Power Quick Pot™

Livre de recettes

Évacuation de la pression naturelle et évacuation de la pression rapide

Une fois la cuisson active terminée, la pression accumulée à l'intérieur du cuiseur doit être déchargée. Le Power Quick Pot possède un mécanisme de sécurité qui empêche que l'on puisse ouvrir le couvercle tant que la pression n'a pas baissé. Il existe deux façons possibles d'évacuer la pression du cuiseur : l'évacuation de la pression naturelle et l'évacuation de la pression rapide.

Comment l'évacuation de la pression naturelle fonctionne et quand l'utiliser

L'évacuation de la pression naturelle consiste à laisser la pression diminuer lentement d'elle-même. Une fois le cycle de cuisson active terminé, vous pouvez appuyer sur le bouton Annuler du panneau de commande pour laisser diminuer progressivement la pression à l'intérieur de l'appareil. Pendant cette évacuation de la pression, la température de cuisson baisse aussi progressivement, cependant les aliments continuent à cuire quelque peu même si la cuisson active est terminée.

Le temps que prend l'évacuation de la pression naturelle varie en fonction du type et de la quantité des aliments que l'on fait cuire. En général, l'évacuation de la pression naturelle prend entre 20 et 60 minutes.

Comment l'évacuation de la pression rapide fonctionne et quand l'utiliser

Pour utiliser l'évacuation de la pression rapide, commencez par annuler le cycle de cuisson en appuyant sur le bouton Annuler. Ensuite, faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte et attendez que la vapeur se décharge. Une fois la vapeur déchargée, vous pourrez ouvrir l'appareil car le couvercle coulissera alors facilement.

Avec l'évacuation de la pression rapide, il faut faire preuve de prudence car la soupape d'évacuation de la pression laisse jaillir un jet de vapeur. L'évacuation de la pression rapide ne prend pas plus d'une minute ou deux.

Comment savoir quelle méthode d'évacuation de la pression utiliser

- Utilisez l'évacuation de la pression naturelle lorsque vous faites cuire de la viande, des haricots secs, des légumineuses (lentilles, pois cassés, pois chiches, etc.), du riz, de la soupe ou d'autres aliments avec beaucoup de liquide.
- Utilisez l'évacuation de la pression rapide lorsque vous avez besoin d'ajouter des ingrédients dans votre Power Quick Pot en cours de cuisson (pour faire un ragoût, par exemple) ou lorsque vous faites cuire des œufs, certains légumes, des aliments délicats ou des ingrédients qu'il faut veiller à ne pas faire trop cuire.

Table des matières

Power Quick Pot™

Quinoa à la grecque 5
Salade de pommes de terre 7
Pain grillé à l'ail 8
Popcorn à la truffe 11
Chili au bœuf 13
Soupe à la courge 14
Minestrone (soupe italienne) 15
Tacos aux carnitas (porc) 17
Frittata au chorizo & au fromage. . . 19
Soupe de poulet aux nouilles 20
Travers de porc 21
Porc effiloché 23
Paella à la valencienne 25
Steak sous vide 27
Rôti de boeuf en cocotte 29
Bœuf bourguignon 30
Poulet rôti 31
Risotto aux crevettes & au citron . . 33
Poulet à la provençale. 35
Saumon sous vide & nouilles soba . . 37
Coq au vin 38
Poulet à l'ail & au citron 41
Ailes de poulet à la sauce piquante. . 43
Filets de cabillaud en papillote . . . 44
Ratatouille 45
Purée de pommes de terre au basilic . 47
Riz pilaf 48
Flan. 49
Cheese-cake au caramel & noix de pécan . 50
Gâteaux au chocolat sans farine . . . 53

Quinoa à la grecque

INGRÉDIENTS

Sauce tzatziki

1½ tasse (355 ml) de yaourt grec

2 c. à soupe d'aneth frais

1 concombre, épépiné, en cubes de 12 mm

½ c. à café de sel

½ c. à café de poivre noir moulu

———

2 tasses (473 ml) de bouillon de légumes

½ c. à café de noix de muscade moulue

2 c. à soupe d'origan frais

½ c. à café de thym moulu

2 c. à soupe d'ail en poudre

2 tasses (473 ml) de quinoa

2 tasses (473 ml) de tomates cerises, coupées en deux

1½ tasse (355 ml) d'olives noires de Kalamata dénoyautées

1 boîte de conserve (poids net : 439 g) de pois chiches égouttés et rincés

3 c. à soupe de persil frais haché

3 c. à soupe de basilic frais haché

½ c. à café de sel

½ c. à café de poivre noir moulu

1 concombre épépiné, en cubes de 6 mm

¼ tasse (59 ml) de fromage feta émietté

RECETTE

1. Mettez tous les ingrédients de la sauce tzatziki dans un saladier et mélangez-les. Mettez votre sauce au réfrigérateur en attendant l'heure du repas.
2. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
3. Ajoutez le bouillon, la muscade, l'origan, le thym et l'ail en poudre dans la cuve, mélangez, puis ajoutez le quinoa.
4. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
5. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Quinoa, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut (temps de cuisson : 4 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
6. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
7. Vous avez le choix entre laisser le quinoa refroidir ou le servir chaud. Ajoutez les tomates, les olives, les pois chiches, le persil, le basilic, le sel, le poivre noir moulu et le concombre.
8. Garnissez avec la sauce tzatziki et le fromage feta.

6 PORTIONS

Salade de pommes de terre

INGRÉDIENTS

6 tranches de lard (bacon), grossièrement hachés

6 pommes de terre blanches de taille moyenne, en cubes de 2,5 cm

1 tasse (237 ml) de céleri haché

1 petit oignon, coupé en petits dés

4 œufs durs

1 c. à café de sel au céleri

½ tasse (118 ml) de vinaigre de cidre

½ tasse (118 ml) de crème fraîche épaisse

1 tasse (237 ml) de sucre

2 c. à café de moutarde sèche (en poudre)

½ c. à café de sel

½ c. à café de poivre noir moulu

1 c. à café de fécule de maïs

6 PORTIONS

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Appuyez sur le bouton Saisir, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer la sélection du réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
3. Mettez le lard dans la cuve intérieure et faites-le revenir jusqu'à ce qu'il devienne bien croustillant.
4. Appuyez sur le bouton Annuler. Ajoutez les pommes de terre, remuez plusieurs fois pour les enrober dans la graisse de lard, puis couvrez-les d'eau.
5. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
6. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Mode manuel. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 3 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
7. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
8. Égouttez, puis ajoutez le céleri, l'oignon, les œufs, le sel au céleri, le vinaigre de cidre, la crème fraîche épaisse, le sucre, la moutarde, le sel, le poivre noir moulu et la fécule de maïs, puis mélangez le tout en écrasant un peu les pommes de terre avant de servir.

Pain grillé à l'ail

INGRÉDIENTS

¼ tasse (59 ml) d'huile d'olive, à diviser

1⅔ tasse (293 ml) de farine blanche

1 c. à café de levure chimique au bicarbonate de soude

½ c. à café de sel

1 tasse (237 ml) de babeurre (ou à défaut de yaourt)

1½ tasse (355 ml) d'eau

113 g de beurre

3 gousses d'ail

6 PORTIONS

RECETTE

1. Graissez un moule à gâteau avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.
2. Dans un saladier, mélangez la farine, la levure chimique et le sel, remuez avec une fourchette, puis formez un puits au centre.
3. Versez environ ⅔ tasse (158 ml) de babeurre dans le puits de votre saladier, puis mélangez progressivement pour former une pâte homogène, en ajoutant si nécessaire le reste du babeurre.
4. Renversez la pâte sur une surface légèrement enfarinée, et pétrissez-la légèrement. Votre pâte doit être molle, mais elle ne doit pas être collante ou mouillée.
5. Mettez la pâte dans le moule graissé, badigeonnez-en le dessus avec le reste de l'huile d'olive et faites une entaille en forme de croix sur le dessus.
6. Pliez une feuille de papier d'aluminium au milieu, de façon à créer une bande renforcée de 3 cm de large, puis couvrez le fond du moule avec votre feuille de papier d'aluminium.
7. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
8. Versez l'eau dans la cuve intérieure, puis placez la grille de cuisson dans la cuve. Placez votre moule à gâteau sur cette grille.
9. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.

10. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Mode manuel. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 25 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
11. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Laissez le Power Quick Pot reposer pour que la pression s'évacue naturellement. Faites ensuite glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
12. Sortez le pain de la cuve, puis tranchez-le. Nettoyez l'intérieur de la cuve et essuyez-la.
13. Appuyez sur le bouton Saisir, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Légumes, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 10 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
14. Ajoutez le beurre et l'ail dans la cuve et laissez chauffer un instant.
15. Faites rissoler vos tranches de pain dans le fond de la cuve pour les rendre croustillantes et leur permettre d'absorber le beurre à l'ail.

Popcorn à la truffe

INGRÉDIENTS

3 c. à soupe de beurre

1 c. à soupe d'huile de noix de coco

1 tasse (236 ml) de grains de maïs à éclater

1 c. à soupe de sel à la truffe

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Appuyez sur le bouton Saisir, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
3. Mettez le beurre et l'huile de noix de coco dans la cuve intérieure et attendez que le beurre ait fondu.
4. Ajoutez les grains de maïs dans la cuve, placez le couvercle en verre sur le Power Quick Pot, et laissez cuire pendant 2 à 3 minutes.
5. Lorsque la majorité des grains ont éclaté, appuyez sur le bouton Annuler et salez généreusement votre popcorn avec le sel à la truffe.

8 PORTIONS

Chili au bœuf

INGRÉDIENTS

2 c. à soupe d'huile de pépins de raisin

900 g de viande de bœuf hachée maigre (à 15 % de matières grasses)

1 gros oignon épluché, en dés

1 c. à café de coriandre moulue

1 c. à soupe de sel de mer

1 c. à soupe de flocons de piment rouge broyés

¼ tasse (59 ml) de poudre de chili

1 c. à café de cumin

1 c. à soupe de sucre

4 tasses (946 ml) de tomates écrasées

½ tasse (118 ml) de bouillon de bœuf

⅓ tasse (79 ml) de haricots rouges secs

⅓ tasse (79 ml) de haricots noirs secs

⅓ tasse (79 ml) de haricots blancs secs

6 PORTIONS

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Appuyez sur le bouton Saisir, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
3. Versez l'huile de pépins de raisin dans la cuve intérieure.
4. Faites rissoler la viande de bœuf hachée avec les dés d'oignon pendant 8 à 10 minutes.
5. Ajoutez la coriandre moulue, le sel, les flocons de piment rouge broyés, la poudre de chili et le cumin et laissez cuire 3 minutes de plus.
6. Ajoutez le sucre, les tomates écrasées, le bouillon de bœuf et tous les haricots secs (rouges, noirs et blancs). Appuyez sur le bouton Annuler.
7. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
8. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Bœuf, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut Moyenne et démarrer le cycle de cuisson.
9. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Laissez le Power Quick Pot reposer pour que la pression s'évacue naturellement. Faites ensuite glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Lorsque la vapeur est déchargée, retirez le couvercle.

Soupe à la courge

INGRÉDIENTS

900 g de courge musquée type doubeurre ou butternut, épluchée, épépinée, en cubes

2 gousses d'ail épluchées et hachées grossièrement

1 gros oignon blanc, épluché et haché finement

3 c. à soupe d'huile d'olive

1 c. à soupe de sauge fraîche hachée

4 tasses (946 ml) de bouillon de légumes

1 tasse (237 ml) de cidre ou de jus de pomme

¼ c. à café de sel de mer

¼ c. à café de poivre noir moulu

1 bâton de cannelle

1 feuille de laurier

¼ tasse (60 ml) de crème fraîche épaisse

8 PORTIONS

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Appuyez sur le bouton Saisir, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
3. Ajoutez la courge, l'ail haché, l'oignon haché et l'huile d'olive dans la cuve intérieure et laissez cuire pendant 10 minutes.
4. Ajoutez la sauge, le bouillon de poulet, le cidre ou jus de pomme, le sel, le poivre noir moulu, le bâton de cannelle et la feuille de laurier. Appuyez sur le bouton Annuler.
5. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
6. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Mode manuel. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 20 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
7. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Laissez le Power Quick Pot reposer pour que la pression s'évacue naturellement. Faites ensuite glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Lorsque la vapeur est déchargée, retirez le couvercle.
8. Laissez refroidir pendant 20 minutes sans couvercle, puis retirez la feuille de laurier. Mixez la soupe et la crème fraîche épaisse dans un blender jusqu'à obtenir un velouté.

Minestrone (soupe italienne)

INGRÉDIENTS

1 tasse (237 ml) d'oignons coupés en dés

1 tasse (237 ml) de céleri tranché

3 gousses d'ail émincées

2 boîtes de conserve de 411 g de tomates San Marzano ou équivalentes

1 boîte de conserve (poids net : 439 g) de haricots rouges

2 tasses (473 ml) d'eau

2 cubes de bouillon de poulet

1 c. à soupe de persil séché

1 c. à café de sel

1 c. à café d'origan séché

1 c. à café de basilic séchée

½ c. à café de poivre noir moulu

1 tasse (237 ml) de haricots verts en dés de 6 mm

½ tasse (118 ml) de macaronis cuits *al dente*

fromage parmesan râpé, pour garnir

1 tasse (237 ml) de persil frais haché

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Ajoutez les oignons, le céleri, l'ail, les tomates, les haricots rouges, l'eau, le bouillon, le persil, le sel, l'origan, le basilic, le poivre noir moulu et les haricots verts dans la cuve.
3. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
4. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Légumes, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Tournez le bouton central pour sélectionner Long, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson (temps de cuisson : 12 minutes).
5. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Laissez le Power Quick Pot reposer pour que la pression s'évacue naturellement. Faites ensuite glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
6. Incorporez les macaronis pendant que la soupe est encore chaude. À l'aide d'une louche, versez la soupe dans des bols, puis garnissez de parmesan et de persil.

6 PORTIONS

Tacos aux carnitas (porc)

INGRÉDIENTS

Assaisonnement

1 pièce d'épaule de porc désossée de 900 g

½ c. à café de coriandre

½ c. à café de cumin

1 c. à café de sel

1 c. à café de poivre noir fraîchement moulu

---

2 c. à soupe d'huile d'olive

1 petit oignon épluché et émincé

2 gousses d'ail épluchées et émincées

6 tomatilles

2 tasses (473 ml) de bouillon de légumes

1 brin de romarin

1 feuille de laurier

10 tortillas de farine de blé de 12,5 cm de diamètre

1 tasse (237 ml) de laitue hachée

½ tasse (118 ml) de tomates en dés

½ tasse (118 ml) d'oignon rouge en dés

¼ tasse (59 ml) de coriandre fraîche hachée

½ tasse (118 ml) de fromage "queso fresco"

6 PORTIONS

RECETTE

1. Mélangez tous les ingrédients dans un bol. Ajoutez les morceaux de porc au mélange.
2. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
3. Appuyez sur le bouton Saisir, puis tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner le réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
4. Versez l'huile d'olive dans la cuve intérieure. Ajoutez le porc et faites-le rissoler jusqu'à ce que tous les côtés soient dorés.
5. Ajoutez l'oignon et l'ail et laissez cuire pendant 2 minutes.
6. Ajoutez les tomatilles et laissez cuire pendant 3 minutes.
7. Appuyez sur le bouton Annuler. Ajoutez le bouillon de poulet, le romarin et le laurier.
8. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
9. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle jusqu'à sélectionner Porc, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut Moyenne et démarrer le cycle de cuisson (temps de cuisson : 30 minutes).
10. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte.
    Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
11. Sortez le porc et déchiquetez-le à l'aide d'une fourchette.
12. Disposez la viande de porc, puis la laitue, la tomate, l'oignon et la coriandre, et enfin le fromage queso fresco sur les tortillas.

Frittata au chorizo & au fromage

INGRÉDIENTS

1 c. à soupe de beurre

½ tasse (118 ml) de chorizo espagnol en tranches diagonales de 6 mm d'épaisseur*

1 échalote hachée finement

1 c. à café d'ail émincé

sel, à convenance

poivre noir moulu, à convenance

4 œufs battus

2 c. à soupe de babeurre (ou à défaut de yaourt)

1 poivron rouge, en petits dés

¼ tasse (59 ml) de manchego (fromage de brebis) râpé

1½ tasse (355 ml) d'eau

avocat en dés, pour garniture

coriandre hachée, pour garniture

* Choisissez du chorizo espagnol et non pas mexicain ! À défaut, remplacez par un autre type de saucisse.

4 PORTIONS

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Appuyez sur le bouton Saisir, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Porc, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
3. Ajoutez le beurre et attendez qu'il ait fondu et qu'il mousse.
4. Ajoutez le chorizo et faites-le dorer (2 minutes).
5. Ajoutez l'échalote et l'ail et faites-les revenir jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides.
6. Appuyez sur le bouton Annuler. Salez et poivrez pour achever le mélange de saucisse. Retirez le mélange de saucisses de la cuve, nettoyez la cuve et remettez-la dans le Power Quick Pot.
7. Mettez les œufs et le babeurre dans un saladier et mélangez bien.
8. Dans un saladier, versez le mélange de saucisse, ajoutez-y le poivron rouge et le fromage manchego et mélangez, puis salez et poivrez pour achever ce mélange d'œufs.
9. Versez l'eau dans la cuve intérieure, puis placez la grille de cuisson dans la cuve. Versez le mélange d'œufs dans un moule préalablement graissé, couvrez de papier d'aluminium et déposez délicatement votre moule sur la grille en vous aidant d'une bandelette de papier d'aluminium préalablement confectionnée.
10. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
11. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle jusqu'à sélectionner Porc, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut (temps de cuisson : 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
12. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
13. Sortez le moule de la cuve en vous aidant de la bandelette de papier d'aluminium, puis démoulez votre frittata et garnissez d'avocat et de coriandre.

Soupe de poulet aux nouilles

INGRÉDIENTS

2 c. à soupe de beurre doux

1 gros oignon haché

2 carottes moyennes hachées

2 branches de céleri hachées

1 c. à café de sel non raffiné

1 c. à café de poivre noir moulu

1 c. à café d'ail en semoule

1 feuille de laurier

1 c. à soupe de thym frais

1 c. à soupe d'origan frais

2 c. à soupe de persil à feuilles plates frais, haché, à diviser

1,9 l de bouillon de poulet

910 g de poulet avec peau et os*

140 g de nouilles aux œufs, non cuites

1 c. à café de jus de citron frais

* La moitié d'un poulet entier devrait suffire pour cette recette.

6 PORTIONS

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Appuyez sur le bouton Saisir, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer la sélection du réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
3. Mettez le beurre dans la cuve intérieure et attendez qu'il ait fondu.
4. Ajoutez l'oignon, les carottes et le céleri et faites revenir jusqu'à ce que l'oignon soit mou et translucide (environ 3 minutes).
5. Appuyez sur le bouton Annuler. Ajoutez le sel, le poivre noir moulu, l'ail, le laurier, le thym, l'origan et 1 c. à soupe de persil, puis mélangez.
6. Ajoutez le bouillon de poulet et les morceaux de poulet.
7. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
8. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Mode manuel. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 7 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
9. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Laissez le Power Quick Pot reposer pour que la pression s'évacue naturellement. Faites ensuite glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
10. Sortez les morceaux de poulet de la soupe et déchiquetez-les à l'aide de deux fourchettes.
11. Appuyez sur le bouton Saisir, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer la sélection du réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
12. Mettez les nouilles dans la cuve et laissez-les cuire (environ 7 mn).
13. Appuyez sur le bouton Annuler. Ajoutez le poulet déchiqueté et le jus de citron, salez et garnissez avec le reste du persil.

Travers de porc

INGRÉDIENTS

4 c. à soupe d'ail en semoule

2 c. à soupe d'oignon en poudre

1 c. à soupe de cumin

1 c. à soupe de coriandre

3 petits travers de porcs, coupés en deux

⅓ tasse (79 ml) d'eau

1 petit oignon épluché, en dés

2 tasses (473 ml) de sauce barbecue fumée, et un peu plus pour arroser la viande pendant la cuisson et pour servir

RECETTE

1. Dans un bol, mélangez l'ail en semoule, l'oignon en poudre, le cumin et la coriandre pour créer l'assaisonnement.
2. Assaisonnez les travers de porc avec le mélange d'assaisonnement.
3. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
4. Versez l'eau dans la cuve intérieure. Ajoutez les travers l'un à côté de l'autre au fond de la cuve intérieure.
5. Ajoutez l'oignon en dés, puis versez la sauce barbecue sur les travers en la répartissant uniformément.
6. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
7. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle jusqu'à sélectionner Porc, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut Moyenne et démarrer le cycle de cuisson (temps de cuission : 30 mn).
8. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
9. Badigeonnez les travers de porc de sauce barbecue et faites-les éventuellement griller au four si vous voulez qu'ils soient plus croustillants.

6 PORTIONS

Porc effiloché

INGRÉDIENTS

Coleslaw (salade de chou)

½ chou vert

½ tasse (118 ml) de carottes râpées

2 cébettes (ou échalotes) tranchées finement en biais

¼ tasse (59 ml) de vinaigre d'alcool de riz

2 c. à café de sucre

---

1 pièce de 1,8 kg d'épaule de porc désossée

1 c. à café de sel non raffiné

1 oignon moyen épluché et haché finement

½ c. à café de poivre de Cayenne moulu

1 c. à café de cumin

1 c. à café de coriandre

3 tasses (710 ml) d'eau

1½ tasse (355 ml) de sauce barbecue fumée, et plus pour servir

10 petits pains ronds pour hamburger

10 PORTIONS

RECETTE

Coleslaw (salade de chou)

1. Mettez tous les ingrédients du coleslaw dans un saladier et remuez-les.
2. Réfrigérez au moins 4 heures avant de servir.

Sandwichs au porc effiloché

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Mettez dans la cuve intérieure l'épaule de porc, le sel, l'oignon haché, le poivre de Cayenne moulu, le cumin, la coriandre, l'eau et la sauce barbecue.
3. Placez le couvercle de verre sur le Power Quick Pot.
4. Appuyez sur le bouton Cuisson lente, tournez le bouton central de contrôle jusqu'à sélectionner Porc, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 10 heures, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
5. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Retirez le couvercle de verre.
6. Sortez le porc et déchiquetez-le à l'aide d'une fourchette.
7. Servez le porc effiloché sur les petits pains ronds avec le coleslaw et la sauce barbecue en accompagnement.

Paella à la valencienne

INGRÉDIENTS

3 c. à soupe d'huile d'olive

6 hauts de cuisse de poulet coupés en gros dés

1 petit oignon épluché et haché

5 gousses d'ail épluchées et hachées

1 pincée de fils de safran

4 tasses (946 ml) de riz blanc non cuit

1 petit pot de poivrons rouges grillés, tranchés

20 palourdes, lavées

20 moules, lavées

454 g de grosses crevettes

1 chorizo tranché

1 tomate coupée en morceaux

1 tasse (237 ml) de petits pois

1 tasse (237 ml) de haricots verts

¼ c. à café de sel de mer

1 c. à café de paprika

1 brin de thym frais

1 brin de romarin frais

6 PORTIONS

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Appuyez sur le bouton Saisir, puis tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner le réglage Bœuf. Appuyez sur le bouton central de contrôle pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
3. Versez l'huile d'olive dans la cuve intérieure.
4. Faites revenir les cuisses de poulet dans la cuve intérieure. Une fois les cuisses dorées, retirez-les et mettez-les de côté.
5. Ajoutez l'oignon et l'ail hachés et laissez cuire pendant 3 minutes.
6. Ajoutez le safran et le riz et laissez cuire pendant 1 minute.
7. Ajoutez le reste des ingrédients. Appuyez sur le bouton Annuler.
8. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
9. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Riz blanc, puis appuyez sur celui-ci pour confirmer. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 10 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
10. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.

Steak sous vide

INGRÉDIENTS

4 steaks dans l'aloyau, en tranches très épaisses (38 mm)

1 c. à soupe de sel

1 c. à soupe de poivre noir moulu

4 gousses d'ail, à diviser

4 c. à café d'huile d'olive extra vierge, à diviser

4 brins de romarin, à diviser

RECETTE

1. Salez et poivrez généreusement les steaks.
2. Placez chaque steak dans son propre sac plastique de cuisson sous vide, avec 1 gousse d'ail, 1 c. à café d'huile d'olive extra vierge et 1 brin de romarin.
3. Scellez les sacs hermétiquement sous vide.
4. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
5. Versez 10 tasses (2,37 l) d'eau dans la cuve intérieure.
6. Mettez les sacs scellés dans l'eau.
7. Appuyez sur le bouton Sous Vide, puis tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner le réglage Bœuf. Appuyez sur le bouton Minuterie, puis tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 2 heures. Appuyez ensuite sur le bouton Température, tournez le bouton central pour régler la température de cuisson sur 58 °C, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
8. Une fois le cycle de cuisson terminé, retirez les steaks de leurs sacs et faites-les revenir des deux côtés dans une poêle à frire à feu vif.

4 PORTIONS

Rôti de bœuf en cocotte

INGRÉDIENTS

1 rôti de bœuf de 1,36 kg dans le paleron (épaule)

1 c. à soupe de sel

1 c. à soupe de poivre noir moulu

2 c. à soupe d'huile végétale

1 oignon moyen épluché et émincé

1 carotte, pelée et coupée en morceaux de 7,5 cm

1 branche de céleri, coupée en petits dés

8 petites pommes de terre rouges nouvelles ou grelot

3 gousses d'ail épluchées et émincées

1 c. à soupe de concentré de tomates

1 feuille de laurier

1 brin de romarin

¼ tasse (59 ml) de vin rouge

1⅓ tasse (315 ml) de bouillon de bœuf

4 PORTIONS

RECETTE

1. Salez et poivrez le rôti.
2. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
3. Appuyez sur le bouton Saisir, puis tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner le réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
4. Versez l'huile végétale dans la cuve intérieure.
5. Ajoutez l'oignon, la carotte et le céleri et les pommes de terre et laissez cuire 2 à 3 minutes.
6. Ajoutez le concentré de tomates et laissez cuire 1 minute de plus.
7. Appuyez sur le bouton Annuler. Ajoutez le laurier, le romarin, le vin rouge et le bouillon. Mettez le rôti dans la cuve.
8. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
9. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Bœuf, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut Moyenne et démarrer le cycle de cuisson (temps de cuisson : 30 minutes).
10. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.

Bœuf bourguignon

INGRÉDIENTS

½ tasse (118 ml) de farine

2 c. à soupe de sel

1 c. à soupe de poivre noir moulu

900 g de viande à braiser en cubes

3 c. à soupe d'huile de colza

¼ de tasse (59 ml) de cognac

1 tasse (237 ml) de vin rouge

1 tasse (237 ml) de bouillon de bœuf (ou de pot-au-feu)

2 c. à soupe de concentré de tomates

1 c. à soupe de sauce demi glace ou fond de veau

1 bouquet de thym

1 gros oignon d'Espagne haché

1 tasse (237 ml) de petits oignons blancs épluchés

1 tasse (237 ml) de champignons assortis

4 gousses d'ail épluchées

4 carottes moyennes, épluchées et coupées en biais

454 g de pommes de terre nouvelles, coupées en deux

8 PORTIONS

RECETTE

1. Dans un saladier, mélangez la farine, le sel et le poivre noir moulu, puis ajoutez la viande au mélange.
2. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
3. Appuyez sur le bouton Saisir, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer la sélection du réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
4. Versez l'huile de colza dans la cuve intérieure et laissez-la chauffer.
5. Ajoutez-y la viande par petites quantités, de façon à la saisir et à la faire revenir (brunir). Retirez et mettez de côté la viande.
6. Ajoutez le cognac et laissez cuire pendant 1 minute en grattant le fond de la cuve intérieure pour le déglacer.
7. Ajoutez le vin, le bouillon, le concentré de tomates et la sauce demi-glace ou fond de veau et mélangez jusqu'à obtenir une sauce homogène.
8. Ajoutez le thym, les oignons, les champignons, l'ail, les carottes, les pommes de terre et la viande et mélangez bien. Appuyez alors sur le bouton Annuler.
9. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
10. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Mode manuel. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut (temps de cuisson : 30 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
11. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Laissez le Power Quick Pot reposer pour que la pression s'évacue naturellement. Faites ensuite glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.

Poulet rôti

INGRÉDIENTS

1 poulet entier vidé de 2,3 kg

2 tasses (473 ml) de farce

1 c. à soupe d'ail en poudre

1 c. à café d'oignon en poudre

2 c. à soupe d'origan séché

1 c. à soupe de sel de mer

1 c. à soupe de poivre noir moulu

½ tasse (118 ml) de bouillon de poulet

RECETTE

1. Mettez la farce à l'intérieur du poulet.
2. Dans un bol, mélangez l'ail en poudre, l'oignon en poudre, l'origan, le sel et le poivre noir moulu pour créer l'assaisonnement.
3. Frottez le poulet avec l'assaisonnement.
4. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
5. Versez le bouillon de poulet dans la cuve, puis déposez-y le poulet.
6. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
7. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Volaille, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut Moyenne et démarrer le cycle de cuisson (temps de cuisson : 30 minutes).
8. Préchauffez votre four à 205 °C.
9. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
10. Sortez le poulet, déposez-le sur une lèchefrite, puis enfournez-le et laissez-le cuire 15 minutes à 205 °C.

4 PORTIONS

Risotto aux crevettes & au citron

INGRÉDIENTS

20 à 30 (680 g) crevettes crues, décortiquées et déveinées avec leurs queues

3 c. à soupe d'huile de colza

4½ c. à soupe de beurre doux

1½ petit oignon blanc, en petits dés

3 tasses (710 ml) de riz Arborio

1½ tasse (355 ml) de vin blanc

le zeste et le jus d'un citron

1½ c. à soupe de sel non raffiné

3 tasses (710 ml) de fleurons de brocoli congelés

1½ tasses (355 ml) de bouillon de poulet

¾ tasse (177 ml) de parmesan râpé

1½ botte de cébettes ou d'échalotes tranchées en biais

6 PORTIONS

RECETTE

1. Décongelez les crevettes en les mettant au réfrigérateur sur une plaque.
2. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
3. Appuyez sur le bouton Saisir, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer la sélection du réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
4. Versez l'huile de colza dans la cuve intérieure et laissez-la chauffer.
5. Ajoutez les crevettes, en veillant à ne pas les tasser. Faites griller les crevettes des deux côtés (2 minutes par côté). Retirez vos crevettes grillées et mettez-les de côté.
6. Ajoutez le beurre et l'oignon et laissez cuire pendant 3 minutes.
7. Ajoutez le riz et faites-le griller jusqu'à ce qu'il sente la noisette (environ 3 minutes).
8. Ajoutez le vin et laissez cuire pendant 2 minutes.
9. Appuyez sur le bouton Annuler. Ajoutez les brocolis, le bouillon de poulet, le zeste de citron et le jus de citron.
10. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
11. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Risotto, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut (temps de cuisson : 8 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
12. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
13. Sortez le risotto, ajoutez-y le parmesan en mélangeant, puis garnissez avec les échalotes.

Poulet à la provençale

INGRÉDIENTS

2 c. à soupe d'huile d'olive

1 poulet entier (1,2 kg), coupé en 8 morceaux

1 échalote épluchée, en dés

2 gousses d'ail épluchées et émincées

1 brin de romarin

½ tasse (118 ml) de figues coupées en dés

1 c. à café de zeste de citron

½ tasse (118 ml) de bouillon de poulet

¼ tasse (59 ml) de vin blanc

1 c. à soupe de moutarde de Dijon

1 c. à café de sel de mer

1 c. à café de poivre noir moulu

4 PORTIONS

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Appuyez sur le bouton Saisir, puis tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner le réglage Bœuf. Appuyez sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
3. Versez l'huile dans la cuve intérieure.
4. Faites dorer le poulet dans la cuve intérieure. Une fois le poulet doré, sortez-le et mettez-le de côté.
5. Mettez l'échalote en dés et l'ail émincé dans la cuve intérieure et laissez cuire pendant 2 minutes.
6. Ajoutez le reste des ingrédients tout en mélangeant. Appuyez sur le bouton Annuler.
7. Ajoutez le poulet.
8. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
9. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Volaille, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut Moyenne et démarrer le cycle de cuisson (temps de cuisson : 30 minutes).
10. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
11. Servez avec du riz.

Saumon sous vide & nouilles soba

INGRÉDIENTS

6 filets de saumon de 115 g, avec la peau

3 c. à soupe de sauce piquante japonaise Togarashi

2 c. à soupe de beurre

2 paquets de 263 g de nouilles soba japonaises

1 c. à soupe de sel

1 botte de coriandre, ébranchée et grossièrement hachée, et un peu plus pour la garniture

le jus d'¼ de citron vert

3 c. à café de sauce thaïe Sriracha

3 grosses carottes, en julienne

1 radis blanc moyen, en julienne

1 concombre, épépiné, en cubes de 12 mm

¼ de tasse (59 ml) de mayonnaise

1 c. à soupe de gingembre frais râpé

6 PORTIONS

RECETTE

1. Enrobez les filets de saumon de sauce piquante Togashari.
2. Mettez les filets de saumon et le beurre dans un sac plastique pour cuisson sous vide. Scellez le sac hermétiquement.
3. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
4. Appuyez sur le bouton Sous Vide, puis tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner le réglage Bœuf. Appuyez sur le bouton Minuterie, puis tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 50 minutes. Appuyez sur le bouton Température, tournez le bouton central pour régler la température de cuisson*, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
5. Remplissez la cuve intérieure aux trois cinquièmes avec de l'eau. Préchauffez l'eau, puis ajoutez le sac plastique contenant le saumon.
6. Lorsque la minuterie atteint 0, appuyez sur le bouton Annuler, sortez le sac, laissez le saumon refroidir, puis mettez le sac au réfrigérateur. Laissez l'eau dans la cuve intérieure.
7. Appuyez sur le bouton Saisir, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Légumes, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 10 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
8. Portez l'eau de la cuve intérieure à ébullition.
9. Ajoutez les nouilles et salez. Placez le couvercle de verre sur le Power Quick Pot. Laissez cuire le temps indiqué sur l'emballage.
10. Dans un saladier, mélangez la coriandre, le jus de citron vert, la sauce thaïe Sriracha, les carottes, le radis blanc, le concombre, la mayonnaise, le gingembre et les nouilles.
11. Appuyez sur le bouton Annuler. Sortez le saumon de son sac, déposez le saumon sur les nouilles et garnissez de coriandre.

** Réglez la température de cuisson sur 44 °C pour obtenir une texture moelleuse ou sur 55 °C si vous préférez une texture ferme.*

Coq au vin

INGRÉDIENTS

1,36 kg de hauts de cuisses de poulet avec os et peau

1 c. à café de sel

1 c. à café de poivre noir moulu

¼ tasse (59 ml) de farine

6 tranches de lard (bacon) hachées

¼ tasse (59 ml) d'huile d'olive extra vierge

454 g de champignons blancs coupés en quatre

3 gousses d'ail émincées

3 petits oignons coupés en gros quartiers

4 grosses carottes coupées en gros morceaux

2 c. à soupe d'huile d'olive

1½ tasse (355 ml) de vin rouge

¾ tasse (177 ml) d'eau bouillante

4 brins de thym

1 tasse (237 ml) de persil haché, pour garnir

10 PORTIONS

RECETTE

1. Assaisonnez les cuisses de poulet avec le sel et le poivre noir moulu, puis passez-les dans la farine pour les enrober légèrement. Retirez l'excédent de farine.
2. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
3. Appuyez sur le bouton Saisir, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Volaille, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 30 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson (température : 170 °C).
4. Mettez le lard dans la cuve intérieure et faites-le rissoler jusqu'à ce qu'il devienne croustillant (environ 15 minutes). Sortez le lard et réservez-le sur une assiette tapissée d'essuie-tout.
5. Ajoutez l'huile d'olive extra vierge, les champignons, l'ail, les oignons et les carottes, et faites-les dorer (environ 8 minutes). Sortez vos légumes et mettez-les de côté.
6. Versez l'huile d'olive dans la cuve intérieure et laissez-la chauffer.
7. Ajoutez les cuisses de poulet dans la cuve et faites-les rissoler de chaque côté jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées (environ 4 minutes par côté).
   Sortez vos cuisses de poulet et mettez-les de côté.
8. Portez à ébullition, déglacez en ajoutant le vin tout en remuant.

9. Appuyez sur le bouton Annuler. Ajoutez les cuisses de poulet, les légumes, le thym, le lard et couvrez d'eau.
10. Placez le couvercle de verre sur le Power Quick Pot.
11. Appuyez sur le bouton Cuisson lente, tournez le bouton central de contrôle jusqu'à sélectionner Volaille, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 5 heures, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson (90 °C).
12. Appuyez sur le bouton Annuler. Sortez le poulet, le lard et les légumes et disposez-les dans un plat.
13. Écumez les graisses qui flottent en surface dans la cuve intérieure. Versez la sauce en filet sur le poulet et les légumes, et garnissez le tout avec le persil.

Poulet à l'ail & au citron

INGRÉDIENTS

3 c. à café de sel

2 c. à café de poivre noir moulu

2 c. à café d'ail en poudre

2 c. à café d'oignon en poudre

6 cuisses de poulet entières (pilon + haut de cuisse)

2 c. à café d'huile d'olive

1 tasse (237 ml) de bouillon de poulet

50 gousses d'ail

3 citrons émincés

¼ tasse (59 ml) de thym haché

RECETTE

1. Dans un bol, mélangez le sel, le poivre noir moulu, l'ail en poudre et l'oignon en poudre.
2. Assaisonnez les cuisses de poulet avec ce mélange.
3. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
4. Appuyez sur le bouton Saisir, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Volaille, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
5. Versez l'huile d'olive dans la cuve intérieure et laissez-la chauffer.
6. Ajoutez le poulet (côté peau vers le bas) dans la cuve intérieure et faites-le rissoler jusqu'à ce qu'il soit bien doré.
7. Appuyez sur le bouton Annuler.
   Ajoutez le bouillon, l'ail, le citron et le thym.
8. Placez le couvercle de verre sur le Power Quick Pot.
9. Appuyez sur le bouton Cuisson lente, puis tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner le réglage Bœuf. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 5 heures, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson (température : 90 °C).
10. Lorsque le poulet est tendre, appuyez sur le bouton Annuler et sortez le poulet.

6 PORTIONS

Ailes de poulet à la sauce piquante

INGRÉDIENTS

1½ tasse (355 ml) de ketchup

1½ tasse (355 ml) de sucre

1½ c. à soupe de paprika hongrois

5 c. à soupe de sauce piquante

5 c. à soupe d'eau

6 c. à soupe de vinaigre blanc

1,36 kg d'ailes de poulet

sauce salade pour servir

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Mélangez le ketchup, le sucre, le paprika, la sauce piquante, l'eau et le vinaigre blanc dans un saladier pour créer une sauce.
3. Mettez les ailes de poulet dans la cuve, verser la sauce par-dessus, et remuez pour bien enrober. Placez le couvercle de verre sur le Power Quick Pot.
4. Appuyez sur le bouton Cuisson lente, tournez le bouton central de contrôle jusqu'à sélectionner Volaille, puis appuyez sur le bouton central pour confirmer. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 3 heures, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson (90 °C). Lorsque le poulet est bien cuit, appuyez sur le bouton Annuler et sortez-le de la cuve.
5. Préchauffez votre four en mode gril.
6. Tapissez deux plaques à pâtisserie de papier sulfurisé ou de papier d'aluminium. Placez les ailes de poulet sur les plaques à pâtisserie.
7. Enfournez les plaques et laissez griller jusqu'à ce que les ailes soient croustillantes (environ 5 minutes).
8. Servez avec la sauce salade.

6 PORTIONS

Filets de cabillaud en papillote

INGRÉDIENTS

1½ courgette tranchée finement

4 gousses d'ail épluchées

1½ citron tranché finement

½ tasse (118 ml) de câpres

½ tasse (118 ml) de vin blanc

¾ c. à soupe de sel

¾ poivron rouge en dés de taille moyenne

1 petit oignon tranché

12 brins de thym

6 filets de cabillaud de 170 g

6 PORTIONS

RECETTE

1. Dans un saladier, mélangez les courgettes, l'ail, le citron, les câpres, le vin, le sel, le poivron rouge, l'oignon et le thym.
2. Sur un morceau de papier sulfurisé, versez le mélange ainsi que le cabillaud, puis repliez le papier sulfurisé tout autour des ingrédients de façon à former une enveloppe hermétique.
3. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
4. Ajoutez de l'eau jusqu'à une hauteur de 2,5 cm, puis placez la grille de cuisson dans la cuve intérieure.
5. Placez votre enveloppe sur la grille.
6. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
7. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Mode manuel. Tournez le bouton central jusqu'à sélectionner Court, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson (temps de cuisson : 10 minutes).
8. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Laissez le Power Quick Pot reposer pour que la pression s'évacue naturellement. Faites ensuite glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.

Ratatouille

INGRÉDIENTS

1 courge jaune

1 courgette

1 poivron rouge

1 poivron jaune

1 oignon rouge

3 pommes de terre

2 grosses tomates

1 aubergine

3 tasses (710 ml) de sauce tomate

5 brins de thym frais

¼ tasse (59 ml) d'huile d'olive

¼ c. à café de sel

¼ c. à café de poivre noir moulu

6 grosses gousses d'ail tranchées à la mandoline

6 PORTIONS

RECETTE

1. À l'aide d'une mandoline, coupez la courge, la courgette, les poivrons rouge et jaune, l'oignon, les pommes de terre, les tomates et l'aubergine en tranches de 6 mm d'épaisseur.
2. Tapissez un moule circulaire à charnière de 15 cm de diamètre de papier d'aluminium et graissez l'intérieur à l'aide d'un vaporisateur d'huile.
3. Versez une couche de sauce tomate au fond de votre moule.
4. Dans un saladier, mélangez les morceaux de légumes, le thym, le sel, le poivre noir moulu et l'ail.
5. Ajoutez vos légumes dans le moule en formant un cercle.
6. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
7. Ajoutez de l'eau dans la cuve jusqu'à une hauteur de 2,5 cm, placez la grille de cuisson dans la cuve intérieure, puis déposez votre moule sur cette grille en vous aidant d'une bandelette de papier d'aluminium préalablement confectionnée.
8. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
9. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Mode manuel. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 6 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
10. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte.
    Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
11. Sortez la ratatouille de l'appareil à l'aide de votre bandelette de papier d'aluminium, arrosez d'huile d'olive et de sauce tomate, salez et poivrez.

Purée de pommes de terre au basilic

INGRÉDIENTS

2¼ kg de pommes de terre rouges, lavées et coupées en quatre

1 tasse (237 ml) de bouillon de poulet

¾ tasse (177 ml) de beurre doux en cubes

1 tasse (237 ml) de crème légère épaisse

2 c. à café de sel

1 c. à café de poivre noir moulu

1 tasse (237 ml) de feuilles de basilic hachées

RECETTE

1. Graissez l'intérieur de la cuve de cuisson avec un vaporisateur d'huile, puis placez la cuve dans le Power Quick Pot.
2. Ajoutez les pommes de terre, le bouillon et le beurre dans la cuve.
3. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
4. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Mode manuel. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 30 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
5. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
6. Ajoutez la crème légère épaisse, le sel, le poivre noir moulu, le basilic et remuez.
7. À l'aide d'un pilon à légumes, écrasez tous les ingrédients. Goûtez et rectifiez si nécessaire l'assaisonnement avant de servir.

10 PORTIONS

Riz pilaf

INGRÉDIENTS

2 c. à soupe de beurre

½ oignon, en petits dés

3 tasses (710 ml) de riz

4 tasses (946 ml) de bouillon de poulet ou de légumes

1 feuille de laurier

1 brin de thym

RECETTE

1. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
2. Appuyez sur le bouton Saisir, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Bœuf. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer les valeurs par défaut (170 °C pendant 20 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
3. Mettez le beurre et l'oignon en dés dans la cuve intérieure et laissez cuire pendant 2 minutes.
4. Ajoutez le riz et mélangez-le au beurre.
5. Ajoutez le bouillon, la feuille de laurier et le thym.
6. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
7. Appuyez sur le bouton Cuisson sous Pression, tournez le bouton central de contrôle pour sélectionner Riz blanc, puis appuyez sur celui-ci pour confirmer. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut Moyenne et démarrer le cycle de cuisson (temps de cuisson : 6 minutes).
8. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.

8 PORTIONS

Flan

INGRÉDIENTS

½ tasse (118 ml) de sucre

2 c. à soupe d'eau

1 tasse (237 ml) de lait concentré sucré

1 tasse (237 ml) de crème fraîche épaisse à 38 % de matières grasses

2 c. à café d'extrait de vanille

1 pincée de sel

4 gros œufs

½ tasse (118 ml) d'eau

6 PORTIONS

RECETTE

1. Mettez une casserole sur votre cuisinière. Versez-y le sucre et l'eau, couvrez avec un couvercle en verre et chauffez à feu moyen-vif jusqu'à obtenir un caramel de couleur foncée. Retirez du feu, versez le caramel dans six ramequins à parts égales, puis nettoyez la casserole.
2. Remettez la casserole sur le feu. Versez-y le lait concentré sucré, la crème fraîche épaisse, l'extrait de vanille et le sel, et chauffez à feu moyen tout en remuant doucement pour ne pas faire de bulles, jusqu'à ce que le lait commence à s'évaporer. Retirez la casserole du feu.
3. Battez légèrement vos œufs dans un saladier, en veillant à ne pas faire de bulles. Ajoutez petit à petit le lait de la casserole dans le saladier, une cuillère à soupe à la fois, en mélangeant bien à chaque fois, afin de réchauffer les œufs sans les brouiller. Une fois que les œufs sont chauds, ajoutez le reste du lait et mélangez doucement mais complètement pour achever le mélange à flan.
4. Versez le mélange à flan dans les ramequins à travers une passoire. Passez une fourchette sur la surface du mélange pour éliminer les bulles d'air. Couvrez les ramequins de papier d'aluminium, le plus hermétiquement possible.
5. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
6. Versez l'eau dans la cuve, placez quatre ramequins au fond de la cuve, placez la grille de cuisson par dessus les ramequins puis les deux ramequins restants sur la grille.
7. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
8. Appuyez sur le bouton Gâteau, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer les valeurs par défaut. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 9 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
9. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Laissez le Power Quick Pot reposer pour que la pression s'évacue naturellement. Faites ensuite glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
10. Sortez les ramequins et réfrigérez-les pendant au moins 6 heures. Au moment de servir, chauffez la lame d'un couteau à beurre en la passant dans l'eau chaude d'un robinet. Passez le couteau le long du bord intérieur de chaque ramequin pour faciliter le démoulage. Retournez les ramequins sur un plat.

Cheese-cake au caramel & aux noix de pécan

INGRÉDIENTS

Biscuit

1 tasse (237 ml) de sablés aux noix de pécan, broyés finement

2 c. à soupe de beurre fondu

Intérieur

680 g de fromage nature à tartiner, à température ambiante

¼ tasse (59 ml) de crème légère épaisse, à température ambiante

3 gros œufs, à température ambiante

⅔ tasse (158 ml) de cassonade

1 c. à café d'extrait de vanille

½ c. à café de sel

2 c. à soupe de farine

Glaçage

¾ tasse (177 ml) de sauce caramel

½ tasse (118 ml) de noix de pécan hachées

RECETTE

1. Dans un petit saladier, mélangez les sablés aux noix de pécan émiettés avec le beurre fondu pour créer la pâte à biscuit.
2. Tassez la pâte à biscuit contre le fond d'un moule circulaire à charnière de 15 cm de diamètre à bord haut.
3. Mélangez le fromage nature à tartiner et crème légère épaisse en les battant dans le bol d'un robot culinaire jusqu'à obtenir une mousse uniforme.
4. Ajoutez les œufs, la cassonade, l'extrait de vanille et le sel, et mélangez bien.
5. Incorporez finalement la farine en mélangeant sans insister pour achever la garniture intérieure.
6. Versez la garniture sur la pâte à biscuit.
7. Couvrez le moule de papier d'aluminium le plus hermétiquement possible.
8. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
9. Versez un fond d'eau de 2,5 cm dans la cuve intérieure.
10. Déposez délicatement le moule dans la cuve.
11. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.

8 PORTIONS

12. Appuyez sur le bouton Gâteau, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer le réglage Moyenne. Appuyez sur le bouton Minuterie, tournez le bouton central pour régler le temps de cuisson sur 30 minutes, puis appuyez sur le bouton central pour démarrer le cycle de cuisson.
13. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Faites glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
14. Sortez délicatement le cheese-cake de la cuve.
15. Retirez le papier d'aluminium et laissez refroidir à température ambiante pendant 4 heures.
16. Réfrigérez pendant au moins 4 heures (de préférence toute la nuit).
17. Garnissez le cheese-cake d'un filet de sauce caramel et saupoudrez-le de noix de pécan hachées.

Gâteaux au chocolat sans farine

INGRÉDIENTS

454 g de chocolat noir

½ tasse (118 ml) de pâte à tartiner au chocolat et aux noisettes

8 œufs

1 tasse (237 ml) de beurre

1 c. à soupe de vanille

1½ tasse (355 ml) d'eau

1½ tasse (355 ml) de noisettes hachées et grillées, pour servir

crème fouettée, pour servir

6 PORTIONS

RECETTE

1. Mettez une casserole à double fond (pour bain-marie) sur votre cuisinière. Ajoutez ½ tasse (118 ml) d'eau dans le récipient inférieur. Dans le récipient supérieur, mettez le chocolat noir, la pâte à tartiner au chocolat et aux noisettes et le beurre, et faites chauffer à feu moyen-vif pour créer la pâte de chocolat. Retirez du feu dès que les ingrédients sont mélangés.
2. Battez les œufs au mixeur jusqu'à ce qu'ils doublent de volume.
3. Incorporez lentement les œufs battus dans la pâte de chocolat.
4. Versez la nouvelle pâte dans six ramequins, à part égale.
5. Placez la cuve intérieure dans le Power Quick Pot.
6. Versez l'eau dans la cuve, placez trois ramequins au fond de la cuve, placez la grille de cuisson par dessus puis les trois ramequins restants sur la grille.
7. Placez le couvercle sur le Power Quick Pot et tournez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Le couvercle se verrouille et la soupape d'évacuation de la pression se ferme.
8. Appuyez sur le bouton Gâteau, puis sur le bouton central de contrôle pour confirmer les valeurs par défaut. Appuyez à nouveau sur le bouton central pour confirmer la valeur par défaut (temps de cuisson : 25 minutes) et démarrer le cycle de cuisson.
9. Lorsque la minuterie atteindra 0, le Power Quick Pot passera automatiquement en mode Maintien au Chaud. Appuyez alors sur le bouton Annuler. Laissez le Power Quick Pot reposer pour que la pression s'évacue naturellement. Faites ensuite glisser la commande d'évacuation de la vapeur en position ouverte. Une fois la vapeur déchargée, retirez le couvercle.
10. Sortez les ramequins et garnissez les gâteaux avec les noisettes hachées et la crème fouettée.

Power Quick Pot™