



EXPRESS KOKTIDER

Använd dessa tider så blir din nästa **Express**-middag en succé!

- ✓ Om det finns ett antal olika tillagningstider, välj en tid baserat på storleken på det du tillagar.
- ✓ Alla tider här visar tryckkokning på High Pressure och använd Manual- eller Pressure Cook-funktionen.
- ✓ Om det är frusen mat, lägg till 1-3 minuter på koktiden.

Snabbt trycksläpp Naturligt trycksläpp

Naturligt trycksläpp i 10 minuter, efter det öppna och släpp resten av trycket.

Använd sauté-funktionen för att bryna med lite olja, lägg sedan till 2,5 dl vätska för tryckkokningen.

NÖTSTEK

15 MINUTER PER 0,5 KG

TORRA BÖNOR

Täck bönorna med vatten

26 MINUTER
8 MINUTER OM DE ÄR BLÖTLAGDA

FLÄSKKÖTT UTAN BEN

25 MINUTER

KYCKLINGBRÖST

6 MINUTER

KYCKLINGLÅR

10 MINUTER
8 MINUTER UTAN BEN OCH SKINN

HEL KYCKLING

6 MINUTER PÅ 0,5 KG

MAJSKOLV

4 MINUTER

FISKFILÉ

2-3 MINUTER

KÖTTBULLAR

6 MINUTER

HÅRDKOKTA ÄGG

Lägg till 2,5 dl vatten och använd gallret

4 MINUTER

QUICK OATS

Oats : Water
1 : 2

1 MINUTES

STEEL-CUT OATS

Oats : Water
1 : 3

10 MINUTES

PASTA

Cover noodles with water

4 MINUTES

PORK CHOPS

5 MINUTES
8 MINUTES FOR BONE-IN

PORK BUTT ROAST

15 MINUTES PER POUND

WHOLE POTATOES

Add 1 cup water and use metal rack

13 MINUTES

BROWN RICE

Rice : Water
1 : 1

25 MINUTES

WHITE RICE

Rice : Water
1 : 1

4 MINUTES

WILD RICE

Rice : Water
1 : 1

20 MINUTES

VEGGIES (CHUNKS)

Add 1 cup water and use metal rack

1-3 MINUTES