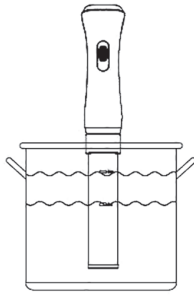


Chauffe-liquide sous vide «Pro»

Mode d'emploi

Versez de l'eau dans un récipient haut, stable et résistant à la chaleur (casserole ou bol) et fixez le chauffe-liquide sous vide «Pro» au bord du récipient. **Important:** le récipient doit mesurer au moins 15 cm de haut. Vérifiez bien que le niveau de l'eau arrive entre les marques MIN et MAX.



Quels sont les accessoires requis?

C'est très simple avec le kit d'initiation «VAC» de Betty Bossi (n° d'art. 24930). Il comprend 10 grands sachets et 10 petits sachets sous vide ainsi qu'une pompe manuelle. Si vous possédez déjà une scelleuse sous vide électrique, vous pouvez l'utiliser. Vérifiez bien que les sachets sont thermorésistants, conçus pour la cuisson sous vide et hermétiques.

Trucs et astuces

Saisir/Griller

En principe, les morceaux de viande ne sont pas préalablement saisis à la poêle avant d'être mis dans le sachet sous vide. Après l'écoulement du temps de cuisson, nous conseillons de saisir rapidement l'aliment à la poêle ou sur le grill pour lui donner un bon goût de grillé.

Encore plus d'arômes

Glissez p. ex. quelques herbes fraîches et un peu de beurre dans le sachet sous vide. De quoi affiner selon votre goût! Toutes les fantaisies sont permises.

Couvercle en silicone

Pour la cuisson sous vide, utilisez toujours le couvercle sous vide livré avec l'appareil. Il permet une cuisson de plusieurs heures pratiquement sans perte d'eau.

Tenir au chaud

Une fois le temps de cuisson écoulé, éteindre l'appareil. L'aliment sous vide peut ensuite patienter jusqu'à 1 heure dans l'eau chaude.

Affichage/Sélection

A Régulateur rotatif

Réglage de la température de l'eau et du temps de cuisson

B Température de l'eau

Indique la température de l'eau *souhaitée*

C Température de l'eau

Indique la température de l'eau

D Temps de cuisson

Indique le temps de cuisson souhaité en *hh:mm*

E Temps de cuisson écoulé

Indique le temps de cuisson déjà écoulé

F Touche MARCHE/ARRÊT

G Touche SET



Notice d'utilisation simplifiée

- Mise en marche:** appuyez sur la touche MARCHE/ARRÊT pendant **5 secondes** pour mettre en marche.
- Température de l'eau:** réglez en tournant le régulateur rotatif.
- Temps de cuisson:** appuyez sur la touche SET, puis réglez les heures (*hh*) avec la roue. Appuyez une nouvelle fois sur la touche SET et réglez les minutes (*mm*). Attendez que le temps de cuisson affiché ne clignote plus.
- Démarrage chauffage de l'eau:** appuyez brièvement sur la touche MARCHE/ARRÊT, l'appareil démarre et commence à faire chauffer l'eau. Lorsque la température de l'eau est atteinte, un signal acoustique est émis toutes les trois secondes.
- Démarrage cuisson:** déposez l'aliment sous vide dans l'appareil et appuyez pendant **2 secondes** sur la touche SET jusqu'à ce qu'un seul bip retentisse.

Viande

Bœuf	Poids/Épaisseur	Temps de cuisson	Température de l'eau	Degré de cuisson
Chateaubriand (tête de filet)	env. 800 g	2 h 15 min	57° C	À Point
Filet de bœuf (cœur de filet)	env. 600 g	1 h 45 min	57° C	À Point
Filet bifteck	env. 200 g / 3 cm	50 min	57° C	À Point
Tournedos	env. 100 g / 2 cm	30 min	57° C	À Point
Rosbif	env. 800 g	3 h	57° C	À Point
Entrecôte double	env. 400 g / 4 cm	1 h 20 min	57° C	À Point
Entrecôte	env. 200 g / 2 cm	45 min	57° C	À Point
Faux-filet	env. 800 g	3 h 20 min	59° C	À Point
Aiguillette de bœuf	env. 600 g	48 h	66° C	Bien cuit
Romsteck	env. 200 g / 1 cm	50 min	58° C	À Point
Côte couverte	env. 800 g	3 h 30 min	59° C	À Point
Steak de côte couverte	env. 200 g / 2 cm	45 min	61° C	À Point
Rôti d'épaule	env. 1 kg	48 h	66° C	Bien cuit
Tripes, sauce préparée séparément	env. 600 g	18 h	66° C	Bien cuit

Veau	Poids/Épaisseur	Temps de cuisson	Température de l'eau	Degré de cuisson
Filet mignon de veau	env. 800 g	1 h 30 min	61° C	À Point
Médaille de veau	env. 80 g / 3 cm	50 min	61° C	À Point
Filet de veau	env. 800 g	2 h 30 min	62° C	À Point
Steak de veau	env. 150 g / 2 cm	50 min	61° C	À Point
Noix pâtissière	env. 800 g	2 h 30 min	62° C	À Point
Côte de veau	env. 250 g	1 h 15 min	61° C	À Point
Jarret de veau	env. 200 g	12 h	66° C	Bien cuit
Ris de veau	env. 500 g	2 h 30 min	61° C	À Point

Porc	Poids/Épaisseur	Temps de cuisson	Température de l'eau	Degré de cuisson
Filet mignon de porc (2 pièces)	env. 800 g	1 h 5 min	61° C	Bien cuit
Médaille de porc	env. 80 g / 3 cm	45 min	61° C	Bien cuit
Filet de porc	env. 800 g	2 h 30 min	63° C	Bien cuit
Steak de porc (cou)	env. 150 g	1 h	63° C	Bien cuit
Carré de porc salé sans os (cru)	env. 300 g	1 h 15 min	65° C	Bien cuit
Faux-filet de porc (pièce ronde)	env. 300 g	3 h 30 min	65° C	Bien cuit
Travers de porc (en un seul morceau)	env. 400 g	36 h	61° C	Bien cuit
Ventrière de porc	env. 700 g	24 h	66° C	Bien cuit

Agneau	Poids/Épaisseur	Temps de cuisson	Température de l'eau	Degré de cuisson
Filet d'agneau	env. 200 g / 3 cm	35 min	56° C	À Point
Filet mignon d'agneau	env. 80 g / 2 cm	35 min	56° C	À Point
Quasi d'agneau	env. 220 g	1 h 10 min	62° C	À Point
Côtelette d'agneau	env. 100 g	40 min	57° C	À Point

Poulet	Poids/Épaisseur	Temps de cuisson	Température de l'eau	Degré de cuisson
Blanc de poulet	env. 150 g	50 min	66° C	Bien cuit
Mignon de poulet	env. 60 g	35 min	66° C	Bien cuit
Cuisse de poulet		2 h 15 min	66° C	Bien cuit
Magret de canard	env. 200 g	1 h 30 min	62° C	Bien cuit

Poissons et fruits de mer

Poissons d'eau douce	Poids/Épaisseur	Temps de cuisson	Température de l'eau	Degré de cuisson
Filet de saumon	env. 2½ cm	30 min	57° C	
Filet de truite		25 min	59° C	
Filet de féra		25 min	59° C	
Filet de perche		20 min	59° C	
Filet de brochet		25 min	59° C	
Filet de sandre		30 min	59° C	

Poissons de mer	Poids/Épaisseur	Temps de cuisson	Température de l'eau	Degré de cuisson
Filet de sole		20 min	57° C	
Filet de cabillaud	env. 2½ cm	30 min	59° C	
Filet de bar		30 min	59° C	

Fruits de mer	Poids/Épaisseur	Temps de cuisson	Température de l'eau	Degré de cuisson
Queues de crevettes crues décortiquées		20 min	62° C	
Noix de Saint-Jacques	env. 2½ cm	20 min	57° C	
Calmars surgelés, dégelés (tentacules entier, tête taillée en lanières)		2 h 10 min	60° C	
Poulpes surgelés, dégelés (tentacules entier, tête taillée en lanières)		4 h 30 min	78° C	

Remarque importante:

toujours sceller le poisson sous vide sans la peau! Après la cuisson sous vide, les poissons ne peuvent plus être saisis à la poêle.

Légumes

	Poids/Épaisseur	Temps de cuisson	Température de l'eau	Degré de cuisson
Aubergines (en bâtonnets ou en tranches)	env. 1 cm	10 min	95° C	
Épinards en branches		10 min	95° C	
Haricots verts		1 h 15 min	95° C	
Brocoli (en petits bouquets)		35 min	95° C	
Chou-fleur (en petits bouquets)		35 min	95° C	
Endives (coupées en deux)		25 min	95° C	
Fenouil (coupé en deux et en tranches)	env. 1 cm	30 min	95° C	
Chou vert (en lanières)	env. 1 cm	15 min	95° C	
Pommes de terre à chair ferme (pelées, en tranches) pour salade	env. 1 cm	20 min	95° C	
Pommes de terre à chair ferme (pelées, coupées en deux) pour cuisson à l'anglaise	env. 2½ cm	40 min	95° C	
Chou-rave (pelé, coupé en deux et en tranches)	env. 1 cm	25 min	95° C	
Courge (pelée, en cubes)	env. 2 cm	30 min	95° C	
Poireau (en rondelles)	env. 1 cm	30 min	95° C	
Panais (pelé, en bâtonnets)	env. 1 cm	25 min	95° C	
Poivrons (en lanières)	env. 1 cm	10 min	95° C	
Champignons (évent. en tranches)		15 min	95° C	
Betteraves (pelées, coupées en quatre et en tranches)	env. 1 cm	1 h	95° C	
Romanesco (en petits bouquets)		35 min	95° C	
Choux de Bruxelles (entiers)		25 min	95° C	
Chou rouge (coupé en deux et en lanières)		2 h 30 min	95° C	
Carottes (pelées, en bâtonnets ou en rondelles)	env. 1 cm	25 min	95° C	
Scorsonères (pelées, Ø 1½ cm, en bâtonnets)	env. 3 cm	45 min	95° C	
Céleri-rave (pelé, en bâtonnets)	env. 1 cm	25 min	95° C	
Asperges vertes (bas ligneux supprimé)		25 min	95° C	
Asperges blanches (pelées)		35 min	95° C	
Tomates (coupées en quatre, épépinées)		5 min	95° C	
Chou blanc (coupé en deux et en lanières)		2 h 30 min	95° C	
Chou frisé (coupé en deux et en lanières)	env. 1 cm	15 min	95° C	
Courgettes (en bâtonnets ou en rondelles)	env. 1 cm	10 min	95° C	

Remarque importante:

disposer les légumes bien à plat dans le sachet sous vide et sceller sous vide.