

# **GUIDE UTILISATION**

## **MARMITE NORVÉGIENNE**



# LA MARMITE NORVÉGIENNE

C'est un objet vieux comme le monde. Installé dans votre cuisine, il vous permettra d'économiser entre 40 et 60% d'énergie par rapport à la cuisson classique.

## **Utilisation**

Le procédé convient parfaitement pour les plats en sauce qui demandent à mijoter, pour les aliments qui doivent être bouillis : les pâtes, le riz, les soupes, les confitures, les compotes, le yaourt et d'autres encore.

Dans votre cocotte préférée, préparez votre mélange ou votre plat. Portez le à ébullition, entre 1 à 15 minutes en fonction de votre préparation. Posez un couvercle hermétique.

Vous retirez votre casserole du feu et la posez dans votre marmite norvégienne. Soyez rapide et prudent lors de cette étape. Ne vous brûlez pas dans la précipitation, mais sachez que toute minute hors du feu et de la marmite norvégienne est une déperdition de chaleur.

Vous refermez rapidement votre marmite norvégienne avec le couvercle.

On compte pour une cuisson en marmite norvégienne, le double de temps par rapport à une cuisson classique.

A savoir que

Une fois le temps écoulé, retirez le couvercle, sortez votre cocotte et dégustez !

## **Précautions**

Il y a quelques précautions à prendre en utilisant la marmite norvégienne.

La première est de s'assurer que la température à la fin de la cuisson excède les 60°. En dessous de cette température, les bactéries commencent à se développer. Si c'est le cas, ramener votre plat à ébullition.

La deuxième est d'aérer la marmite norvégienne après son utilisation. En effet, de la condensation peut se créer pendant l'utilisation et à terme baisser l'efficacité de l'isolant.

À la fin de l'utilisation ventilez votre pièce.

**minéka**

MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION À (RÉ)UTILISER