

# Instant Pot®

Multifunktionaler Schnellkochtopf

## DUO EVO™ PLUS

Willkommen

Inbetriebnahme

Geräte Teile im Überblick

Der Einstieg

Abdampfmethoden und Erster Testlauf (Test mit Wasser)

QuickCool™

Weitere Bedienelemente und Smart-Programme

Tabelle mit Druckgarzeiten und das Verhältnis von Reis zu Wasser

Kontaktinformationen



## Kurzanleitung

Die vollständige Anleitung, Videoanleitungen und Rezepte finden Sie online auf [instantpot.co.uk](https://instantpot.co.uk)

Registrieren Sie Ihr Gerät auf [instantpot.co.uk/support/register-your-product/](https://instantpot.co.uk/support/register-your-product/)

# Willkommen in der Welt von Instant Cooking!

Als Besitzer/in eines neuen Instant Pot® Duo™ Evo™ Plus Schnellkochtopf / Elektro-Multikocher 10 in 1 möchten wir Sie zur Instant Community begrüßen. Wir von Instant Brands™ versuchen engagiert Hobbyköchen weltweit zu helfen, gesünder zu kochen, damit sie köstliche Mahlzeiten auf den Tisch bringen, und zwar schneller und einfacher als je zuvor. Unsere multifunktionalen Kochgeräte werden Ihre Leidenschaft dafür entfachen, das Essen zu einem tollen Erlebnis zu machen. Wir haben eine Welt der Kochressourcen entwickelt, um Ihnen dabei zu helfen, zuhause kulinarische Meisterwerke zu schaffen.



Laden Sie die Instant Pot App herunter, um Zugang zu über 1000 Rezeptideen zu erhalten.



Schließen Sie sich auf Facebook über die Community von Instant Pot Deutschland den anderen Instant-Hobbyköchen an, um Tipps, Tricks und Inspirationen für Rezepte zu erhalten, die sie kreiert haben.



Abonnieren Sie unseren E-Newsletter, um regelmäßig E-Books mit Rezepten zu erhalten und Ihr nächstes Lieblingsessen zu finden.



Und natürlich möchten wir von Ihnen hören, also vergessen Sie nicht, uns online zu taggen **@instantpotuk** und Ihre Erfahrungen und die von Ihnen kreierten Gerichte mit uns über **#InstantChefAtHome** **#instantpot** zu teilen.

Der Instant Pot® steht für die Freude am unkomplizierten Selberkochen. Der Duo™ Evo™ Plus kann alleine, was 10 andere Geräte können: er ist Schnellkochtopf, Reiskocher, Schongarer, Joghurtbereiter, Dampfgarer, Sous-Vide-Garer, Pfanne, Speisenwärmer, Kuchenbäcker und Suppentopf. Dieses Multitalent schafft Platz in Ihrer Küche.

Falls Sie Kommentare oder Fragen haben, kontaktieren Sie uns bitte über unseren Helpdesk, den Sie auf **[www.instantpot.co.uk/support/instant-pot-help-desk/](http://www.instantpot.co.uk/support/instant-pot-help-desk/)** erreichen können oder indem Sie eine E-Mail senden an **[EUSupport@instantbrands.com](mailto:EUSupport@instantbrands.com)**. Die FAQ-Seite auf unserer Website könnte ebenfalls nützlich für Sie sein, da dort häufige Fragen zu den Themen Schnellkochtopf und Heißluftfritteuse beantwortet werden. Vergessen Sie außerdem nicht, Ihr Gerät online zu registrieren. Gehen Sie dazu einfach auf **[www.instantpot.co.uk](http://www.instantpot.co.uk)**.

# Inbetriebnahme

---

- Lesen Sie vor der Inbetriebnahme alle wichtigen Sicherheitshinweise in der beiliegenden Broschüre „Sicherheit, Wartung und Gewährleistung“. Andernfalls kann es zu Sachschäden und/oder Verletzungen kommen.
- Verwenden Sie den Schnellkochtopf Instant Pot Duo Evo Plus nur mit dem Deckel für den Instant Pot Duo Evo Plus. Die Verwendung eines anderen Schnellkochtopfdeckels kann zu Verletzungen und/oder Sachschäden führen.
- Befolgen Sie beim Reinigen des Geräts vor der Inbetriebnahme die Anweisungen für Pflege und Reinigung in der beiliegenden Broschüre „Sicherheit, Wartung und Gewährleistung“.
- Entfernen Sie das gesamte Verpackungsmaterial aus und vom Gerät und überzeugen Sie sich davon, dass alle Teile vorhanden sind.
- Stellen Sie das Gerät auf eine stabile, ebene Oberfläche, abseits fremder Wärmequellen.
- Belassen Sie die Warnaufkleber auf dem Deckel des Geräts, die Seriennummer an der Unterseite und das Typenschild auf der Rückseite des Gehäuses.

## **VORSICHT**

Verwenden Sie das Gerät niemals auf einer Herdplatte. Stellen Sie das Gerät niemals auf einen heißen Gas- oder Elektroherd oder in deren Nähe eines heißen Backofens auf. Durch die Hitze einer fremden Wärmequelle kann es zu Bränden, schweren Verletzungen und Beschädigung des Geräts kommen.

# Geräteteile im Überblick

## Oberseite des Deckels

### Dampfablassvorrichtung

Die Dampfablassvorrichtung muss vor dem Gebrauch vollständig angebracht sein.

### Abdeckung des Dampflasseser

Verteilt und dämpft den Dampf ablass.

### Dampfablassventil

Reguliert den Druck im Inneren des Geräts. Das Ventil sitzt nach dem Anbringen locker, sollte jedoch am Deckel bleiben, wenn dieser umgedreht wird.

### Dampfablassröhrchen

Beim Schnellabdampfen wird der Dampf durch dieses Röhrchen vom Innentopf zum Dampfablassventil geführt.

### Schwimmerventil

Sitzt in der Silikonkappe (an der Unterseite des Deckels), um das Gerät abzudichten und unter Druck zu setzen. Muss vor dem Gebrauch eingesetzt werden.

### Schnellabdampfkнопf

**Seal** (Abdichten) zum Druckgaren **Vent** (Abdampfen) zum Garen ohne Druck und zum Abdampfen.

### Deckelhalter

Um auf Ihrer Arbeitsplatte Platz zu schaffen, können Sie den Deckel am Gehäuse befestigen, indem Sie einen der Deckelhalter in eines der Löcher am Gehäuse stecken.

### Deckelgriff

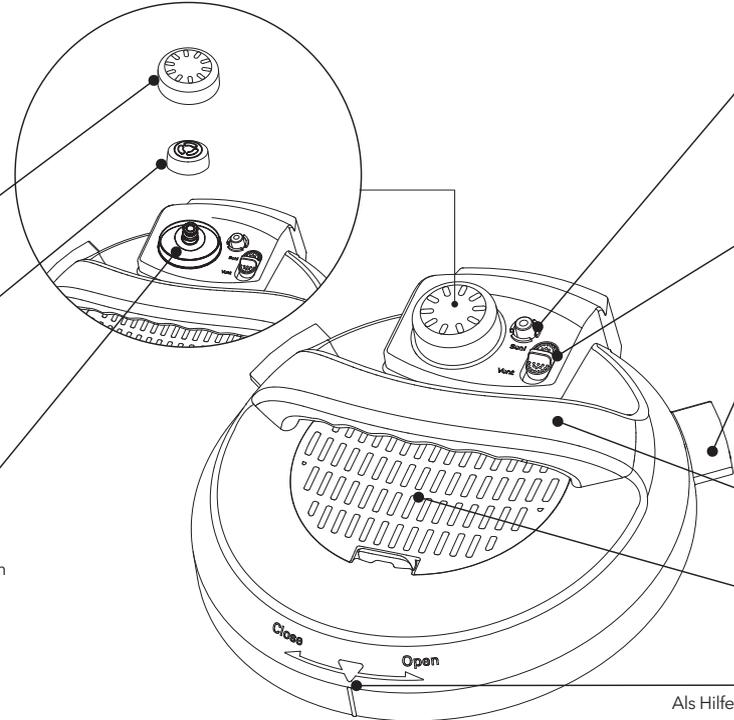
Ergonomischer Griff zum Abnehmen des Deckels vom Gehäuse.

### QuickCool™-Schutzabdeckung

Lässt sich entfernen, um den Druck nach dem Druckgaren schneller natürlich abzubauen.

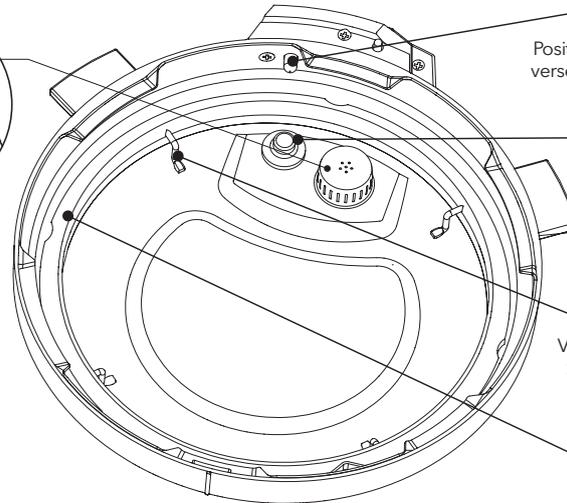
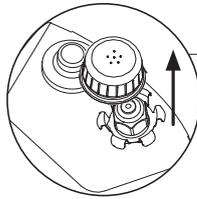
### Markierung (Deckelstellung)

Als Hilfestellung zum Öffnen und Schließen des Deckels.



Die Abbildungen dienen lediglich der Veranschaulichung. Beziehen Sie sich auf das Ihnen vorliegende Produkt.

**Ventilabdeckung (Verstopfungsschutz)**  
Verhindert ein Aufsteigen von Lebensmittelstücken durch das Dampfablassröhrchen und unterstützt somit die Druckregulierung. Muss vor dem Gebrauch angebracht werden.



**Verriegelungsstift**

Arretiert den Deckel in der geschlossenen Position, wenn das Gerät unter Druck steht, um ein versehentliches Öffnen des Deckels zu verhindern.

**Silikonkappe**

Verhindert ein Verrutschen des Schwimmerventils und unterstützt den Druckaufbau. Muss vor dem Gebrauch angebracht werden.

**Aufnahme für Dichtungsring**

Verhindert ein Verrutschen des Dichtungsringes. Sie sollte mittig im Deckel und ringserum auf gleicher Höhe sitzen.

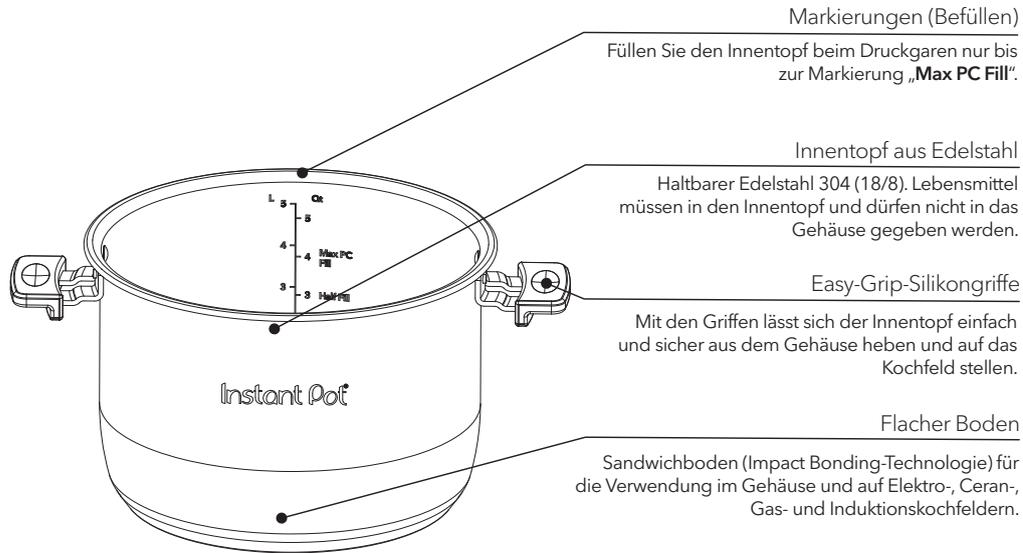
**Dichtungsring**

Nach dem Schließen des Deckels sorgt der Dichtungsring für die luftdichte Abdichtung von Deckel und Gehäuse. Muss vor dem Gebrauch eingesetzt werden.

*\*Anweisungen für Pflege und Reinigung finden Sie in der Broschüre „Sicherheit, Wartung und Gewährleistung“.*

# Geräteteile im Überblick

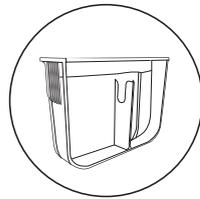
## Innentopf



*\*Die Abbildungen dienen lediglich der Veranschaulichung und können in Design und Farbe geringfügig abweichen.*

Auffangbehälter für Kondenswasser  
(Rückseite des Gehäuses)

Sammelt überschüssige Feuchtigkeit vom Rand für Kondenswasser. Muss vor dem Gebrauch angebracht werden.



Rand für Kondenswasser

Sammelt überschüssiges Kondenswasser und leitet es in den Auffangbehälter.

Löcher für Deckelhalter

Stecken Sie einen der Deckelhalter in eines der Löcher, um auf Ihrer Arbeitsplatte Platz zu schaffen.

Äußerer Topf

Dämmt das Gerät für optimale Energieeffizienz.

Netz kabel (Rückseite)

Heizelement  
(im Inneren)

Bedienkonsole

Zur Auswahl des Programms und zum Ändern der Gareinstellungen. Die Garzeit wird im Format HH:MM angezeigt - „05:20“ bedeutet **5 Stunden und 20 Minuten**.

Verkleidung aus Edelstahl

Beständig gegen Fingerabdrücke.

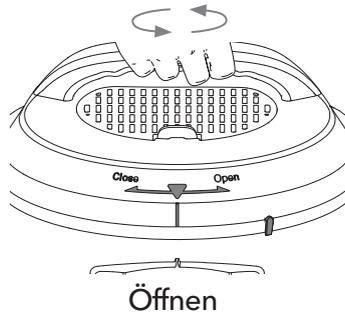
\*Anweisungen für Pflege und Reinigung finden Sie in der Broschüre „Sicherheit, Wartung und Gewährleistung“.

# Geräteteile im Überblick

1

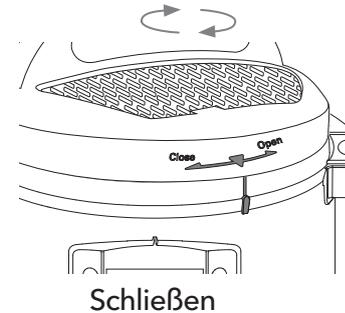
## Deckel öffnen und schließen

Ist das Gerät an den Netzstrom angeschlossen, spielt es eine kurze Melodie ab, wenn der Deckel geöffnet bzw. geschlossen wird.



**Öffnen:** Drehen Sie den Deckel mithilfe des Griffs entgegen dem Uhrzeigersinn, bis die Markierung ▼ auf dem Deckel und die Markierung ■ am Rand des Gehäuses aufeinander ausgerichtet sind. Nehmen Sie den Deckel vom Gehäuse ab.

*Hinweis:* Prüfen Sie vor jedem Gebrauch des Geräts den Deckel auf Schäden.



**Schließen:** Halten Sie den Deckelgriff fest und richten Sie die Markierung ▼ auf dem Deckel und die Markierung ■ am Rand des Gehäuses aufeinander aus. Setzen Sie den Deckel auf und drehen Sie ihn im Uhrzeigersinn bis zum Anschlag. Beim Schließen des Deckels wird der Schnellabdampfknopf automatisch in die obere Stellung **Seal** (Abdichten) zurückgesetzt.

### ⚠️ WARNUNG

Verwenden Sie beim Schnellkochtopf Instant Pot Duo Evo Plus nur den Deckel für den Instant Pot Duo Evo Plus. Die Verwendung eines anderen Schnellkochtopfdeckels kann zu Verletzungen und/oder Sachschäden führen.

*Hinweis:* Das Gerät lässt sich nur in Betrieb nehmen, wenn der Deckel ordnungsgemäß aufgesetzt wurde. Stellen Sie vor der Inbetriebnahme des Geräts sicher, dass der Deckel vollständig geschlossen ist.

2

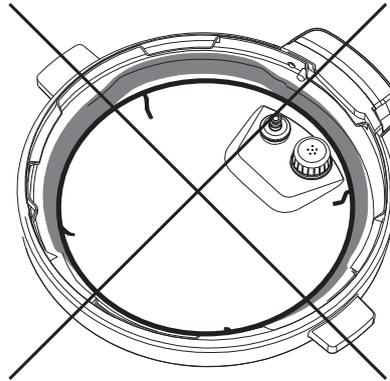
## Dichtungsring und Dichtungsringaufnahme überprüfen

Der **gesamte** Dichtungsring muss fest hinter der Dichtungsringaufnahme sitzen.

*Hinweis: Mit Ihrem Gerät wird ein zweiter Dichtungsring geliefert. Verwenden Sie einen Dichtungsring für süße und den anderen für herzhaftere Gerichte.*

*Beim Gebrauch des Geräts darf nur ein Dichtungsring eingesetzt sein.*

*Tauschen Sie den Dichtungsring alle 12 bis 18 Monate oder bei Verformungen oder Schäden aus.*



**VORSICHT**

Überprüfen Sie den Dichtungsring vor jedem Gebrauch auf Schnittstellen oder Verformungen. Verwenden Sie nur für den Instant Pot zugelassene Dichtungsringe. Nichtbeachtung dieser Anweisungen kann das Austreten von Lebensmitteln und somit Verletzungen oder Sachschäden zur Folge haben.

**VORSICHT**

Dichtungsringe können sich mit der Zeit dehnen. Verwenden Sie keine gedehnten oder beschädigten Dichtungsringe. Tauschen Sie Dichtungsringe aus, die sich verzogen haben.

3

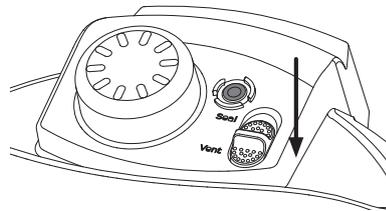
### Das Schwimmerventil

Befindet sich das Schwimmerventil in der **oberen Stellung**, steht das Gerät **unter Druck**.

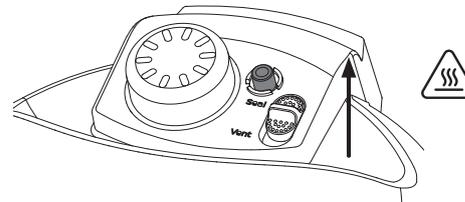
Befindet es sich **in der unteren Stellung** (im Deckel versenkt), steht das Gerät **nicht unter Druck**.

*Bewahren Sie das Schwimmerventil und die Silikonkappe auf.*

*Informationen zum Ablassen von Druck finden Sie im Abschnitt „Abdampfmethoden“ in dieser Broschüre.*



Nicht unter Druck



Unter Druck

**⚠️ WARNUNG**

Befindet sich das Schwimmerventil in der **oberen Stellung**, steht der Inhalt des Geräts unter Druck. **Entfernen Sie niemals den Deckel, wenn das Gerät unter Druck steht.** Informationen zum Ablassen von Druck finden Sie im Abschnitt „Abdampfmethoden“ in dieser Anleitung. Nichtbeachtung dieser Anweisung kann Verletzungen oder Sachschäden zur Folge haben.

4

## Innentopf entnehmen und reinigen

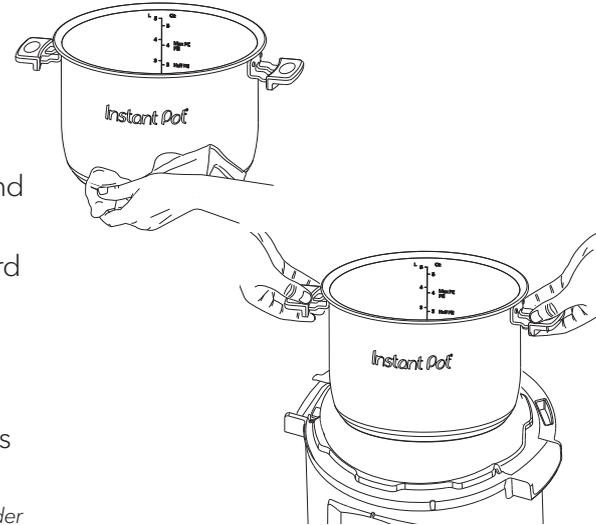
Nehmen Sie vor der Inbetriebnahme des Geräts den Innentopf aus dem Gehäuse und reinigen Sie ihn mit heißem Wasser und Geschirrspülmittel.

Wischen Sie die äußere Oberfläche des Innentopfs und des Heizelements ab, um zu gewährleisten, dass sie trocken und frei von Speiseresten sind. Andernfalls wird das Gerät möglicherweise beschädigt.

Setzen Sie vor jedem Gebrauch des Geräts den Innentopf in das Gehäuse ein.

Lebensmittel und Flüssigkeiten dürfen nie direkt in das Gehäuse gegeben werden.

*Hinweis: Überprüfen Sie den Innentopf vor jedem Gebrauch auf Dellen oder andere Verformungen.*



**VORSICHT** Um Verletzungen und/oder Sachschäden vorzubeugen, geben Sie keine Lebensmittel oder Flüssigkeiten in das Gehäuse.

**VORSICHT** Der Innentopf ist unerlässlich für die Produktsicherheit. Verwenden Sie ausschließlich einen **für dieses Modell zugelassenen** Innentopf von Instant Pot. **Verwenden Sie im Duo Evo Plus Gehäuse kein älteres Modell.** Andernfalls kann es zu Verletzungen oder Sachschäden kommen.

**WARNUNG** Füllen Sie den Innentopf nur bis zur Markierung „**Max PC Fill**“ (Höchststand für Druckgaren) im Innentopf.

Gehen Sie beim Garen und Abdampfen von Lebensmitteln wie Apfelmus, Preiselbeeren, Perlgrauen, Haferflocken, Schälerbsen, Nudeln etc. extrem vorsichtig vor, da diese unter Umständen schäumen oder spritzen können und das Dampfablassröhrchen und/oder das Dampfablassventil dadurch verstopft. Füllen Sie den Innentopf beim Garen dieser Lebensmittel nur bis zur Markierung „**Half Fill**“.

# Abdampfmethoden

Nach dem Kochen können zwei verschiedene Methoden zum Abdampfen verwendet werden:

## Langsames Abdampfen

- Belassen Sie den Schnellabdampfknopf in der oberen Stellung **Seal** (Abdichten). Das Gerät führt Wärme ab, sodass der Druck mit der Zeit natürlich abgebaut wird.
- Diese Methode wird bei der Zubereitung von Gerichten wie Suppen, Eintöpfen und Chilis eingesetzt sowie beim Garen von Lebensmitteln, deren Volumen sich während des Kochens ausdehnt (z. B. Bohnen und Körner).

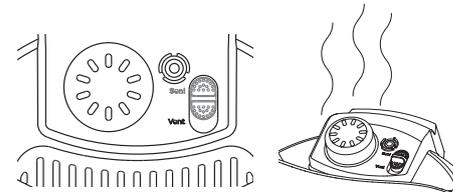
*Hinweis:* Die zum Abdampfen benötigte Zeit hängt vom Volumen der verwendeten Lebensmittel und Flüssigkeiten ab. Es kann 10 bis 40 Minuten oder länger in Anspruch nehmen.

## Schnellabdampfen

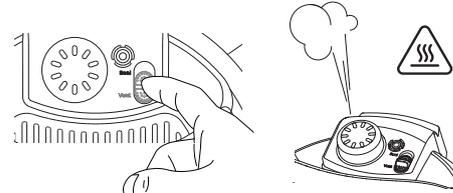
- Bringen Sie den Schnellabdampfknopf von der oberen Stellung **Seal** (Abdichten) in die untere Stellung **Vent** (Abdampfen). Durch das obere Ende des Dampfablassventils wird ständig Wasserdampf abgelassen.

*Hinweis:* Das verursacht Lärm!

- Spritzt etwas heraus, stellen Sie den Schnellabdampfknopf wieder in die obere Stellung **Seal** (Abdichten) und versuchen Sie es nach einigen Minuten erneut. Spritzt es erneut, verwenden Sie die langsame Abdampfmethode wie oben beschrieben, um den verbleibenden Druck abzubauen.



Seal (Abdichten)



Vent (Abdampfen)

### ⚠️ WARNUNG

Beugen Sie sich niemals über die Dampfablassvorrichtung und berühren Sie sie nicht.	Achten Sie darauf, dass sich niemals ungeschützte Haut über der Dampfablassvorrichtung befindet.	Verdecken oder blockieren Sie das Dampfablassventil nicht.
---	--	--

**⚠️ VORSICHT** Das Schwimmventil sinkt nach unten, wenn das Gerät nicht mehr unter Druck steht. Berühren Sie das Schwimmventil nicht, solange das Gerät unter Druck steht. Entfernen Sie niemals den Deckel, solange das Gerät unter Druck steht.

# Erster Testlauf (Test mit Wasser)

Führen Sie diesen Test durch, um sich mit dem Duo Evo Plus vertraut zu machen. Ungefähre Dauer: 20 Minuten

1. Gießen Sie 3 Tassen (750 ml) Wasser in den Innentopf.
2. Setzen Sie den Innentopf in das Gehäuse ein.  
Verbinden Sie das passende Netzkabel mit dem Gehäuse und anschließend mit dem Netzstrom. Im Display wird **OFF** (Aus) angezeigt.
3. Richten Sie die Markierung ▼ am Deckel und die Markierung ■ am Gehäuse aufeinander aus.  
Setzen Sie den Deckel auf und drehen Sie ihn anschließend im Uhrzeigersinn, bis eine kurze Melodie ertönt. Beim Schließen des Deckels wird der Schnellabdampfknopf automatisch in die obere Stellung **Seal** (Abdichten) zurückgesetzt.
4. Wählen Sie das Smart-Programm: **Pressure Cook** (Schnell- bzw. Druckgaren).
5. Wenn **Custom** (Benutzerdefiniert) blinkt, drücken Sie den Drehregler, um die Funktion auszuwählen.  
*Hinweis: Drehen Sie den Drehregler, um zwischen den voreingestellten Garzeiten zu wechseln.*  
Sobald die Garzeit blinkt, drehen Sie den Regler entgegen dem Uhrzeigersinn, um die Garzeit auf **00:05** Minuten einzustellen.  
*Hinweis: Der Instant Pot speichert alle Änderungen der Garzeit oder Temperatur.*
6. Drücken Sie Start, um zu beginnen. Im Display wird **On** (Ein) angezeigt. Das Gerät beginnt mit dem Vorheizen.
7. Sobald das Gerät unter Druck steht, beginnt der **Garvorgang**. Das Display zeigt statt **On** (Ein) den Garzeit-Timer an.
8. Nach Abschluss des Smart-Programms wechselt das Gerät auf **Keep Warm** (Warmhalten).
9. Stellen Sie den Schnellabdampfknopf in die untere Stellung **Vent** (Abdampfen).  
Das Dampfablassventil lässt stetig Dampf ab.  
**⚠ VORSICHT** Der Dampf ist heiß.
10. Das Schwimmerventil sinkt nach unten, sobald der Druck vollständig abgebaut ist.
11. Drehen Sie den Deckel zum Öffnen entgegen dem Uhrzeigersinn, bis eine kurze Melodie ertönt.
12. Schütten Sie das Wasser weg und trocknen Sie den Innentopf ab.
13. Jetzt kann es losgehen!  
*Einzelheiten zu den Smart-Programmen und den Bedienungsanweisungen finden Sie in der vollständigen Anleitung auf [instantpot.co.uk](http://instantpot.co.uk)*

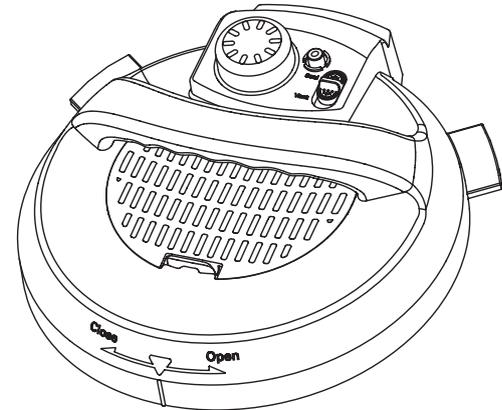
## QuickCool™

Der Duo Evo Plus-Deckel ist mit der Technologie QuickCool ausgestattet. Bei der Verwendung mit der QuickCool-Schale\* lässt sich der Druck auf natürliche Weise um bis zu **50 % schneller** abbauen.

**Zum Entfernen der QuickCool-Schutzabdeckung:** Nehmen Sie die Schlaufe und drücken Sie sie zum Deckelgriff hin und nach oben. Ziehen Sie die Abdeckung anschließend zu sich hin und ab. Legen Sie sie beiseite.

Füllen Sie die QuickCool-Schale mit Eis und setzen Sie die Schale anschließend auf das freiliegende Metall des Deckels auf. Warten Sie, bis das Schwimmerventil nach unten in den Deckel sinkt, entfernen Sie anschließend die QuickCool-Schale und öffnen Sie den Deckel.

*\*QuickCool-Schalen werden separat verkauft. Eine vollständige Zubehörliste finden Sie auf [instantpot.co.uk/instant-pot-shop](http://instantpot.co.uk/instant-pot-shop).*



**VORSICHT** Während und nach dem Kochen ist der Deckel heiß. Berühren Sie das freiliegende Metall nicht mit bloßer Haut.

## Weitere Bedienelemente

---

Drehregler	Drehen Sie den Regler, um zwischen den verschiedenen Optionen zu wechseln, und drücken Sie ihn, um eine Option auszuwählen.
<i>Cancel</i> (Abbrechen)	Durch Betätigen dieser Taste können Sie ein Smart-Programm jederzeit abbrechen. Das Gerät wechselt in den Standby-Modus und zeigt <b>OFF</b> (Aus) an.
<i>Delay Start</i> (Zeitversetztes Garen)	Starten Sie den Garvorgang um bis zu 24 Stunden zeitversetzt. Wählen Sie ein Smart-Programm aus und ändern Sie ggf. die Garzeit. Drücken Sie anschließend <b>Delay Start</b> (Zeitversetztes Garen), um die Einstellung zu verwenden. Stellen Sie mithilfe des Drehreglers die Anzahl der Stunden ein, bevor mit dem Garvorgang begonnen werden soll.
<i>Keep Warm</i> (Warmhalten)	Die Option ist bei den Smart-Programmen <b>Pressure Cook (Druckgaren)</b> , <b>Slow Cook (Schongaren)</b> und <b>Rice/Grain (Reis/Körner) voreingestellt</b> . Drücken Sie nach Auswahl eines Smart-Programms die Taste <b>Keep Warm</b> (Warmhalten), um die Option zu deaktivieren.
<i>Sound On</i>  / <i>Off</i> (Ton An/Aus) 	Halten Sie den Drehregler im Standby-Modus ( <b>OFF</b> bzw. <b>AUS</b> ) 5 Sekunden lang gedrückt. Blinkt das Ton-Symbol, drehen Sie den Regler, um den Ton ein- bzw. auszuschalten.
Temperatur-Einheiten: °F und °C	Halten Sie den Drehregler im Standby-Modus ( <b>OFF</b> bzw. <b>AUS</b> ) 5 Sekunden lang gedrückt. Drehen Sie den Regler im Uhrzeigersinn, bis das Temperatur-Symbol blinkt. Wenn das Temperatur-Symbol blinkt, drehen Sie den Regler, um zwischen °F und °C zu wechseln. Halten Sie den Regler 5 Sekunden lang gedrückt, um Ihre Auswahl zu bestätigen.

# Smart-Programme

Smart-Programme	Voreingestellt bei	Druckstufe	Temperaturbereich	Hinweise für den Gebrauch
<b>Pressure Cook</b> (Druckgaren)	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert), <b>Soup</b> (Suppe), <b>Bean</b> (Bohnen), <b>Egg</b> (Ei), <b>Rib</b> (Rippchen), <b>Poultry</b> (Geflügel), <b>Chili</b> , <b>Stew</b> (Eintopf), <b>Beef</b> (Rind), <b>Pork</b> (Schwein), <b>Seafood</b> (Meeresfrüchte), <b>Broth</b> (Brühe), <b>Sterilize</b> (Sterilisieren), <b>Potato</b> (Kartoffel), <b>Broccoli</b> (Brokkoli)	Niedrig/ Hoch	–	Ein höherer Druck bedeutet eine höhere Temperatur. Die besten Ergebnisse erzielen Sie mit dem Dampfeinsatz.
<b>Rice/Grain</b> (Reis/ Körner)	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert), <b>White Rice</b> (Weißer Reis), <b>Oatmeal</b> (Haferflocken), Quinoa, <b>Brown Rice</b> (Naturreis), Risotto, <b>Multigrain</b> (Mehrkorn), <b>Porridge</b>	Niedrig/ Hoch	–	Die besten Ergebnisse erzielen Sie mit langsamem Abdampfen.
<b>Steam</b> (Dampfgaren)	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert), <b>Sterilize</b> (Sterilisieren), <b>Potato</b> (Kartoffel), <b>Broccoli</b> (Brokkoli)	Keine	~212 °F / ~100 °C	Dampfgaren ohne Druck für Fisch und Gemüse.
<b>Sauté</b> (Sautieren)	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert)	Keine	Niedrig/Hoch Benutzerdefiniert – Stufe 1-6	<b>⚠ VORSICHT</b> Einstellung für starke Hitze. Die Funktion <b>Sauté</b> (Sautieren) darf nur ohne Deckel verwendet werden. Reduzieren, Köcheln, Sautieren, Kurzbraten, Anbraten und Anbräunen.
<b>Slow Cook</b> (Schongaren)	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert), <b>Rib</b> (Rippchen), <b>Poultry</b> (Geflügel), Chili, <b>Stew</b> (Eintopf), <b>Beef</b> (Rind), <b>Pork</b> (Schwein)	Keine	Niedrig/Hoch	Entspricht herkömmlichen Schongarern. Achten Sie darauf, dass sich der Schnellabdampfkopf in der unteren Stellung ( <b>Abdampfen</b> ) befindet.
<b>Sous Vide</b> (Wasserbad)	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert), <b>Egg</b> (Ei), <b>Poultry</b> (Geflügel), <b>Beef</b> (Rind), <b>Pork</b> (Schwein), <b>Seafood</b> (Meeresfrüchte)	Keine	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert)	Zarte, saftige Resultate in Restaurant-Qualität.
<b>Yogurt</b> (Joghurt)	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert), <b>Pasteurise</b> (Pasteurisieren), <b>Ferment</b> (Fermentieren)	Keine	Niedrig/Hoch/ Benutzerdefiniert	Pasteurisieren und Fermentieren von Joghurt (mit Milch oder milchfrei).
<b>Bake</b> (Backen)	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert), <b>Cake</b> (Kuchen), <b>Cheesecake</b> (Käsekuchen), Pudding (Nachspeisen), <b>Proofing</b> (Gären)	Keine/Hoch/ Niedrig	<i>Custom</i> (Benutzerdefiniert)	Backen unter Druck und ohne Druck. Die besten Ergebnisse erzielen Sie mit abgedeckten, backofenfesten Formen.
<b>Keep Warm</b> (Warmhalten)	k. A.	Keine	Niedrig/Hoch/ Benutzerdefiniert	Speisen bis zu 10 Stunden aufwärmen und warmhalten.

Smart-Druckgarprogramme arbeiten bei High (hohem Druck, 64-80 kPa) oder Low (niedrigem Druck, 30-50 kPa). Ein höherer Druck führt zu einer höheren Temperatur. Die vollständige Bedienungsanleitung und die Bedienungsanweisungen finden Sie auf [instantpot.co.uk](http://instantpot.co.uk).

# Tabelle mit Druckgarzeiten und das Verhältnis von Reis zu Wasser

Lebensmittel		Zeit
Gemüse	Spargel, Bohnen (gelbe und grüne), Brokkoli	1-2 Minuten
	Rosenkohl, Kraut (ganz oder in Spalten), Blumenkohl (Röschen)	2-3 Minuten
	Butternusskürbis	4-6 Minuten
	Karotten (ganz oder in Stücken)	6-8 Minuten
	Mais (Kolben)	3-5 Minuten
	Kartoffeln (groß, ganz)	12-15 Minuten
	Kartoffeln (klein, ganz)	8-10 Minuten
	Kartoffeln (in Würfeln)	3-4 Minuten
	Süßkartoffel (ganz)	12-15 Minuten
	Süßkartoffel (in Würfeln)	2-4 Minuten
	Fleisch und Eier	Rind (Eintopf)
Rind (große Stücke), Rind (Rippchen)		20-25 Minuten (je 450 g)
Hähnchen (Brust)		6-8 Minuten (je 450 g)
Hähnchen (ganz)		8 Minuten (je 450 g)
Hähnchen (Knochenbrühe)		40-50 Minuten
Lamm (Keule), Schwein (Nackenbraten)		15 Minuten (je 450 g)
Schwein (Kotelettrippchen)		15-20 Minuten (je 450 g)
Eier (groß)		Hartgekocht: 5 Minuten

Eine vollständige Liste der Garzeiten finden Sie auf [instantpot.co.uk](http://instantpot.co.uk).

Lebensmittel		Zeit
Bohnen und Linsen (trocken und eingeweicht)	Schwarze Bohnen	Trocken: 20-25 Minuten / Eingeweicht: 6-8 Minuten
	Augenbohnen	Trocken: 14-18 Minuten / Eingeweicht: 4-5 Minuten
	Kichererbsen	Trocken: 35-40 Minuten / Eingeweicht: 10-15 Minuten
	Kidneybohnen (rot), Navy-Bohnen	Trocken: 20-25 Minuten / Eingeweicht: 7-8 Minuten
	Kidneybohnen (weiß), Pinto-Bohnen	Trocken: 25-30 Minuten / Eingeweicht: 6-9 Minuten
	Linzen (grün)	Trocken: 8-10 Minuten / Eingeweicht: k. A.
	Linzen (gelb)	Trocken: 1-2 Minuten / Eingeweicht: k. A.
	Limabohnen	Trocken: 12-14 Minuten / Eingeweicht: 6-10 Minuten
	Sojabohnen	Trocken: 35-45 Minuten / Eingeweicht: 18-20 Minuten
	Meeresfrüchte	Fisch (ganz)
Fisch (Filet), Hummer		2-3 Minuten
Miesmuscheln		1-2 Minuten
Shrimps (oder Garnelen)		1-3 Minuten
Fischbrühe		7-8 Minuten

Reis und Körner	Verhältnis von Körnern zu Wasser
Weißer Reis oder Naturreis	1 zu 1 Tasse (etwa 250 ml)
Quinoa	1 zu 3/4 Tasse (etwa 180 ml)
Haferflocken	1 zu 3 Tassen (etwa 750 ml)
Risotto	1 zu 2 Tassen (etwa 500 ml) - plus Wein zum Abschmecken
Porridge	1 zu 10 Tassen (etwa 2,5 l)





# Genießen Sie die zeitsparende Zubereitung mit den Küchengeräten von Instant.

## Instant Pot

Instant Brands (Ireland) Limited,  
One Spencer Dock,  
North Wall Quay,  
Dublin 1, Ireland.

[instantpot.co.uk](https://instantpot.co.uk)

Hergestellt in China

Registrieren Sie Ihr Gerät auf:  
[instantpot.co.uk/support/register-  
your-product/](https://instantpot.co.uk/support/register-your-product/)

Kundendienst:

+44 (0) 3331 230051

[EUSupport@instantbrands.com](mailto:EUSupport@instantbrands.com)

Abonnieren Sie unseren Newsletter

Werden Sie Teil der offiziellen  
Instant Pot Community:

[www.facebook.com/groups/  
InstantPotUKCommunity](https://www.facebook.com/groups/InstantPotUKCommunity)

-  @instantpotUK
-  @instantpotUK
-  @InstantpotUK
-  @InstantpotUK
-  @InstantBrandsUK

Laden Sie die kostenlose App herunter:

