

AROMA®

Arrocera y vaporera
de 10 tazas


Manual de instrucciones



LEA EL INSTRUCTIVO ANTES DE USAR

ARC-960SB

www.AromaCo.com



Felicidades por comprar la Arrocera Digital para 10 Tazas Sensor Logic Aroma. ¡En cualquier momento, usted estará preparando arroz fantástico, de la calidad de un restaurante, con el toque de un botón! Ya sea que el grano sea largo, mediano o corto, esta máquina está calibrada especialmente para cocinar todas las variedades de arroz, incluyendo el arroz integral difícil de cocinar, con un esponjado perfecto.

Además del arroz, su nueva Arrocera Aroma es ideal para platillos saludables cocinados en una sola olla para toda la familia. La cómoda charola de vapor se inserta directamente encima el arroz, permitiéndole cocinar vegetales y carnes frescas al vapor al mismo tiempo, en la misma olla. Los alimentos al vapor encierran sus nutrientes y sabores naturales (los cuales se pierden con frecuencia con otros métodos de cocinado) sin tener que agregar aceite o grasa, para platillos que son tan nutritivos y bajos en calorías como fáciles de preparar.

Pero esto no es todo. ¡Su nueva arrocera también es grandiosa para sopas, guisos, caldos, sopas de mariscos, jambalaya, frittatas para el desayuno, dips y hasta postres! En la parte trasera de este manual se incluyen varias deliciosas recetas.

Este manual contiene instrucciones para usar su arrocera y sus configuraciones digitales preprogramadas, así como todos los accesorios que se incluyen. También se incluyen tablas útiles de medida para cocinar arroz y otros alimentos al vapor. Para más información acerca de su arrocera Sensor Logic o el servicio del producto, recetas y soluciones de otros electrodomésticos, por favor visítenos en línea en www.AromaCo.com.

Publicado por:

Aroma Housewares Co.
6469 Flanders Drive
San Diego, CA 92121
E.U.A.
1-800-276-6286
www.AromaCo.com

©2007 Aroma Housewares Company Todos los derechos reservados.

IMPORTADOR:

IMPORTADORA PRIMEX, S.A. DE C.V.
BLVD. MAGNOCENTRO NO. 4
SAN FERNANDO LA HERRADURA
HUIXQUILUCAN, ESTADO DE MEXICO
C.P. 52765

RFC#: IPR-930907-S70

Para cualquier pregunta, comuníquese al (5) 246-5500

SALVAGUARDES IMPORTANTES

Siempre debe seguir las precauciones básicas de seguridad cuando utilice electrodomésticos, incluyendo las siguientes:

1. Importante: Lea todas las instrucciones cuidadosamente antes del primer uso.
2. Asegúrese de que el electrodoméstico esté APAGADO cuando no esté en uso, antes de poner o quitar partes y antes de limpiarlo.
3. Para proteger contra descargas eléctricas, no sumerja el cable, la clavija ni el electrodoméstico en agua u otro líquido.
4. Conserve el electrodoméstico lejos de niños para evitar accidentes.
5. Desconecte el electrodoméstico del enchufe cuando no esté en uso y antes de limpiarlo. Permita que la unidad se enfríe antes de poner o quitar partes y antes de limpiarla.
6. No opere algún electrodoméstico con un cable o clavija dañados ni después de que el electrodoméstico haya operado de manera incorrecta o se haya dañado de alguna manera. Devuelva el electrodoméstico al centro de servicio autorizado más cercano para que lo examinen, reparen o ajusten.
7. No use aditamentos o accesorios que no sean los provistos o recomendados por el fabricante. Las partes incompatibles crean un peligro.
8. No use en exteriores.
9. No permita que el cable cuelgue del borde de la mesa o el mostrador de la cocina ni que toque superficies calientes.
10. No coloque en o cerca de un quemador de gas o eléctrico u horno calientes.
11. No use el electrodoméstico con otro fin para el que fue diseñado.
12. Siempre debe tener extrema precaución cuando mueva el electrodoméstico con arroz o líquidos calientes en su interior.
13. Desconecte siempre de la base del enchufe de pared. Nunca jale del cable.
14. La arrocera debe ser operada en un circuito eléctrico separado de otros electrodomésticos en operación. Si el circuito eléctrico se sobrecarga con otros electrodomésticos, es posible que esta unidad no opere de manera adecuada.
15. La capacidad máxima de arroz es de 1,8 litros (capacidad total de 4,0 litros) o 10 tazas de la taza de medida provista.
16. Evite los cambios repentinos de temperatura cuando utilice la arrocera.
17. Utilice con un enchufe eléctrico de 120V AC únicamente.
18. Asegúrese siempre de que el exterior de la olla interior esté seca antes de su uso. Si se regresa la olla de cocinado a la arrocera cuando está mojada, dañará este producto, causando que funcione de manera inadecuada.
19. Tenga extrema precaución cuando abra la tapa durante o después del proceso de cocinado. Saldrá vapor caliente y puede causar quemaduras.
20. Durante la etapa de cocinado y vaporizado, es probable que vea vapor saliendo de la abertura de ventilación en la tapa. Esto es normal. No cubra, toque ni obstruya la abertura de ventilación.
21. No toque las superficies calientes de la arrocera. Use las asas o las perillas.
22. Almacene la arrocera en un lugar fresco y seco.
23. Use el electrodoméstico en una superficie nivelada, seca y resistente al calor.
24. Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, cocine en la olla interior provista únicamente.
25. Para desconectar, presione el botón de "apagado" y desconecte la clavija del enchufe de pared.
26. El cordón de alimentación de este aparato no puede ser sustituido. En caso de deterioro del cable, el aparato debe ser desechado.

CARACTERISTICAS ELECTRICAS: 120V~ 60Hz 650W

CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES

Instrucciones de cable corto

1. Se incluye un cable eléctrico corto para reducir el riesgo de que alguien se enrede o se tropiece con un cable más largo.
2. Se encuentran disponibles extensiones más largas, las cuales se pueden utilizar si se tiene cuidado con su uso.
3. Si se va a utilizar una extensión más larga:
 - a. La clasificación eléctrica marcada en la extensión debe ser igual, por lo menos, a la clasificación eléctrica del electrodoméstico.
 - b. El cable más largo debe ser acomodado de tal manera que no cuelgue de la mesa o el mostrador de la cocina donde niños puedan jalarlo o tropezarse con él sin intención

Clavija Polarizada

Este electrodoméstico tiene una clavija polarizada (una pata es más ancha que la otra); siga las siguientes instrucciones:

Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, esta clavija está diseñada para entrar en un enchufe polarizado de una forma únicamente. Si la clavija no entra en el enchufe por completo, voltéela. Si aún así no entra, contacte a un electricista calificado. No intente modificar la clavija de alguna manera



Este aparato es para uso doméstico únicamente.

Identificación de partes



ACCESORIOS



Antes del primer uso

1. Lea todas las instrucciones y salvaguardas importantes.
2. Quite todos los materiales de empaque y asegúrese de haber recibido los artículos en buenas condiciones.
3. Destruya todas las bolsas de plástico, ya que pueden ser un riesgo para los niños.
4. Lave los accesorios con agua caliente y jabón. Enjuague y seque perfectamente.
5. Saque la olla interior de la arrocera y límpiela con agua caliente y jabón. Enjuáguela y séquela perfectamente antes de regresarla a la arrocera.
6. Limpie el cuerpo de la arrocera con un trapo húmedo.
 - No use limpiadores abrasivos ni estropajos.
 - Ni sumerja la base de la arrocera, el cable ni la clavija en agua en ningún momento.

Cocinando con arroz

1. Utilizando la taza de medida provista, mida la cantidad deseada de arroz. Una taza se refiere a una taza llena al ras.
2. Enjuague el arroz en un colador de malla u otro recipiente por separado (no enjuague el arroz en la olla interior) hasta que el agua esté relativamente clara. Coloque el arroz enjuagado en la olla interior.
3. Utilizando la taza de medida provista o las líneas de medida dentro de la olla interior, agregue la cantidad adecuada de agua en la olla interior. Se incluye una guía útil de medidas de arroz/agua en la página 7 de este manual como referencia. Para arroz integral, agregue 1/4 de taza de agua adicional por cada taza de arroz. Aplane la parte superior del arroz con la paleta para arroz para que quede nivelada y así asegurar un cocinado uniforme.

CONSEJO: Para un arroz más suave, permita que el arroz se remoje por 10-20 minutos antes de empezar el ciclo de cocinado.

4. Coloque la olla interior en la arrocera. Cierre la tapa, asegurándose de que quede asegurada en su lugar, y conecte el cable en un enchufe de pared.
5. Para iniciar el proceso de cocinado, presione el botón de "Arroz blanco" o "Arroz integral", dependiendo del tipo de arroz que va a cocinar. Se iluminará la luz indicadora del modo de cocinado. Una vez que el proceso de cocinado termine, la arrocera cambiará automáticamente al modo para conservar caliente. (Véase la siguiente nota acerca del arroz integral).

CONSEJO: Si desea cancelar su selección en cualquier momento, presione el botón de "APAGADO" y resetee al presionar el botón de cocinado adecuado.

6. Después de cocinar, abra la tapa y utilice la pala para arroz para removerlo. Esto liberará el exceso de humedad y dará al arroz una textura más esponjada. Después, cierre la tapa y permita que la unidad permanezca en el modo de conservar caliente por 5-10 minutos. Esto asegurará una textura del arroz y un nivel de humedad óptimos.
7. Presione el botón de "APAGADO" para apagar la arrocera. Si no se presiona el botón de "APAGADO", la arrocera permanecerá en el modo de "conservar caliente". No se recomienda dejar el arroz en el modo de "conservar caliente" por más de 12 horas.

NOTA:

El arroz integral requiere un ciclo de cocinado mucho más prolongado que otras variedades de arroz debido a las capas de salvado extra en los granos. La función de Arroz integral en esta arrocera permite configuraciones de tiempo extra y ajuste de calor con el fin de que el arroz se cocine adecuadamente.

Uso del temporizador de retardo

1. Presione repetidas veces el botón de “Temporizador de retardo” para seleccionar el número de horas que usted desee retardar el proceso de cocinado. El temporizador aumenta en incrementos de 1 hora.
2. Presione el botón de “Arroz blanco” o “Arroz integral” para iniciar el conteo. El ciclo de cocinado iniciará automáticamente de acuerdo con el temporizador.
3. Para asegurar un manejo seguro del alimento, el ‘Temporizador de retardo’ de su arrocera no trabajará en de manera conjunta con la función de ‘Vaporizar’. El ‘Temporizador de retardo’ está diseñado para usarse con las funciones de cocinado de “Arroz blanco” y “Arroz integral” únicamente.

NOTA

Cuando no se use el temporizador programado, la pantalla digital se mostrará dos líneas (vea el dibujo de abajo). No cuenta atrás para ninguna otra función.



Uso de la función de Vaporizar/Cocinar

1. Agregue la cantidad deseada de agua en la olla interior. Se ha incluido una guía útil para vaporizar en la página 8 y 9 de este manual como referencia.
2. Coloque la charola de vapor dentro de la arrocera.
3. Coloque los alimentos dentro de la charola de vapor y cierre la tapa.
4. Presione el botón de “Cocinar/vaporizar”.
5. Cuando el proceso de vaporización haya terminado, la arrocera se APAGARÁ automáticamente.
6. Saque los alimentos de inmediato después de que haya terminado el proceso de cocinado. Dejarlos en la arrocera puede causar que los alimentos se cocinen en exceso.

NOTA:

Cuando utilice la charola de vapor, la cantidad máxima de arroz que se puede cocinar de manera simultánea es 6 tazas (no cocidas) aproximadamente. Esto asegura que el arroz y la charola de vapor quepan adecuadamente en la olla interior.

IMPORTANTE:

- Utilice la taza de medida que se incluye con esta arrocera únicamente, ya que no es una taza estándar. 1 taza de arroz medida con la taza de medida que se incluye es igual a 180ml, normas de la industria, que no es igual al tamaño de la taza estándar en E.U.
- No abra la tapa cuando esté en uso. El vapor caliente puede causar quemaduras.
- Asegúrese siempre de que el exterior de la olla interior y la superficie del elemento térmico estén completamente secos y sin alimento ni basura antes de insertar la olla interior en la arrocera. Si se regresa la olla interior a la arrocera cuando esté mojada o tenga basura, se dañará este producto, causando que opere de manera incorrecta.

Para cocinar arroz y vaporar simultáneamente:

Una de las funciones más convenientes de este arrocera es la habilidad de cocer arroz y vaporar alimentos simultáneamente. Es ideal para cocinar comidas completos deliciosos en una sola olla.

1. Empiece a cocinar la cantidad deseada de arroz. Vea a la sección titulada 'Cocinando con arroz' en la página 4 para instrucciones detalladas. No intentar cocer más que 6 tazas de arroz (crudo) se se desee cocinar al vapor a la vez. La bandeja para vaporar no caberá.
2. Coloque la olla interior en la base de la arrocera y oprima 'Start.'
3. Use las tablas de referencia para vegetales (página 9) y para carne (página 10) para sugerencias y tiempos de cocimiento aproximados. Se recomienda agregar la bandeja de vaporar cerca del fin del ciclo de cocimiento para evitar que la comida se enfríe antes de que esté listo el arroz.
4. Ponga la carne y/o las vegetales en la bandeja para vaporar. Abre la tapa con mucho cuidado porque vapor caliente se escapará. Coloque la bandeja para vaporar en la olla interior.
5. Cierra la tapa y permite que el aparato continúe cocinando.
6. Una vez que los alimentos han cocidos por el tiempo necesario, abre la tapa con mucho cuidado. El vapor caliente se escapará. Remueva la bandeja para vaporar, con cuidado por que estará caliente, y asegúrese de que los alimentos estén listos.
7. Cierra la tapa y permite que el arroz cocine hasta que esté terminado. La arrocera sonará y cambiará automáticamente al modo de 'WARM' (calentar). La pantalla digital mostrará cuantas horas el arroz ha sido calentando.
8. Oprima el botón de calentar/apagar ("WARM/OFF") para apagar la unidad. Siempre desconecte la unidad de la tomacorriente después de usar.

PRECAUCIÓN:

- Use caution when opening lid as steam escaping will be extremely hot.
- Si la olla para cocer está mojada y se coloca nuevamente en la olla interior, causará daños y fallas al producto.

NOTA:

Se puede vaporar la comida durante cualquier parte del ciclo de cocimiento. Se recomienda vaporar al fin del ciclo para evitar que los alimentos se enfríen antes de que el arroz esté listo.

GUÍA DE COCINADO

Tabla de medida de Arroz Blanco/Agua:

ARROZ CRUDO	AGUA CON TAZA DE MEDIDA - ARROZ BLANCO	LÍNEA DE MEDIDA DE AGUA DENTRO DE LA OLLA*	RESULTADO APROX. DE ARROZ COCINADO
2 Tazas	2-1/2 Tazas	Línea 2	4 Tazas
3 Tazas	3-1/2 Tazas	Línea 3	6 Tazas
4 Tazas	4-1/2 Tazas	Línea 4	8 Tazas
5 Tazas	5-1/2 Tazas	Línea 5	10 Tazas
6 Tazas	6-1/2 Tazas	Línea 6	12 Tazas
7 Tazas	7-1/2 Tazas	Línea 7	14 Tazas
8 Tazas	8-1/2 Tazas	Línea 8	16 Tazas
9 Tazas	9-1/2 Tazas	Línea 9	18 Tazas
10 Tazas	10-1/2 Tazas	Línea 10	20 Tazas

Tabla de medida de Arroz Integral/Agua:

ARROZ CRUDO	AGUA CON TAZA DE MEDIDA - ARROZ INTEGRAL	LÍNEA DE MEDIDA DE AGUA DENTRO DE LA OLLA*	RESULTADO APROX. DE ARROZ COCINADO
2 Tazas	3 Tazas	Línea 2	4 Tazas
3 Tazas	4-1/4 Tazas	Línea 3	6 Tazas
4 Tazas	5-1/2 Tazas	Línea 4	8 Tazas
5 Tazas	6-3/4 Tazas	Línea 5	10 Tazas
6 Tazas	8 Tazas	Línea 6	12 Tazas
7 Tazas	9-1/4 Tazas	Línea 7	14 Tazas
8 Tazas	10-1/2 Tazas	Línea 8	16 Tazas

* Debido a la agua adicional que se requiere con el arroz integral, la capacidad máxima para arroz integral es de 8 tazas.

NOTA:

- La tabla se refiere a tazas de arroz y agua basadas en la taza de medida que se incluye. Utilice la taza de medida que se incluye con esta arrocera únicamente, ya que no es una taza estándar.
- El arroz integral se llevará más tiempo para cocinarse de manera natural que el arroz blanco debido a las capas de salvado extra alrededor de los granos. Este electrodoméstico está equipado con una función para "Arroz integral" que ajustará las configuraciones de temperatura y tiempo automáticamente para una mejor absorción del agua y así obtener un arroz integral perfecto.
- Tomará más tiempo para que el arroz salvaje y otras mezclas de arroz se cocinen y es probable que requieran más agua. Por favor, lea las instrucciones en el empaque.

Consejos útiles:

1. Enjuague el arroz para quitar el exceso de salvado y almidón. Esto ayudará a reducir que se dore y pegue en el fondo de la olla.
2. Ciertas variedades de arroz son más pegajosas que otras. Si experimenta que el arroz se pega en el fondo de la olla, intente agregar una ligera capa de aceite vegetal o spray para cocinar antiadherente antes de agregar el arroz.
3. La tabla anterior es una guía de medida general únicamente. Debido a que existen diferentes tipos de arroz (véase la sección Acerca del arroz en la página 12), la medida de arroz/agua puede variar ligeramente.

GUIA DE COCINADO

TAZAS DE ARROZ BLANCO CRUDO	TIEMPO DE COCINADO	TAZAS DE ARROZ INTEGRAL CRUDO	TIEMPO DE COCINADO
2 Tazas	30-35 Min	2 Tazas	1:40-45 Min
3 Tazas	32-37 Min	3 Tazas	1:42-47 Min
4 Tazas	34-39 Min	4 Tazas	1:50-55 Min
5 Tazas	38-43 Min	5 Tazas	1:54-59 Min
6 Tazas	40-45 Min	6 Tazas	1:56-2:01 Min
7 Tazas	41-46 Min	7 Tazas	1:58-2:03 Min
8 Tazas	43-48 Min	8 Tazas	2:00-05 Min
9 Tazas	44-49 Min	9 Tazas	2:03-08 Min
10 Tazas	46-51 Min	10 Tazas	2:05-10 Min

Los tiempos de cocinado son aproximados. Esta tabla es para referencia únicamente. Las posibles variaciones en los tiempos de cocinado pueden ser causa de uno o más de los siguientes factores:

- Variaciones en el tipo de arroz que se está cocinando.
- Variaciones en la cantidad de arroz y/o agua en la olla interior.
- Si usted va a hacer una segunda tanda de arroz poco tiempo después de la primera, los tiempos de cocinado se pueden ver reducidos debido a que el elemento térmico ya estará caliente.
- Abrir la tapa durante el ciclo causa una pérdida de calor y vapor. El tiempo de cocinado se puede prolongar si se abre la tapa antes de que el arroz esté completamente cocinado.

* *El arroz integral requiere 1/4 de taza de agua adicional por cada taza de arroz crudo.*

GUIA DE VAPORIZADO

VEGETAL	CANTIDAD DE AGUA	TIEMPO DE VAPORIZACION
Espárrago	1/2 taza	7 minutos
Brócoli	1/4 taza	5 minutos
Col	1 taza	15 minutos
Zanahoria	1 taza	15 minutos
Coliflor	1 taza	15 minutos
Elote	1 taza	15 minutos
Berenjena	1-1/4 taza	15 minutos
Ejote	1 taza	15 minutos
Chícharo	1/2 taza	7 minutos
Espinaca	1/2 taza	7 minutos
Calabacín	1/2 taza	7 minutos
Calabaza	1/2 taza	7 minutos

Consejos útiles:

1. Debido a que la mayoría de los vegetales absorben sólo una pequeña cantidad de agua, no hay necesidad de incrementar la cantidad de agua para porciones más grandes.
2. Conserve siempre la tapa cerrada durante todo el proceso de vaporización. Abrir la tapa causa una pérdida de calor y valor, resultando en un tiempo de cocinado más lento. Si es necesario que abra la tapa, es probable que necesite agregar una pequeña cantidad de agua para ayudar a restaurar el tiempo de cocinado.
3. Se llevará más tiempo cocinar vegetales congelados.
4. Cuando utilice la charola de vapor, la cantidad máxima de arroz que se puede cocinar de manera simultánea es 6 tazas (crudo). Esto asegura que tanto el arroz como la charola de vapor quepan adecuadamente en la olla interior.
5. La altitud, la humedad y la temperatura exterior afectarán los tiempos de cocinado.
6. La tabla de vaporización es para referencia únicamente. El tiempo real de cocinado puede variar.

GUIA DE VAPORIZADO

Tabla para cocer al vapor las carnes:

Carne	Cantidad de agua	Tiempo de cocimiento	Temperatura sana
Pescado	2 Tazas	15 Min.	140°
Pollo	2-1/2 Tazas	20 Min.	165°
Carne de cerdo	2-1/2 Tazas	20 Min.	160°
Carne de vaca	2-1/2 Tazas	En su punto = 15 Min. Bien hecho = 20 Min. Muy hecho = 23 Min.	160°

NOTA

1. El tiempo de cocimiento puede variar depende del ancho de la pieza de carne que se usa.
2. Para protegerse de la enfermedad, asegúrese de que la carne esté cocido adecuadamente antes de servir. Si está poco hecho, agregue más agua a la olla interior y repite el proceso hasta que esté lista.

COMO LIMPIAR

Desenchufe siempre la unidad y permita que se enfríe por completo antes de limpiarla.

Para limpiar la olla interior y los accesorios

1. Saque la olla interior. Lávela con agua caliente y jabón utilizando una esponja de nylon o trapo para trastes. No use limpiadores abrasivos ni estropajos, ya que pueden dañar el acabado o crear un riesgo de descarga eléctrica.
2. Si el arroz se pega en el fondo de la olla interior, remoje con agua caliente y jabón antes de restregar para evitar daños a la capa antiadherente.
3. Enjuague y seque perfectamente.
4. Repita el proceso con la charola de vapor y los otros accesorios que se incluyen.
5. Vacíe el recolector de condensación en el lavaplatos después de cada uso. Quítelo al presionar la flecha marcada como "Empuje". Vuelva a colocar antes del siguiente uso.

Para limpiar el exterior de la arrocera

1. Limpie el cuerpo de la arrocera con un trapo húmedo.
2. Seque con un trapo suave.

Para limpiar la parte inferior de la tapa

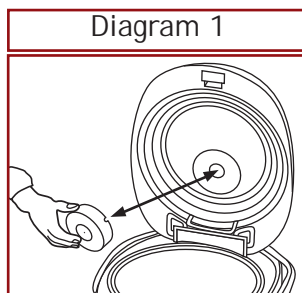
Se debe limpiar la parte inferior de la tapa después de cada uso.

1. Limpie la parte inferior de la tapa con un trapo húmedo caliente.
2. Seque con un trapo suave.

Para limpiar la válvula de vapor

Se debe limpiar la válvula de vapor después de cada uso.

1. Saque la válvula de vapor jalándola hacia fuera, como se muestra en el Diagrama 1 (abajo).
2. Vacíe y lave la válvula de vapor con agua caliente y jabón. Enjuague perfectamente.
3. Seque la válvula de vapor con un trapo suave.
4. Vuelva a insertar la válvula de vapor para el siguiente uso.



IMPORTANTE

- No use limpiadores agresivos o abrasivos.
- Este electrodoméstico y la olla interior NO son seguros para lavarse en lavavajillas.

ACERCA DEL ARROZ

El arroz es una fuente valiosa de carbohidratos complejos bajos en grasa y es rico en tiamina, niacina y hierro. Es un ingrediente esencial para una dieta saludable.

Existen diferentes variedades de arroz en el mercado. Su Arrocería Aroma los cocina a la perfección, siempre. A continuación mencionamos las variedades más comunes de arroz y sus características.

Arroz de grano largo

Típicamente, este arroz no tiene almidón y tiene granos sueltos, individuales cuando está cocido. El arroz "Carolina" es un poco más firme y el "Jazmín" es el más firme de todas las variedades de arroz largo, además de que tiene mucho sabor y es aromático.

Arroz de grano corto

Los granos cortos son característicamente suaves, pegajosos y masticables. Este es el arroz que se utiliza para hacer sushi. El arroz "California" es suave, el "Arroz dulce", frecuentemente llamado arroz "aperlado" es redondo, extra pegajoso y excelente para hacer arroz con leche.

Arroz integral

El arroz integral es considerado frecuentemente como la variedad más saludable. Tiene capas de salvado en los granos y contiene más complejo B, vitaminas, hierro, calcio y fibra que el arroz pulido (blanco). El arroz integral más popular es el de grano largo y tiene una textura masticable.

Arroz salvaje

El arroz salvaje viene en muchas variedades y mezclas deliciosas. Con frecuencia, se mezcla con arroz de grano largo por su textura más firme y el arroz integral por su color oscuro. El arroz salvaje hace un maravilloso relleno para pollo cuando se cocina con consomé y se mezcla con sus frutas secas favoritas.

RECETAS

Consejos útiles

- Rociar la olla interior con una capa ligera de spray para cocinar antiadherente es una grandiosa forma de hacer la limpieza más fácil sin agregar sabor o calorías a sus alimentos.
- Cuando una receta lleva sal, use sal kosher. No tiene impurezas ni aditivos y se disuelve fácilmente. Usted necesitará usar media porción de sal kosher más de la sal de mesa normal que utilizaría.
- Si la arrocera se apaga antes de que los alimentos estén completamente cocinados, agregue más agua y vuelva a iniciar la arrocera.
- Los caldos y consomés se pueden usar en lugar de agua para dar sabor y mejorar la textura cuando cocine arroz. Puede encontrar caldos y consomés en su supermercado local. Otra opción es usar cubos de consomé (vienen en una gran variedad de sabores). Un cubo y una taza de agua hacen generalmente una taza de consomé.

Consideraciones de seguridad:

- 1) Las arroceras cocinan a temperaturas muy altas y producirán grandes cantidades de vapor. Tenga extrema precaución cuando abra la arrocera durante y después del ciclo de cocinado. Cuando levante la cubierta con bisagras, conserve las manos y la cara lejos de la arrocera para evitar el vapor.
- 2) Si una receta necesita ser salteada con mantequilla o aceite, tenga extrema precaución, al igual que cuando cocina con otros dispositivos de alta temperatura, como la estufa o el horno. La olla interior estará caliente, así que utilice un cucharón largo de plástico o madera para remover. NO USE la pala para arroz corta para este tipo de cocinado.
- 3) Es importante recordar que el ciclo de cocinado de la arrocera es controlado por la temperatura de la olla interior. Cuando el líquido hierve, la temperatura sube, causando que la arrocera cambie automáticamente al modo de “conservar caliente”, cuya temperatura es menor. Esto está bien cuando se hacen platillos de arroz, pero si una receta necesita vapor o hacer sopas, donde se utilizan grandes cantidades de líquido, la arrocera no se apagará hasta que se haya evaporado todo el líquido. Siga las recetas cuidadosamente y no deje la arrocera sin supervisión, ya que continuará cocinando a temperaturas altas cuando se cocinen sopas, estofados y alimentos al vapor

Monitoree el proceso de cocinado y APAGUE MANUALMENTE la arrocera cuando haya transcurrido el tiempo especificado para esa receta.

Arroz San Antonio

1 taza	arroz de grano largo crudo
1 jarra (12 oz.)	salsa fresca, leve o picante
1 cucharada	aceite vegetal
1 taza	granos de elote frescos o en lata
1/2 cucharadita	comino molido
1/2 cucharadita	sal
	pimienta negra molida fresca al gusto
1-1/4 tazas	agua
	cilantro fresco picado para aderezar (opcional)

Agregar todos los ingredientes, excepto el cilantro, en la olla interior, remover, cerrar la tapa y presionar el botón de Arroz blanco. Cuando la arrocera cambie al modo de conservar caliente, abrir la arrocera, agitar rápidamente y volver a tapar. Dejar reposar por 8-10 minutos antes de servir. Colocar en un plato, aderezar con el cilantro fresco y servir. Como platillo o guarnición para pollo o pescado asado. Rinde 3-4 porciones.

Arroz estilo Thai

1 taza	arroz Jazmín de grano largo crudo
2 tazas	leche de coco en lata
1/4 cucharadita	cardamomo molido
1/2 cucharadita	cilantro molido
1/4 cucharadita	sal
	listones de hojas de albahaca fresca u hojas de cilantro para decorar (opcional)

Agregar todos los ingredientes en la olla interior, a excepción de la albahaca o el cilantro. Cerrar la tapa, presionar el botón de Arroz blanco y cocinar hasta que la arrocera cambie al modo de conservar caliente, 20 minutos aprox. Dejar reposar por 10 minutos antes de servir. Se acompaña bien con alimentos picantes. Rinde 3-4 porciones.

Arroz Pilaf a la naranja

2 cucharadas	mantequilla sin sal
1/4 taza	cebolla, finamente picada o 1 cucharada de hojuelas de cebolla deshidratada
-	cáscara rallada de 1 naranja
-	jugo de 2 naranjas más suficiente consomé de pollo para hacer 1-3/4 de líquido
1 taza	arroz de grano largo
1/2 cucharadita de sal kosher	
1/4 taza	almendras tostadas para aderezar

Agregar todos los ingredientes en la olla interior, a excepción de las almendras tostadas. Cerrar la tapa, presionar el botón de Cocinar/Vaporizar y cocinar hasta que el líquido se evapore, 20 minutos aprox. Dejar reposar por 10 minutos. Colocar en un tazón, aderezar con almendras tostadas y servir de inmediato. Se acompaña bien con casi cualquier platillo de pescado, pollo o puerco. Rinde 3-4 porciones.

Arroz al limón con eneldo

1 taza	arroz Jazmín de grano largo
1-3/4 tazas	agua
1/2 cucharadita sal	
-	cáscara rallada de 1 limón
1 cucharada	jugo de limón
1/2 cucharadita	eneldo seco
1 cucharada	perejil seco o 1 cucharada de hojas picadas de perejil fresco
2 cucharadas	mantequilla, cortada en 4 trozos
-	sal kosher y pimienta negra fresca molida al gusto

Agregar todos los ingredientes en la olla interior y remover para mezclar. Colocar la olla interior en la arrocera y cerrar la tapa. Presionar el botón de Arroz blanco y cocinar hasta que la arrocera cambie al modo de conservar caliente. Dejar reposar, cubierto, por 10 minutos. Ajustar el condimento al gusto. Verter en un tazón y servir de inmediato. Deliciosa guarnición para platillos de pescado y pollo. Rinde 4 porciones.

*Agregue camarones o vieiras y chícharos congelados durante los últimos cinco minutos de cocinado para hacer un platillo principal.

Ensalada de Arroz salvaje con mango y arándanos agrios

1-1/2 tazas	mezcla de arroz salvaje e integral crudo
3 tazas	agua
1/3 taza	arándanos agrios deshidratados
1/4 taza	pimiento rojo, picado
1/3 taza	mango fresco, picado
3 cucharadas	nueces de Castilla, picadas

Aderezo:

1/3 taza	aceite vegetal
1/4 taza	vinagre de arroz
2 cucharaditas	azúcar
1 cucharadita	hojas de albahaca seca
1 cucharadita	perejil seco
1/4 cucharadita	sal
	pimienta molida fresca al gusto

Colocar el arroz y el agua en la olla interior. Presionar el botón de Arroz integral. Cocinar hasta que el arroz esté cocido, 1 hora, 45 minutos aprox. Colocar el arroz en un tazón grande y dejar enfriar. Cuando el arroz se haya enfriado, agregar los arándanos agrios, el pimiento rojo, el mango y las nueces de Castilla. Mezclar con cuidado.

En un tazón pequeño, mezclar los ingredientes del aderezo y verter encima de la ensalada. Mezclar suavemente para combinar, cubrir y enfriar por hasta 4 horas antes de servir. Rinde 4 porciones.

Lentejas saladas

2 cucharadas	aceite de oliva extra virgen
1/2 cucharadita	curry en polvo
1 cucharadita	comino molido
1 taza	lentejas verdes o cafés, limpias y lavadas
2-2/3 tazas	agua
1 taza (14 oz.)	tomate en trozos con jugo
2 cucharadas	cebolla deshidratada picada
1 cucharada	hojuelas de vegetales deshidratados
2 cucharadas	perejil deshidratado
-	sal kosher y pimienta negra fresca molida al gusto

Agregar todos los ingredientes en la olla interior y remover. Colocar la olla interior en la arrocera, cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Dejar cocinar hasta que la arrocera cambie al modo de conservar caliente. A la mitad del proceso de cocinado, abra la arrocera con cuidado, remueva los ingredientes con un cucharón de madera largo y vuelva a tapar. Conserve las manos y cara lejos de la olla interior cuando abra la tapa para evitar quemaduras por el vapor. La olla interior estará caliente, por lo que debe tener precaución y asegurarse de que su utensilio para remover tenga un mango largo para evitar quemarse las manos con la olla interior. Cuando la arrocera cambie al modo de conservar caliente, abrir la tapa con cuidado, volver a remover y volver a cerrar. Dejar reposar por 10 minutos antes de servir. Rinde 4 porciones.

Arroz con pollo y chile verde

1-1/2 tazas	arroz de grano mediano, como el Calrose
3 tazas	consomé de pollo bajo en sodio
2 cucharadas	cebolla deshidratada picada
1/2 cucharadita	sal kosher
1 lata (10 oz.)	trozos de pechuga de pollo con líquido
1 lata (4 oz.)	chiles verdes en cubos con sal líquida al gusto

Colocar todos los ingredientes en la olla interior y remover. Colocar la olla interior en la arrocera, cubrir y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Dejar cocinar hasta que la arrocera cambie al modo de conservar caliente. Agregar sal al gusto. Remover y servir inmediatamente como platillo principal. Rinde 4 porciones.

Camarones con arroz al azafrán

1 taza	arroz Jazmín u otro arroz de grano largo
1 taza	consomé de pollo bajo en sodio
1 botella (8 oz.)	jugo de almejas o 1 taza de agua
2 cucharadas	mantequilla sin sal
1 cucharada	cebolla deshidratada picada
-	cáscara rallada de 1 limón
2	cucharadas jugo de limón
1	pizca generosa de azafrán
5-6 gotas	salsa Tabasco o al gusto
-	sal kosher y pimienta negra molida al gusto
8 oz.	camarones grandes, pelados desvenados con cola
-	cebollines frescos o deshidratados picados para aderezar

Colocar todos los ingredientes, a excepción de los camarones y los cebollines, en la olla interior y colocar en la arrocera. Presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Después de que el líquido empiece a hervir, cocinar el arroz por 10 minutos. Con cuidado, abrir la arrocera, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor y agregar los camarones encima del arroz. Cubrir y continuar cocinando hasta que la arrocera cambie al modo de conservar caliente. Servir de inmediato y aderezar con los cebollines. No dejar reposar después de que la arrocera cambie al modo de conservar caliente, ya que los camarones se pueden cocinar en exceso. Rinde 2-3 porciones.

Pechugas de pollo al vapor

2	pechugas de pollo sin hueso y sin piel
-	sal kosher y pimienta negra fresca molida al gusto

Condimentar las pechugas de pollo con sal y pimienta. Colocar las pechugas de pollo en la charola de vapor. También se pueden colocar las pechugas de pollo en un plato que sea lo suficientemente grande para caber en la charola de vapor con un espacio de 1,27cm aprox. para la circulación del vapor. Si se va a utilizar un plato, rociar al plato con spray para cocinar antiadherente, colocar el pollo condimentado en el plato y cubrir con plástico. Agregar 1 taza de agua en la olla interior y colocar dentro de la arrocera. Colocar la charola de vapor con las pechugas de pollo dentro de la olla interior. Cubrir y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Vaporizar por 10 minutos aprox. o hasta que el pollo tenga una consistencia firme al tacto y que no queden porciones color rosa en el centro. Con guantes térmicos, sacar cuidadosamente la charola de vapor de la arrocera y servir el pollo de inmediato. Rinde 2 porciones.

Pechugas de pollo marinadas con salsa de soya

- 2 pechugas de pollo sin hueso y sin piel o filetes de pechuga de pavo con un grosor de 1" de pulgada aprox.
- 2 cucharadas salsa de soya
- 1 cucharada azúcar
- 1 cucharadita aceite de ajonjolí tostado
- 1 diente de ajo chico, picado
- 1/2 cucharadita jengibre fresco rallado
- 1 cebolla verde, la parte blanca con 1" de verde, cortar en rodajas

Combinar la salsa de soya, el azúcar, el aceite de ajonjolí, el ajo y el jengibre con las pechugas de pollo y marinar por 10-15 minutos. Elegir un plato que sea lo suficientemente grande para caber en la charola de vapor dejando un espacio de 1,27cm para la circulación del vapor. Colocar las pechugas de pollo y el marinado en el platón rociado con spray para cocinar antiadherente, cubrir con la cebolla y cubrir con plástico. Agregar 1 taza de agua en la olla interior. Colocar dentro de la charola interior y ésta dentro de la arrocera. Cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Vaporizar por 10 minutos aprox. o hasta que el pollo tenga una textura firme al tacto y que no queden porciones color rosa en el centro. Con guantes térmicos, sacar cuidadosamente la charola de vapor de la arrocera y servir el pollo de inmediato. Rinde 2 porciones.

Pechugas de pollo Dijon

- 2 pechugas de pollo sin hueso y sin piel
- 1 cucharada mostaza Dijon
- 1 cucharada yogurt natural
- 1/2 cucharadita Oelek Sambal (una mezcla de chiles, azúcar moreno y sal) opcional
- sal kosher y pimienta negra fresca molida al gusto
- 1 cucharadita cebollines deshidratados

Colocar las pechugas de pollo en un plato pequeño rociado con spray para cocinar antiadherente. Mezclar la mostaza, el yogurt, el oelek timbal, la sal y la pimienta. Espolvorear sobre las pechugas de pavo y aderezar con los cebollines. Cubrir el pollo y el plato con plástico y colocar el plato en la charola de vapor. Agregar 1 taza de agua en la olla interior. Colocar la charola de vapor en la olla interior y ésta en la arrocera. Cubrir y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Vaporizar por 10 minutos aprox. o hasta que el pollo tenga una textura firme al tacto y que no queden porciones color rosa en el centro. Con guantes térmicos, sacar cuidadosamente la charola de vapor de la arrocera y servir el pollo de inmediato. Rinde 2 porciones.

Lomo de pavo al vapor

- 2 lomos de pavo, 10-11 oz. cada uno
- sal kosher y pimienta negra molida al gusto

Agregar 3 tazas de agua en la olla interior, colocar la olla interior en la arrocera, cubrir y presionar el botón de cocinar/vaporizar para permitir que el agua hierva. Condimentar los lomos con sal y pimienta. Colocar los lomos en la charola de vapor. También se puede elegir un plato que sea lo suficientemente grande para caber en la charola de vapor con un espacio de 1,27cm para la circulación del vapor. Si se va a utilizar un plato, rociar con spray para cocinar antiadherente antes de colocar los lomos en el plato y cubrir con plástico antes de colocar en la charola de vapor. Cuando el agua haya hervido en la arrocera, abrir la tapa con cuidado, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor. Con guantes térmicos (la olla interior estará caliente), colocar cuidadosamente la charola de vapor en la arrocera, cubrir y vaporizar por 25 minutos aprox. Revisar después de 20 minutos con un termómetro instantáneo para carne. El pavo debe alcanzar una temperatura de 160° F aprox. y no debe estar color rosa al centro. Con guantes térmicos, sacar la charola de vapor de la arrocera. Una regla general es dejar reposar por 15 minutos por cada pulgada de grosor. Refrigerar si no se va a servir de inmediato. Rinde 4 porciones.

Papitas al vapor

- 0,45kg-.91kg papitas chicas (2,54cm-5,08cm de diámetro), lavadas y peladas

Agregar las papas en una capa en la charola de vapor. Agregar 3 tazas de agua en la olla interior. Colocar la olla interior en la arrocera y colocar la charola de vapor en la olla interior. Cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Cocinar hasta que las papas estén suaves, 20 minutos aprox. después de que el agua empiece a hervir. Probar las papas: con cuidado, abra la tapa, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor. Revise las papas con un tenedor, teniendo cuidado de no tocar las paredes de la charola de vapor ni la olla interior, ya que estarán calientes. Si las papas no están cocidas por completo, volver a cubrir y cocinar por otros cuantos minutos. Usar guantes térmicos para sacar la charola de vapor de la arrocera y servir con mantequilla caliente, sal y pimienta.

Jambalaya

2 cucharadas	aceite de oliva extra virgen
1 taza	cebolla picada en trozos grandes
1	pimiento rojo, pelado y picado en cubos
1	tallo de apio mediano, picado en cubos
1 taza	arroz de grano largo crudo
1 3/4 taza	consomé de pollo
1 lata (14 oz.)	tomate en trozos con jugo
1 cucharada	pasta de tomate
1/2 cucharadita	tomillo deshidratado
3/4 cucharadita	sal kosher o 1/2 cucharadita de sal normal
-	pimienta negra molida fresca al gusto
1 pizca	clavo en polvo
1/4 cucharadita	chile preparado en polvo
1 cucharada	perejil deshidratado
6-8 gotas	salsa Tabasco
1/3 taza	jamón en cubos
6 oz.	chorizo ahumado Polaco, cortado en rebanadas
6-8	camarones medianos (opcional)

Calentar el aceite en la olla interior y, con extrema precaución, saltear la cebolla, el pimiento y el apio por 3-4 minutos para ablandarlos (véanse las Consideraciones de seguridad en la página 11). Utilizar un cucharón de madera de mango largo para remover con el fin de evitar quemarse las manos con la olla interior. Agregar el arroz y remover para cubrir. Agregar los ingredientes restantes. Cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Cocinar, removiendo una o dos veces, hasta que el arroz esté suave y la carne se haya cocido por completo. Dejar reposar por 10 minutos antes de servir en platos calentados. Rinde 4 porciones.

Papas dulces al vapor

0,45kg papas dulces

Pelar y cortar las papas en cubos de 2,50cm y colocar en una sola capa en la charola de vapor. Agregar 2 tazas de agua en la olla interior y colocar en la arrocera. Colocar la charola de vapor en la olla interior, cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Vaporizar hasta que las papas estén suaves, 17 minutos aprox. después de que hierva el agua. Probar las papas: con cuidado, abra la tapa, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor. Utilizando un tenedor, pruebe que las papas estén cocidas. Tenga cuidado de no tocar las paredes de la charola de vapor ni la olla interior, ya que estarán calientes. Si las papas no están cocidas, cerrar la tapa y dejar cocinar por unos cuantos minutos más. Usar guantes térmicos para sacar la charola de vapor de la arrocera y servir las papas inmediatamente con mantequilla.

Brócoli o coliflor al vapor

Brócoli o coliflor o una mezcla de ambos

Lavar el brócoli/coliflor y cortar en ramilletes o piezas con tallos de 5,08cm-7,62cm. Colocar en la charola de vapor. Agrega 1-1/2 tazas de agua en la olla interior y ésta en la arrocera, cerrar la tapa y presionar el botón Cocinar/Vaporizar. Cuando el agua haya hervido, abra la tapa con cuidado, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor. Utilizando guantes térmicos, colocar la charola de vapor con vegetales en la arrocera, teniendo cuidado de no tocar las paredes de la olla interior, ya que estará caliente. Vaporizar por 8 a 10 minutos o hasta obtener la firmeza deseada. Utilizando guantes térmicos, sacar la charola de vapor de la olla interior y colocar los vegetales en un platón. Sazonar con sal, pimienta, mantequilla, aceite de oliva o queso si se desea.

Zanahorias con jengibre a la naranja

0,23kg	zanahorias peladas, rebanadas o cortadas en tiras de 3/8" por 3 pulgadas de largo
-	cáscara rallada de 1 naranja
1/2 taza	jugo de naranja o una combinación de jugo de naranja y agua
2 rebanadas	jengibre fresco
1 cucharada	mantequilla

Colocar las zanahorias y los ingredientes restantes en la olla interior. Colocar la olla interior en la arrocera, cubrir y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Vaporizar por 10 minutos después de que el líquido haya hervido. Revisar que las zanahorias estén suaves al abrir la tapa con cuidado, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por vapor. Si las zanahorias no están cocidas, cubrir y cocinar por 1-2 minutos adicionales, agregando más agua si es necesario. Sacar de la charola de vapor y servir.

Ejotes al vapor

0,45kg ejotes, sin tallo

Agregar 2 tazas de agua en la olla interior y colocar dentro de la arrocera, cubrir y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar para hervir. Colocar los ejotes en la charola de vapor. Cuando el agua haya hervido, abra la tapa con cuidado, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor. Utilizando guantes térmicos, colocar la charola de vapor con los ejotes dentro de la arrocera cuidadosamente. Cerrar la tapa y vaporizar por 10 a 12 minutos o hasta que los ejotes estén suaves. No dejar reposar en el modo de conservar caliente o los ejotes se cocerán en exceso. Utilizando guantes térmicos, saque la charola de vapor de la olla interior con cuidado. Colocar los ejotes en un platón, condimentar con sal, pimienta y mantequilla. Servir de inmediato.

Calabaza sidra al vapor

0,45kg calabaza sidra, pelada y cortada y cubos de 2,54cm

Agregar 2 tazas de agua en la olla interior y colocar en la arrocera, cubrir y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar para hervir. Colocar la calabaza en la charola de vapor. Cuando el agua haya hervido, abra la tapa con cuidado, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor. Utilizando guantes térmicos, colocar la charola de vapor con la calabaza en la arrocera con cuidado. Cerrar la tapa y vaporizar por 10 a 12 minutos o hasta que la calabaza esté suave. No dejar reposar en el modo de conservar caliente o la calabaza se cocerá en exceso. Utilizando guantes térmicos, sacar la charola de vapor de la olla interior. Colocar la calabaza en un platón, condimentar al gusto y servir de inmediato.

Elote dulce

Elote fresco, recortado y cortado a la mitad si es necesario

Quitar las espigas y cortar como sea necesario. Colocar los trozos de elote en la charola de vapor. Agregar 1-1/2 tazas de agua en la olla interior, colocar en la arrocera, cubrir y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Cuando el agua haya hervido, abra la tapa con cuidado, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor. Utilizando guantes térmicos, colocar la charola de vapor con el elote en la arrocera, teniendo cuidado de no tocar las paredes de la olla interior, ya que estarán calientes. Vaporizar por 10 minutos. Utilizando guantes térmicos, sacar la charola de vapor de inmediato. Condimentar el elote al gusto y servir caliente.

Rollitos de pollo con chile verde estilo Monterrey

1 1/2 tazas	arroz de grano largo
3 tazas	consomé de pollo bajo en sodio
114 gramos	chiles verdes en cubos de lata
1 chica	cebolla blanca, picada en cubos
0,45kg	pechugas de pollo sin hueso y sin piel, cortadas en piezas de 1,27cm
1 cucharadita	sal
1/4 cucharadita	pimienta de Cayena
6	rollitos de tortilla de harina
1 taza	crema agria baja en grasa
2 cucharadas	cilantro fresco, picado
1 cucharada	cebollines frescos, picados
1 taza	queso Monterey Jack, desmenuzado

Colocar el arroz, el consomé de pollo y los chiles en la olla interior. Remover con un cucharón de plástico con mango largo. Agregar la cebolla, el pollo, la sal y la pimienta de Cayena. Cubrir y presionar el botón de Arroz blanco.

Mientras el pollo y el arroz se cocinan, enrollar holgadamente las cuatro tornillas en una toalla de papel y colocarlas en la charola de vapor. Combinar la crema agria, el cilantro y los cebollines en un tazón chico. Después de que el arroz se haya cocinado por 25 minutos, abrir la tapa, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor, y usar guantes térmicos para colocar la charola de vapor rellena de tortillas en la arrocera. Vaporice por 5 minutos más. Utilizando guantes térmicos, sacar la charola de vapor y revisar el pollo con la punta de un cuchillo para determinar que el pollo está completamente cocido y no hay porciones color rosa. Agregar la mezcla de crema agria al arroz, volver a colocar la charola de vapor con las tortillas y vaporizar por otros 3 minutos.

Cuando se haya terminado, colocar el pollo con chile verde estilo Monterrey de manera equitativa en las tortillas. Colocar una capa de queso Jack encima y enrollar. Rinde 4 porciones.

Salmón con risotto parmesano y nueces y puntas de espárragos

2 tazas	arroz integral crudo
1 1/2 tazas	agua
1 1/2 tazas	vino para cocinar Sauterne
0,23kg	filetes de salmón
	sal y pimienta al gusto
0,23kg	espárragos frescos, cortados en trozos de 2,54cm
1 cucharada	aceite de oliva extra virgen
1/2 taza	queso Parmesano, finamente rallado
2 cucharadas	nueces, picadas
1	limón para aderezar

Colocar el arroz, el agua y el vino en la olla interior. Cerrar la tapa y presionar el botón de Arroz integral; vaporizar por 1 hora y 30 minutos. Mientras tanto, condimentar el salmón con sal y pimienta al gusto. Colocar un plato resistente al calor en el fondo de la charola de vapor y agregar los filetes de salmón. Acomodar los espárragos alrededor de los filetes de salmón como lo permita el espacio. Abra la tapa después de 1 hora y 30 minutos, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor, e insertar cuidadosamente la charola de vapor con el salmón y los espárragos en la arrocera (usar guantes térmicos y evitar tocar la olla interior, ya que estará caliente).

Cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar; cocinar por 15 minutos. Cuando termine, revisar el pescado y los espárragos con la punta de un tenedor y continuar cocinando si es necesario hasta que el pescado esté opaco y los espárragos suaves. Sacar el salmón y los espárragos y colocarlos en un plato. Exprimir el limón encima del salmón.

Sacar el arroz de la olla interior y colocarlo en un tazón. Mezclar con el aceite de oliva, agregar el queso Parmesano y las nueces picadas y remover perfectamente. Servir con el salmón y los espárragos. Rinde 2 porciones.

Queso untable con espinacas picantes y alcachofa

8 oz.	queso crema, suave
1/4 taza	mayonesa baja en grasa
3/4 taza	queso Parmesano, rallado
1 diente	ajo, picado
14 oz.	corazones de alcachofa en lata, drenados y picados
1/2 taza	espinacas congeladas, descongeladas y drenadas
1/2 cucharadita	aderezo Italiano deshidratado
1 cucharada	perejil Italiano fresco, picado
	sal y pimienta negra molida fresca
4 tazas	agua

En un tazón mediano, mezclar el queso crema, la mayonesa y el queso Parmesano. Agregar al ajo, los corazones de alcachofa, la espinaca, el aderezo Italiano, el perejil, la sal y la pimienta. Mezclar bien. Cubrir un plato de 4 tazas resistente al calor con spray para cocinar antiadherente. Colocar la mezcla en el plato y aplanar la superficie con un cuchillo. Cubrir la superficie del plato con papel aluminio. Verter el agua en la olla interior y colocar la charola de vapor en la parte superior. Colocar el plato en la charola de vapor. Cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar por 15 minutos. Con cuidado, abrir la tapa, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor, y revisar la mezcla. Cuando termine, estará caliente. Servir con galletas saladas con hierbas. Rinde 6 porciones.

Sopa de papa roja, jamón ahumado y cebollín

2-1/2 tazas	consomé de pollo
1-1/2 tazas	agua
1 paquete (5.5 oz.)	papas gratinadas instantáneas más sobre de condimento
6	papas rojas chicas, lavadas y cortadas en cubos chicos
1/4 cucharadita	pimienta negra molida fresca
1/2 taza	jamón ahumado, picado (se puede usar jamón de pavo bajo en grasa)
1 taza	media crema
3 cucharadas	cebollines frescos, picados

Colocar el consomé, el agua, las papas instantáneas, el condimento, las papas y la pimienta en la olla interior. Cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar y vaporizar por 20 minutos. Con cuidado, abrir la tapa, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor. Utilizar un cucharón de plástico de mango largo para agregar y remover el jamón y la crema, teniendo cuidado de no tocar la olla interior, ya que estará caliente. Cerrar la tapa y continuar vaporizando por 3 minutos. Cuando termine, usar el cucharón para colocar en tazones individuales y aderezar con los cebollines picados. Rinde 4 porciones.

Sopa de tomate casera con Aioli de cilantro

2 cucharadas	mantequilla o margarina
1 grande	cebolla amarilla, picada
0,91kg	tomates maduros, sin corazón, pelados y cortados en trozos chicos
1 cucharadita	sal
1/2 cucharadita	pimienta negra molida fresca
4 tazas	consomé de pollo o verduras
1/2 taza	leche baja en grasa
2 cucharadas	cilantro fresco, picado
1 cucharadita	jugo de limón
1/4 taza	mayonesa baja en grasa

Colocar la mantequilla y las cebollas en la olla interior y saltear por 3 a 4 minutos o hasta que las cebollas estén translúcidas (véanse las Consideraciones de seguridad en la página 11). Agregar los tomates, la sal, la pimienta y el consomé. Cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar y vaporizar por 30 minutos. Cuando termine, abra la tapa con cuidado, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor, y agregue la leche. Continuar vaporizando por 3 minutos o hasta que la sopa esté completamente cocida. Si se desea, se puede hacer un puré con la sopa en una licuadora antes de servir. Preparar el aioli al combinar el cilantro, el jugo de limón y la mayonesa. Mezclar hasta obtener una textura suave. Para servir, verter la sopa caliente en tazones individuales y aderezar cada porción con el aioli. Rinde 6 porciones.

Dip botanero caliente de queso y chili

1 chica	cebolla amarilla, picada
2 cucharaditas	aceite vegetal
1 diente	ajo, picado
2 de 15 oz.	latas de chili preparado sin frijoles
1 taza	salsa preparada no picosa
1/2 taza	aceitunas negras, rebanadas
3 oz.	queso crema bajo en grasa, en cubos
3 oz.	queso Cheddar, rallado
	totopos de tortilla

Colocar la cebolla, el aceite y el ajo en la olla interior y saltear por 3 minutos (véanse las Consideraciones de seguridad en la página 11). Usar un cucharón de madera grande para remover suavemente mientras se cocinan la cebolla y el ajo. Agregar el chili, la salsa, las aceitunas, el queso crema y el queso Cheddar. Remover para combinar todos los ingredientes, cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Vaporizar por 4 minutos. Abrir la tapa con cuidado, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor, y remover el dip. Vaporizar por otros 3 minutos. Abrir la tapa y remover otra vez. Continuar vaporizando hasta que el dip esté caliente y los quesos se hayan derretido. Cuando termine, servir en un tazón grande y aderezar con los totopos de tortilla.

Frittata de espinacas y champiñones para el desayuno

1/2 taza	espinacas congeladas, descongeladas y drenadas
1/2 taza	champiñones frescos, limpios y rebanados
2	cebollas verdes, picadas
4 grandes	huevos, batidos (se puede usar sustituto de huevo)
1/2 cucharadita	orégano molido
1/2 cucharadita	tomillo molido
Pizca	sal y pimienta negra molida fresca
1/4 taza	queso Aciago, rallado (se puede usar queso Parmesano)

Cubrir la olla interior con spray para cocinar antiadherente. En un tazón mediano, mezclar la espinaca, los champiñones y las cebollas. Agregar los huevos, el orégano, el tomillo, la sal, la pimienta y el queso. Mezclar bien hasta que todos los ingredientes estén combinados. Con un cucharón, verter la frittata en la olla interior. Cerrar la tapa y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar y vaporizar por 12-14 minutos. Cuando termine, los huevos deben estar firmes en el fondo y casi listos en la superficie. Usar una espátula de plástico para rebanar la frittata en rebanadas y servir. Rinde 4 porciones.

Huevos revueltos con papas doradas Yukon

3 medianas	papas doradas Yukon, limpias y cortadas en trozos de 2,54cm
2 tazas	agua
4 grandes	huevos, batidos
Pizca	sal y pimienta negra molida fresca
1/2 taza	queso Gouda, desmenuzado
1	cebolla verde, picada

Cubrir la olla interior con spray para cocinar antiadherente. Colocar las papas en el fondo de la olla interior y cubrir con el agua. Cerrar la tapa, presionar el botón de Cocinar/Vaporizar y vaporizar por 25 minutos. Cuando termine, usar guantes térmicos para sacar la olla interior de la arrocera y drenar cuidadosamente el agua restante. Volver a insertar la olla interior y las papas en la arrocera y verter los huevos sobre las papas. Espolvorear con la sal y la pimienta. Colocar una capa de queso Gouda y cebolla. Cerrar la tapa, presionar el botón de Cocinar/Vaporizar y vaporizar por 12-14 minutos o hasta que los huevos estén firmes alrededor de la orilla y la superficie esté casi lista. Dejar reposar por 2 minutos. Servir en 4 platos individuales. Rinde 4 porciones.

Avena para el desayuno

1-1/3 tazas	avena desmenuzada (no de la que se cocina rápido)
2 tazas	jugo de manzana
3/4 taza	agua
1/3 taza	pasas
1 pizca	sal

Agregar los ingredientes en la olla interior y remover. Colocar la olla interior en la arrocera, cubrir y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. A la mitad del proceso de vaporización, abrir la tapa con cuidado, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor, y remover. Cubrir y continuar cocinando hasta que la arrocera cambie al modo de conservar caliente. Dejar reposar por 10 minutos antes de servir.

Peras cocidas al vino

4	peras chicas a medianas, firmes pero maduras
2 tazas	vino blanco (se sugiere Reisling)
1/2 taza	azúcar
1/2 cucharadita	vainilla
-	crema batida y almendras tostadas rebanadas para aderezar (opcional)

Pelar las peras y quitar el corazón desde la parte inferior. Cortar una rebanada de la parte inferior de cada pera para formar una base plana. Dejar el tallo en la parte superior de las peras. Agregar el vino y el azúcar en la olla interior y colocar la olla interior en la arrocera. Sumergir las peras en la mezcla de vino para que se cubran con dicha mezcla y colocarlas de lado en la charola de vapor. Colocar la charola de vapor en la arrocera, cubrir y presionar el botón de Cocinar/Vaporizar. Vaporizar por 20 minutos aprox. o hasta que estén cocidas (cuando la punta de un cuchillo entra con facilidad). Si las peras todavía están firmes, cocinar por otros 3-5 minutos. Utilizando guantes térmicos, sacar la charola de vapor de la arrocera cuidadosamente, teniendo cuidado de no tocar las paredes de la olla interior, ya que estará caliente. Apartar la charola de vapor y dejar que se enfríe. Cuando las peras estén lo suficientemente frías para tocarlas, pasarlas a un tazón. Agregar la vainilla al líquido y verter encima de las peras. Enfriar por 1-2 horas o toda la noche en el refrigerador. Servir con crema batida y almendras tostadas rebanadas.

* Para dar un toque rosado, usar vino tinto en lugar de vino blanco.

Pastel doble de limón glaseado

Spray para cocinar antiadherente

1 taza	harina para pastel
1/2 cucharadita	sal
1 cucharadita	polvo para hornear
3	huevos, batidos
1 taza	azúcar
2 cucharadas	jugo de limón, dividido
1/2 cucharadita	extracto de limón
6 cucharadas	leche
1 taza	azúcar en polvo

Cubrir un platón para soufflé resistente al calor con spray para cocinar antiadherente. En un tazón mediano, batir poco a poco la harina, la sal y el polvo para hornear. Apartar. En un tazón grande, batir los huevos con el azúcar a punto de turrón. Agregar 1 cucharada del jugo, extracto y leche y batir por 2 minutos a velocidad media. Agregar los ingredientes secos de manera gradual y batir por otros 2 minutos a velocidad media.

Verter el batido en el platón, dejando un espacio de 1,27cm en la parte superior. Llenar la olla interior con agua hasta la línea de 4 tazas. Colocar el platón en el agua, asegurándose de que el agua no entre por la parte superior del platón. Presionar el botón de Cocinar/Vaporizar y cocinar por 25 minutos.

Con cuidado, abrir la tapa, conservando las manos y la cara lejos para evitar quemaduras por el vapor, y revisar el nivel del agua. Si se encuentra por debajo de 1 taza, agregar agua hasta el nivel de 3 tazas, cubrir y continuar cocinando por 20 minutos. Revisar el pastel cuando esté terminado; debe estar seco en la parte superior. Utilizando guantes térmicos, sacar el pastel de la arrocera cuidadosamente y colocarlo en una rejilla para que se enfríe.

Preparar el glaseado al combinar el jugo de limón con el azúcar en polvo. Espolvorear el glaseado encima del pastel y servir. Rinde 4 a 6 porciones.

GARANTÍA

IMPORTADORA PRIMEX, S.A. DE C.V.
IPR-930907-S70
Boulevard Magnocentro No. 4
Col. San Fernando La Herradura
Huixquilucan, Edo. de México C.P. 52760
Tel. 5246-5500

Garantiza este producto por el término de TRES MESES en todas sus partes y mano de obra contra cualquier defecto de fabricación y funcionamiento, a partir de la fecha de compra y tratándose de productos que requieran enseñanza o adiestramiento en su manejo o de la instalación de aditamentos, accesorios, implementos o dispositivos, a partir de la fecha en que se hubiere quedado operando normalmente después de su instalación en el domicilio que señale el consumidor.

ESTA GARANTIA SUSTITUYE A CUALQUIER OTRA QUE SE ENCUENTRE EN EL PRODUCTO.

CONDICIONES

1.- Para hacer efectiva esta garantía, no podrán exigirse mayores requisitos que la presentación de esta póliza, junto con el producto, en el lugar donde fue adquirido o en los centros de servicio que se indican a continuación:

Centros de servicio en el Distrito Federal, área Metropolitana, y estados donde hay bodegas de Importadora Primex, S.A. de C.V. en el departamento de devoluciones.

Sucursal Satélite
Circuito Centro Comercial 2001
Naucalpan de Juárez
Edo. de México C.P. 53100
Tel. (0155)5393-3642

Sucursal Villa Coapa
Calle Puente No. 186,
Col. A.M.S.A.
C.P. 11480, México, D.F.
Tel.: (0155)5673-2102

Sucursal Mixcoac
Blvd. Adolfo López Mateos No. 1181
Col. San Pedro de los Pinos
México, D.F. C.P. 11560
Tel. (0155)5516-5910

Sucursal Querétaro
Blvd. Bernardo Quintana Arrijoja No. 4107,
Fracc. Plaza del Parque
C.P. 09194 Querétaro, Querétaro
Tel.: (01442)4220-6586

Sucursal Polanco
Blvd. Cervantes Saavedra No. 397, Col.
Irrigación
C.P. 11500 México, D.F.
Tel.: (0155)5580-2807

Sucursal Interlomas
Blvd. Magnocentro # 4,
Col. Sn Fdo. La Herradura
C.P. 52760 Huixquilucan, Estado de México
Tel.: (0155) 5291-2594

Sucursal Guadalajara
Ave. Vallarta No. 4775 Esq. Rafael Sanzio,
Fracc. Camichines Vallarta, C.P. 45020
Zapopan, Jalisco
Tel.: (0133)3629-8700

Sucursal León
Blvd. Juan José Torres Landa No. 4137,
Jardines de Jerez, León, Guanajuato
Tel.: (01447)771-3580

Sucursal Acapulco
Av. Solidaridad No. 34-A,
Col. Granjas de Marquez
Acapulco Guerrero, C.P. 39907
Tel.: (01744)434-0300

Sucursal Aguascalientes
Blvd. Aguascalientes Norte No. 802,
Col. Las Trojes
C.P. 20120 Aguascalientes, Agsc
Tel.: (01449)9126170

GARANTÍA

Sucursal Hermosillo
Blvd. Luis Donaldo Colosio No. 416,
Col. Villa Satélite
C.P. 83200 Hermosillo, Sonora
Tel.: (01662)260-4219

Sucursal Tijuana
Rocas No. 8351, Col. Los Santos
C.P. 22548 Tijuana, Baja California Norte
Tel.: (01664)622-1901

Sucursal Morelia
Periférico Independencia No. 1000,
Col. Perif. Independencia
C.P. 58089 Morelia, Mich.
Tel.: (01443)320-0756

Sucursal Cancún
Supermanzana No. 21 Lote 2 No. 251,
entre Av. Kabah y Yaxchilán,
Cancún, Quintana Roo
Tel.: (01998)881-0250

Sucursal Puebla
Blvd. Del Niño Poblano No. 2904, Col.
Reserva Territorial de Atlixcayotl,
C.P. 72197 Puebla, Puebla
Tel.: (01222)273-5300

Sucursal Celaya
Av. Tecnológico No. 651 Col. Ciudad
Industrial,

Celaya Guanajuato
(01461)611-9332

Sucursal Cabo San Lucas
Carr. San José del Cabo No. 1659,
Col. El Tezal
C.P. 23410 Los Cabos, Baja California Sur
Tel.: (01624)105-1257

Sucursal Mexicali
Carr. San Luis Río Colorado km. 7.5
C.P. 21600 Mexicali, Baja California
Norte
(01686)561-7004
Sucursal Mérida
Calle 60 No. 220, Fraccionamiento del
Norte,
Mérida Yucatan
(01999)944-9800

Sucursal Monterrey
Av. Lázaro Cárdenas No. 800, Col. Valle
Oriente
San Pedro Garza García, N.L.
(0181)8363-7216
Sucursal Xalapa
Km. 1.8 Carr. Xalapa-Veracruz No. 366,
Las Animas
C.P. 91190 Xalapa, Veracruz
Tel.: (01228) 841-6300

Sucursal San Luis
Av. Chapultepec No. 200,
Frac. Colinas del Parque
C.P. 78260, San Luis Potosí, S.L.P.
(01444) 834-1600

Sucursal Cuernavaca
Av. Vicente Guerrero No. 205,
Col. Lomas de la Selva,
C.P. 62270 Cuernavaca, Morelos
Tel. (01777) 101-0510

2.- La Empresa se compromete a reparar el producto, así como las piezas y componentes defectuosos del mismo sin ningún cargo para el consumidor. (Dentro de la vigencia de la póliza).

3.- El tiempo de reparación en ningún caso será mayor de 30 días hábiles contados a partir de la recepción del producto en cualquiera de los sitios donde pueda hacerse válida esta garantía.

4.- Las partes, componentes, consumibles, accesorios y refacciones se pueden adquirir en los centros de servicio antes mencionados.

5.- Todos los gastos que se generen con motivo del cumplimiento de esta garantía, correrán a cargo de IMPORTADORA PRIMEX, S.A. DE C.V.

GARANTÍA

- Cuando el producto ha sido utilizado en condiciones distintas a las normales.
- Cuando el producto no ha sido operado de acuerdo con el instructivo de uso en idioma Español.
- Cuando el producto ha sido alterado o, reparado por personas no autorizadas por Importadora Primex, S.A. de C.V.

Producto: Arrocera y Vaporera de 10 tazas Marca: Aroma
Modelo: ARC-960SB No. de Serie:
Nombre del distribuidor: Aroma Housewares Company
Calle y número: 6469 Flanders Drive Colonia y/o poblado:
Delegación y/o municipio: Código Postal: 92121
Ciudad y/o Estado: San Diego, California Teléfono: 1-858-587-8866
Fecha de entrega:

El consumidor podrá solicitar que se haga efectiva la garantía ante la propia casa comercial donde adquirió el producto, o en cualquier otra de las indicadas.

NOTA: En el caso de que la presente garantía se extraviara el consumidor puede recurrir a su proveedor para que se le expida otra póliza de garantía, previa presentación de la nota de compra o factura respectiva.

ESTA GARANTÍA APLICA ÚNICAMENTE EN PRODUCTOS ELECTRICOS Y/O ELECTRONICOS.



AROMA[®]

www.AromaCo.com

ARC-960SB

ARC-960SB

www.AromaCo.com