



版本号：SM397-1805

执行标准：GB 15066-2004《不锈钢压力锅》

GB/T 32147-2015《家用电磁炉适用锅》

压力锅生产许可证号：鄂XK16-203-00001



我是电子保修卡  
扫我码上来

商标持有人：浙江苏泊尔股份有限公司

地址：浙江玉环大麦屿经济开发区

制造商：武汉苏泊尔炊具有限公司

地址：武汉市汉阳区彭家岭368号 邮编：430051

全国服务电话：400-8899-717

网址：[www.supor.com.cn](http://www.supor.com.cn)

# 巧易旋系列压力快锅

使用说明书

使用前仔细阅读使用说明书

**SUPOR 苏泊尔**

有巧思 无难事

## 目录

关于苏泊尔压力锅.....	2
使用压力锅的安全原则.....	2
压力锅使用注意事项.....	3
首次使用指南.....	4
如何安全使用苏泊尔压力锅.....	4
产品信息.....	7
产品特点.....	8
产品结构和作用.....	8
压力锅的清洁保养及维护.....	9
使用中常见问题的处理（疑难解答）.....	11
烹饪时间参考表.....	13
装箱清单.....	14

**感谢您购买苏泊尔产品**

### 敬请留意

- ◇ 为确保您能正确安全地使用本产品，使用前请仔细阅读本说明书。
- ◇ 阅读后，熟记操作方法，并妥善保管。
- ◇ 产品如有改动，不再另行通知。
- ◇ 注意：由于未遵守本使用说明书中所提及的注意事项，由此所产生的任何故障和损失不在厂家的保修范围内，我厂亦不承担任何法律责任。请妥善保管好所有说明及相关文件。如有疑问，请与苏泊尔炊具客服中心或当地经销商联系，我们真诚期待您的宝贵意见和建议。

## 关于苏泊尔压力锅

压力锅又叫高压锅，目前主要有普通铝合金压力锅、不锈钢复合底铝合金压力锅以及不锈钢压力锅。它以独特的高温高压功能设计，大大缩短了烹饪的时间，节约了能源。苏泊尔作为压力锅GB15066-2004、GB13623-2003两大国家标准的主要起草者之一，始终坚持为您的家居生活增添健康、安心的产品，是您值得信赖的炊具专家。

## 使用压力锅的安全原则

- 请仔细阅读本使用说明书。
- 压力锅的零部件不能随意更换，切记苏泊尔牌压力锅仅可使用本公司相同产品的零件。
- 加热后的锅身锅盖温度很高，请避免直接接触高温表面，应使用手柄和限压阀柄。
- 请勿在限压阀上增加重量或用其他重物代替限压阀。
- 请勿让压力锅干烧，用于油炸或烧干水分。
- 请在位置稳定的加热源上使用压力锅，不能移动锅内还有压力的压力锅，移动盛有滚烫液体的压力锅时要加倍小心。
- 使用压力锅不能无人看守，特别在接近儿童的地方要严加看管。
- 如果压力锅使用出现异常，安全装置无法正常工作或动作时（如有磕碰或损坏变形迹象），请立即停止使用，并送苏泊尔维修服务站检修，请勿自行修理。
- 对于不同的食品请按照说明书中限制容量的要求进行烹调，对于苹果酱，大麦粉，通心粉等会产生各种泡沫并突然隆起飞溅的食品，请避免使用。
- 待煮好食物，锅内压力完全没有后才可打开压力锅。
- 烹饪会膨胀且有皮的肉，不要在皮膨胀时切割，以避免汤汁溅出导致烫伤。

- 使用前请检查排气管、防堵罩是否堵塞。
- 未成年人不得使用压力锅。
- 本产品请勿在微波炉、烤箱等炉具中使用。
- 本产品为家庭用压力锅，除家庭烹饪外，不可将压力锅作其他用途，尤其是高压油炸。
- 除使用说明中规定的保养之外，请不要改动任何的安全装置。
- 使用不当有可能造成伤害，请按照使用说明书正确使用。
- 各阀所具有的橡胶制品与密封胶圈（使用寿命为1-2年）均为消耗品，请适时更换本公司相同型号的配件。
- 本产品**在煮稀饭、绿豆及汤汁类易产生泡沫的食物时，当限压阀开始排气时，请立即关小火或将加热源功率调至800w以下，否则会出现米浆及汤汁喷溅的情况。
- 请保存好本使用说明书。

### 压力锅使用注意事项

#### △ 请勿干烧

干烧压力锅，排气管没有蒸汽出来，因此，限压阀无动作。干烧易使密封胶圈损伤，也易使手柄等部件损坏，所以请勿干烧。

#### △ 请不要放入太多的材料，不要使用过大火力

一次烧煮的量，包括材料、水和调料，请勿超过使用说明书中规定的限制容量。特别是烧煮易膨胀和易堵塞的食品如：豆类、易起泡的粥等食物时，食物加水的总量请勿超过锅身高度的二分之一。同时，烹饪过程中，当限压阀排汽时，请立即将火力调至最低进行烹饪，直至食物煮熟。

#### △ 请不要使用苏打或大量的油、酒、酒精等

苏打等易突发产生很多气泡的食物，以及大量的油、酒等会影响压力锅的安全性能，请避免使用。另外，烹饪粘性食物时，建议不要使用锅盖。

### △ 在加热过程中请不要移动锅身

如果加热过程中突然拿掉限压阀或者打开锅盖，或者摇晃锅身，都会使蒸汽、甚至米浆等液体喷出，所以请不要在加热过程中突然拿掉限压阀或摇晃锅身，甚至移动锅身。

### △ 除限压阀以外的地方排汽时，请立即关掉加热源

如果加热过程中出现排气管堵塞，止开安全阀或泄压安全窗，甚至其他地方，会出现排汽现象。此时，请迅速关掉加热源，不要触碰甚至移动压力锅，等待锅内压力下降直至锅内压力全部释放后才可进行下一步动作。

### △ 待锅内完全没有压力后再打开锅盖

压力锅烹饪完毕且关掉加热源后，锅内仍有一定压力，请将压力锅先放置一段时间，确认锅内没有压力后再打开锅盖。

## 首次使用指南

请先详细参阅所有说明，尤其注意“使用压力锅的安全原则”。

从锅身中取出所有附件（限压阀在上包装垫里）。在压力锅使用前，请将锅壁上的所有标贴去除干净，然后注入冷水至锅身一半高度，按“如何安全使用苏泊尔压力锅”第2，3，4点要求关合锅盖加热，直到限压阀排汽后调小火保持10分钟，以便除去新锅气味。待冷却后打开锅盖，倒去水份，并擦拭干净。（图1）

## 如何安全使用苏泊尔压力锅

### 1、容量

加入食物和液体时，请使用沸腾时能产生蒸汽的液体，如：水、汤、汁等。无论使用何种规格的压力锅，食物和液体的总量请勿超过锅身高度的三分之二（图2），当烹饪易膨胀的食物时，例如：汤、粥或脱水蔬菜，请勿超过锅身高度的二分之一（图3）。



图1

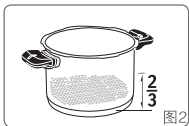


图2



图3

## 2、使用前检查

每次使用前，请打开防堵罩，向着光源认真检查排气管是否畅通、清洁，检查止开安全阀、防堵罩是否清洁。若有堵塞，请清洁畅通。检查密封胶圈是否在正确位置。具体方法见“压力锅的清洁保养及维护”部分第2，3，4，5点。

## 3、关合

关合时请将锅盖上靠近手柄左侧标记（部分型号为“|”形状标记，部分型号为“▽”形状标记）与锅身下手柄上的“|”标记对正，扣好锅盖、锅身。然后顺时针扳动上手柄，使上、下手柄上的两个标记对正，当听到“咔嗒”一声清脆的响声，表明锅盖已关合到位（图4、5）。必要时，尤其是新锅及大规格锅建议在关合时用手按住锅盖，这样有助于关合。

### 注意：

在刚合盖时如显示阀突然上升将不能关合锅盖，这时让显示阀下降后才能转动锅盖。

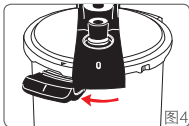


图4



图5



图6

注：图片仅为辅助说明，不同型号的产品，产品外形不尽相同。下同。

## 4、加热

加热前，移动压力锅时，请用两只手分别托着两个下手柄（图6），且应小心端起、放下，不要拖动。



为了更好地保护压力锅手柄，请确保压力锅要平放在炉具上。使用电炉时请选用直径与锅底相当或略小的电炉；用明火加热时，请确保火焰不要卷烧锅壁，以避免烧坏手柄。

加热时，手柄两侧边开槽处有蒸汽排出（图7），稍后显示阀自动上升密封（图8），说明锅内已有压力。当蒸汽稳定的由限压阀处排出时，请立即调低火力（图9），保持限压阀间歇排汽，请参照“烹饪时间参考表”，直到烹饪食物变熟为止。



### 注意：

- 1、未扣上限压阀时，加热时间较长后，显示阀上升属正常现象。
- 2、如果在上下手柄没完全关到位的情况下马上加热，有可能使蒸汽不断跑出导致上手柄发烫，应使其自然冷却后按正确方法操作。

## 5、冷却降压

食物烹饪完后，请关闭加热源，等待锅在室温下缓慢自然的释放压力。

### 注意：

请不要将压力锅还在高温状态下放入水中冷却，尤其是手柄处，因为手柄极冷极热交替，容易出现开裂现象。

## 6、打开锅盖

请等显示阀下降到原位后再打开锅盖，开盖前请先取下限压阀，并确认排气管无蒸汽排出；开盖时请逆时针转动上手柄，待锅盖上的标记（部分型号为“|”形状标记，部分型号为“▽”形状标记）与锅身下手柄标记“|”对正时，即可打开锅盖（图10、11）

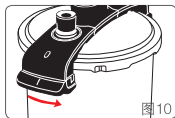


图10

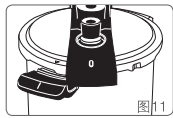


图11

**注意：**

- 1、打开锅盖时转动上手柄的手不要往上用力，请在水平方向拉动，以免用力不当损坏制件。
- 2、建议每次使用后在锅完全冷却前打开锅盖，以防止锅内负压影响锅盖开合。

**产品信息**

巧易旋压力快锅产品适宜在以下的加热源上使用：



明火



电炉



电磁炉



燃气灶

\* 请使用电磁炉烹饪区域与锅具底部接触平面直径相适应的电磁炉  
本品根据国家标准GB15066-2004《不锈钢压力锅》设计。

型号	常规款	加高款
规格	22cm	22cm
容量	6.0L	7.6L
工作压力	100 kPa	100 kPa

具体信息见包装盒

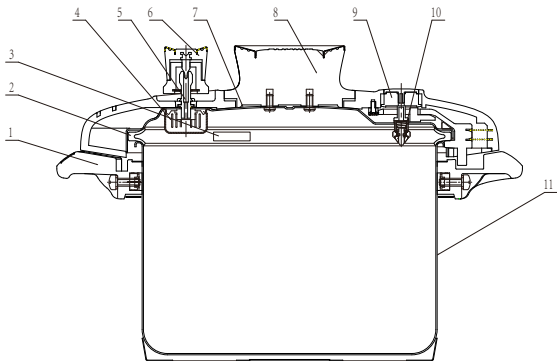
## 产品特点

- 100千帕加压提速系统，快速节能更营养
- 上盖旋合式开合，操作便捷
- 360° 安全系统，安全升级有保障  
1.0mm加厚锅身、锅盖，高压烹饪不变形  
加大压力显示阀，压力看得见，上压就止开  
双轨旋合，环环相扣，全面锁定  
清脆“锁定提示音”，安心烹饪  
温和排汽阀，防止汤汁溢出，有效降低噪音  
高弹力硅胶圈，进口原料，强韧耐用
- 优质SUS304 不锈钢基材，健康耐用，品质生活
- 磁力聚能环底部，节能省时，耐用不变形
- 附赠蒸架，满足多功能需求

## 产品结构和作用

- 1、下柄：移动锅具时使用。
- 2、密封胶圈：完全密封的作用，安装简单，密封性能良好，安装时须擦拭干净，不能有异物。
- 3、安全窗：当压力超高时，密封胶圈从此处挤出，释放压力，保证安全。
- 4、锅盖：采用优质不锈钢制成，与锅身扣合到位后才可使用。
- 5、防堵罩：具有安全可靠、安装简单的防堵罩，使排气管不易堵塞，排汽通畅。
- 6、限压阀：工作压力的调节装置。

- 7、**排气管**：压力锅蒸汽出口装置。
- 8、**上手柄**：打开和关合锅盖的作用，其内部装有开盖和合盖的安全机构。
- 9、**显示阀**：指示锅内压力状况。
- 10、**止开安全阀**：有压力时上升无法打开锅盖，无压力时自动下降可打开锅盖；压力锅正常工作时自动关闭安全阀门，当超压时自动排汽，保证安全。
- 11、**锅身**：用于盛装烹调实物。底厚壁薄，传热均匀。



## 压力锅的清洁保养及维护

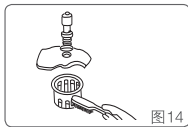
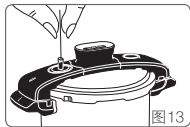
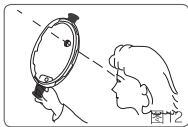
### 1、清洗

使用压力锅后，请将食物及时取出。每次使用后请及时清洗擦干，以免残留的食物尤其是酸、碱性物质腐蚀锅体。

清洗压力锅宜用清水或清水加清洁剂，请不要用钢丝球等磨损性大的东西擦洗。尤其清洗锅盖时更要小心，以免损坏橡胶部件。

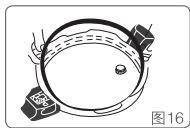
### 2、限压阀、排气管及防堵罩

每次使用完毕后，请取下限压阀检查是否有积垢，如有，请清洗干净；打开防堵罩对着光源，检查排气管孔和防堵罩有无堵塞。如有堵塞，可用热清水和竹签、刷子清洗（图12、13、14）。



### 3、止开安全阀

每次使用后检查止开安全阀是否清洁，需要清洗时请用热清水清洗，排除堵塞（图15）。



### 4、密封胶圈

使用后请用热清水加清洁剂清洗，洗后请正确放入锅盖的适当位置。

#### 注意：

- 1、请不要挤压密封胶圈，防止密封胶圈变形（图16）。
- 2、建议密封胶圈的使用时间不要超过两年。

### 5、显示阀

检查显示阀能否活动自如，如不能活动，请予以清洗，可从锅盖上方及手柄开槽处对着显示阀用水冲洗。如不清洁，请反复予以冲洗。

### 6、保存

压力锅在使用后，请清洗干净保存。保存时，建议锅身锅盖打开存放。

## 使用中常见问题的处理（疑难解答）

现象	可能的原因	处理方法
上手柄前端 压力显示阀 不上升，压 力锅不上压	1、炉具火力不足	请加大火力
	2、锅内水分不足或干烧	加热时间短可立即加水，请勿长时间干烧，如已长时间干烧后请送苏泊尔维修服务站处理
	3、止开安全阀位置不对或不清洁	请清洗止开安全阀和显示阀，或调整止开安全阀处于下降状态
	4、锅盖、锅身上下手柄没对正，没完全关到位	冷却后关合锅盖，请转动上手柄直到上下手柄完全对齐，并听到“咔嗒”一声清脆的响声（参见如何安全使用苏泊尔压力锅第3点）
	5、密封胶圈没有清洗干净，表面垫有米粒等杂物	请清洗密封胶圈（参见压力锅的清洁保养及维护第4点）
蒸汽从锅盖 下侧喷出	1、密封胶圈没有清洗干净，表面垫有米粒等杂物	请清洗密封胶圈（参见压力锅的清洁保养及维护第4点）
	2、密封胶圈变形或老化失效	请更换密封胶圈
	3、锅盖、锅身上下手柄没对正、没完全关到位	冷却后关合锅盖，请转动上手柄直到上下手柄完全对齐，并听到“咔嗒”一声清脆的响声（参见如何安全使用苏泊尔压力锅第3点）
	4、锅盖或锅身受损变形	请送苏泊尔维修服务站
限压阀处喷 出大量的汤 汁或米浆	1、火力过大	请立即减小火力（图9）
	2、煮食容量过多	请按使用说明书中限制的容量要求烹饪（图2、3）

显示阀没有下降, 无法打开锅盖	1、锅内还有压力, 不能打开	请降压后拿掉限压阀
	2、如已确认锅内无压力且蒸汽已放出的情况	请送苏泊尔维修服务站
无法关合锅盖	1、锅盖标记(部分型号为“ ”形状标记, 部分型号为“▽”形状标记)与下手柄“ ”标记没对正	请按“如何安全使用苏泊尔压力锅”第3点正确关合
	2、刚合盖时可能由于锅内有热气使止开安全阀突然上升而使锅盖无法关合到位	待止开安全阀下降后请按“如何安全使用苏泊尔压力锅”第3点正确关合
	3、止开安全阀没有在正确位置	请调整止开安全阀处于下降状态
	4、可能由于跌落或碰撞造成变形	请送苏泊尔压力锅维修服务站
显示阀上升后, 显示阀处有明显漏气的现象	止开安全阀密封不良	1.清洗止开安全阀 2.检查密封垫是否丢失, 如丢失则需送苏泊尔维修服务站(压力锅的清洁与保养及维护第3、5条)
止开安全阀强烈排汽	1.排气管堵塞使锅内压力超过安全压力	请立即关掉加热源, 等锅内汽体排尽后打开锅盖检查堵塞原因, 并排除故障。清洗排气管、止开安全阀(图12、13、14、15)
	2.限压阀上施加重物	严禁此操作
	3.止开安全阀失效	请送苏泊尔维修服务站更换
密封胶圈从锅盖侧边安全窗部挤出排汽(图17)	密封胶圈用久老化失效	请更换本公司相同型号密封胶圈
	使用不当造成锅内压力超高	请送苏泊尔维修服务站

## 烹调时间参考表

食物	食物量	水量	限压阀稳定排汽后 小火时间	冷却后熟 的程度	备注
米饭	400g	适量	3-5分钟	饭熟	
排骨	500g	1kg	5-7分钟	脱骨	
猪肘	750g	750g	12-17分钟	脱骨	切刀花
牛肉	1000g	1000g	10-13分钟	熟	3厘米块
鸡	850g	850g	10-13分钟	脱骨	整鸡
鱼	500g	500g	3-5分钟	熟	
黄豆	250g	250g	6-8分钟	较烂	
羊肉	500g	500g	15-20分钟	熟	
土豆	250g	250g	6-8分钟	较烂	
胡萝卜	200g	200g	3-5分钟	熟	
粽子	1500g	1500g	18-23分钟	熟	
玉米	400g	400g	3-5分钟	熟	



## 装箱清单

- 1、限压阀.....1套
- 2、锅身及其零件.....1套（已装配）
- 3、锅盖及其零件.....1套（已装配）
- 4、蒸架.....1套
- 5、使用说明书.....1本
- 6、售后服务卡（含意见反馈卡及保修卡）.....1本
- 7、合格证.....1张