



MULTIFUNKČNÍ ELEKTRICKÉ TLAKOVÉ HRNCE

VELIKOST MULTIFUNKČNÍHO HRNCE	MINIMUM TEKUTINY PRO TLAKOVÉ VAŘENÍ*
3 kvarty / 2,8 litru	1 šálek (~8 uncí / 250 ml)
6 kvarty / 5,7 litru	1 ½ šálku (~12 uncí / 375 ml)
8 kvartů / 7,6 litru	2 šálky (~16 uncí / 500 ml)
10 kvarty / 9,5 litru	2 ½ šálku (~20 uncí / 625 ml)

*Není-li v receptu uvedeno jinak.

NÍZKÝ TLAK*	VYSOKÝ TLAK
35–55 kPa / 5–8 psi	65–85 kPa / 9.4–12.3 psi

*Modely řady LUX pracují pouze s vysokým tlakem.

ZELENINA

JÍDLO	MNOŽSTVÍ	ÚROVEŇ TLAKU	DOBA VAŘENÍ ČERSTVÉ ZELENINY	ZPŮSOB UVOLŇOVÁNÍ TLAKU
Chřest, celý nebo nakrájený	Jakékoli množství	Vysoký	1 min.	Rychlé uvolňování
Fazole, zelené nebo žluté	Jakékoli množství	Vysoký	1 min.	Rychlé uvolňování
Brokolice růžičky	Jakékoli množství	Nízký	1 min.	Rychlé uvolňování
Růžičková kapusta, celá	Jakékoli množství	Vysoký	1 min.	Rychlé uvolňování
Zelí nakrájené na klínky	Jakékoli množství	Vysoký	1 min.	Rychlé uvolňování
Zelí, rozpůlené	Jakékoli množství	Vysoký	3 min.	Rychlé uvolňování
Zelí, celé	Jakékoli množství	Vysoký	4 až 5 min.	Rychlé uvolňování
Mrkev, nakrájená na kousky	Jakékoli množství	Vysoký	1 až 2 min.	Rychlé uvolňování
Mrkev, celá	Jakékoli množství	Vysoký	3 min.	Rychlé uvolňování



MULTIFUNKČNÍ ELEKTRICKÉ TLAKOVÉ HRNCE

JÍDLO	MNOŽSTVÍ	ÚROVEŇ TLAKU	DOBA VAŘENÍ ČERSTVÉ ZELENINY	ZPŮSOB UVOLŇOVÁNÍ TLAKU
Květák růžičky	Jakékoli množství	Vysoký	1 min.	Rychlé uvolňování
Kukuřice, klas	Jakékoli množství	Vysoký	1 min.	Rychlé uvolňování
Směs zeleniny	Jakékoli množství	Vysoký	1 min.	Rychlé uvolňování
Brambory na kostky	Jakékoli množství	Vysoký	1 min.	Rychlé uvolňování
Brambory, malé, celé	Jakékoli množství	Vysoký	3 až 5 min.	Rychlé uvolňování
Brambory, velké, celé	Jakékoli množství	Vysoký	5 až 8 min.	Rychlé uvolňování
Dýně, máslová, kostky	Jakékoli množství	Vysoký	1 až 2 min.	Rychlé uvolňování
Dýně, máslová, rozpůlená	Jakékoli množství	Vysoký	4 až 6 min.	Rychlé uvolňování
Sladké brambory, kostky	Jakékoli množství	Vysoký	1 min.	Rychlé uvolňování
Sladké brambory, velké, celé	Jakékoli množství	Vysoký	5 až 8 min.	Rychlé uvolňování

MASO A DRŮBEŽ

JÍDLO	MNOŽSTVÍ	ÚROVEŇ TLAKU	DOBA VAŘENÍ ČERSTVÉHO MASA	ZPŮSOB UVOLŇOVÁNÍ TLAKU
Hovězí, dušené maso	–	Vysoký	25 min.	Přirozené uvolňování
Hovězí maso, velké kusy	na 450 g / 1 libra	Vysoký	25 až 30 min.	Přirozené uvolňování
Hovězí vývar nebo vývar z kostí	–	Vysoký	4 hodiny	Přirozené uvolňování
Kuřecí vývar nebo vývar z kostí	–	Vysoký	2 hodiny	Přirozené uvolňování
Rybí vývar nebo vývar z kostí	–	Vysoký	30 až 45 min.	Přirozené uvolňování
Kuřecí prsa (bez kostí)	na 450 g / 1 libra	Vysoký	5 až 8 min.	Přirozené uvolňování



MULTIFUNKČNÍ ELEKTRICKÉ TLAKOVÉ HRNCE

JÍDLO	MNOŽSTVÍ	ÚROVEŇ TLAKU	DOBA VAŘENÍ ČERSTVÉHO MASA	ZPŮSOB UVOLŇOVÁNÍ TLAKU
Kuře, celé	na 450 g / 1 libra	Vysoký	8 min.	Přirozené uvolňování
Vejce, velká, uvařená natvrdo	8-12	Vysoký	3 až 5 min.	Přirozené uvolňování
Jehněčí, kýta	na 450 g / 1 libra	Vysoký	15 min.	Přirozené uvolňování
Vepřové, pečeně, zadní	na 450 g / 1 libra	Vysoký	15 min.	Přirozené uvolňování
Vepřové, žebírka, zadní	na 450 g / 1 libra	Vysoký	15 až 20 min.	Přirozené uvolňování
Ryba, celá	1 až 1.5 libry	Nízký	4 až 5 min.	Rychlé uvolňování
Ryba, filé	1 libra	Nízký	1 až 2 min.	Rychlé uvolňování
Humr	2 ocasy	Nízký	2 min.	Rychlé uvolňování
Mušle	1 libra	Nízký	1 až 2 min.	Rychlé uvolňování
Polévka/vývar z mořských plodů	2 libry	Nízký	7 až 8 min.	Rychlé uvolňování
Krevety / garnáti	1 libra	Nízký	1 až 2 min.	Rychlé uvolňování

Doby vaření jsou pouze doporučené. Vždy používejte teploměr na maso, abyste se ujistili, že vnitřní teplota dosáhla bezpečné minimální hodnoty.

Úplný seznam časových tabulek pro tlakové vaření najdete na adrese www.instant-pot.cz/tabulky-doby-vaření/



MULTIFUNKČNÍ ELEKTRICKÉ TLAKOVÉ HRNCE

RÝŽE A OBILOVINY

JÍDLO	MNOŽSTVÍ	POMĚR RÝŽE : VODA	ÚROVEŇ TLAKU	DOBA VAŘENÍ	ZPŮSOB UVOLŇOVÁNÍ TLAKU
Ječmen, kroupy	2 šálky +	1 : 2.5	Vysoký	10 min.	Přirozené uvolňování
Rýžová kaše, hustá	2 šálky +	1.4 : 1.5	Vysoký	15 až 20 min.	Přirozené uvolňování
Proso	2 šálky +	1 : 1.75	Vysoký	1 až 3 min.	Přirozené uvolňování
Ovesné vločky, rychlé vaření	2 šálky +	1 : 2	Vysoký	1 až 3 min.	Přirozené uvolňování
Ovesné vločky, drcené	2 šálky +	2 : 3	Vysoký	2 až 3 min.	Přirozené uvolňování
Ovesná kaše	2 šálky +	1.6 : 1.7	Vysoký	5 až 7 min.	Přirozené uvolňování
Quinoa	2 šálky +	1 : 1.25	Vysoký	1 min.	Přirozené uvolňování
Rýže, basmati	2 šálky +	1 : 1	Nízký	4 min.	Přirozené uvolňování
Rýže, hnědá	2 šálky +	1 : 1	Nízký	20 min.	Přirozené uvolňování
Rýže, jasmínová	2 šálky +	1 : 1	Nízký	4 min.	Přirozené uvolňování
Rýže, bílá	2 šálky +	1 : 1	Nízký	4 min.	Přirozené uvolňování
Rýže, divoká	2 šálky +	1 : 1	Nízký	20 min.	Přirozené uvolňování



MULTIFUNKČNÍ ELEKTRICKÉ TLAKOVÉ HRNCE

FAZOLE, LUŠTĚNINY A ČOČKA

JÍDLO	MNOŽSTVÍ	ÚROVEŇ TLAKU	DOBA VAŘENÍ ZA SUCHA	DOBA VAŘENÍ PO NAMOČENÍ	ZPŮSOB UVOLŇOVÁNÍ TLAKU
Fazole, černé	2 šálky +	Vysoký	20 min.	3 min.	Rychlé uvolňování
Černooký hrách (druh fazolí)	2 šálky +	Vysoký	16 min.	4 min.	Rychlé uvolňování
Cizrna / kabuli / garbanzo	2 šálky +	Vysoký	35 min.	5 min.	Rychlé uvolňování
Fazole Cannellini, ledvinové bílé	2 šálky +	Vysoký	25 min.	3 min.	Přirozené uvolňování
Fazole ledvinové, červené	2 šálky +	Vysoký	20 min.	3 min.	Přirozené uvolňování
Čočka, zelená nebo hnědá	2 šálky +	Vysoký	8 min.	nestanoveno	Rychlé uvolňování
Čočka, žlutá, dělená	2 šálky +	Vysoký	2 min.	nestanoveno	Rychlé uvolňování
Lima fazole	2 šálky +	Vysoký	3 min.	1 min.	Přirozené uvolňování
Navy / Great Northern fazole	2 šálky +	Vysoký	15 min.	3 min.	Přirozené uvolňování
Holubí hrách	2 šálky +	Vysoký	10 min.	2 až 3 min.	Přirozené uvolňování
Pinto fazole	2 šálky +	Vysoký	10 min.	2 až 3 min.	Přirozené uvolňování
Sójové boby	2 šálky +	Vysoký	35 min.	17 min.	Rychlé uvolňování

*Při vaření suchých potravin přidejte do vnitřního hrnce tolik vody, aby byly fazole zcela zakryté.

JÍDLO	MNOŽSTVÍ	ÚROVEŇ TLAKU	DOBA VAŘENÍ ZA SUCHA	DOBA VAŘENÍ PO NAMOČENÍ	ZPŮSOB UVOLŇOVÁNÍ TLAKU
-------	----------	--------------	----------------------	-------------------------	-------------------------



MULTIFUNKČNÍ ELEKTRICKÉ TLAKOVÉ HRNCE

FAZOLE, LUŠTĚNINY A ČOČKA

JÍDLO	MNOŽSTVÍ	ÚROVEŇ TLAKU	DOBA VAŘENÍ ZA SUCHA	DOBA VAŘENÍ PO NAMOČENÍ	ZPŮSOB UVOLŇOVÁNÍ TLAKU
Fazole, černé	2 šálky +	Vysoký	20 min.	3 min.	Rychlé uvolňování
Černooký hrách (druh fazolí)	2 šálky +	Vysoký	16 min.	4 min.	Rychlé uvolňování
Cizrna / kabuli / garbanzo	2 šálky +	Vysoký	35 min.	5 min.	Rychlé uvolňování
Fazole Cannellini, ledvinové bílé	2 šálky +	Vysoký	25 min.	3 min.	Přirozené uvolňování
Fazole ledvinové, červené	2 šálky +	Vysoký	20 min.	3 min.	Přirozené uvolňování
Čočka, zelená nebo hnědá	2 šálky +	Vysoký	8 min.	nestanoveno	Rychlé uvolňování
Čočka, žlutá, dělená	2 šálky +	Vysoký	2 min.	nestanoveno	Rychlé uvolňování
Lima fazole	2 šálky +	Vysoký	3 min.	1 min.	Přirozené uvolňování
Navy / Great Northern fazole	2 šálky +	Vysoký	15 min.	3 min.	Přirozené uvolňování
Holubí hrách	2 šálky +	Vysoký	10 min.	2 až 3 min.	Přirozené uvolňování
Pinto fazole	2 šálky +	Vysoký	10 min.	2 až 3 min.	Přirozené uvolňování
Sójové boby	2 šálky +	Vysoký	35 min.	17 min.	Rychlé uvolňování

*Při vaření suchých potravin přidejte do vnitřního hrnce tolik vody, aby byly fazole zcela zakryté.