
- 1 Esslöffel Melasse
- 1 Teelöffel Tabasco oder ähnliches
- 1 Teelöffel Chilipulver (nach Belieben)
- 1 Teelöffel Meersalz
- 2 Esslöffel weißer oder Apfelessig

1

„Sauté“ auf HI auswählen und den Topf vorheizen. Speck hinzufügen und ca. 3 Minuten anbraten, bis er anfängt kross zu werden. Zwiebeln hinzufügen und für ca. 3 Minuten weich dünsten.

2

Knoblauch hinzugeben und für weitere 30 Sekunden garen. Restliche Zutaten, ausgenommen Essig, einrühren.

3

„PRESSURE COOK Beans“ auswählen. Bei der Verwendung von „PRESSURE COOK“ die Kochzeit auf 25 Minuten einstellen.

4

Nach dem Garen den Deckel öffnen und „REDUCE“ und die gewünschte Hitzestufe auswählen. Essig hinzufügen und unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen, bis die Flüssigkeit eine sirupartige Konsistenz annimmt.

BROTH PROGRAM

Rinderbrühe



ARBEITSZEIT
25 min



PRESSURE COOK
80KPa
30 min



SLOW COOK
8-10 STD. HI
10-12 STD. LO



FÜR
4-6



ZUTATEN

- 2 Esslöffel Olivenöl
- 1,5 kg Rinderknochen
- 2 Teelöffel Tomatenmark
- 1 große Zwiebel, ungeschält, geviertelt
- 1 Karotte, grob geschnitten
- 1 Stange Sellerie, grob geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, ungeschält
- 10 schwarze Pfefferkörner
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Zweige frischer Thymian
- 2,5 l kaltes Wasser

1

„Sauté“ auswählen und den Topf vorheizen. Olivenöl erhitzen und die Knochen portionsweise von allen Seiten anbräunen, 3–4 Minuten je Seite. Knochen auf einem Teller zur Seite stellen.

2

Tomatenmark, Zwiebeln, Karotten und Sellerie in den Topf geben und vermengen. Für 5–7 Minuten anbräunen.

3

Knochen und ausgetretene Säfte zurück in den Topf geben. Restliche Zutaten hinzufügen.

4

„PRESSURE COOK Soup“ auswählen.

5

Brühe nach dem Garen abkühlen lassen, bis sie gefahrlos durch ein feines Sieb abgegossen werden kann. Über Nacht im Kühlschrank aufbewahren, damit das Fett nach oben steigt und dort fest wird.

BROTH PROGRAM

Gemüsebrühe



ARBEITSZEIT
5 min



PRESSURE COOK
80KPa
15 min



SLOW COOK
4-6 STD. HI
6-8 STD. LO



FÜR
4-6



ZUTATEN

- 2 große Zwiebeln, ungeschält, halbiert
- 4 Stangen Sellerie, in 3 cm große Stücke geschnitten
- 2 große Karotten, geschält, in 3 cm große Stücke geschnitten
- 200 g Champignons, halbiert
- 1 Knoblauchknolle, quer halbiert
- 1 Teelöffel ganze schwarze Pfefferkörner
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Zweige frischer Thymian
- 6 Zweige glatte Petersilie
- 2,5 l kaltes Wasser

1

Alle Zutaten in den Topf geben.

2

„PRESSURE COOK Broth“ oder „SLOW COOK STOCK“ auswählen. Bei der Verwendung von „PRESSURE COOK“ die Kochzeit auf 15 Minuten einstellen.

3

Brühe nach dem Garen abkühlen lassen, bis sie gefahrlos durch ein feines Sieb abgesehen werden kann.

BROTH PROGRAM

Fischfond



ARBEITSZEIT
10 min



PRESSURE COOK
80KPa
10 min



SLOW COOK
1-3 Std. HI
2-4 Std. LO



FÜR
4-6



ZUTATEN

- 1 Esslöffel Olivenöl
- 1 kg Fischköpfe oder -gräten, gewaschen
- 50 g Stangensellerie, gehackt (nach Belieben)
- 2 Karotten
- 2 Zweige frischer Thymian
- 1 kleiner Lauch, weiße und hellgrüne Teile, gewaschen, gehackt
- 4 Zweige glatte Petersilie
- 250 ml Weißwein
- 2,5 l kaltes Wasser

1

„SEAR“ auswählen und den Topf vorheizen. Olivenöl erhitzen und die Knochen für 2–4 Minuten glasig dünsten, dabei aber nicht bräunen. Restliche Zutaten hinzufügen.

2

„PRESSURE COOK Broth“ oder „SLOW COOK STOCK“ auswählen. Bei der Verwendung von „PRESSURE COOK“ die Kochzeit auf 10 Minuten einstellen.

3

Brühe nach dem Garen abkühlen lassen, bis sie gefahrlos durch ein feines Sieb abgegossen werden kann. Über Nacht im Kühlschrank aufbewahren, damit das Fett nach oben steigt und dort fest wird. Fettschicht abschöpfen und entsorgen.

CURRY PROGRAM

Gemüse-Biryani (Curry)



ARBEITSZEIT
20 min



PRESSURE COOK
80KPa
15 min



FÜR
6



ZUTATEN

- 4 Esslöffel Ghee oder Pflanzenöl
- 1 rote Zwiebel, gewürfelt
- 2 cm Ingwer, geschält, gerieben
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 300 g Kartoffeln, in 1 cm große Würfel geschnitten
- 300 g Blumenkohlröschen
- 150 g grüne Bohnen, in 2 cm große Stücke geschnitten
- 120 g Erbsen, gefroren
- 2 Teelöffel Koriander, gemahlen
- 1 Teelöffel Kreuzkümmelsamen
- 1 Teelöffel Kurkuma
- ½ Teelöffel Chilipulver, gemahlen
- 2 Teelöffel Garam Masala
- 140 g passierte Tomaten
- 250 ml Gemüsebrühe
- 500 ml stichfester Naturjoghurt
- 2 Teelöffel Meersalz
- 300 g Basmatireis, gewaschen, abgetropft
- 2 Zweige frische Curryblätter (nach Belieben)
- Joghurt zum Servieren

1

„Sauté“ auf HI auswählen und den Topf vorheizen. Zwiebel mit 2 Esslöffeln Ghee für 5 Minuten – oder bis sie goldbraun und weich ist – sautieren. Ingwer und Knoblauch hinzufügen und weitere 1–2 Minuten schwenken.

2

Kartoffeln hinzugeben und für 5 Minuten mitkochen.

3

Restliches Gemüse mit den Gewürzen, den passierten Tomaten und der Gemüsebrühe unterrühren. Zum Kochen bringen, dann Hitze reduzieren und auf MED oder LO leicht köcheln lassen.

4

Joghurt und 2 Teelöffel Salz vorsichtig unterrühren. Hälfte der Gemüsemischung auf einem Teller zur Seite stellen.

5

Gemüse mit der Hälfte des Reises gleichmäßig bedecken. Beiseitegestelltes Gemüse auf dem Reis verteilen. Zuletzt den verbleibenden Reis über dem Ganzen verteilen.

6

„PRESSURE COOK CURRY“ auswählen.

7

Nach dem Garen für 5 Minuten abkühlen lassen, bevor der Deckel abgenommen wird. Reis vorsichtig auflockern und das Gemüse einarbeiten.

8

Restliches Ghee in einer Pfanne erhitzen, bis Rauch aufsteigt. Curryblätter hinzufügen und kurz frittieren. Anschließend über den Reis gießen. Zusammen mit Joghurt servieren.

SOUP PROGRAM

Hühnerbrühe



ARBEITSZEIT
5 min



PRESSURE COOK
80KPa
30 min



FÜR
6



ZUTATEN

- 1,5 kg Hühnerknochen und/oder -stücke
- 1 große Zwiebel, geschält, geviertelt
- 2 Karotten, grob geschnitten
- 2 Stangen Sellerie, grob geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, ungeschält
- 10 schwarze Pfefferkörner
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Zweige frischer Thymian
- 5 Zweige glatte Petersilie
- 2,5 l kaltes Wasser

1

Alle Zutaten in den Topf geben.

2

„PRESSURE COOK Soup“ auswählen.

3

Brühe nach dem Garen abkühlen lassen, bis sie gefahrlos durch ein feines Sieb abgegossen werden kann. Über Nacht im Kühlschrank aufbewahren, damit das Fett nach oben steigt und dort fest wird. Fettschicht abschöpfen und entsorgen.

MULTYGRAIN PROGRAM

Schokoladen-Lava-Kuchen



ARBEITSZEIT
15 min



PRESSURE COOK
80KPa
10 min



FÜR
4



ZUTATEN

- 120 g Butter, gewürfelt; extra Butter zum Einfetten
- 2 Esslöffel Kakaopulver, gesiebt
- 200 g dunkle Schokolade, gehackt
- 2 Eier, geschlagen
- 1 Teelöffel Vanilleextrakt
- 75 g Puderzucker
- 35 g Mehl
- Zum Servieren: Vanilleeis

1

Vier 150 ml fassende Darioleförmchen mit Butter und Kakaopulver fetten und mehlen.

2

Schokolade mit Butter in eine mikrowellensichere Schüssel geben und für 30 Sekunden erhitzen. Umrühren und wiederholen, bis Schokolade und Butter geschmolzen sind. Geschlagene Eier und Vanille einrühren.

3

Mehl mit Zucker vermischen und unter die Eiermischung heben. Vorbereitete Förmchen bis zum Rand füllen.

4

Dreifuß in den Topf setzen und mit 250 ml Wasser füllen. Einen kleinen Teller auf den Dreifuß setzen und die Förmchen darauf platzieren.

5

„PRESSURE COOK Multigrain“ auswählen.

6

Nach dem Garen die Förmchen vorsichtig herausnehmen und für 8–10 Minuten abkühlen lassen. Mit einem Messer zwischen Kuchen und Form fahren und den gelockerten Kuchen auf einen Teller stürzen. Mit Vanilleeis servieren.

MULTYGRAIN PROGRAM

pudding aus Croissants mit Feigen



ARBEITSZEIT
15 min



PRESSURE COOK
50KPa
15 min



SLOW COOK
2 Std. LO



FÜR
6



ZUTATEN

- 200 ml Milch
- 200 ml Sahne
- 1 Vanilleschote, halbiert, ausgekratzt
- 6 große Croissants (400 g) vom Vortag
- 165 g Feigenmarmelade
- 95 g getrocknete Feigen, gehackt
- 60 ml Ahornsirup
- 3 Eier
- 110 g Zucker

1

Milch mit Sahne und Vanille erhitzen, aber nicht aufkochen. Vom Herd nehmen und Vanilleschote entfernen. Abkühlen lassen.

2

Croissants der Länge nach halbieren. Eine Hälfte großzügig mit Feigenmarmelade bestreichen, dann wieder zusammenklappen und jedes Croissant in 3 Teile schneiden. Hälfte der Croissantstücke in eine Keramikform (1,5 l) schichten. Die Form sollte in den Topf passen.

3

Hälfte der Feigen gleichmäßig über den Croissants verteilen. Mit der Hälfte des Ahornsirups begießen. Mit den verbleibenden Croissants, Feigen und Ahornsirup wiederholen.

4

Eier mit Zucker aufschlagen, bis sie hell und cremig sind. Abgekühlte Milchmischung einrühren. Über die Croissants gießen und für 10 Minuten ruhen lassen, damit die Croissants die Flüssigkeit aufsaugen können.

5

Dreifuß in den Topf setzen und mit 250 ml Wasser füllen. Form mit Aluminiumfolie abdecken und auf dem Dreifuß platzieren.

6

„PRESSURE COOK Multigrain“ oder „SLOW COOK“ auswählen.

7

Nach dem Garen die Form vorsichtig aus dem Schnellkochtopf nehmen. Vor dem Servieren 5 Minuten ruhen lassen.

CONGEE PROGRAM

Vichyssoise



ARBEITSZEIT
10 min



PRESSURE COOK
80KPa
25 min



FÜR
4



ZUTATEN

- 40 g Butter (ungesalzen)
- 4 mittelgroße Lauche, weiße und hellgrüne Teile, gewaschen, gehackt
- 1 kleine Stange Sellerie, gehackt
- 1 kg Desiree-Kartoffeln, geschält, in 3 cm große Stücke geschnitten
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Zweig frischer Thymian
- 1 Liter Wasser
- 2 Teelöffel Meersalz
- 125 ml Schlagsahne
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Fein geschnittener Schnittlauch zum Garnieren

- 1 „Sauté“ auf MED auswählen und den Topf vorheizen. Butter erhitzen, bis sie schäumt. Lauch und Sellerie hinzufügen. 5–7 Minuten in der Butter schwenken, bis sie weich sind, dabei aber nicht bräunen.
- 2 Restliche Zutaten, ausgenommen Sahne, einrühren.
- 3 „PRESSURE COOK CONGEE“ auswählen. Bei der Verwendung von „PRESSURE COOK“ die Kochzeit auf 25 Minuten einstellen.
- 4 Nach dem Garen Lorbeer und Thymian entfernen und die Suppe pürieren, bis sie glatt ist. Sahne einrühren und nach Geschmack mit Salz und frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer verfeinern.
- 5 Sofort servieren. Zum Garnieren fein geschnittenen Schnittlauch verwenden.

CHILI PROGRAM

Bolognese vom Schwein mit Pancetta & Salbei



ARBEITSZEIT

15 min



PRESSURE COOK

80KPa
40 min



FÜR

6

**ZUTATEN**

- 2 Esslöffel Olivenöl
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 Esslöffel frische Salbeiblätter, gehackt
- 150 g Pancetta Tesa, fein gehackt
- 1,5 kg Schweinehackfleisch
- 70 g Tomatenmark
- 80 ml Rotwein
- 800 g Tomatenstücke aus der Dose
- 125 ml Rinderbrühe
- 1 Lorbeerblatt
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer zum Abschmecken

1

„Sauté“ auf LO auswählen und den Topf vorheizen. Zwiebel und Knoblauch mit Olivenöl für 5 Minuten, oder bis sie weich sind, im Topf sautieren, dabei aber nicht bräunen.

2

Hitze auf MED erhöhen. Salbei und Pancetta hinzufügen und für weitere 2 Minuten kochen.

3

„SEAR“ auswählen und das Hackfleisch portionsweise anbraten, bis es braun und krümelig ist.

4

Tomatenmark zugeben und für 1 Minute mitbraten. Mit Weißwein ablöschen und 2–3 Minuten auf die Hälfte reduzieren lassen. Tomatenstücke, Brühe und Lorbeer hinzugeben.

5

„PRESSURE COOK CHILI“ auswählen.

6

Nach dem Garen nach Belieben abschmecken. Zusammen mit Pasta servieren.

CHILI PROGRAM

Tacos mit Shortribs



ARBEITSZEIT
15 min



PRESSURE COOK
80KPa
40 min



FÜR
8



ZUTATEN

- 2 Esslöffel Pflanzenöl
- 3 kg Querrippen vom Rind, mit Knochen
- 1 große Zwiebel, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 375 ml dunkles mexikanisches Bier
- 125 ml Wasser
- Schale 1 Orange, Saft separat aufbewahren
- 1 Teelöffel Chilipulver (falls verfügbar 2 Chipotles)
- 2 Teelöffel Kreuzkümmel, gemahlen
- 1 Esslöffel getrockneter Oregano
- 1 Esslöffel Meersalz
- Zum Servieren
- Limettenspalten, warme Tacos
- Vorschläge zum Füllen
- Gehackte weiße Zwiebeln und frischer Koriander

1

„SEAR“ auswählen und den Topf vorheizen. Pflanzenöl hinzugeben und erhitzen. Fleisch portionsweise gut anbraten, ca. 3 Minuten je Seite. Gebräuntes Fleisch auf einem Teller zur Seite stellen.

2

Zwiebeln hinzufügen und für ca. 5 Minuten weich dünsten, bis sie beginnen zu bräunen. Knoblauch und Bier hinzugeben und köcheln lassen, bis das Bier auf die Hälfte reduziert ist.

3

Restliche Zutaten unterrühren. Angebratenes Fleisch dazugeben.

4

„PRESSURE COOK Chili“ oder „SLOW COOK“ auswählen.

5

Nach dem Garen die Knochen vorsichtig vom Fleisch lösen und entsorgen. Überschüssiges Fett von der Oberfläche abschöpfen. Fleisch zerkleinern und mit dem aufbewahrten Saft der Orange verfeinern. Zusammen mit Limettenspalten, warmen Tacos und dem Wunschbelag servieren.

amazonbasics