



À décompte  
Pour les mijoteuses programmables à  
décompte de 3,75 litres à 6,5 litres

## **Notice d'emploi**

LISEZ ET GARDEZ CES INSTRUCTIONS

[www.crock-pot.ca](http://www.crock-pot.ca)

# CONSIGNES IMPORTANTES

**L'emploi de tout appareil électroménager exige l'observation de certaines précautions de sécurité fondamentales, y compris des suivantes :**

1. Lisez attentivement toutes les instructions avant l'utilisation.
2. Ne touchez pas aux surfaces chaudes. Utilisez boutons et poignées.
3. Pour vous protéger du choc électrique, ne mettez jamais le cordon, la fiche ou l'unité de chauffage dans un liquide, quel qu'il soit.
4. Redoublez de vigilance lorsque l'appareil est utilisé par des enfants ou en leur présence.
5. Débranchez l'appareil quand il ne sert pas et avant de le nettoyer. Portez des gants de cuisinier ou attendez que l'appareil ait refroidi pour monter ou démonter toute pièce.
6. Ne vous servez jamais d'un appareil dont le cordon ou la fiche est abîmé, qui a mal fonctionné ou a été endommagé de quelque façon. Retournez-la à son fabricant (voyez la garantie) pour la faire vérifier et lui faire subir les réglages électriques ou mécaniques requis.
7. Ne vous servez pas de cet appareil à l'air libre.
8. Veillez à ce que le cordon ne pende pas et qu'il ne touche pas à une surface chaude.
9. Ne placez l'appareil ni sur ni près d'un foyer à gaz ou électrique chaud, ni dans un four chaud.
10. Agissez très prudemment lorsque vous déplacez un appareil qui contient de l'huile ou tout autre liquide chaud. Portez toujours des gants de cuisinier pour déplacer une mijoteuse chaude.
11. N'utilisez cet appareil qu'aux fins auxquelles il est destiné.
12. Évitez les changements brusques de température, n'ajoutez pas, par exemple, d'aliments réfrigérés ou de liquides froids dans le pot chaud.
13. Pour la débrancher, pressez la touche OFF puis sortez la fiche de la prise.
14. L'utilisation d'accessoires que ne conseille pas formellement le fabricant peut être une source de blessures corporelles.
15. Gardez l'appareil à au moins 15 cm (6 po) des murs et assurez-vous qu'il y ait un espace vide d'au moins 15 cm (6 po) tout autour de lui.
16. **ATTENTION :** Pour éviter dommages ou chocs, ne faites cuire que dans le pot en grès, absolument jamais dans la base chauffante.

# CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

Cet appareil est uniquement conçu pour **L'USAGE DOMESTIQUE**. Il ne contient aucune pièce que puisse réparer l'utilisateur. Ne tentez pas de réparer ce produit vous-même. L'appareil est doté d'un cordon d'alimentation court qui ne devrait ni s'emmêler ni faire trébucher, comme pourrait le faire un cordon plus long. **UNE RALLONGE ÉLECTRIQUE PEUT ÊTRE UTILISÉE AVEC GRAND SOIN. TOUTEFOIS, SES CARACTÉRISTIQUES ÉLECTRIQUES DOIVENT ÊTRE AU MOINS ÉGALES À CELLES DE LA MIJOTEUSE CROCK-POT.** La rallonge électrique doit être disposée de façon à ne pas pendre du plan de travail ou du plateau de table, afin que les enfants ne puissent pas la tirer et qu'elle ne risque pas de faire trébucher.



## FICHE POLARISÉE

Cet appareil est équipé d'une fiche polarisée (ayant une lame plus large que l'autre). Par mesure de sécurité, elle ne peut être insérée dans les prises de courant polarisées que d'une façon. Si la fiche ne rentre pas bien dans la prise, inversez-la. Si vous ne réussissez toujours pas, faites changer la prise par un électricien. Ne tentez de modifier le dispositif de sécurité de la fiche en aucune façon. Si la fiche rentre dans la prise mais qu'il y ait du jeu ou bien si la prise de courant alternatif vous semble chaude, ne vous en servez pas de cette prise.

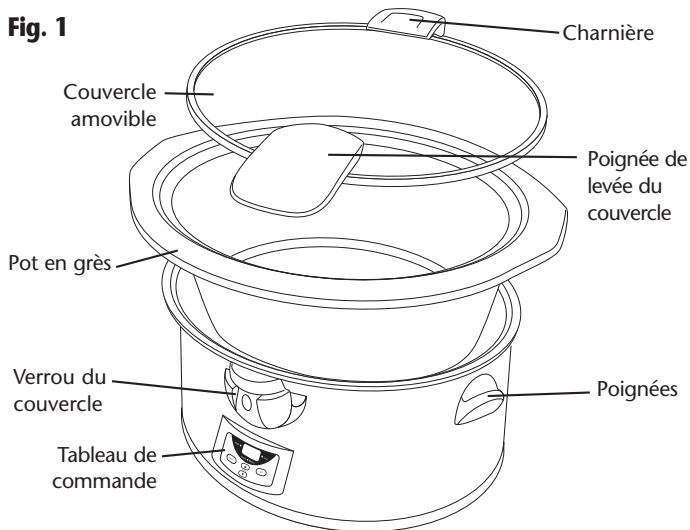
**REMARQUE IMPORTANTE:** Certains plans de travail et plateaux de table ne sont pas faits pour supporter la chaleur qui se dégage de divers appareils pendant de longues périodes de temps. Ne posez pas l'appareil chaud sur une belle table en bois – nous recommandons de mettre une plaque insensible à la chaleur ou bien un dessous-de-plat sous la mijoteuse pour ne pas risquer d'abîmer la surface de la table.

**REMARQUE:** Lors des premières utilisations, il peut se dégager un peu de fumée ou une légère odeur de la mijoteuse. Ceci est tout à fait normal et se produit avec la plupart des appareils qui chauffent; temporaires, la fumée et l'odeur cesseront après quelques utilisations.

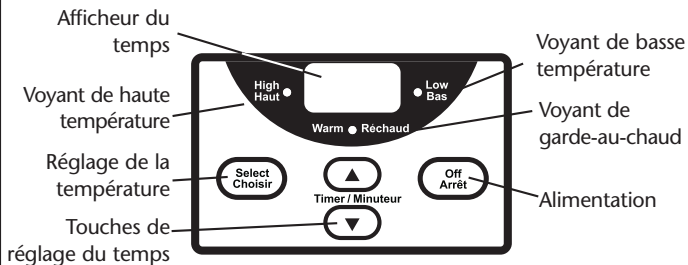
**REMARQUE:** Posez soigneusement le pot en grès sur les tables de cuisson vitrocéramiques ou parfaitement lisses, sur les plans de travail, les tables, et autres. De par sa nature, la surface inférieure rugueuse du grès peut érafler certaines surfaces si des précautions ne sont pas observées. Placez toujours un coussin isolant sur la table ou le plan de travail avant d'y poser le pot en grès.

# ÉLÉMENTS DE LA MIJOTEUSE CROCK-POT<sup>MD</sup>

**Fig. 1**



## TABLEAU DE COMMANDE



## PRÉPARATIFS POUR UTILISER LA MIJOTEUSE CROCK-POT<sup>MD</sup>

Déballer la mijoteuse puis, avant l'utilisation, lavez le couvercle ainsi que le pot en grès à l'eau savonneuse chaude. Asséchez-les à fond.

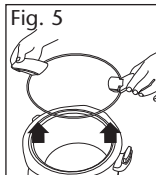
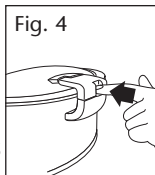
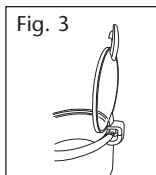
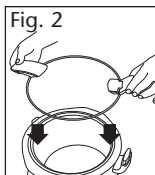
### Assemblage

1. Posez le pot en grès dans la base chauffante.
2. Abaissez le couvercle sur le pot en le tenant horizontalement.

## EMPLOI DU COUVERCLE ARTICULÉ VERROUILLABLE

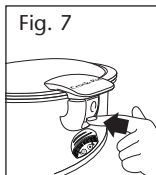
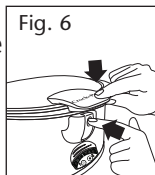
### Assemblage du couvercle

1. Posez le pot en grès dans la base chauffante.
2. Faites concorder la charnière du couvercle et la partie correspondante de la base chauffante, puis pressez délicatement pour les enclencher (fig. 2). Ce couvercle est conçu pour simplifier le service (fig. 3).



### Démontage du couvercle

1. Le couvercle doit toujours être enlevé avant de retirer le pot en grès de la base chauffante. Pour débloquer le couvercle, il suffit d'appuyer sur le verrou, à l'arrière de la charnière (fig. 4).
2. Levez le couvercle tout droit (fig. 5).



### Blocage du couvercle pour le transport

1. Agissez tel qu'indiqué aux paragraphes 1 et 2, sous la rubrique «Assemblage du couvercle».
2. Bloquez le couvercle en appuyant sur le haut du bouton qui se trouve sous la poignée de levée du couvercle, à l'avant de l'appareil (fig. 6).
3. Pour débloquer le couvercle lorsque vous arrivez à destination, appuyez sur le bas du bouton, sous la poignée de levée du couvercle (fig. 7).

## EMPLOI DU COUVERCLE ARTICULÉ VERROUILLABLE (SUITE)

### ATTENTION :

N'essayez JAMAIS de tenir la mijoteuse par la charnière, le verrou ou la poignée de levée pour lever ou porter la mijoteuse. Servez-vous toujours des poignées.

Ne faites JAMAIS cuire avec le couvercle verrouillé. Gardez-le débloqué durant l'utilisation normale – ne le bloquez que pour le transport.

## MODE D'EMPLOI DE LA MIJOTEUSE CROCK-POT<sup>MD</sup>

1. Déposez les ingrédients dans le pot puis mettez le couvercle
2. Branchez la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>.
3. Choisissez le réglage de température (HIGH/HAUT ou LOW/BAS).  
**REMARQUE:** Le réglage WARM (GARDE-AU-CHAUD) garde les aliments cuits à point. NE faites JAMAIS cuire à ce réglage.
4. Appuyez sur les flèches de réglage du temps pour considérer les options. La plage des durées est de 20 heures, par incréments de 30 minutes. Réglez la cuisson selon la durée indiquée dans la recette. Le décompte des minutes débutera.
5. À la fin du temps de cuisson, la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup> passera automatiquement à « WARM » et le voyant lumineux de ce réglage s'allumera.  
REMARQUE: Nous déconseillons de laisser les aliments cuits au réglage « WARM » (garde-au-chaud) plus de 4 heures.
6. Pour éteindre la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>, appuyez sur le bouton d'arrêt « OFF » puis débranchez le cordon à la prise de courant.

### NOTE D'UTILISATION

- Si une panne de courant survient, l'afficheur et les voyants clignoteront au rétablissement du courant. Tous les réglages de la mijoteuse sont effacés et doivent être réinitialisés. La nourriture pourrait en conséquence être altérée et dangereuse pour la santé. Si vous ne connaissez pas la durée de la panne, nous vous suggérons de jeter le contenu du pot.
- Dans le cas des recettes requérant une gamme de température, choisissez la durée moyenne. Par exemple, pour faire une recette qui

## MODE D'EMPLOI DE LA MIJOTEUSE CROCK-POT<sup>MD</sup> (SUITE)

exige une durée de cuisson de 7 à 9 heures à température BASSE, réglez votre mijoteuse à 8 heures.

- Si vous le désirez, vous pouvez manuellement mettre la mijoteuse au réglage WARM (GARDE-AU-CHAUD) à la fin de la cuisson.
- Pour éviter une surcuisson ou la sous-cuisson des aliments, remplissez toujours le pot de grès à demi ou aux trois quarts afin de vous conformer aux durées de cuisson (à moins d'avis contraire dans la recette).
- Ne remplissez pas le pot en grès à l'excès. Pour éviter les déversements et éclaboussures, ne le remplissez qu'aux trois quarts, pas plus.
- Faites toujours cuire pendant le temps conseillé, le couvercle étant en place. Ne retirez pas le couvercle au cours des deux premières heures de cuisson afin que la température atteigne son efficacité optimale.
- Portez toujours des gants de cuisinier pour manier le couvercle et le pot.
- Débranchez l'appareil une fois la cuisson terminée et avant de le nettoyer.
- Bien que le pot amovible en grès soit utilisable dans les fours ordinaires et dans les fours à micro-ondes, il ne convient pas aux foyers électriques et à gaz ou sous le gril. Voyez le tableau ci-dessous.

| Pièce       | Lavable en machine | Utilisable dans le four    | Utilisable au micro-ondes | Utilisable sur la cuisinière |
|-------------|--------------------|----------------------------|---------------------------|------------------------------|
| Couvercle   | Oui                | Non                        | Non                       | Non                          |
| Pot en grès | Oui                | Oui, mais pas sous le gril | Oui                       | Non                          |

## NETTOYAGE DE LA MIJOTEUSE

- Réglez TOUJOURS la mijoteuse à l'arrêt, débranchez-la à la prise de courant et laissez-la refroidir avant de la nettoyer.
- Le couvercle et le pot en grès peuvent être lavés à l'eau savonneuse chaude ou en machine. N'employez pas de produits abrasifs ou de tampons à récurer – un linge, une spatule de caoutchouc ou une éponge suffisent généralement pour décoller les résidus. Enlevez les taches (d'eau, ou autre) avec un nettoyant non abrasif ou du vinaigre.

## NETTOYAGE DE LA MIJOTEUSE (SUITE)

- Le pot en grès ne supporte pas mieux les changements brusques de température que ne le ferait un autre article en céramique fine. Ne lavez jamais un pot en grès chaud à l'eau froide.
- Essuyez la base chauffante avec un linge doux imbibé d'eau savonneuse chaude. Essuyez-la soigneusement. N'employez pas de produits abrasifs.  
**ATTENTION** : N'immergez la base chauffante dans absolument aucun liquide.
- Aucun autre service ne devrait être nécessaire.

## CONSEILS PRATIQUES

### PÂTES ALIMENTAIRES ET RIZ

- Pour obtenir les meilleurs résultats, utilisez du riz étuvé à long grain ou le riz spécial que précise la recette. S'il n'est pas cuit totalement après la cuisson suggérée, ajoutez 250 à 375 mL de liquide pour chaque tasse de riz cuit et prolongez la cuisson de 20 à 30 minutes.
- Faites préalablement cuire les pâtes alimentaires à l'eau bouillante jusqu'à ce qu'elles soient juste tendres. Ajoutez-les au contenu de la mijoteuse Crock-Pot<sup>™</sup>MD durant les 30 dernières minutes de cuisson.

### HARICOTS

- Les haricots doivent ramollir avant d'être mélangés à du sucre ou à des ingrédients acides. Le sucre et les acides ont tendance à durcir les haricots et à les empêcher de ramollir.
- Les haricots secs, et en particulier les haricots rouges, doivent bouillir avant d'être incorporés aux recettes.
- Les haricots cuits, en conserve, peuvent remplacer les haricots secs.

### LÉGUMES

- Beaucoup de légumes bénéficient du mijotage et développent leur délicieuse saveur. Ils n'ont pas tendance à surcuire dans la mijoteuse, comme ils le feraient dans le four ou sur la cuisinière.
- Quand une recette se compose de viande et de légumes, mettez



## CONSEILS PRATIQUES (SUITE)

toujours les légumes en premier dans la mijoteuse. En général, les légumes mijotés cuisent plus lentement que la viande.

- Disposez les légumes près du pourtour et du fond de la mijoteuse, ainsi ils cuiront mieux.

### HERBES AROMATIQUES ET ÉPICES

- Ajoutées en fin de cuisson – leur goût fin se dégradant à la cuisson prolongée – les herbes fraîches confèrent couleur et saveur.
- Herbes et épices moulées ou séchées se prêtent au mijotage et présentent l'avantage de pouvoir être ajoutées au tout début.
- La puissance gustative des herbes et des épices varie selon leur force particulière et leur durée de conservation. Utilisez-les en quantité modérée puis goûtez et rectifiez l'assaisonnement avant de servir.

### LAIT

- Le lait, la crème et la crème sure se séparant à la cuisson prolongée, ne les ajoutez si possible que durant les 15 à 30 dernières minutes de cuisson.
- Les soupes condensées peuvent remplacer le lait, ou autre; elles présentent le gros avantage de pouvoir mijoter longtemps.

### SOUPES

- Certaines recettes préconisent l'emploi de beaucoup de liquide. Déposez tous les ingrédients solides dans le pot puis ajoutez l'eau voulue pour les recouvrir, pas plus. Si vous préférez une soupe moins épaisse, vous pourrez toujours l'éclaircir avant de la servir.

### VIANDES

- Parez le gras, rincez la viande puis asséchez-la avec des essuie-tout.
- Faire revenir la viande à la poêle ou sous le gril fait fondre du gras qui peut être égoutté, ce qui rehausse la saveur de la viande mijotée.
- La viande doit loger dans le pot en grès sans lever le couvercle.

## CONSEILS PRATIQUES (SUITE)

- Si le morceau est plus petit ou plus gros que préconisé, modifiez la quantité de légumes ou de pommes de terre car le pot en grès doit toujours être entre demi-plein et plein aux trois quarts.
- Le poids de la viande et la durée de cuisson ne sont fournis qu'à titre indicatif; ils varient selon la coupe, la forme et les os. Les viandes maigres, telles le poulet ou le filet de porc, ont tendance à cuire plus vite que celles qui incorporent plus de tissus conjonctifs et gras, telles la macreuse et l'épaule de porc. Les pièces avec os doivent cuire plus longtemps que celles qui sont désossées.
- Coupez la viande en plus petits morceaux pour la cuire avec des aliments précuits, tels les haricots, les fruits ou les légumes légers – champignons, oignon haché, aubergine ou brunoise, par exemple. Ainsi tous les ingrédients cuiront à la même allure.
- Versez préalablement au moins 250 mL de liquide tiède dans la mijoteuse pour cuire de la viande congelée. Ce liquide «tampon» amortira le changement brusque de température. Prolongez en outre la cuisson de 4 heures au réglage bas ou de 2 heures au réglage haut. Dégeler et attendrir les plus grosses pièces de viande congelée peut prendre plus longtemps.

### POISSON

- Le poisson cuisant très vite, ne l'ajoutez qu'à la fin du cycle de cuisson, soit au cours des 15 à 60 dernières minutes de cuisson.

### LIQUIDE

- Pour obtenir les résultats optimaux et empêcher les aliments de dessécher ou de brûler, assurez-vous que la recette incorpore toujours un volume suffisant de liquide.
- Veillez à ce que le pot en grès soit toujours au moins à demi-plein (minimum) ou plein aux trois quarts (maximum), et respectez les durées de cuisson recommandées.

**Visitez le site Crock-Pot<sup>MD</sup> au [www.crock-pot.ca](http://www.crock-pot.ca), vous y trouverez d'autres conseils pratiques et recettes.**

# RECETTES

## PETITES CÔTES LEVÉES DE DOS

**6 à 10 portions**

2 à 4 plaques de petites côtes levées de dos, chacune coupées en 3 ou 4 morceaux      500 à 1000 mL de sauce barbecue  
2 ou 3 oignons, hachés

1. Déposez les petites côtes dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>. Répartissez l'oignon sur les côtes puis nappez côtes et oignon de sauce barbecue.
2. Couvrez et faites cuire de 7 à 9 heures à bas ou bien 4 ou 5 heures à haut, soit jusqu'à ce que la viande soit tendre.
3. Pour servir, coupez la viande entre les os et enrobez les côtes individuelles d'un supplément de sauce, si désiré.

## PORC BBQ DÉCHIQUETÉ

**6 à 8 portions**

1,25 à 2,5 kg de longe de porc, gras totalement paré      2 ou 3 oignons, hachés  
500 à 1000 mL de sauce barbecue      6 à 8 pains à hamburger ou petits pains croûtés

1. Placez la longe de porc dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>, parsemez-la d'oignon puis nappez-la de sauce barbecue.
2. Couvrez et faites cuire de 7 à 9 heures à bas ou bien 4 ou 5 heures à haut, soit jusqu'à ce que la viande soit tendre.
3. Retirez la viande de la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup> et déchiqutez-la à la fourchette. Mettez la viande déchiqutee dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup> et enrobez-la de sauce.
4. Servez le porc BBQ déchiqute sur des pains à hamburger ou sur des petits pains croûtés.

# RECETTES

## BŒUF BOURGUIGNON

**6 à 8 portions**

45 mL de farine

Sel cachet et poivre

1,5 kg de macreuse, en cubes de 2,5 cm

3 grosses carottes, épluchées, en rondelles

1 oignon moyen, coupé en rondelles

6 tranches de bacon, coupées en

morceaux de 2,5 à 5 cm

1 boîte de 280 mL de bouillon de bœuf

500 mL de vin rouge ou de Bourgogne

15 mL de pâte de tomates

2 gousses d'ail, hachées fin

3 brins de thym frais, sans les tiges

1 feuille de laurier

500 g de champignons frais, en lamelles

2 grosses pommes de terre,

coupées en morceaux de 2,5 cm

1. Enrobez les cubes de viande de farine salée et poivrée. Saisissez-les dans une poêle à frire, sur la cuisinière (facultatif).
2. Mettez la viande et le reste des ingrédients dans la Crock-Pot<sup>MD</sup>.
3. Couvrez et faites cuire de 8 à 10 heures à bas ou bien de 5 à 7 heures à haut, soit jusqu'à ce que la viande soit tendre.

## POULET RÔTI AU CITRON ET AUX HERBES

**4 à 6 portions**

1 poulet à rôtir de 2 à 3 kg

125 mL d'oignon haché

15 à 30 mL de beurre

Jus d'un citron

2 mL de sel cachet

30 mL de persil frais

2 mL de thym déshydraté

3 mL de paprika

1. Mettez l'oignon dans la cavité et frottez la peau du poulet avec le beurre. Posez le poulet dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>.
2. Pressez le citron sur le poulet avant de saupoudrer les assaisonnements restants. Couvrez et faites cuire de 8 à 10 heures à bas ou bien 4 ou 5 heures à haut.

# RECETTES

## POULET CACCIATORE

### 4 à 8 portions

2 ou 3 oignons, en rondelles minces  
1 à 2 kg de poulet (poitrines ou cuisses),  
sans peau  
1 boîte (796 mL) de tomates oblongues  
Sel cacher et poivre  
5 gousses d'ail, hachées fin

125 mL de vin blanc sec ou de bouillon  
30 mL de câpres  
20 olives kalamata, dénoyautées et hachées  
1 bouquet de persil frais ou de basilic,  
sans tiges, haché grossièrement  
Pâtes alimentaires cuites

1. Déposez l'oignon puis le poulet dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>.
2. Dans un bol, mélangez les tomates hachées, le sel, le poivre, l'ail et le vin blanc. Arrosez le poulet de ce mélange.
3. Couvrez et faites cuire 5 ou 6 heures à bas ou bien 3 ou 4 heures à haut, soit jusqu'à ce que le poulet soit tendre.
4. Incorporez les câpres, olives et herbes juste avant de servir.
5. Servez cette préparation sur des pâtes alimentaires cuites.

**Remarque:** Si vous utilisez du poulet avec des os plutôt que désossé, augmentez la durée de cuisson de 30 à 60 minutes.

## BŒUF AU CHILE

### 6 à 8 portions

2 gros oignons, hachés  
5 ou 6 gousses d'ail, hachées fin  
2 poivrons verts, hachés  
1 à 1,5 kg de bœuf haché, cuit et égoutté  
2 boîtes de 398 mL de haricots rouges,  
noirs ou blancs, rincés et égouttés

1 boîte de 398 mL de tomates en dés  
2 piments jalapeños, épépinés et hachés fin  
15 mL de cumin  
5 mL de Cayenne  
125 mL de bouillon de poulet

1. Mettez tous les ingrédients dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>.
2. Couvrez; faites cuire 8 ou 9 heures à bas ou 4 ou 5 heures à haut.

# RECETTES

## BŒUF BRAISÉ

**6 à 10 portions**

1 rôti de bœuf à braiser de 1 ou 2 kg  
125 mL de farine  
Sel cachet et poivre  
3 carottes, coupées en rondelles  
3 pommes de terre, coupées en quatre

3 oignons, coupés en rondelles  
2 branches de céleri, coupées en tranches  
250 mL de champignons,  
coupés en lamelles  
250 mL de bouillon de bœuf ou de vin

1. Enrobez le rôti de farine salée et poivrée. Saisissez la viande de toutes parts dans une poêle, sur la cuisinière (facultatif).
2. Placez les légumes, outre les champignons, dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>, puis le rôti puis les champignons. Arrosez de liquide.
3. Couvrez et faites cuire de 10 à 12 heures à bas ou bien de 6 à 8 heures à haut, soit jusqu'à ce que la viande soit tendre.

## SAUCISSES ET BOULETTES DE VIANDE

**8 à 10 portions**

1,5 à 2,5 kg de saucisses et boulettes de viande crues  
6 gousses d'ail, pelées et hachées fin  
1 boîte de 796 mL de tomates broyées

1 ou 2 boîtes de 796 mL de tomates oblongues dans leur jus, hachées gros  
1 bouquet de basilic frais  
Pâtes alimentaires cuites  
Fromage râpé

1. Rissolez la viande dans une poêle, sur la cuisinière (facultatif).
2. Mettez les ingrédients dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>, outre les pâtes alimentaires et le fromage râpé.
3. Couvrez; faites cuire 7 ou 8 heures à bas ou 4 ou 5 heures à haut.
4. Servez avec les pâtes alimentaires cuites et le fromage râpé.

# RECETTES

## RAGOÛT DE BŒUF

**6 à 8 portions**

1 ou 2 kg de macreuse, coupée  
en cubes de 2,5 cm

125 mL de farine

Sel cachet et poivre

750 mL de bouillon de bœuf

15 mL de sauce Worcestershire

3 gousses d'ail, hachées fin

2 feuilles de laurier

6 petites pommes de terre,  
coupées en quatre

2 ou 3 oignons, hachés

3 branches de céleri, coupées en tranches

1. Saupoudrez la viande de farine, de sel et de poivre avant de la déposer dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>.
2. Ajoutez le reste des ingrédients et remuez pour bien mélanger.
3. Couvrez et faites cuire de 8 à 10 heures à bas ou bien 5 ou 6 heures à haut – la viande doit être très tendre. Remuez pour uniformiser les saveurs avant de servir.

## FILETS DE POISSON AISÉS ET SAINS

**4 à 6 portions**

Sel cachet et poivre

1 à 1,5 kg de filets de poisson maigre  
(morue, bar commun, tilapia ou barbu  
de rivière), dépouillés

2 ou 3 citrons, coupés en rondelles minces

Herbes fraîches (persil à feuilles plates,  
basilic, estragon ou un mélange de tous )

Salsa préparée ou tapenade pour la garniture

1. Salez et poivrez les deux faces des filets avant de les placer dans la mijoteuse Crock-Pot<sup>MD</sup>. Répartissez les herbes dessus puis les rondelles de citron; mettez-en aussi sous le poisson.
2. Couvrez et faites cuire de 30 à 40 minutes au réglage haut, ou jusqu'à ce que la chair soit opaque. La durée de cuisson variera en fonction de l'épaisseur des filets.
3. Retirez les rondelles de citron et garnissez de salsa ou de tapenade.

## INSTRUCTIONS RELATIVES AU SERVICE

1. N'essayez PAS de réparer ou d'ajuster une fonction mécanique ou électrique de l'appareil, ceci annulerait la garantie.
2. Si l'appareil doit être remplacé, veuillez le retourner au magasin où vous l'avez acheté, dans son emballage d'origine et de concert avec le reçu de caisse. Si ce retour a lieu plus de 30 jours après la date de l'achat, veuillez consulter la garantie ci-incluse.
3. Si vous avez toute question ou observation relative au fonctionnement, ou si vous croyez que l'appareil a besoin d'être réparé, veuillez écrire à notre service à la clientèle au 1-800-323-9519 ou bien visiter [www.crock-pot.ca](http://www.crock-pot.ca).

## GARANTIE LIMITÉE DE 1 AN

Sunbeam Products, Inc. faisant affaires sous le nom de Jarden Consumer Solutions ou, si au Canada, Sunbeam Corporation (Canada) Limited faisant affaires sous le nom de Jarden Consumer Solutions (collectivement « JCS ») garantit que pour une période d'un an à partir de la date d'achat, ce produit sera exempt de défauts de pièces et de main-d'œuvre. JCS, à sa discrétion, réparera ou remplacera ce produit ou tout composant du produit déclaré défectueux pendant la période de garantie. Le produit ou composant de remplacement sera soit neuf soit réusiné. Si le produit n'est plus disponible, il sera remplacé par un produit similaire de valeur égale ou supérieure. Il s'agit de votre garantie exclusive. N'essayez PAS de réparer ou d'ajuster toute fonction électrique ou mécanique de ce produit, cela annulera cette garantie.

Cette garantie est valide pour l'acheteur initial du produit à la date d'achat initiale et ne peut être transférée. Conservez votre facture d'achat originale. Les détaillants et les centres de service JCS ou les magasins de détail vendant les produits JCS n'ont pas le droit d'altérer, de modifier ou de changer de toute autre manière les termes et les conditions de cette garantie.

Cette garantie ne couvre pas l'usure normale des pièces ou les dommages résultant de toute cause suivante : utilisation négligente ou mauvaise utilisation du produit, utilisation d'un voltage ou d'un courant incorrects, utilisation contraire aux instructions d'utilisation, démontage, réparation ou altération par quiconque autre que JCS ou un centre de service autorisé de JCS. En outre, la garantie ne couvre pas : les catastrophes naturelles comme les feux, les inondations, les ouragans et les tornades.

### Quelles sont les limites de responsabilité de JCS ?

JCS ne sera pas tenu responsable de tout dommage consécutif ou accessoire causé par la violation de toute garantie ou condition expresse, implicite ou réglementaire.

Sauf si cela est interdit par les lois en vigueur, toute garantie ou condition implicite de valeur marchande ou adéquate à un usage particulier est limitée en durée à la durée de la garantie énoncée ci-dessus.

JCS exclut toute autre garantie, condition ou représentation, expresse, implicite, réglementaire ou autre.

JCS ne sera pas tenu responsable de tout dommage de toute sorte résultant de l'achat, de l'usage ou du mauvais usage, ou de l'incapacité à utiliser le produit y compris les dommages ou les pertes de profits consécutifs, accessoires, particuliers ou similaires, ou pour toute violation de contrat, fondamentale ou autre, ou pour toute réclamation portée à l'encontre de l'acheteur par toute autre partie.

Certaines provinces, états ou juridictions ne permettent pas d'exclusion ou de limitation pour des dommages consécutifs ou accessoires ou de limitations sur la durée de la garantie implicite, de ce fait les limitations ou exclusions ci-dessus peuvent ne pas s'appliquer à votre cas.

Cette garantie vous donne des droits juridiques particuliers et vous pouvez également disposer d'autres droits pouvant varier d'une province à l'autre, d'un état à l'autre ou d'une juridiction à l'autre.

### Comment obtenir le Service aux termes de la garantie

#### Aux É.U.

Si vous avez des questions concernant cette garantie ou si vous souhaitez obtenir le service aux termes de la garantie, veuillez appeler au 1-800-323-9519 et l'adresse d'un centre de service approprié vous sera fournie.

#### Au Canada

Si vous avez des questions concernant cette garantie ou si vous souhaitez obtenir le service aux termes de la garantie, veuillez appeler au 1-800-323-9519 et l'adresse d'un centre de service approprié vous sera fournie.

Aux É.U., cette garantie est offerte par Sunbeam Products, Inc. faisant affaires sous le nom de Jarden Consumer Solutions, situé à Boca Raton, Floride 33431. Au Canada, cette garantie est offerte par Sunbeam Corporation (Canada) Limited faisant affaires sous le nom de Jarden Consumer Solutions, situé au 20 B Hereford Street, Brampton, Ontario L6Y 0M1. Pour tout autre problème ou réclamation en relation avec ce produit, veuillez écrire à notre département du Service à la clientèle. **VEUILLEZ NE PAS RETOURNER CE PRODUIT À AUCUNE DE CES ADRESSES OU À L'ÉTABLISSEMENT D'ACHAT.**

© 2011 Sunbeam Products, Inc. faisant affaires sous le nom de Jarden Consumer Solutions. Tous droits réservés. Importé et distribué par Sunbeam Corporation (Canada) Limited faisant affaires sous le nom de Jarden Consumer Solutions, 20B Hereford St., Brampton, Ontario L6Y 0M1.