



**MIO★STAR**

## Slow Cooker

### Niedertemperatur-Gargerät

Bedienungsanleitung; Seite 1

### Mijoteuse électrique

Mode d'emploi; page 15

### Apparecchio per cuocere a basse temperatura

Istruzioni d'uso; pagina 29

DFI



Art. 7173.612





# Niedertemperatur-Gargerät «Slow Cooker»

1

## Gratulation!

Mit diesem Gerät haben Sie ein Qualitätsprodukt erworben, welches mit grösster Sorgfalt hergestellt wurde. Es wird Ihnen bei richtiger Pflege während Jahren gute Dienste erweisen.

Vor der ersten Inbetriebnahme bitten wir Sie jedoch, die vorliegende Bedienungsanleitung gut durchzulesen und vor allem die Sicherheitshinweise genau zu beachten.

**Personen, die mit der Bedienungsanleitung nicht vertraut sind, dürfen dieses Gerät nicht benutzen.**

Deutsch

## Inhaltsverzeichnis

	Seite		Seite
<b>Sicherheitshinweise</b>	<b>2</b>	<b>Reinigung</b>	<b>13</b>
Hinweise zu dieser Anleitung	3	<b>Aufbewahrung / Wartung</b>	<b>13</b>
Auspacken	3	<b>Störungen</b>	<b>14</b>
<b>Übersicht der Geräte- und Bedienteile</b>	<b>4</b>	<b>Entsorgung</b>	<b>14</b>
<b>Inbetriebnahme</b>	<b>5</b>	<b>Technische Daten</b>	<b>14</b>
– Vor der ersten Inbetriebnahme	5		
– Wissenswertes zum Niedertemperatur-Gargerät	5		
– Standortwahl	6		
– Anwendung	6		
– Tipps zum Kochen mit dem «Slow Cooker»	7		
– Rezepte	8		
– Nach dem Kochen	12		



## 2 Sicherheitshinweise



Deutsch

**Bitte lesen Sie diese Hinweise aufmerksam durch, bevor Sie Ihr Gerät an das Netz anschliessen. Sie enthalten wichtige Sicherheits- und Betriebshinweise.**

- Vor Inbetriebnahme Bedienungsanleitung vollständig durchlesen
- Während des Betriebs werden die Oberflächen sehr heiss: Nicht berühren! (Verbrennungsgefahr!)
- Personen, einschliesslich Kinder, die aufgrund ihrer physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder ihrer Unerfahrenheit oder Unkenntnis nicht in der Lage sind, das Gerät sicher zu benutzen, dürfen das Gerät nicht ohne Aufsicht oder Anweisung durch eine verantwortliche Person benutzen
- Gerät oder Kabel nie in Wasser oder andere Flüssigkeiten tauchen: Verletzungs-, Feuer-, oder Stromschlaggefahr
- Netzstecker unbedingt ziehen:
  - vor jeder Umplatzierung des Gerätes
  - vor jeder Reinigung
  - nach dem Gebrauch
- Kabel und Stecker regelmässig auf Beschädigungen und Erwärmung untersuchen. Gerät nicht mit beschädigtem Netzkabel oder Netzstecker verwenden. Defekte Kabel und Stecker sofort durch den MIGROS-Service ersetzen lassen
- Das Netzkabel nicht herunterhängen lassen und niemals über Ecken und scharfe Kanten ziehen oder einklemmen. Netzkabel nicht über heisse Gegenstände legen oder hängen sowie vor Öl schützen
- Während des Betriebs das Netzkabel nicht auf das Gerät legen oder damit berühren (Feuer- und Stromschlaggefahr!)
- Sichern Sie das Netzkabel, damit das heisse Gerät daran nicht heruntergerissen werden kann
- Wir empfehlen, das Gerät über einen FI-Schutzschalter anzuschliessen. Im Zweifelsfalle fragen Sie eine Fachperson

- Stecker niemals mit nassen Händen oder am Netzkabel aus der Steckdose ziehen
- Gerät auf eine trockene, stabile, ebene, wärmebeständige und spritzunempfindliche Unterlage stellen. Nicht auf oder unter entflammbare, schmelzbare Vorrichtungen und Küchenvorbauten oder in die Nähe von Vorhängen platzieren
- Gerät nicht auf heisse Oberflächen oder in der Nähe von offenen Flammen abstellen. Mindestabstand von 50 cm einhalten
- Gerät nicht unbeaufsichtigt betreiben
- Verwenden Sie nur Original Ersatzteile
- Gerät darf nur in Privathaushalten und in trockenen Räumen angewendet werden
- Für Schäden, die durch Nichtbeachten dieser Bedienungsanleitung entstehen, wird jegliche Haftung abgelehnt
- Bedienungsanleitung sorgfältig aufbewahren und allenfalls an Nachbenutzer weitergeben



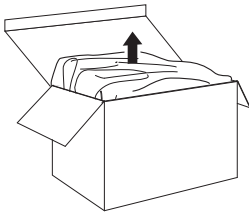


## Hinweise zu dieser Anleitung

Diese Bedienungsanleitung kann nicht jeden denkbaren Einsatz berücksichtigen. Für weitere Informationen oder bei Problemen, die in dieser Bedienungsanleitung nicht oder nicht ausführlich genug behandelt werden, wenden Sie sich an die M-Infoline (Telefonnummer auf der Rückseite dieser Anleitung).

**Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig auf und geben Sie diese allenfalls an Nachbenutzer weiter.**

## Auspacken



– Gerät aus der Verpackung nehmen

– Bitte überprüfen Sie nach dem Auspacken, ob folgende Teile vorhanden sind:

1. Glasdeckel
2. Keramikkochtopf
3. Gargerät



– Glasdeckel und Keramikkochtopf gründlich reinigen. Gerät mit einem feuchtem Tuch abwischen und trockenreiben

– Kontrollieren Sie, ob die Netzspannung (230 V) mit der Gerätespannung übereinstimmt (siehe Leistungsschild des Gerätes)

– Vernichten Sie sämtliche Plastikbeutel, denn diese könnten für Kinder zu einem gefährlichen Spielzeug werden!

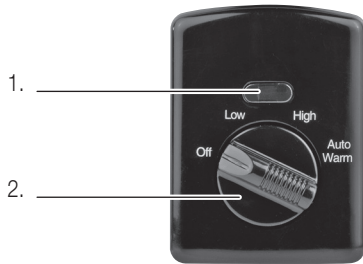
### Tipp:

– Bewahren Sie die Verpackung für spätere Transporte auf (z.B. für Umzüge, Service usw.).



## 4 Übersicht der Geräte- und Bedienteile

Deutsch



1. Kontrollanzeige
2. Ein-/Ausrichter und Heizleistung
3. Gargerät
4. Traggriffe
5. Glasdeckel
6. Glasierter Keramikochtopf





## Vor der ersten Inbetriebnahme

Bitte beachten Sie, dass unsachgemässer Umgang mit Strom tödlich sein kann. Bitte lesen Sie daher die Sicherheitshinweise auf Seite 2 und die nachfolgenden Sicherheitsmassnahmen:

- Gerät nur in trockenen Räumen und unter Aufsicht verwenden
- Gerät darf nicht von Kindern verwendet werden
- Während des Betriebs werden die Oberflächen sehr heiss: Nicht berühren! (Verbrennungsgefahr!)
- Sichern Sie das Netzkabel, damit das heisse Gerät daran nicht heruntergerissen werden kann
- Das Reinigen darf nur nach Ziehen des Netzsteckers erfolgen

**Vor dem ersten Gebrauch** Keramikkochtopf und Deckel mit warmem Wasser und etwas Spülmittel gründlich reinigen und gut trocknen. Das Gerät darf nur mit einem angefeuchteten Tuch abgewischt werden (siehe auch «Reinigung» Seite 13).

## Wissenswertes zum Niedertemperatur-Gargerät



Mit diesem Niedertemperatur-Gargerät können Speisen schonend zubereitet werden. Nach dem Vorbereiten der Zutaten, werden diese in den Keramikochtopf gegeben und mit dem Glasdeckel zugedeckt. Das eigentliche Kochen übernimmt dann das Niedertemperatur-Gargerät für Sie. Die Kochdauer variiert von 5 bis 6 oder 8 bis 9 Stunden (Stellung «High» oder «Low»). Durch diese lange Gardauer werden die Speisen sehr zart und entfalten den vollen Geschmack.

Das Gerät kann sehr vielseitig angewendet werden; z.B. für Suppen, Eintöpfe, Aufläufe, Braten, Fleischgerichte, Puddings etc.

Weitere Informationen und Rezepte finden Sie ab Seite 7.

**Hinweis:** Das Gerät eignet sich nicht zum Aufwärmen von Speisen.



## 6 Inbetriebnahme

Deutsch



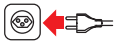
### Standortwahl

Vor dem Aufstellen des Gerätes bitte folgende Punkte beachten:

- Netzstecker ziehen
- Gerät auf eine trockene, stabile und ebene Standfläche und nie direkt unter eine Steckdose stellen. Nur in trockenen Räumen verwenden
- Gerät auf eine wärmebeständige und spritzunempfindliche Unterlage stellen
- Gerät nicht auf heiße Oberflächen oder in der Nähe von offenen Flammen abstellen. Mindestabstand von 50 cm einhalten
- Mindestabstand von 60 cm zu Spülbecken, Wasserhähnen etc. einhalten
- Gerät nicht direkt unter Küchenvorbauten stellen (diese können durch Wärme und Dampf beschädigt werden)
- Gerät niemals abdecken (Brandgefahr) und nicht in der Nähe von brennbaren Materialien aufstellen

### Anwendung

- Zutaten je nach Rezept vorbereiten und in den Keramikkochtopf geben. **Hinweis:** Keine kalten Zutaten in den Topf geben (gegebenfalls zuerst erwärmen)
- **Achtung!** Keine Flüssigkeiten in das Gargerät einfüllen: Stromschlaggefahr!
- Das Gerät ist durch Einstecken des Steckers in die Steckdose (230 V) betriebsbereit
- Gewünschte Heizleistung einstellen:
  - «**Low**» (= tiefe Leistung) Kochzeit ca. 8 – 9 Stunden
  - «**High**» (= hohe Leistung) Kochzeit ca. 5 – 6 Stunden
  - «**AutoWarm**» zum Warmhalten bereits gekochter Speisen (diese Stellung ist nur zum Warmhalten und nicht zum Kochen geeignet)
- Der Heizvorgang wird jetzt langsam gestartet und die Speisen werden schonend während 5 bis 9 Stunden gegart
- Die rote Kontrollanzeige leuchtet während des Betriebs
- **Achtung!** Verschiedene Teile (Glasdeckel, Gehäuse etc.) werden während des Betriebs heiss; nicht berühren!
- Deckel während des Betriebs möglichst nicht anheben, um Wärmeverlust zu vermeiden







## Tipps zum Kochen mit dem «Slow Cooker»

Sie können Ihre Lieblingsrezepte auch mit dem «Slow Cooker» kochen. Dazu muss einerseits die Flüssigkeitsmenge halbiert und die Kochzeit stark erhöht werden. Die nachfolgende Übersicht zeigt die ungefähren, längeren Kochzeiten an:

Herkömmliche Kochzeit	Kochzeit mit dem «Slow Cooker»
15 – 30 Minuten	4 – 6 Stunden auf Stufe «Low»
60 Minuten	6 – 8 Stunden auf Stufe «Low»
1 – 3 Stunden	8 – 12 Stunden auf Stufe «Low»

### Müssen die Speisen während des Kochen umgerührt werden?

Speisen, die auf der Stufe «Low» gegart werden, müssen nicht umgerührt werden (ausser es wird im Rezept erwähnt). Auf Stufe «High» wird das Umrühren empfohlen, um eine gleichmässige Geschmacksentfaltung zu erhalten.

### Müssen Fleischstücke vorher angebraten werden?

Das Anbraten von Fleisch oder Geflügel schliesst den Fleischsaft ein, intensiviert den Geschmack und führt zu zarteren Ergebnissen. Gleichzeitig geben die anderen Zutaten wie Zwiebeln, Peperoni und Lauch einen volleren Geschmack. Für das Anbraten eine separate Bratpfanne verwenden.

### Geeignete Fleischstücke zum Braten

- Rind: Schulter, Rumsteak, Rippenstück, frisches Rindsfilet, Oberschale.
- Lamm: Keule, Koteletts, Krone, Schenkel, Schulter, Rücken.
- Kalb: Keule, Lende, Koteletts.
- Schwein: Lende, Nacken, Bein (Haut und Fett entfernen), Koteletts.

### Geeignete Fleischstücke zum Schmoren

- Rind: Schulter, Rindsfilet.
- Lamm: Schenkel, Schulter.
- Kalb: Schulter/Vorderviertel.
- Schwein: Lende, Nacken.

Während des Schmorens bräunt das Fleisch nicht. Wenn dies gewünscht ist, das Fleisch vor dem Schmoren in einer Bratpfanne anbraten.

### Gemüse vorbereiten

Gemüse in kleine, gleichmässige Stücke schneiden, um ein gleichmässiges Kochergebnis zu erzielen. Gefrorenes Gemüse zuerst auftauen.





## 8 Rezepte

Deutsch

### Chilli con Carne

Für 2 bis 4 Personen / Garzeit: 8-9 Stunden auf «Low» oder 5-6 Stunden auf «High»

#### Zutaten

2 EL	Olivenöl
1	grosse Zwiebel, fein gehackt
1	Knoblauchzehe, gepresst
1	grüne Peperoni, entkernt und gehackt
100 g	Pilze, gerüstet und gescheibelt
450 g	gehacktes Rindfleisch
400 g	Tomaten, gehackt
30 ml	Tomatenpüree
450 ml	Fleischbouillon
3 TL	Chilipulver
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
420 g	rote Kidneybohnen, abgetropft

#### Zubereitung

1. Öl in separater Pfanne heiss werden lassen. Zwiebel, Knoblauch und Peperoni beifügen und andämpfen. Pilze und Fleisch begeben, mischen und 3 – 4 Min. bräunen lassen. Tomaten, Tomatenpüree und Bouillon begeben.  
Mit Chilipulver, Salz und Pfeffer würzen und aufkochen.
2. Dann sorgfältig in Keramiktopf umfüllen (Achtung heiss!).
3. Heizleistung wählen («Low» = 8 – 9 Std.; «High» = 5 – 6 Std.).
4. Kidneybohnen 30 – 45 Min. vor dem Servieren begeben.

### Huku Stew (Poulet in Tomatensauce)

Für 4 Personen / Garzeit: 5 bis 5½ Stunden auf «Low»

#### Zutaten

1	Zwiebel gehackt, Butter zum Dämpfen
400 g	gehackte Pelati
2 dl	Wasser
1	Lorbeerblatt
1	gestrichener TL Salz
½	Bouillonwürfel
	Pfeffer
1	Poulet, ca. 1.2 kg, in Stücke geteilt

#### Zubereitung

1. Zwiebel in der Butter andämpfen. Pelati samt Saft und die 2 dl Wasser dazugeben, aufkochen. Lorbeerblatt begeben, mit Salz, Bouillon und Pfeffer würzen.
  2. Pouletteile in den Keramiktopf legen. Sauce darübergiesen. 5½ Stunden auf «Low» garen.
- Dazu passen Couscous, Polenta, Basmatireis, Hirse oder Teigwaren.

**TIPP:** Nach Belieben kann die Poulethaut vor dem Schmoren entfernt werden (fettfrei).



## Pappa al Pomodoro

Für 4 Personen / Garzeit: 5 - 6 Stunden auf «Low»

### Zutaten

30 g	Butter
1 - 2	Knoblauchzehen, fein gehackt
700 g	Tomaten, geschält, in kleine Stücke geschnitten
½ Bund	Basilikum, gehackt
6 dl	Bouillon
100 g	Brot, vom Vortag, ohne Rinde, in Würfel geschnitten
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
½ Bund	Basilikum, Blätter
100 g	Sbrinz, gerieben Basilikum zum Garnieren

### Zubereitung

1. Butter, Knoblauch, Tomaten, Basilikum, Bouillon und Brot in die Keramik Kochtopf geben, würzen. 5 bis 6 Stunden auf «Low» garen. Nach Belieben mit dem Schwingbesen kräftig rühren, damit sich Brot und Tomaten feiner vermischen.

2. Pappa al pomodoro in vorgewärmten Schälchen anrichten, mit Basilikum bestreuen, garnieren. Sbrinz dazu servieren.

**TIPP:** Die Suppe ist nach 5 Stunden genussfertig. Sie kann aber bis zu 9 Stunden auf «Low» gegart werden.

Deutsch

## Safraneintopf

Für 4 Personen / Garzeit: 4 Stunden auf «Low» / 1 Stunde auf «High»

### Zutaten

1 dl	Wasser
1-2	Briefchen Safran
600 g	fest kochende Kartoffeln, geschält, in Schnitze geschnitten
300 g	Rüebli, gerüstet, in dünne Scheiben geschnitten
200 g	Broccoli, gerüstet, in kleine Röschen geschnitten
1 KL	Salz
100 g	Chinakohl, gerüstet, in Streifen geschnitten
3 EL	Crème fraîche

### Zubereitung

1. Wasser und Safran in den Keramik Kochtopf geben. Kartoffeln, Rüebli und Broccoli gemischt begeben, mit Salz bestreuen. 4 Stunden auf «Low» garen. Bei Bedarf nachwürzen.

2. Chinakohl daruntertermischen und eine weitere Stunde auf «High» garen. Kurz vor dem Servieren Crème fraîche beifügen. Abschmecken.

3. In einer Schüssel oder auf Tellern anrichten.

**TIPP:** Gemüse ohne Chinakohl und Crème fraîche zubereiten und als Grundlage für eine schnelle Tortilla verwenden.





# 10 Rezepte

Deutsch

## Siedfleisch Gazpacho

Für 6 Personen / Garzeit: 8 Stunden auf «Low»

### Zutaten Sud

- ca. 1 kg Rindfleisch zum Sieden, Schulterspitz oder Huftdeckel

---

- 1 Kalbsfüsschen, ab gespült

---

- ca. 1.3 l Wasser

---

- 1 kleines Rüebli

---

- 1 kleines Stück Sellerie

---

- 1 kleines Stück Lauch

---

- 1 kleine Zwiebel, halbiert, mit Lorbeerblatt und Nelken besteckt

---

- 1.5 TL Salz

---

### Zutaten Gazpacho-Sauce

- 1 Tomate, geschält, entkernt, klein geschnitten

---

- 1 Stück Gurke, ca. 100 g, geschält, gewürfelt

---

- 1 kleine rote Peperoni, ca. 130 g, gerüstet, klein gewürfelt

---

- 1 Stück Stück Zopf, klein geschnitten

---

- 1 Knoblauchzehe, gepresst

---

- 3 EL Creme fraiche

---

- 1 EL Mayonnaise

---

- 2 EL fein geschnittenes Basilikum

---

- Salz, Pfeffer

---

### Zutaten Garnitur

- 2 Scheiben Zopf, klein gewürfelt, in Butter gerüstet

---

- 4 EL Kapern

---

- 1 Zwiebel, in Ringe geschnitten Basilikum

---

### Zubereitung

1. Fleisch in den Keramiktopf legen. Kalbsfüsschen, Wasser, Gemüse, Gewürze und Salz begeben. 8 Stunden auf «Low» garen. Das Fleisch herausnehmen und abkühlen.
  
2. Für die Sauce alle Zutaten fein pürieren und würzen.
  
3. Siedfleisch in dünne Tranchen schneiden und auf Teller legen. Mit der Gazpacho-Sauce überziehen, garnieren.

**TIPP:** Den wertvollen Sud geniessen als eine geschmacksvolle kräftigende Brühe. Er kann auch als Grundlage für eine Suppe verwendet werden.



## Rezepte

### Tessiner Rindsbraten mit Rotwein

Für 4 Personen / Garzeit: 8 Stunden auf «Low»

#### Zutaten

1 kg Rindsbraten, z. B. Huftdeckel, flache Nuss oder Runder Mocken
Bratbutter
3 dl Rotwein
2 dl Wasser
1 Würfel Bouillon
2 EL Tomatenpüree
Salz, Pfeffer, Paprika
1 Zwiebel, mit Lorbeerblatt und Gewürznelke besteckt
2 Knoblauchzehen, in dünne Scheiben geschnitten
1 kleines Rübli, in Stücke geschnitten
1/4 Sellerieknolle, in Stücke geschnitten
1/4 Lauchstängel, in Stücke geschnitten
1 Zweiglein Rosmarin
2 Tomaten, in Schnitze geschnitten

#### Zubereitung

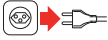
**1.** Fleisch in einer separaten Bratpfanne in Bratbutter ringsum kräftig anbraten, herausnehmen. Rotwein und Wasser in die Pfanne geben, Bouillonwürfel und Tomatenpüree darin auflösen. Braten würzen mit Salz, Pfeffer und Paprika und in den Keramik Kochtopf legen.

**2.** Zwiebel, Knoblauch, Rübli, Sellerie, Lauch und Rosmarin neben oder auf den Braten legen. Tomatenschnitze zuletzt beifügen. Rotweinsmischung beigeben. 8 Stunden auf «Low» garen.

**3.** Braten herausnehmen, tranchieren. Kräuter aus der Sauce entfernen, Sauce abschmecken, zum Braten servieren. Dazu passen Polenta, Risotto oder Teigwaren.

**TIPP:** Wenn die Zeit am Morgen nicht reicht, kann das Fleisch auch unangebraten in die Sauce gelegt werden. Der Braten ist zwar geschmacksvoll, aber bekommt so nicht die gewohnte Farbe.





### Nach dem Kochen

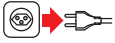
- Gerät ausschalten («Off») und Netzstecker ziehen
- Kochtopf (heiss!) mit Topflappen entnehmen und auf hitzebeständige Unterlage stellen

- Deckel abheben (Vorsicht: Heisser Dampfaustritt!)
- Gerät, Kochtopf und Glasdeckel nach dem Abkühlen reinigen (s. «Reinigung» auf Seite 13)

- Stark verschmutzter Kochtopf zuerst in warmem Wasser einweichen lassen



## Reinigung



- Vor jeder Reinigung und nach jedem Gebrauch Gerät ausschalten (= «Off») und Netzstecker ziehen
- Gerät vollständig abkühlen lassen
- Gerät nach jeder Benützung reinigen, damit keine Lebensmittelreste haften bleiben
- Wenn nötig, Kochtopf vor dem Reinigen mit Wasser füllen, damit sich Rückstände lösen können («einweichen»). **Hinweis:** den noch heissen Kochtopf niemals mit kaltem Wasser in Berührung bringen, der Topf kann sonst bersten!
- Topf anschliessend mit warmem Wasser und etwas Spülmittel reinigen und gut trocknen. Er kann auch im Geschirrspüler gereinigt werden
- Glasdeckel mit warmem Wasser und etwas Spülmittel reinigen und gut trocknen. **Den Deckel nicht in den Geschirrspüler geben**
- Keine scharfen, kratzenden Gegenstände oder ätzende Chemikalien verwenden, da sonst die Oberflächen verkratzt werden
- Gargerät und Netzkabel niemals ins Wasser tauchen oder unter fließendem Wasser reinigen (Kurzschluss- und Stromschlaggefahr!)
- Gargerät und Netzkabel mit einem weichen Tuch reinigen und keine scheuernden Reinigungs- oder Reinigungshilfsmittel verwenden. Danach gut trocknen lassen
- Netzstecker dabei nicht berühren, bzw. nie feucht reinigen

## Aufbewahrung / Wartung



### Aufbewahrung

Bei Nichtgebrauch das Gerät ausschalten (=«Off») und den Netzstecker ziehen. Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen, staubfreien und für Kinder unzugänglichen Ort auf. Wir empfehlen, das Gerät in der Originalverpackung zu lagern.

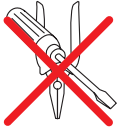
### Wartung

Das Gerät ist wartungsfrei und braucht nicht geschmiert oder geölt zu werden. Kabel und Stecker regelmässig auf Beschädigungen untersuchen.



## 14 Störungen

Deutsch



Reparaturen am Gerät dürfen nur durch den MIGROS-Service durchgeführt werden. Durch nicht fachgerechte Reparaturen können Gefahren für den Benutzer entstehen.

Bei unfachgerechten Reparaturen kann keine Haftung für eventuelle Schäden übernommen werden. In diesem Fall erlischt auch der Garantieanspruch.

## Entsorgung



- Ausgediente Geräte können bei einer Verkaufsstelle zur kostenlosen, fachgerechten Entsorgung abgegeben werden
- Geräte mit gefährlichem Defekt sofort entsorgen und sicherstellen, dass sie nicht mehr verwendet werden können
- Geräte nicht mit dem Hauskehricht entsorgen (Umweltschutz!)

## Technische Daten

Nennspannung	230 Volt / 50 Hz
Nennleistung	200 Watt
Masse Grundgerät	ca. 23 x 26 x 34 cm (H x T x B)
Länge Netzkabel	ca. 1 m
Gewicht Grundgerät	ca. 3.7 kg
Inhalt Keramikkochtopf	ca. 3.0 l
Materialien	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gehäuse und Handgriff Metall / Kunststoff</li> <li>- Kochtopf Keramik glasiert</li> </ul>
Temperaturstufen	2 (und 1 Warmhaltestufe)
Funkentstört	Nach EU-Norm
Zulassung	CE / S+
M-Garantie	2 Jahre

Im Interesse der technischen Weiterentwicklung sind Konstruktions- oder Ausführungsänderungen am Gerät vorbehalten.

# MIGROS

MIGROS-GENOSSENSCHAFTS-BUND, CH-8031 Zürich





# Mijoteuse électrique «Slow Cooker»

15

## Félicitations!

En achetant cet appareil, vous venez d'acquérir un appareil de qualité, fabriqué avec soin. Bien entretenu, cet appareil vous rendra de grands services pendant de nombreuses années.

Veuillez lire attentivement ce mode d'emploi avant la première utilisation et bien respecter les consignes de sécurité.

**Les personnes n'ayant pas pris connaissance de ce mode d'emploi ne sont pas autorisées à utiliser cet appareil.**

Français

## Sommaire

	Page		Page
<b>Consignes de sécurité</b>	<b>16</b>	<b>Nettoyage</b>	<b>27</b>
A propos de ce mode d'emploi	17	<b>Rangement / Entretien</b>	<b>27</b>
Déballage	17	<b>Problèmes</b>	<b>28</b>
<b>Éléments de l'appareil et de commande</b>	<b>18</b>	<b>Élimination</b>	<b>28</b>
<b>Fonctionnement</b>	<b>19</b>	<b>Données techniques</b>	<b>28</b>
– Avant la 1ère mise en marche	19		
– A propos de la cuisson à basse température	19		
– Installation	20		
– Fonction	20		
– Conseils pour cuire avec le «Slow Cooker»	21		
– Recettes	22		
– Une fois terminé	26		





## 16 Consignes de sécurité



**Avant de brancher l'appareil au courant électrique veuillez lire attentivement ce mode d'emploi qui contient des consignes de sécurité et de fonctionnement importantes.**

- Avant la mise en marche, lire attentivement ce mode d'emploi
  - Ne pas toucher les surfaces de l'appareil en fonctionnement: elle sont brûlantes! (Risques de brûlures!)
  - Les personnes, enfants compris, qui en raison de leurs capacités psychiques, sensorielles ou mentales, ou en raison de leur inexpérience ou manque de connaissances ne sont pas aptes à utiliser cet appareil en toute sécurité, ne sont pas autorisées à le faire ou uniquement sous surveillance
  - Ne jamais plonger l'appareil ou le cordon dans l'eau ou dans tout autre liquide, en raison des risques de blessures, d'incendie ou d'électrocution
  - Débrancher impérativement l'appareil:
    - avant chaque déplacement de l'appareil
    - avant le nettoyage
    - après usage
  - Contrôler régulièrement le bon état du cordon et de la fiche. Ne pas utiliser l'appareil si le cordon ou la fiche sont endommagés. Remplacer immédiatement cordons et fiches défectueux auprès de MIGROS-Service
  - Ne jamais laisser pendre le cordon d'alimentation, ne pas le faire passer sur des angles ou des endroits pointus, ne pas le coincer. Ne pas poser ni suspendre le cordon au-dessus d'objets brûlants; le protéger de l'huile
  - Pendant le fonctionnement de l'appareil, ne pas poser le cordon d'alimentation sur l'appareil ni le manipuler (Risques d'incendie et de décharge électrique!)
  - Placer le cordon d'alimentation afin que nul ne puisse faire tomber l'appareil chaud
- Nous recommandons de brancher l'appareil à une prise avec disjoncteur différentiel (FI); en cas de doute, demander l'avis d'un spécialiste
  - Ne jamais débrancher l'appareil avec les mains mouillées ou en tirant sur le cordon
  - Poser l'appareil sur une surface sèche, stable, plane, résistant à la chaleur et aux éclaboussures. Ne pas le placer sur ou sous des dispositifs ou des éléments de cuisine inflammables ou qui peuvent fondre, ou à proximité de rideaux
  - Ne pas le placer sur une surface chaude ou près d'une flamme. Garder toujours une distance min. de 50 cm
  - L'appareil ne doit pas fonctionner sans surveillance
  - N'utiliser que des pièces de rechange originales
  - L'appareil n'est destiné qu'à un usage privé et ne doit être utilisé que dans des locaux secs
  - Toute responsabilité est déclinée en cas de dommages dus au non respect de ce mode d'emploi
  - Conserver soigneusement ce mode d'emploi et le remettre à tout nouvel usager





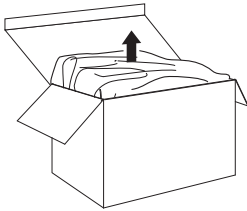
## A propos de ce mode d'emploi

17

Ce mode d'emploi ne peut pas prendre en compte toutes les utilisations possibles. Pour toute information ou tout problème insuffisamment ou non traité dans ce mode d'emploi, veuillez vous adresser à M-Infoline (numéro de téléphone à l'arrière de ce mode d'emploi).

**Veuillez conserver soigneusement ce mode d'emploi et le remettre à chaque nouvel utilisateur**

## Déballage



– Sortir l'appareil de l'emballage

– Veuillez contrôler que les éléments suivants sont bien inclus dans l'emballage:

1. Couvercle en verre
2. Cocotte en céramique
3. Appareil de cuisson



– Nettoyer soigneusement le couvercle en verre et la cocotte en céramique. Nettoyer l'appareil avec un chiffon humide et l'essuyer soigneusement

– Contrôler que la tension de réseau (230 V) correspond à celle de l'appareil (voir plaquette signalétique)

– Détruire tous les sachets plastiques qui peuvent être un jeu dangereux pour les enfants!

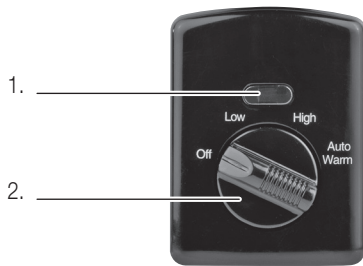
### Conseil:

– conservez l'emballage pour d'éventuels transports (par ex. déménagement, réparation, etc.).

Français



## 18 Éléments de l'appareil et de commande



1. Témoin de contrôle
2. Interrupteur marche/arrêt et puissance de chauffe
3. Appareil de cuisson
4. Poignées
5. Couvercle en verre
6. Cocotte en céramique émaillée

Français





## Avant la 1ère mise en marche

Faites très attention car une manipulation inadéquate du courant électrique peut être fatale. Veuillez lire attentivement les consignes de sécurité de la page 16 et respecter les règles de sécurité suivantes:

- N'utilisez l'appareil que dans des locaux secs. Ne pas laisser l'appareil en marche sans surveillance
- L'appareil ne doit pas être utilisé par des enfants
- Lorsque l'appareil fonctionne les surfaces sont brûlantes: ne pas toucher! (Risques de brûlures!)
- S'assurer que l'appareil ne risque pas de tomber à cause du cordon d'alimentation
- Avant d'effectuer le nettoyage de l'appareil, débranchez-le

**Avant la 1ère mise en marche**, laver soigneusement le couvercle en verre et la cocotte en céramique à l'eau chaude additionnée d'un peu de produit vaisselle. Bien les essuyer. Nettoyer l'appareil qu'avec un chiffon légèrement humide (voir «Nettoyage» page 27).

## A propos de la cuisson à basse température



Avec cette mijoteuse qui cuit à basse température, les aliments sont cuits délicatement. Une fois les aliments préparés, les mettre dans la cocotte en céramique et placer le couvercle. L'appareil se charge de les cuire pour vous à basse température. La cuisson varie de 5 à 6 heures ou de 8 à 9 heures (réglage «Low» ou «High»). Avec cette cuisson lente, les aliments sont très tendres et révèlent tout leur arôme.

L'appareil peut servir pour de nombreuses préparations; ex. soupes, ragoûts, gratins, rôti, plats de viande, crèmes, etc.

Vous trouverez d'autres informations et des recettes à partir de la page 21.

**Recommandation:** l'appareil n'est pas conçu pour réchauffer les aliments.





## Installation

Avant d'installer l'appareil, respecter les consignes suivantes:

- Débrancher l'appareil
- Poser l'appareil sur une surface plane, stable et sèche et jamais directement sous une prise de courant. Ne le placer que dans un endroit sec
- Poser l'appareil sur une surface ne craignant pas la chaleur ni les éclaboussures
- Ne pas déposer l'appareil sur une surface chaude ou à proximité d'une flamme. Respecter une distance minimale de 50 cm
- Tenir à 60 cm minimum de l'évier, du robinet, etc.
- Ne pas placer l'appareil directement sous les éléments de cuisine (ceux-ci pourraient être endommagés par la chaleur et la vapeur dégagées)
- Ne jamais couvrir l'appareil (risque d'incendie) ni le placer à proximité de matériaux inflammables

## Fonction

- Préparer les aliments selon la recette et les mettre dans la cocotte en céramique. **Recommandation:** ne pas mettre des aliments très froids dans la cocotte (dans ce cas, les réchauffer d'abord)
- **Attention!** Ne mettre aucun liquide dans l'appareil de cuisson (risque de décharge électrique!)
- Dès que l'appareil est branché à une prise électrique (230 V), il est prêt à fonctionner
- Régler la température désirée:
  - «**Low**» (= basse température) temps de cuisson de 8-9 heures env.
  - «**High**» (= haute température) temps de cuisson de 5-6 heures env.
  - «**AutoWarm**» pour maintenir chauds les aliments déjà cuits (ce réglage ne sert qu'à maintenir chaud et n'est pas fait pour cuire les aliments)
- Le processus de cuisson commence lentement et les aliments cuisent délicatement pendant 5 à 9 heures
- Le témoin de contrôle rouge s'allume lorsque l'appareil fonctionne



- **Attention!** Les différentes parties de l'appareil (couvercle, corps, etc.) deviennent chaudes; ne pas toucher!
- Eviter de soulever le couvercle pendant la cuisson (perte de chaleur)



### Conseils pour cuire avec le «Slow-Cooker»

Vous pouvez réaliser vos recettes préférées avec le «Slow Cooker». Pour ce faire, diminuez de moitié la quantité de liquide et augmentez beaucoup le temps de cuisson. L'aperçu suivant vous indique quelques exemples de temps de cuisson:

Temps de cuisson normal	Temps de cuisson avec le «Slow Cooker»
15 – 30 minutes	4 – 6 heures au degré «Low»
60 minutes	6 – 8 heures au degré «Low»
1 – 3 heures	8 – 12 heures au degré «Low»

#### Faut-il remuer les aliments en cours de cuisson?

Pas besoin de remuer les aliments cuits au degré «Low» (à part si cela est précisé dans la recette). Sur le degré «High», il est conseillé de les remuer afin que ceux-ci révèlent tout leur arôme.

#### Doit-on faire revenir la viande avant?

Si l'on fait revenir la viande ou la volaille, celle-ci conserve son jus, ce qui intensifie son goût et la rend plus tendre. En même temps, les autres ingrédients, tels que les oignons, les poivrons et les poireaux révèlent tout leur goût. Pour faire revenir la viande ou la volaille utiliser une autre poêle.

#### Viandes à rôtir

- Boeuf: épaule, rumsteak, côte, filet, tranche.
- Agneau: côte,, cotelettes, gigot, selle, épaule.
- Veau: noix, quasi, cotelettes.
- Porc: filet, échine, jarret (éliminer peau et graisse), cotelettes.

#### Viandes à braiser

- Boeuf: épaule, filet.
- Agneau: gigot, épaule.
- Veau: épaule.
- Porc: filet, échine.

La viande braisée ne devient pas dorée. Si on désire qu'elle soit dorée, la faire revenir avant dans une poêle à part.

#### Préparation des légumes

Couper les légumes en dés réguliers pour que leur cuisson soit homogène. Décongeler les légumes surgelés avant de les cuire.



## Chilli con Carne

Pour 2 à 4 personnes / temps de cuisson: 8-9 heures sur «Low» ou 5-6 heures sur «High»

### Ingrédients

2 cuil. à soupe	d'huile d'olive
1	gros oignon haché fin
1	gousse d'ail pressée
1	poivron vert, épépiné et haché
100 g	de champignons, épluchés et coupés en tranches
450 g	de boeuf haché
400 g	de tomates hachés
30 ml	de purée de tomates
450 ml	de bouillon de viande
3 cuil. à café	de poudre de chili
	sel et poivre moulu
420 g	de haricots rouges, égouttés

### Préparation

1. Chauffer l'huile dans une poêle. Y mettre l'oignon, l'ail et les poivrons et faire évaporer. Ajouter la viande et les champignons, mélanger et laisser dorer 3 à 4 minutes. Ajouter les tomates, la purée de tomates et le bouillon. Ajouter la poudre de chili, le sel et le poivre et faire bouillir.
2. Verser délicatement dans la cocotte en céramique (attention chaud!).
3. Régler la température («Low» = 8 – 9 h; «High» = 5 – 6 h).
4. Ajouter les haricots rouges 30 à 45 minutes avant de servir.

## Huku Stew (Poulet à la sauce tomate)

Pour 4 personnes / temps de cuisson: de 5 à 5½ heures sur «Low»

### Ingrédients

1	oignon haché, du beurre pour le faire revenir
400 g	de tomates pelées hachées
2 dl	d'eau
1	feuille de laurier
1	cuil. à café rase de sel
½	bouillon cube
	poivre
1	poulet, de 1.2 kg, environ coupé en morceaux

### Préparation

1. Faire revenir l'oignon dans le beurre. Ajouter les tomates pelées et les 2 dl d'eau. Mettre laurier, sel, poivre et bouillon.
2. Placer les morceaux de poulet dans la cocotte, verser la préparation précédente dessus et laisser cuire sur degré «Low» pendant 5½ heures.

Accompagner de couscous, polenta, riz basmati, millet ou pâtes.

**Conseil:** il est possible si on le désire, de retirer la peau du poulet avant de le faire mijoter (sans graisse).





## Pappa al Pomodoro (soupe à la tomate)

Pour 4 personnes / temps de cuisson: 5 - 6 heures sur «Low»

### Ingrédients

30 g	beurre
1 - 2	gousses d'ail finement hachées
700 g	de tomates pelées coupées en dés
½ bouquet	de basilic haché
6 dl	de bouillon
100 g	pain, de la veille, sans croûte, coupés en petits morceaux
	sel et poivre moulu
½ bouquet	de basilic en feuilles
100 g	de Sbrinz râpé et du basilic pour décorer

### Préparation

1. Verser beurre, ail, tomates, basilic, bouillon cube et pain dans la cocotte en céramique, assaisonner. Cuire de 5 à 6 heures sur «Low». Si on le désire, battre au fouet pour que le pain se mélange bien à la tomate.

2. Servir la soupe à la tomate dans de petits bols, décorée de basilic et accompagnée de Sbrinz.

**CONSEIL:** la soupe est prête après 5 heures de cuisson, mais peut aussi cuire jusqu'à 9 heures sur «Low».

## Mijotée au safran

Pour 4 personnes / temps de cuisson: 4 heures sur «Low» / 1 heure sur «High»

### Ingrédients

1 dl	d'eau
1-2	pincées de safran
600 g	de pommes de terre fermes cuites, épluchées et coupées en morceaux
300 g	carottes épluchées et coupées en fines rondelles
200 g	de brocolis, épluchés et coupés en petits bouquets
1 cuil à café	sel
100 g	chou chinois épluché et haché
3 cuil à	de crème fraîche soupe

### Préparation

1. Verser l'eau, le safran dans la cocotte en céramique, ajouter les pommes de terre, carottes et brocolis mélangés, saler et cuire 4 heures sur le degré «Low». Assaisonner à votre goût.

2. Ajouter ensuite le chou chinois et faire cuire encore 1 heure sur le degré «High». Ajouter de la crème fraîche avant de servir. Goûter.

3. Servir dans un saladier ou un plat.

**Conseil:** des légumes préparés de cette façon sans le chou chinois et la crème fraîche peuvent être utilisés pour une tortilla rapide.



## Pot au feu au gazpacho

Pour 6 personnes / temps de cuisson: 8 heures sur «Low»

### Ingrédients pour le pot-au-feu

env. 1 kg viande boeuf pour pot au feu, palette ou aiguillette

1 pied de veau, nettoyé

env. 1.3 l d'eau

1 petite carotte

1 petit morceau de céleri

1 petit poireau

1 petit oignon haché, laurier et clous de girofles

1.5 cuil. à Sel  
café

### Ingrédients pour le sauce gazpacho

1 tomate pelée et coupée en dés

1 mor- de concombre, 100 g  
ceau env., épluché et coupé en morceaux

1 petit poivron rouge, 130 g environ, épluché et coupé en dés

1 mor- de tresse en petits  
ceau morceaux

1 gousse d'ail pressée

3 cuil crème fraîche  
soupe

1 cuil. mayonnaise  
soupe

2 cuil. de basilic finement haché  
soupe

sel et poivre

### Ingrédients pour décorer

2 tranches de tresse, découpées en croûtons dorés dans le beurre

4 cuil. câpres  
soupe

1 rondelles d'oignon et basilic

### Préparation

1. Mettre la viande dans la cocotte en céramique. Ajouter le pied de veau, eau, légumes, épices et sel. Cuire 8 heures sur degré «Low». Sortir la viande et la faire refroidir.

2. Pour préparer la sauce, réduire tous les ingrédients en purée et assaisonner.

3. Découper la viande en fines tranches et la dresser sur un plat, garnir de sauce gazpacho.

**Conseil:** dégustez le bouillon du pot-au-feu, c'est plein d'énergie. On peut aussi l'utiliser comme base pour une soupe.



## Boeuf braisé au vin rouge à la mode tessinoise

Pour 4 personnes / temps de cuisson: 8 heures sur «Low»

### Ingrédients

1 kg	boeuf à braiser, ex palette, aiguillette, noix ou gîte
	beurre
3 dl	vin rouge
2 dl	eau
1	bouillon cube
2 cuil à soupe	de purée de tomate
	sel, poivre et paprika
1	oignon avec laurier et épices
2	gousses d'ail coupées, fines hachées
1	petite carotte en rondelles
¼	de céleri en boule, coupé en dés
¼	poireau coupé morceaux
1	branche de romarin
2	tomates en dés

### Préparation

1. Faire revenir la viande dans du beurre dans une poêle à part puis la retirer. Verser l'eau et le vin dans la poêle, le bouillon cube, la purée de tomates. Assaisonner la viande avec sel, poivre et paprika, puis la mettre dans la cocotte en céramique.

2. Ajouter oignon, ail, carotte, céleri, poireau et romarin, puis les tranches de tomate sur ou à côté de la viande et le mélange vin, eau et bouillon. Faire cuire 8 heures sur degré «Low».

3. Sortir le boeuf braisé, le trancher, retirer les herbes de la sauce et servir accompagné de polenta, risotto ou pâtes.

**Conseil:** si le temps manque, on peut préparer la viande dans la cocotte sans la faire revenir. Dans ce cas celle-ci aura le même goût mais n'aura pas la même couleur.





### Une fois terminé

- Eteindre l'appareil («Off») et le débrancher
- Prendre la cocotte (chaude!) avec des gants de cuisine et la poser sur un support résistant à la chaleur

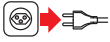
- Enlever le couvercle (prudence: de la vapeur chaude s'en échappe!)
- Une fois qu'il est froid, procéder au nettoyage de l'appareil, de la cocotte et du couvercle en verre (voir «Nettoyage» page 27)

- Si la cocotte est très sale, la laisser tremper dans l'eau chaude



## Nettoyage

27



- Après utilisation et avant chaque nettoyage, éteindre l'appareil (= «**Off**») et débrancher-le
- Le laisser refroidir complètement
- Nettoyer l'appareil après chaque utilisation pour enlever les résidus d'aliments
- Si c'est nécessaire, remplir la cocotte d'eau avant de la nettoyer, afin de décoller les résidus d'aliments («à tremper»). **Recommandation:** ne jamais verser d'eau froide dans la cocotte chaude, car celle-ci pourrait se fendiller!
- Ensuite, nettoyer la cocotte à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle, puis bien l'essuyer. On peut aussi la laver en lave-vaisselle
- Nettoyer le couvercle en verre à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle, puis bien l'essuyer. **Ne pas le laver en lave-vaisselle**
- Ne pas utiliser d'accessoires pointus, qui rayent ou de produits chimiques abrasifs, car cela rayerait les surfaces
- Ne jamais plonger l'appareil ou le cordon d'alimentation dans l'eau, ne pas les nettoyer sous l'eau courante (risques de court-circuit et d'électrocution!)
- Nettoyer l'appareil et le cordon d'alimentation à l'aide d'un chiffon doux et ne pas utiliser de produit de nettoyage abrasif. Bien laisser sécher après le nettoyage
- Lors de cette manoeuvre, ne pas toucher la fiche du cordon d'alimentation ne jamais la nettoyer avec de l'eau

Français

## Rangement/Entretien

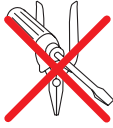


### Rangement

Eteindre (=«**Off**») et débrancher l'appareil lorsque celui-ci n'est pas utilisé. Rangez-le dans un endroit sec, propre et hors de portée des enfants. Nous vous conseillons de conserver l'appareil dans son emballage d'origine.

### Entretien

L'appareil ne nécessite aucun entretien et ne doit être ni graissé, ni huilé. Contrôlez régulièrement le bon état du cordon d'alimentation et de la fiche.



L'appareil ne doit être réparé que par MIGROS-Service. Des réparations effectuées par des non professionnels peuvent présenter un danger pour l'utilisateur.

En cas de réparation non conforme et de dommages éventuels, toute responsabilité est déclinée et la garantie s'arrête.

## Elimination

Français



- Déposer les appareils hors d'usage auprès d'un point de vente pour une élimination gratuite et conforme aux règles
- Eliminer immédiatement les appareils avec un défaut dangereux en s'assurant qu'ils sont inutilisables
- Ne pas jeter les appareils dans les ordures ménagères (protection de l'environnement!)

## Données techniques

Tension de réseau	230 Volt / 50 Hz
Puissance nominale	200 W
Dimensions de l'appareil de base	env. 23 x 26 x 34 cm (H x P x L)
Longueur du cordon	env. 1 m
Poids de l'appareil de base	env. 3.7 kg
Contenance de la cocotte	env. 3.0 l
Matériaux	- corps et poignée : métal / plastique - cocotte : céramique émaillée
Degrés de température	2 (et 1 maintien chaud)
Antiparasité	selon norme UE
Homologation	CE / S+
M-garanti	2 ans

Sous réserve de modifications de conception et de fabrication dans l'intérêt du progrès technique.

**MIGROS**

FÉDÉRATION DES COOPÉRATIVES MIGROS, CH-8031 Zurich



# Apparecchio per cuocere a basse temperature «Slow Cooker»

29

## Congratulazioni!

Acquistando questo apparecchio vi siete garantiti un prodotto di qualità, fabbricato con estrema cura. Con una manutenzione adeguata, l'apparecchio garantirà per anni delle ottime prestazioni.

Prima della messa in funzione iniziale vi preghiamo comunque di leggere attentamente le presenti istruzioni d'uso e soprattutto di osservare attentamente le avvertenze di sicurezza.

**Le persone che non conoscono a fondo queste istruzioni d'uso, non possono utilizzare l'apparecchio.**

## Indice

	Pagina		Pagina
<b>Avvertenze di sicurezza</b>	<b>30</b>	<b>Pulizia</b>	<b>41</b>
A proposito delle istruzioni d'uso	31	<b>Custodia / Manutenzione</b>	<b>41</b>
Disimballaggio	31	<b>Guasti</b>	<b>42</b>
<b>Elenco delle parti e degli elementi di comando</b>	<b>32</b>	<b>Smaltimento</b>	<b>42</b>
<b>Messa in funzione</b>	<b>33</b>	<b>Dati tecnici</b>	<b>42</b>
– Prima dell'uso iniziale	33		
– Ciò che bisogna sapere sull' apparecchio per la cottura a basse temperature	33		
– Collocazione	34		
– Utilizzo	34		
– Proposte per cucinare con «Slow Cooker»	35		
– Ricette	36		
– Dopo la cottura	40		

Italiano



**Prima di allacciare l'apparecchio alla corrente elettrica, leggere attentamente queste istruzioni d'uso che contengono importanti avvertenze di sicurezza e di messa in funzione.**

- Prima della messa in funzione leggere attentamente le presenti istruzioni d'uso
- Durante il funzionamento le superfici diventano molto calde: non toccare! (rischio di ustione!)
- Le persone, inclusi i bambini, che per le loro capacità psichiche, sensoriali o psichiche, oppure per la loro inesperienza o mancanza di conoscenza non sono in grado di utilizzare l'apparecchio in modo sicuro, non sono autorizzate all'uso dell'apparecchio o possono farlo soltanto sotto sorveglianza o istruzione di una persona responsabile
- Non immergere l'apparecchio o il cavo in acqua o in altri liquidi: pericolo di lesioni, incendio e scossa elettrica
- Staccare assolutamente la spina:
  - prima di qualsiasi spostamento dell'apparecchio
  - prima di pulirlo
  - dopo l'utilizzo
- Controllare regolarmente che il cavo e la spina non siano danneggiati. Non utilizzare l'apparecchio in caso di cavo o spina danneggiati. Far sostituire immediatamente cavi e spine difettosi presso un MIGROS-Service
- Non lasciare mai pendere il cavo, non farlo passare su angoli o spigoli vivi, non incastrarlo. Non appoggiare né appendere il cavo sopra oggetti roventi e proteggerlo dall'olio
- Durante il funzionamento non mettere il cavo d'alimentazione sull'apparecchio e non toccarlo con esso (rischio d'incendio e di scossa elettrica!)
- Sistemare il cavo in maniera tale da evitare che qualcuno possa far cadere l'apparecchio rovente
- Raccomandiamo di allacciare l'apparecchio a una presa con interruttore differenziale (FI). In caso di dubbio, consultare un tecnico
- Non estrarre mai la spina con le mani bagnate né tirando per il cavo
- Sistemare l'apparecchio su una superficie asciutta, stabile, piana, resistente al calore e agli spruzzi. Non sistemare sopra o sotto dispositivi e pensili infiammabili e fondibili o vicino a tende
- Non posizionare l'apparecchio su superfici molto calde o vicino a fiamme libere. Mantenere una distanza minima di 50 cm
- Non far funzionare l'apparecchio senza sorvegliarlo
- Utilizzare soltanto pezzi di ricambio originali
- L'apparecchio è destinato soltanto ad uso privato e va utilizzato in locali asciutti
- Si declina ogni responsabilità per i danni derivanti dalla mancata osservanza delle presenti istruzioni d'uso
- Conservare con cura le presenti istruzioni d'uso e consegnarle ad ogni eventuale altro utente





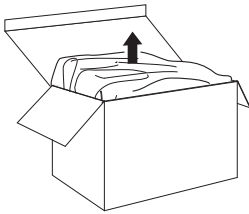
## A proposito di queste istruzioni d'uso

31

Queste istruzioni d'uso non possono tener conto di ogni possibile impiego. Per ulteriori informazioni oppure in caso di problemi non trattati o trattati in modo insufficiente nelle presenti istruzioni, rivolgersi alla M-Infoline (numero telefonico sul retro delle presenti istruzioni d'uso).

**Conservi accuratamente queste istruzioni d'uso e le consegni comunque ad ogni eventuale altro utente.**

## Disimballaggio



– Togliere l'apparecchio dall'imballaggio

– Controllare che i seguenti elementi siano presenti nell'imballaggio:

1. Coperchio in vetro
2. Pentola in ceramica smaltata
3. Apparecchio per cuocere



– Pulire con cura il coperchio in vetro e la pentola in ceramica. Pulire l'apparecchio con un panno umido ed asciugare

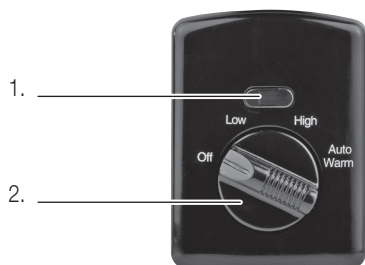
– Controllare che la tensione di rete (230 V) corrisponda a quella dell'apparecchio (vedi targhetta)

– Distruggere eventuali sacchetti di plastica, poiché essi potrebbero diventare un giocattolo pericoloso per i bambini!

### Suggerimento:

– Conservare l'imballaggio per eventuali futuri trasporti (ad es. traslochi, riparazioni, ecc.).

## 32 Elenco delle parti e degli elementi di comando



1. Spia di controllo
2. Interruttore acceso/spento e potenza riscaldante
3. Apparecchio per cuocere
4. Manici
5. Coperchio in vetro
6. Pentola in ceramica smaltata

Italiano





### Prima dell'utilizzo iniziale

Prestare attenzione al fatto che l'uso inappropriato della corrente elettrica può essere fatale. Leggere quindi le avvertenze di sicurezza a pagina 30 e osservare le seguenti misure di sicurezza:

- Utilizzare l'apparecchio solo in locali asciutti. Non lasciare l'apparecchio incustodito in funzione
- I bambini non sono autorizzati all'uso dell'apparecchio
- Durante il funzionamento le superfici diventano molto calde: non toccare! (rischio di ustione!)
- Sistemare il cavo in maniera tale da evitare che qualcuno possa far cadere l'apparecchio rovente
- La pulizia dell'apparecchio può avvenire soltanto dopo aver estratto la spina dalla presa di corrente

Français

**Prima della messa in funzione iniziale**, pulire bene con acqua calda e un po' di detersivo la pentola in ceramica e il coperchio. L'apparecchio può essere pulito solo con un panno umido (vedi «Pulizia» a pagina 41).

### Ciò che bisogna sapere sull'apparecchio per la cottura a basse temperature



Questo apparecchio per la cottura a basse temperature permette di cuocere gli alimenti in modo sano. Si preparano dapprima gli ingredienti, che in seguito vengono messi nella pentola in ceramica e coperti con il coperchio in vetro. L'apparecchio cuoce per voi gli alimenti a basse temperature. La durata di cottura varia da 5 - 6 ore a 8 - 9 ore (posizione «Low» o «High»). Il lungo tempo di cottura permette una cottura estremamente delicata dei cibi che sviluppano il loro aroma più intenso.

L'apparecchio è indicato per molti alimenti; ad es. zuppe, minestrone, sformati, arrostiti, piatti a base di carne, budini, ecc.

Troverete ulteriori informazioni e ricette a partire da pagina 35.

**Nota:** L'apparecchio non è indicato per il riscaldamento degli alimenti.



## Collocazione

Nella scelta del luogo di utilizzo vanno considerati i seguenti punti:

- Estrarre la spina
- Posizionare l'apparecchio su una superficie asciutta, stabile e piatta e mai direttamente sotto una presa. Utilizzarlo solo in locali asciutti
- Collocare l'apparecchio su una superficie resistente al calore e non sporchevole
- Non posizionare l'apparecchio su superfici molto calde o vicino a fiamme libere. Mantenere una distanza minima di 50 cm
- Mantenere una distanza minima di 60 cm da lavandini, rubinetti dell'acqua ecc.
- Non posizionare l'apparecchio direttamente sotto i pensili (possono essere danneggiati dal calore e dal vapore)
- Non coprire mai l'apparecchio (rischio d'incendio) e non posizionarlo vicino a materiali infiammabili

## Uso dell'apparecchio

- Preparare gli ingredienti secondo la ricetta e metterli nella pentola in ceramica. **Nota:** non mettere ingredienti freddi nella pentola (eventualmente riscaldarli prima)
- **Attenzione!** Non versare liquidi nell'apparecchio (pericolo di scossa elettrica!)
- Inserendo la spina nella presa di corrente (230 V) l'apparecchio è pronto all'uso
- Selezionare la potenza desiderata:
  - «**Low**» (= bassa potenza) tempo di cottura ca. 8 – 9 ore
  - «**High**» (= alta potenza) tempo di cottura ca. 5 – 6 ore
  - «**AutoWarm**» per tenere in caldo alimenti già cotti (questa posizione è indicata per tenere in caldo e non per cuocere)
- Il processo di cottura viene avviato lentamente e gli alimenti vengono cotti in modo sano impiegando da 5 a 9 ore
- La spia di controllo rossa si illumina durante il funzionamento dell'apparecchio
- **Attenzione!** Durante il funzionamento diverse parti dell'apparecchio scottano (coperchio in vetro, corpo ecc.); non toccare!
- È consigliabile non sollevare il coperchio mentre l'apparecchio è in funzione (perdita di calore)





## Proposte per cucinare con lo «Slow-Cooker»

Tutti i vostri piatti preferiti possono essere preparati anche con lo «Slow Cooker». Basta usare solo la metà dei liquidi prescritti e cuocere il tutto molto più a lungo. Qui di seguito alcuni esempi di tempi di cottura prolungati:

Tempo di cottura normale	Tempo di cottura con lo «Slow Cooker»
15 – 30 minuti	4 – 6 ore a temperatura bassa «Low»
60 minuti	6 – 8 ore a temperatura bassa «Low»
1 – 3 ore	8 – 12 ore a temperatura bassa «Low»

### Bisogna rimestare gli alimenti durante la cottura?

Se gli alimenti vengono cotti a temperatura bassa «Low», non c'è bisogno di rimestarli (a meno che venga indicato nella ricetta). A temperatura alta «High» si raccomanda, invece, di rimestare di tanto in tanto per liberare tutti gli aromi.

### La carne va rosolata prima di metterla nello «Slow Cooker»?

Con una veloce rosolatura i pezzi di carne o di pollame trattengono i propri succhi e rimangono più morbidi e gustosi. Nello stesso tempo viene intensificato il gusto degli altri ingredienti come cipolle, peperoni o porro. Rosolare la carne in una padella a parte.

### Pezzi di carne indicati per la rosolatura

- Manzo: spalla, rumpsteak (bracciola), costa, filetto, fesa.  
Agnello: cosciotto, costolette, schiena, coscia, spalla.  
Vitello: cosciotto, filetto, costolette.  
Maiale: filetto, lombata, stinco (senza pelle né grasso), costolette.

### Pezzi di carne indicati per stufato

- Manzo: spalla, filetto.  
Agnello: coscia, spalla.  
Vitello: spalla, busto.  
Maiale: filetto, lombata.

Carne stufata non viene dorata. Se si desidera dorarla prima, rosolarla a parte in padella.

### Preparare le verdure

Per ottenere una cottura regolare, tagliare le verdure in pezzi piccoli della stessa misura. Verdura congelata scongelare prima di cuocerla.

## Chilli con Carne

Per 2 - 4 persone / Tempo di cottura: 8-9 ore su «Low» o 5-6 ore su «High»

### Ingredienti

2	cucchiaini di olio d'oliva
1	grossa cipolla finemente tritata
1	spicchio d'aglio schiacciato
1	peperone verde privato dei semi e tritato
100 g	di funghi affettati
450 g	di carne di manzo macinata
400 g	di pomodori tritati
30 ml	di passata di pomodoro
450 ml	di brodo di carne
3	chucchiai di chili in polvere
	sale e pepe macinato al momento
420 g	di fagioli rossi sgocciolati

### Preparazione

1. In una pentola separata, fare riscaldare l'olio. Aggiungere le cipolle, l'aglio, i peperoni e far rosolare. Aggiungere quindi i funghi e la carne, mescolare e far rosolare per 3 - 4 min. Aggiungere in seguito i pomodori, la passata di pomodoro e il brodo.

Condire con chili in polvere, sale e pepe e portare a ebollizione.

2. Trasferire accuratamente il tutto nella pentola in ceramica (attenzione scotta!).

3. Selezionare la temperatura («Low» = 8 - 9 ore; «High» = 5 - 6 ore).

4. Aggiungere i fagioli 30 - 45 min. prima di servire.

Italiano

## Huku Stew (pollo in salsa di pomodoro)

Per 4 persone / tempo di cottura: da 5 a 5½ ore su «Low»

### Ingredienti

1	cipolla tritata, burro per rosolare
400 g	di pelati a pezzetti
2 dl	di acqua
1	foglia di alloro
1	cucchiaino raso di sale
½	dado da brodo
	pepe
1	pollo, ca. 1.2 kg, tagliato a pezzi

### Preparazione

1. Far rosolare la cipolla nel burro. Aggiungere i pelati con il loro succo e i 2 dl d'acqua e far cuocere. Aggiungere la foglia di alloro, condire con sale, brodo e pepe.

2. Mettere i pezzi di pollo nella pentola in ceramica. Versare la salsa sopra il pollo e far cuocere per 5½ ore su «Low».

Si accompagna volentieri con couscous, polenta, riso basmati, miglio o pasta.

**Suggerimento:** a piacere, prima di iniziare la cottura, la pelle del pollo può essere rimossa (cottura senza grassi).



## Pappa al Pomodoro

Per 4 persone / cottura: 5 - 6 ore su «Low»

### Ingredienti

30 g	di burro
1 - 2	spicchi d'aglio, finemente tritato
700 g	di pomodori senza la pelle, tagliati a dadini
½ maz-	di basilico, tritato zetto
6 dl	di brodo
100 g	di pane, del giorno prima senza la crosta, tagliato a dadini
	sale, pepe macinato al momento
½ maz-	di foglie di basilico zetto
100 g	di sbrinz, grattugiato, basilico per guarnire

### Preparazione

1. Mettere il burro, l'aglio, i pomodori, il basilico, il brodo e il pane nella pentola in ceramica e condire. Cuocere da 5 a 6 ore su «Low». A piacere, sbattere con la frusta affinché il pane si mescoli bene al pomodoro.

2. Servire la pappa al pomodoro in piccole ciotole, cospargere e guarnire con basilico. Servire con lo sbrinz.

**Suggerimento:** la zuppa è pronta per essere gustata dopo 5 ore. Ma può cuocere fino a 9 ore su «Low».

## Stufato allo zafferano

Per 4 persone / cottura: 4 ore su «Low»/1 ora su «High»

### Ingredienti

1 dl	di acqua
1-2	pizzichi di zafferano
600 g	di patate a pasta soda, sbucciate, tagliate a spicchi
300 g	di carote pelate e tagliate fini a rondelle
200 g	di broccoli, puliti e tagliati a piccole rosette
1	cucchiaino sale
100 g	di cavolo cinese mondato e tagliato a strisce
3	cucchiaini di panna

### Preparazione

1. Mettere l'acqua e lo zafferano nella pentola in ceramica. Aggiungere le patate, le carote, i broccoli e cospargere di sale. Cuocere per 4 ore su «Low». A piacere, aggiungere dell'altro condimento.

2. Aggiungere il cavolo cinese e cuocere per un'altra ora su «High». Prima di servire aggiungere la panna. Assaggiare.

3. Servire in piccole ciotole o su un piatto.

**Suggerimento:** preparato senza cavolo cinese e la panna diventa una base per una tortilla rapida.

**Gazpacho di bollito**

Per 6 persone / cottura: 8 ore su «Low»

**Ingredienti bollito**

ca. 1 kg di carne di manzo per bollito, spalla o scamone

1 zampa di vitello, lavata

ca. 1.3 l di acqua

1 piccola carota

1 pezzetto di sedano

1 pezzetto di porro

1 piccola cipolla staccata con una foglia di alloro e chiodi di garofano

1.5 cucchiaino di sale

**Ingredienti gazpacho**

1 pomodoro privo di buccia e semi, tagliato a piccoli pezzi

1 cetriolo, ca. 100 g, pelato, tagliato a cubetti

1 piccolo peperone, ca. 130 g, mondato e tagliato a cubetti

1 pezzo di treccia tagliata a piccoli pezzi

1 spicchio d'aglio schiacciato

3 cucchiaini di panna

1 cucchiaino di maionese

2 cucchiaini di basilico tagliato fine

sale, pepe

**Ingredienti per guarnire**

2 fette di treccia tagliate a dadini tostato nel burro

4 cucchiaini di capperi

1 cipolla tagliata a rondelle basilico

**Preparazione**

1. Mettere la carne nella pentola in ceramica. Aggiungere la zampa di vitello, l'acqua, la verdura, le spezie e il sale. Cuocere per 8 ore su «Low». Togliere la carne e fare raffreddare.

2. Per la salsa, ridurre gli ingredienti in purea e condire.

3. Tagliare il bollito a fette sottili e sistemare su un piatto. Coprire con la salsa gazpacho e guarnire.

**Suggerimento:** gustate il brodo di carne come una preziosa riserva di energia. Può essere usato anche come base per minestre.





## Arrosto ticinese al vino rosso

Per 4 persone / cottura: 8 ore su «Low»

### Ingredienti

1 kg	di arrosto di manzo, ad esempio scamone, noce o magatello
	burro per arrostire
3 dl	di vino rosso
2 dl	di acqua
1	dado per brodo
2	cucchiaini di passata di pomodoro
	sale, pepe, paprica
1	cipolla steccata con una foglia di alloro e chiodi di garofano
2	spicchi d'aglio tagliato a spicchi sottili
1	carota piccola tagliata a pezzetti
1/4	di sedano rapa tagliato a pezzetti
1/4	bastoncino di porro tagliato a pezzi
1	rametto di rosmarino
2	pomodori tagliati a spicchi

### Preparazione

1. In una pentola separata, rosolare bene la carne nel burro per arrostire da tutte le parti. Togliere la carne dalla pentola. Mettere il vino rosso e l'acqua nella pentola e sciogliere il dado e la passata di pomodoro. Condire l'arrosto con sale, pepe e paprica e mettere nella padella in ceramica.

2. Mettere la cipolla, la carota, il sedano e il rosmarino accanto o sull'arrosto. Aggiungere gli spicchi di pomodoro per ultimo. Aggiungere la miscela di vino e far cuocere per 8 ore su «Low».

3. Togliere l'arrosto dalla pentola e tagliare a fette. Togliere le spezie dalla salsa, assaggiare la salsa, servire insieme all'arrosto. Si accompagna volentieri con polenta, risotto o pasta.

**Suggerimento:** se la mattina non c'è abbastanza tempo, la carne può essere messa nella salsa senza essere precedentemente rosolata. In questo modo l'arrosto sarà saporito ma non avrà lo stesso colore.



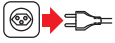
### Dopo la cottura

- Dopo l'uso spegnere l'apparecchio («Off») ed estrarre la spina dalla presa di corrente
- Prendere la pentola (scottal) con le apposite presine e appoggiarla su una superficie resistente al calore



- Togliere il coperchio (attenzione: fuoriuscita di vapore bollente!)
- Dopo la fase di raffreddamento pulire l'apparecchio, sia la pentola che il coperchio in vetro (vedi «Pulizia», pagina 41)

- Se la pentola è molto sporca lasciare dapprima in ammollo nell'acqua calda



- Dopo l'uso e prima di ogni pulizia spegnere l'apparecchio (= «Off») ed estrarre la spina dalla presa di corrente
- Lasciare raffreddare completamente l'apparecchio
- Pulire l'apparecchio dopo ogni uso per evitare che vi rimangano dei residui di cibo
- Se necessario, prima della pulizia riempire la pentola d'acqua, in modo che i residui alimentari possano sciogliersi («mettere a mollo»). **Nota:** non lasciare mai entrare in contatto la pentola calda con l'acqua fredda, la pentola potrebbe spaccarsi!
- Pulire in seguito la pentola con acqua calda e un po' di detersivo. Asciugare bene. La pentola può essere lavata anche in lavastoviglie
- Pulire il coperchio in vetro con un po' di detersivo, quindi asciugare bene. **Non mettere il coperchio in lavastoviglie**
- Non utilizzare oggetti appuntiti, taglienti né prodotti chimici abrasivi, altrimenti le superfici si graffiano
- Non immergere mai l'apparecchio e il cavo d'alimentazione in acqua né pulirli mai sotto l'acqua corrente (rischio di corto circuito e di scossa elettrica!)
- Pulire l'apparecchio e il cavo d'alimentazione con un panno morbido e non utilizzare detersivi o ausili abrasivi. Lasciare poi asciugare bene
- Durante quest'operazione non toccare la spina ovvero non pulirla mai con liquidi

## Custodia/Manutenzione

### Custodia



In caso di mancato uso, spegnere l'apparecchio (=«Off») ed estrarre la spina dalla presa di corrente. Conservare l'apparecchio in un luogo asciutto e privo di polvere, fuori dalla portata dei bambini. Raccomandiamo di conservare l'apparecchio nell'imballaggio originale.

### Manutenzione

L'apparecchio non necessita di alcuna manutenzione. Non deve essere lubrificato né oliato. Controllare regolarmente che il cavo e la spina non siano danneggiati.



Le riparazioni dell'apparecchio possono essere eseguite solo presso MIGROS-Service. Le riparazioni effettuate da personale non specializzato, possono essere fonte di pericolo per l'utente.

In caso di riparazioni non effettuate a regola d'arte non viene assunta alcuna responsabilità per eventuali danni; decade inoltre il diritto alla garanzia.

## Smaltimento



- Consegnare gli apparecchi inutilizzati presso un punto vendita per poterli smaltire gratuitamente come si conviene
- Smaltire immediatamente gli apparecchi con guasti pericolosi, assicurandosi che non possano più essere utilizzati
- Non smaltire gli apparecchi coi rifiuti domestici (tutela dell'ambiente!)

## Dati tecnici

Tensione nominale	230 Volt / 50 Hz	
Potenza nominale	200 Watt	
Dimensioni dell'apparecchio di base	ca. 23 x 26 x 34 cm (A x P x L)	
Lunghezza del cavo	ca. 1 m	
Peso dell'apparecchio di base	ca. 3.7 kg	
Contenuto pentola in ceramica	ca. 3.0 l	
Materiali	- corpo e manici	metallo / plastica
	- pentola	in ceramica smaltata
Livelli di temperatura	2 (e 1 livello per mantenere in caldo)	
Schermato contro i radiodisturbi	secondo le norme UE	
Approvato da	CE / S+	
M-garanzia	2 anni	

Con riserva di modifiche di costruzione ed esecuzione dell'apparecchio dovute al progresso tecnologico.









## Garantie / Garantie / Garanzia



**2 Jahre M-Garantie**  
**2 ans M-garantie**  
**2 anni M-garanzia**

Die MIGROS übernimmt während zwei Jahren seit Kaufabschluss die Garantie für Mängelfreiheit und Funktionsfähigkeit des von Ihnen erworbenen Gegenstandes.

Die MIGROS kann die Garantieleistung wahlweise durch kostenlose Reparatur, gleichwertigen Ersatz oder durch Rückerstattung des Kaufpreises erbringen. Weitere Ansprüche sind ausgeschlossen.

Nicht unter die Garantie fallen normale Abnutzung sowie die Folgen unsachgemässer Behandlung oder Beschädigung durch den Käufer oder Drittpersonen sowie Mängel, die auf äussere Umstände zurückzuführen sind. Die Garantieverpflichtung erlischt bei Reparaturen durch nicht MIGROS-autorisierte Servicestellen. Garantieschein oder Kaufnachweis (Kassabon, Rechnung) bitte sorgfältig aufbewahren. Bei Fehlen desselben wird jeder Garantieanspruch hinfällig.

MIGROS garantit, pour la durée de deux ans à partir de la date d'achat, le fonctionnement correct de l'objet acquis et son absence de défauts.

MIGROS peut choisir la modalité d'exécution de la prestation de garantie entre la réparation gratuite, le remplacement par un produit équivalent ou le remboursement du prix payé. Toutes les autres prétentions sont exclues.

La garantie n'inclut pas l'usure normale, ni les conséquences d'un traitement non approprié, ni l'endommagement par l'acheteur ou un tiers, ni les défauts dus à des circonstances extérieures.

La garantie n'est valable que si les réparations ont exclusivement été effectuées par le service après-vente MIGROS ou par les services autorisés par MIGROS.

Nous vous prions de bien vouloir conserver soigneusement le certificat de garantie ou le justificatif de l'achat (quittance, facture). Sans celui-ci aucune réclamation ne sera admise.

La MIGROS si assume per due anni, a partire dalla data d'acquisto, la garanzia per il funzionamento efficiente e l'assenza di difetti dell'oggetto in suo possesso.

La MIGROS può scegliere se eseguire la prestazione di garanzia attraverso la riparazione gratuita, la sostituzione del prodotto con uno di uguale valore o il rimborso del prezzo d'acquisto dello stesso. Ogni altra pretesa è esclusa.

Non sono compresi nella garanzia i guasti dovuti a normale usura, uso inadeguato o danni provocati dal proprietario o da terze persone, oppure derivanti da cause esterne.

L'obbligo di garanzia è valido soltanto all'esplicita condizione, che si ricorra unicamente al servizio dopo vendita MIGROS o ai servizi autorizzati.

Per favore conservi il certificato di garanzia oppure il giustificativo d'acquisto (scontrino, fattura). Con la sua perdita si estingue ogni diritto di garanzia.

### MIGROS Service

Reparatur- oder pflegebedürftige Geräte werden in jeder Verkaufsstelle entgegen-  
genommen.

Les articles nécessitant un service d'entretien ou une réparation sont repris à chaque point de vente.

Gli articoli che necessitano un servizio manutenzione o una riparazione possono essere depositati in ogni punto vendita.



**M-INFOLINE**  
0848 84 0848  
[www.migros.ch](http://www.migros.ch)

Haben Sie weitere Fragen? Die M-Infoline hilft Ihnen gerne weiter unter der Tel.-Nr.: 0848 84 0848:

Montag bis Freitag 08.00 – 18.30 Uhr

Samstag 08.30 – 17.30

(8 Rp./Min. 08.00 – 17.00 Uhr, 4 Rp./Min von 17.00 – 18.30 Uhr und Samstag,.)

[www.migros.ch/kontakt](http://www.migros.ch/kontakt)

Vous avez des questions? M-Infoline est là pour vous aider: 0848 84 0848 du lundi au vendredi de 8h à 18h30, samedi de 8h30 à 17h30.

(8 cts/min. de 8 h à 17 h,

4 cts/min. de 17 h à 18 h 30 et samedi).

[www.migros.ch/contact](http://www.migros.ch/contact)

Avete altre domande? L'M-Infoline rimane volentieri a vostra disposizione per ulteriori informazioni:

0848 84 0848 dal lunedì al venerdì dalle 08.00 alle 18.30 e il sabato dalle 08.30 alle 17.30

(8 cent./min. dalle 8.00 alle 17.00, 4 cent./min. dalle 17.00 alle 18.30 e sabato).

[www.migros.ch/contatto](http://www.migros.ch/contatto)