

Moulinex®

КНИГА РЕЦЕПТОВ
КНИГА РЕЦЕПТІВ



Содержание

Завтраки

Геркулесовая каша с малиной и бананом.....	5
Манная каша.....	6
Каша пшеничная с маслом.....	7
Фритата с овощами и беконом.....	8
Молочная рисовая каша.....	9

Закуски

Холодец из свинины	10
Икра кабачковая.....	11
Террин из индюшки	12

Супы

Борщ с телятиной и черносливом.....	13
Суп лапша с курицей	14
Суп гороховый с копчёной грудинкой.....	15
Тыквенный суп-пюре с тимьяном и тыквенными семечками.....	16
Ци из телятины и капусты	17
Юшка.....	18
Суп минestrone	19
Бульон мясной (заготовка).....	20
Суп с фрикадельками из индейки.....	21

Гарниры

Жареный картофель с грибами и луком.....	22
Красная фасоль в томатном соусе.....	23

Сотэ из овощей.....	24
Рататуй по-домашнему	25
Запеканка с цветной капустой, сыром и карри	26
Чечевица с беконом	27
Грибы тушёные в сметане.....	28
Рис с овощами.....	29

Основные блюда

Плов из баранины.....	30
Жаркое по-домашнему	31
Бешбармак.....	32
Чили кон карне	34
Буженина	35
Свинные отбивные.....	36
Рулька свиная	37
Фаршированные перцы	38
Бефстроганов из телятины с вешанками	39
Картофельная бабка.....	40
Кролик с овощами.....	41
Пазля из морепродуктов	42
Телячьи щечки в томатном соусе.....	43
Жаренка.....	44

Блюда на пару

Овощи ассорти на пару с цитрусовой заправкой.....	45
Лосось на пару в румяной корочке.....	46
Манты с тыквой.....	47
Куриные котлетки на пару	48




Выпечка и десерты

Яблочная шарлотка	49
Йогурт классический	50
Йогурт с джемом	51
Пицца на тонком тесте с салями.....	52
Джем из персиков и апельсинов.....	53
Варенье из ягод	54
Пудинг шоколадно-кокосовый	55
Кекс морковный по-итальянски	56
Киш Лорен	57
Домашний творог «Дюшес».....	58

Напитки

Компот из сухофруктов с корицей и красным острым перцем	59
Сбитень безалкогольный.....	60
Глинтвейн рождественский	61
Простокваша.....	62

Таблица температурных режимов и времени приготовления

Функция	Выбор продукта	УСТАНОВКА ВРЕМЕНИ			ТЕМПЕРАТУРА (°C)			Функция отложенного запуска	Функция подогрева	ПОЛОЖЕНИЯ КРЫШКИ		
		По умолчанию	Диапазон	Шаг настройки	По умолчанию	Диапазон	Шаг настройки					
ВЫПЕЧКА		40 мин.	10 - 120	5 мин.	160°C	без изменений		●	●		●	
РИС/КРУПЫ		9 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
КАША		15 мин.	1 - 120	1 мин.	100°C	без изменений		●	●	●		
ЙОГУРТ		8 ч.	1 ч - 24 ч.	30 мин.	38°C	без изменений		●	●	●		
РАЗОГРЕВ		2 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
РУЧНОЙ РЕЖИМ		30 мин.	5 - 240	5 мин.	по умолчанию 80°C	40°C - 160°C	10°C			●	●	●
ПЛОВ		20 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
ТЕСТО		1 час	10 мин. - 6 ч.	5 мин.	38°C	без изменений				●		
ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА ПАРУ	Овощи	10 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
	Курица	10 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
	Мясо	10 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
ТУШЕНИЕ	Овощи	10 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
	Курица	20 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
	Мясо	30 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
СУП	Овощи	12 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
	Курица	20 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
	Мясо	30 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
ЖАРКА	Овощи	12 мин.	1 - 30	1 мин.	по умолчанию 160°C	100°C - 160°C	10°C					●
	Курица	15 мин.	1 - 30	1 мин.	по умолчанию 160°C	100°C - 160°C	10°C					●
	Мясо	20 мин.	1 - 120	1 мин.	по умолчанию 160°C	100°C - 160°C	10°C					●
ВАРКА	Овощи	10 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
	Курица	20 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		
	Мясо	30 мин.	1 - 120	1 мин.	114°C	без изменений		●	●	●		



Геркулесовая каша с малиной и бананом

Количество порций: 4
Время подготовки: 5 мин
Время приготовления: 10 мин

Ингредиенты:

- Геркулес – 150 г
- Молоко – 600 мл
- Масло сливочное – 15 г
- Банан – 1 шт.
- Соль – по вкусу
- Сахар – по вкусу
- Малина – 1 горсть

Способ приготовления:

1. Добавить в мультиварку геркулес, молоко, соль и сахар, перемешать.
2. Выставить режим КАША на 10 минут.
3. После окончания режима добавить в кашу сливочное масло, нарезанный банан и малину, перемешать.



Манная каша

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 10 мин

Ингредиенты:

- Молоко – 800 мл
- Крупа манная – 80 г (6 ст. ложек)
- Соль – по вкусу
- Сахар – по вкусу
- Масло сливочное – 30 г

Способ приготовления:

1. Добавить все ингредиенты в мультиварку. Выставить режим КАША на 10 минут.
2. После приготовления тщательно перемешать.
3. Можно добавить варенье, джем или ягоды.



Каша пшенная с маслом

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 15 мин

Ингредиенты:

- Пшено – 400 г
- Масло сливочное – 2-3 ст. ложки
- Соль – 1 ч. ложка
- Вода – 1 л

Способ приготовления:

1. Промыть пшено проточной водой, до тех пор, пока вода не станет прозрачной.
2. Добавить его в мультиварку, залить водой, посолить. Выставить режим КАША на 15 минут.
3. После окончания режима добавить в кашу сливочное масло, перемешать.



Фритата с овощами и беконом

(блюдо итальянской кухни)

Количество порций: 2

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

- Яйцо – 3 шт.
- Сливки 22% – 100 мл
- Цуккини – 1 шт.
- Шампиньоны – 150 г
- Бекон в/к – 100 г
- Растительное масло
- Соль, перец

Способ приготовления:

1. Цуккини и шампиньоны нарезать кубиками, бекон тонкими полосками.
2. Выставить режим ЖАРКА 5 минут, обжарить овощи и бекон на растительном масле.
3. Взбить яйца со сливками, добавить соль и перец. Залить смесью овощи, быстро перемешать, выставить режим ВЫПЕЧКА на 20 минут.



Молочная рисовая каша

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

- Рис - 180 г
- Молоко - 200 мл
- Вода - 400 мл
- Масло сливочное - 60 г
- Сахар - по вкусу
- Соль - по вкусу

Способ приготовления:

1. Промыть рис.
2. Положить все ингредиенты в чашу и перемешать. Закрыть крышкой.
3. Выставить режим КАШКА на 25 минут.
4. Подавать со свежими ягодами и вареньем.



Холодец из свинины

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 1,5 часа

Ингредиенты:

- Ножки свиные – 1,2 кг
- Морковь – 300 гр
- Лук репчатый – 300 гр
- Чеснок – 20 гр
- Вода (до макс. уровня)
- Соль
- Перец
- Специи

Способ приготовления:

1. Лук разрезать пополам, морковь на три части, измельчить чеснок.
2. Помыть свиные ноги, положить в чашу, добавить остальные ингредиенты.
3. Долить воды до отметки MAX, выставить режим ТУШЕНИЕ на 1,5 часа.
4. После окончания приготовления удалить из мяса кости и снять кожу, процедить бульон, положить мясо в форму, залить бульоном и оставить в холодильнике до полного застывания.



Икра кабачковая

Количество порций: 10

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 15 мин

Ингредиенты:

- Кабачки – 750 гр
- Морковь – 2 шт.
- Лук – 1 шт.
- Чеснок – 2 зубчика
- Помидоры – 2 шт.
- Растительное масло
- Соль
- Перец молотый

Способ приготовления:

1. Кабачки очистить от кожуры и семечек, порезать на маленькие кубики. Мелко нарезать морковь и лук.
2. Добавить масло в чашу мультиварки. Выложить кабачки, морковь и лук, добавить воды, специи, выставить режим ТУШЕНИЕ на 10 мин.
3. После окончания режима добавить мелко нарезанные помидоры, посолить, перемешать. Выставить режим ЖАРКА на 5 минут.
4. По окончании приготовления добавить мелко нарезанный чеснок, перемешать и дать настояться. Можно украсить рубленой зеленью.



Террин из индюшки

(блюдо французской кухни)

Количество порций: 6

Время подготовки: 20 мин

Время приготовления: 20 мин

Ингредиенты:

- Филе индейки – 400 г
- Цукини – 1 шт.
- Сладкий перец – 2 шт.
- Кукурузная крупа – 100 г
- Вода – 200 мл
- Соль
- Перец молотый

Способ приготовления:

1. Филе индейки и цукини нарезать в длину на тонкие полосы; сладкий перец порезать среднего размера кусками.
2. Последовательно уложить ингредиенты в чашу мультиварки, начиная с цукини. Каждый новый слой посыпать солью, перцем и кукурузной крупой.
3. Выставить режим ВЫПЕЧКА на 20 минут.



Борщ с телятиной и черносливом

Количество порций: 6

Время подготовки: 15 мин

Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

- Мякоть телятины – 500 г
- Картофель (средний) – 2-3 шт.
- Капуста белокачанная – 200 г
- Вода – 2 л
- Чернослив – несколько шт.
- Чеснок – 6 зубчиков
- Лук репчатый – 1 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Свекла – 1 шт.
- Пюре томатное – 1 ст. ложка
- Масло растительное – 3 ст. ложки
- Сахар (песок) – 1,5 ч. ложки
- Уксус (или лимон) – 3 ст. ложки
- Лист лавровый – 1 шт.
- Соль – по вкусу
- Перец чёрный – 2-3 горошины

Способ приготовления:

1. Натереть морковь и свёклу на крупной тёрке, лук нарезать соломкой. Нарезать телятину кубиком, нашинковать картофель и капусту, измельчить чеснок. Замочить чернослив на полчаса, измельчить и отложить.
2. Добавить в мультиварку растительное масло, лук, морковь, телятину, свёклу, томатное пюре, болгарский перец, уксус, сахар, соль и перец, перемешать и выставить режим ЖАРКА на 10 минут.
3. Добавить капусту и картошку, залить водой до отметки MAX, выставить режим СУП на 15 минут.
4. После окончания режима добавить рубленый чеснок, чернослив и лавровый лист.



Суп лапша с курицей

Количество порций: 6

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 17 мин

Ингредиенты:

- Куриная грудка, филе – 1 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Вода – 1,5 л
- Масло подсолнечное – 4 ст. ложки
- Перец чёрный – по вкусу
- Лист лавровый – 2 шт.
- Соль – по вкусу

Способ приготовления:

1. Нарезать лук и филе грудки соломкой, натереть морковь на мелкой тёрке.
2. Залить масло в мультиварку, добавить лук, морковь и филе грудки. Выставить режим ЖАРКА на 5 минут.
3. Залить водой, добавить лапшу, соль и перец. Выставить режим СУП на 12 минут.

Совет: можно приготовить домашнее тесто и из него сделать лапшу. Яйцо – 1 шт.; Мука – 100-150 г; Вода – 2-3 ст. ложки; Соль – по вкусу.

Смешать муку, яйцо, воду. Для эластичности можно добавить капельку оливкового масла. Замесить кругое тесто, дать постоять полчаса под салфеткой (чтобы не высохло), раскатать тесто толщиной в 3 мм, затем скатать в рулет, очень тонко нашинковать, просушить.



Суп гороховый с копчёной грудинкой

Количество порций: 6

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 30 мин

Ингредиенты:

- Грудинка свиная копчёная – 200 г
- Бекон – 150 г
- Картофель (средний) – 3 шт.
- Горох – 1/2 стакана
- Лук репчатый – 1 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Зелень – 1 пучок
- Бульон (или вода) – 2 л
- Перец чёрный – по вкусу
- Соль

Способ приготовления:

1. Нарезать бекон и грудинку соломкой, лук, морковь и картофель – кубиками.
2. Добавить бекон, грудинку, лук и морковь в мультиварку, выставить режим ЖАРКА на 10 минут.
3. Залить бульон (или кипяток), добавить горох и картофель. Выставить режим СУП на 20 минут.
4. По окончании программы добавить соль вместе с перцем по вкусу и рубленную зелень.



Тыквенный суп-пюре с тимьяном и тыквенными семечками

Количество порций: 6
Время подготовки: 5 мин
Время приготовления: 22 мин

Ингредиенты:

- Тыква – 500 г
- Сливки 22% – 500 мл
- Лук репчатый – 1 шт.
- Тимьян – 1 веточка
- Тыквенные семечки – 50 г
- Сыр рикотта – 100 г
- Бульон или вода – 400 мл
- Соль
- Перец молотый

Способ приготовления:

1. Тыкву нарезать небольшими кубиками, мелко порезать лук. Выставить режим ЖАРКА на 8 мин, один раз перемешать.
2. Добавить бульон или воду, выставить режим СУП на 15 мин, после окончания процесса приготовления заправить сливками.
3. Перелить суп в отдельную емкость, взбить блендером до однородной массы. Добавить листочки тимьяна. При подаче посыпать жареными тыквенными семечками и рикоттой.

Совет: бульон можно использовать мясной, овощной или просто воду.



Щи из телятины и капусты

Количество порций: 6
Время подготовки: 10 мин
Время приготовления: 17 мин

Ингредиенты:

- Белокочанная капуста – 200 г
- Телятина – 300 г
- Картофель – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Вода – 1,5 л
- Растительное масло
- Соль
- Перец молотый

Способ приготовления:

1. Мясо промыть, обсушить, нарезать небольшими кусками. Капусту и лук нарезать соломкой, морковь - тонкими полукругами, картофель - ломтиками.
2. Выставить режим ЖАРКА на 5 минут, обжарить лук и морковь на растительном масле.
3. Добавить все остальные ингредиенты, залить водой. Выставить режим СУП на 12 минут.
4. Подавать со сметаной и рубленой зеленью.



Юшка

(блюдо украинской кухни)

Количество порций: 6

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

- Шампиньоны – 150 г
- Белая фасоль (конс.) – 1 банка
- Картофель – 3 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Масло подсолнечное – 50 мл
- Вода – 1.5л
- Соль

Способ приготовления:

1. Лук порезать полукольцами, выставить режим ЖАРКА на 5 минут, обжарить лук на растительном масле. Отложить.
2. Нарезать грибы тонкой соломкой, положить в чашу мультиварки, добавить воды. Выставить режим СУП на 10 минут.
3. В грибной отвар положить фасоль, нарезанный небольшими кубиками картофель, выставить режим СУП на 10 минут.
4. Грибную юшку заправить пассированным на масле репчатым луком.



Суп минестроне

Количество порций: 6

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 22 мин

Ингредиенты:

- Цукини или кабачок – 1 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Морковь – 2 шт.
- Стебель сельдерея – 2 шт.
- Чеснок – 3 зубчика
- Помидоры в собственном соку – 400 г
- Зелень (петрушка, укроп, базилик) – по 2 веточки
- Сыр пармезан – 50 г
- Паста звездочки – 100 г
- Вода или овощной бульон – 1,5 л
- Лавровый лист
- Перец молотый
- Соль

Способ приготовления:

1. Овощи нарезать средним кубиком. Лук и чеснок измельчить.
2. Выставить режим ЖАРКА на 10 мин, на растительном масле обжарить порезанные овощи до золотистого цвета. Добавить томаты, выставить еще раз режим ЖАРКА на 5 минут.
3. В чашу влить 1,5 литра воды (или бульона), положить пасту, выставить режим СУП на 7 минут.



Бульон мясной (заготовка)

Количество порций: 10

Время подготовки: 3 мин

Время приготовления: 30 мин

Ингредиенты:

- Говядина на кости – 1 кг
- Вода – 2,5 л
- Лук репчатый – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Корень петрушки
- Перец горошком
- Лавровый лист

Способ приготовления:

1. Мясо промыть в проточной воде, просушить. Лук разрезать пополам, морковь на три части.
2. Положить все ингредиенты в чашу и залить водой (уровень воды не должен превышать отметку MAX внутри чаши).
3. Выставить режим ВАРКА на 30 минут.
4. После завершения приготовления достать мясо, отделить от костей. Бульон процедить через сито в емкость для хранения, добавить мясо.
5. Заготовку хранить в холодильнике или в морозилке до момента использования.



Суп с фрикадельками из индейки

Количество порций: 4
Время подготовки: 20 мин
Время приготовления: 14 мин

Ингредиенты:

- Филе индейки – 400 г
- Яйцо – 1 шт.
- Лук – 1 шт.
- Болгарский перец – 1 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Вермишель: звездочки или азбука – 100 г
- Вода – 1.5 - 2л
- Соль

Способ приготовления:

1. Из филе сделать фарш, добавить перемолотый или натертый на мелкой терке лук, яйцо, посолить. Сформировать некрупные фрикадельки.
2. Морковь натереть на терке, болгарский перец порезать соломкой.
3. Положить все ингредиенты, кроме вермишели, в чашу мультиварки, залить водой. Выставить режим СУП на 12 минут.
4. Добавить вермишель, выставить режим СУП на 2 минуты.

Совет: Можно использовать готовый фарш из индейки. Вермишель можно отварить заранее и добавить уже в тарелку.



Жареный картофель с грибами и луком

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 20 мин

Ингредиенты:

- Картофель (большой) – 4 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Грибы (разные) – 300 г
- Масло растительное – 4 ст. л.
- Перец чили – по вкусу
- Чеснок – по вкусу
- Соль – по вкусу

Способ приготовления:

1. Очистить картофель и нарезать брусочками, грибы — тонкими дольками, лук — полукольцами, чеснок измельчить.
2. Вылить растительное масло в мультиварку, выложить в неё картофель, грибы, лук, чеснок, добавить соль и перец чили.
3. Выставить режим ЖАРКА на 20 минут.
4. Несколько раз перемешать в процессе приготовления.



Красная фасоль в томатном соусе

Количество порций: 6
Время подготовки: 60 мин
Время приготовления: 60 мин

Ингредиенты:

- Фасоль красная – 500 г
- Вода – 750 мл
- Томатное пюре - 100 гр
- Соль
- Специи (тмин/розмарин)

Способ приготовления:

1. Фасоль залить кипятком, дать постоять час, затем слить воду.
2. Выложить фасоль в чашу мультиварки, добавить воду, соль, томатное пюре, специи. Все перемешать.
3. Выставить режим ТУШЕНИЕ/МЯСО на 60 минут.



Сотэ из овощей

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

- Баклажан – 1 кг
- Сладкий перец – 500 г
- Помидоры – 300 г
- Томатная паста – 20 г
- Морковь – 250 г
- Лук – 250 г
- Растительное масло – 3 ст. л.
- Чеснок - 40 г
- Кинза, розмарин – по вкусу
- Соль, специи

Способ приготовления:

1. Порезать баклажаны полукольцами толщиной 1,5 см, потереть морковь, нарезать лук и чеснок, тонко порезать перец, помидоры, порубить кинзу.
2. Положить все в кастрюлю и перемешать.
3. Закрывать крышкой.
4. Выставить РУЧНОЙ РЕЖИМ 150°C НА 25 МИНУТ, крышка закрыта, но не заблокирована.



Рататуй по-домашнему

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 10 мин

Ингредиенты:

- Перец болгарский – 2 шт.
- Кабачок – 2 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Чеснок – 3 зубчика
- Баклажаны – 2 шт.
- Помидоры – 3 шт.
- Масло растительное – 2 ст. ложки
- Тимьян – 1 веточка
- Базилик – 1 веточка
- Соль – по вкусу
- Перец чёрный – по вкусу

Способ приготовления:

1. Нарезать мелким кубиком болгарский перец, кабачок, лук репчатый, баклажаны и помидоры, чеснок измельчить.
2. Залить растительное масло в мультиварку, добавить овощи и специи.
3. Выставить режим ТУШЕНИЕ на 10 минут.



Запеканка с цветной капустой, сыром и карри

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 20 мин

Ингредиенты:

- Цветная капуста – 500 г
- Сыр моцаррела – 250 г
- Вино белое сухое – 100 мл
- Карри – 1/4 ложки
- Соль – по вкусу
- Перец чёрный – по вкусу
- Масло оливковое – 1 ст. л.

Способ приготовления:

1. Цветную капусту разобрать на соцветия.
2. Налить оливковое масло в чашу мультиварки, добавить все ингредиенты и половину сыра, нарезанного соломкой, налить вино, перемешать.
3. Выставить режим ВЫПЕЧКА на 20 минут.
4. Подавать запеканку, выложив сверху оставшийся мелко нарезанный сыр.



Чечевица с беконом

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

- Чечевица – 200 г
- Бекон в/к – 100 г
- Морковь – 1 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Корень сельдерея – 1/2
- Вода (или бульон) – 500 мл
- Растительное масло
- Соль
- Перец молотый

Способ приготовления:

1. Лук и корень сельдерея нарезать соломкой, морковь — на полукруги. Бекон порезать тонкими ломтиками.
2. Выставить режим ЖАРКА на 5 минут и обжарить на нем овощи и бекон на небольшом количестве растительного масла.
3. Добавить чечевицу, 500 мл воды или бульона. Выставить режим РИС/ КРУПЫ на 20 минут.



Грибы тушеные в сметане

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

- Грибы вешенки – 400 г
- Сметана – 200 г
- Лук репчатый – 2 шт.
- Растительное масло
- Соль
- Перец молотый

Способ приготовления:

1. Грибы порезать кусочками, лук — полукольцами.
2. Выставить режим ЖАРКА на 10 мин, обжарить на растительном масле лук до золотистого цвета, добавить грибы, перемешать.
3. Добавить сметану и специи. Выставить режим ТУШЕНИЕ на 15 минут.

Совет: Вешенки можно заменить любыми другими грибами.



Рис с овощами

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 9 мин

Ингредиенты:

- Риса – 1 чашка
- Морковка – 1 шт.
- Консервированная кукуруза – 200 г
- Горох стручковый свежий – 150 г
- Вода – 1,5 чашки
- Соль

Способ приготовления:

1. Морковь порезать мелкими кубиками, горох - кусками длиной 1 см.
2. В чашу мультиварки положить все ингредиенты, соль, перемешать. Выставить режим РИС/КРУПЫ на 9 минут.

Совет: Вместо свежего зеленого гороха можно взять замороженную стручковую фасоль; вместо консервированной кукурузы - замороженную.



Плов из баранины

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 30 мин

Ингредиенты:

- Баранина – 350 г
- Рис пропаренный – 250 г
- Масло растительное – 5 ст. л.
- Морковь – 200 г
- Лук репчатый – 2 шт.
- Изюм – 50 г
- Чеснок – 2 головки
- Вода – 300 мл
- Приправа для плова – 50 г
- Зира (кумин) – 1 ст. л.
- Горох нут – 100 г (по желанию)
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу

Способ приготовления:

1. Предварительно замочить горох нут на ночь. Залить горячей водой изюм и рис в отдельной емкости и отложить, пока будет готовиться поджарка.
2. Нарезать морковь на брусочки, лук — полукольцами, баранину — на кусочки.
3. Залить растительное масло в мультиварку, добавить лук, морковь и мясо, выставить режим ЖАРКА на 10 минут.
4. Слить воду из изюма и риса.
5. Добавить в чашу мультиварки оставшиеся ингредиенты, залить водой. Выставить режим ПЛОВ на 20 минут.



Жаркое по-домашнему

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 40 мин

Ингредиенты:

- Свинина (мякоть) – 200 г
- Говядина (мякоть) – 200 г
- Картофель (средний) – 10 шт.
- Масло растительное – 3 ст. л.
- Перец болгарский красный – 1 шт.
- Лук – 1 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Помидор – 1 шт.
- Чеснок – 2 зубчика
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Паприка сладкая – 1 ч. ложка

Способ приготовления:

1. Нарезать говядину, свинину, картофель, болгарский перец, помидор и лук кубиком, измельчить чеснок.
2. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, добавить соль, перец, паприку, растительное масло; перемешать.
3. Выставить режим ТУШЕНИЕ/ОВОЩИ на 40 минут.



Бешбармак

(блюдо казахской кухни)

Количество порций: 8

Время подготовки: 20 мин

Время приготовления: 77 мин

Ингредиенты:

- Баранина (или говядина) с косточкой – 1 кг
- Лавровый лист – 2 шт.
- Душистый перец – 3 шт.
- Лук репчатый – 2 шт.
- Перец молотый
- Зелень петрушки
- Соль

Для теста:

- Яйца – 2 шт.
- Вода (или бульон) – 200 мл
- Соль – 1/2 ч.л.
- Мука – 600 г

Способ приготовления:

1. В миску всыпать просеянную муку (400 г), яйца, соль, влить воду. Замесить крутое тесто, по необходимости добавляя муку. Тесто тонко раскатать и разрезать на ромбы со стороной 10 см. Выложить на пергамент и дать подсохнуть в течение 35 минут.
2. В чашу мультиварки положить мясо, залить водой. Выставить режим ВАРКА на 60 минут. По окончании программы бульон процедить в отдельную емкость, мясо отделить от костей и разобрать на небольшие волокна, отложить.



3. Лук нарезать полукольцами. В чашу мультиварки налить 2 половника бульона, положить луковицу, посыпать перцем. Выставить режим ВАРКА на 2 минуты. Вынуть лук шумовкой и отложить. Бульон оставить в чаше.
4. В чашу мультиварки добавить 4-5 половников бульона, посолить по вкусу. Выставить РУЧНОЙ РЕЖИМ 110°C на 15 минут. Подсушенное тесто отварить при открытой крышке до готовности.
5. Положить готовое тесто на подогретое блюдо, сверху на него мясо и все это залить подливкой из лука с зеленью. Остатки бульона подать в отдельных пиалах с добавлением мелко порубленной зелени.



Чили кон карне

Количество порций: 6

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 20 мин

Ингредиенты:

- Говяжий фарш – 1 кг
- Луковица – 2 шт.
- Чеснок – 5 зубчиков
- Перец чили – 1 шт.
- Кумин – 1 ч. л.
- Орегано – 1 ст. л.
- Тростниковой сахар – 1 ст. л.
- Красная фасоль (консервированная) – 400 г
- Томаты в собственном соку – 400 г
- Перец чили молотый – по вкусу
- Растительное масло
- Соль

Способ приготовления:

1. Лук мелко нарезать, чеснок измельчить, фасоль промыть и откинуть на дуршлаг.
2. В чашу мультиварки добавить растительное масло, лук, фарш, выставить режим ЖАРКА на 10 минут и обжарить, постоянно помешивая и разбивая комочки фарша.
3. Добавить чеснок, чили, помидоры и специи, выставить режим ТУШЕНИЕ на 10 минут.
4. После окончания режима приготовления добавить фасоль и перемешать. Перед подачей можно посыпать рубленой кинзой.

Совет: Подавать можно как отдельное блюдо, так и с чипсами начос или лепешками такос.



Буженина

Количество порций: 4

Время подготовки: 4 часа 5 минут

Время приготовления: 75 мин

Ингредиенты:

- Свиная шейка (без кости) – 700 г
- Оливковое масло – 30 мл
- Чеснок – 10 г
- Имбирь – 1/3 ч.л.
- Молотый кориандр – 1/3 ч.л.
- Сухой базилик – 1/2 ч.л.
- Вода – 200 мл
- Соль, перец

Способ приготовления:

1. Смешать имбирь, базилик, кориандр, соль и перец. Натереть мясо солью и специями; сделать небольшие отверстия в мясе и положить в них чеснок; поставить в холодильник на 4 часа.
2. Выложить мясо в чашу мультиварки. Выставить режим ЖАРКА на 15 минут, обжарить без крышки, периодически переворачивая.
3. Добавить воду, выставить режим ТУШЕНИЕ - 90°C на 60 минут.

Совет: Можно подавать как в горячем, так и в холодном виде.



Свинные отбивные

Количество порций: 3

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 23 мин

Ингредиенты:

- Карбонат свиной б/к – 600 г
- Цукини – 1 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Помидоры черри – 6 шт.
- Соль
- Перец молотый
- Растительное масло

Способ приготовления:

1. Цукини нарезать кружочками толщиной 1 см, лук - полукольцами. Мясо нарезать на порционные куски, каждый кусок отбить под пленкой до толщины 0,5 см, поперчить с обеих сторон.
2. Выставить режим ЖАРКА на 15 минут. Обжарить на масле до золотистого цвета сначала цукини, потом добавить лук, переложить на блюдо.
3. В чашу мультиварки положить мясо, выставить режим ЖАРКА на 8 минут, каждый кусок обжарить с обеих сторон по 3-4 минуты, вынуть, посолить.



Рулька свиная

Количество порций: 4

Время подготовки: 9 часов 5 минут

Время приготовления: 60 мин

Ингредиенты:

- Рулька – 900 г
- Лук – 2 шт.
- Чеснок – 2 зубчика
- Базилик – 1 ч.л.
- Вода – 200 мл
- Растительное масло – 50 мл
- Соль, перец

Способ приготовления:

1. Сделать небольшие надрезы в рульке и положить в них чеснок. Мелко нарезать лук, смешать его со специями. Натереть этой смесью рульку и поставить в холодильник на 9 часов.
2. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить рульку и налить воду.
3. Выставить в РУЧНОЙ РЕЖИМ 130°C на 1 час.



Фаршированные перцы

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 20 мин

Ингредиенты:

- Крупный сладкий перец – 4 шт.
- Мясной фарш – 500 г
- Цуккини маленький – 1 шт.
- Перец чили (по желанию) – 1 шт.
- Вода – 2 л
- Соль, перец

Способ приготовления:

1. Перец помыть, разрезать вдоль на две половинки, вынуть семечки. Цуккини нарезать мелкими кубиками.
2. Фарш смешать с мелко нарубленным чили, цуккини и специями.
3. Нафаршировать перцы, положить в чашу мультиварки, налить воду. Выставить режим ТУШЕНИЕ/ОВОЩИ на 20 минут. Подавать со сметаной.



Бефстроганов из телятины с вешенками

Количество порций: 4
Время подготовки: 5 мин
Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

- Лук репчатый – 2 шт.
- Горчица неострая – 2 ст. л.
- Грибы вешенки – 200 г
- Сливки 22% – 200 мл
- Масло оливковое – 4 ст. л.
- Сметана жирная – 250 г
- Говядина (тонкий край, вырезка или почечная часть) – 500 г
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу

Способ приготовления:

1. Лук, грибы и говядину нарезать соломкой.
2. Налить оливковое масло в мультиварку, добавить лук, грибы и говядину.
3. Выставить режим ЖАРКА и обжаривать в течении 10 минут.
4. Добавить сливки, сметану, соль и перец, выставить режим ЖАРКА ещё на 15 минут.

Совет: Грибы вешенки можно заменить на шампиньоны. Подавать с рисом.



Картофельная бабка

(блюдо белорусской кухни)

Количество порций: 6

Время подготовки: 15 мин

Время приготовления: 30 мин

Ингредиенты:

- Свиная грудинка – 200 г
- Картофель средний – 10 шт.
- Лук репчатый – 3 шт.
- Мука – 1 ст.л.
- Сметана – 150 г
- Укроп – 2 веточки
- Соль

Способ приготовления:

1. Грудинку мелко порубить, лук нарезать небольшими кубиками. Выставить режим ЖАРКА на 10 минут. Обжарить сначала грудинку, потом лук, периодически помешивая. Излишки жира слить.
2. Картофель измельчить в блендере или натереть на мелкой терке, смешать с солью и мукой. Переложить в чашу мультиварки к поджарке, добавить нарезанный укроп и тщательно перемешать.
3. Выставить режим ВЫПЕЧКА на 20 минут. Подавать со сметаной.



Кролик с овощами

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 30 мин

Ингредиенты:

- Кролик тушка – 1 шт.
- Корень пастернака – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Лук – 1 шт.
- Сметана – 150 г
- Зерновая горчица – 50 г
- Соль
- Перец молотый

Способ приготовления:

1. Кролика порубить на порционные куски, пастернак очистить, нарезать крупными кусками. Морковь нарезать полукругами, лук мелко порубить.
2. Положить все ингредиенты в чашу мультиварки, посолить, поперчить, перемешать. Выставить режим ТУШЕНИЕ/МЯСО на 30 минут.



Паэлья из морепродуктов

(блюдо испанской кухни)

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 20 мин

Ингредиенты:

- Коктейль из морепродуктов – 500 г
- Куркума или шафран – 1/2 ч. л.
- Оливковое масло – 40 мл
- Лук репчатый – 1 шт.
- Рис – 300 г
- Томатное пюре – 50 г
- Перец сладкий зеленый – 1/2 шт.
- Лимон – 1/4 шт.
- Вода – 1 л
- Растительное масло
- Соль
- Перец молотый

Способ приготовления:

1. Лук нарезать мелким кубиками, перец - соломкой, лимон - на ломтики. Выставить режим ЖАРКА на 5 минут, обжарить на растительном масле лук вместе с рисом.
2. В чашу мультиварки положить все ингредиенты, кроме коктейля и воды и лимона, хорошо перемешать. Сверху выложить морской коктейль, залить водой.
3. Выставить режим ПЛОВ на 15 минут.



Телячьи щечки в томатном соусе

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 30 мин

Ингредиенты:

- Телячьи щечки - 600 г
- Корень сельдерея - 260 г
- Лук - 1 шт.
- Вино красное - 200 мл
- Томаты в собственном соку - 100 г
- Лавровый лист - 2-3 листочка
- Соль - по вкусу
- Перец - по вкусу

Способ приготовления:

1. Добавить в чашу мультиварки воду, положить крупно нарезанные куски мяса, крупно нарезанные сельдерей и лук, посолить, поперчить и выставить режим ТУШЕНИЕ/МЯСО на 20 минут.
2. Выставить режим ЖАРКА на 10 минут, добавить томаты, лавровый лист, вино, посолить и поперчить.
3. Подавать в горячем виде с зеленью и по желанию со сметаной.



Жаренка

(блюдо белорусской кухни)

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 35 мин

Ингредиенты:

- Говядина – 0,5 кг
- Картофель – 1 кг
- Сало-шпик – 100 г
- Лук репчатый – 2 шт.
- Морковь – 1шт.
- Свежие грибы – 100 г
- Сметана – 100 г
- Томатная паста – 20 г
- Пшеничная мука – 1 ч. л.
- Петрушка – 3 веточки
- Растительное масло – 2 ст.л
- Бульон – 250 мл
- Соль, перец

Способ приготовления:

1. Говядину нарезать небольшими кусочками, морковь и лук - маленькими кубиками, картофель — ломтиками.
2. Выставить режим ЖАРКА на 15 мин, растопить сало-шпик в чаше и обжарить на нем говядину, мясо отложить.
3. Мелко нарубленные грибы обжарить на получившемся жире.
4. Все ингредиенты сложить в чашу мультиварки и залить бульоном. Добавить сметану, молотый черный перец и соль. Выставить режим ТУШЕНИЕ/МЯСО на 20 минут.
5. При подаче к столу посыпать зеленью.



Овощи ассорти на пару с цитрусовой заправкой

Количество порций: 4
 Время подготовки: 3 мин
 Время приготовления: 10 мин

Ингредиенты:

- Спаржа зелёная средняя – 8 шт.
- Картофель средний – 3 шт.
- Корень сельдерея – 100 г
- Морковь средняя – 1 шт.
- Горошек зелёный стручковый (свежий) – 100 г
- Брокколи – 100 г
- Апельсин – 1 шт.
- Лимон – 1 шт.
- Масло оливковое – 3 ст. ложки
- Соус соевый – 1 ст. ложка
- Сахар – 1/2 ч. ложки
- Перец чили – 1 шт.
- Соль – по вкусу

Способ приготовления:

1. Нарезать морковь на круглые кусочки, спаржу пополам, корень сельдерея на брусочки, картофель на дольки, разобрать брокколи на соцветия.
2. Выложить нарезанные овощи в паровую форму вместе с зелёным горошком, поставить в мультиварку, налить 500 мл воды и выставить режим ПАРОВАРКА на 10 минут.
3. Для заправки смешать сок апельсина и лимона, добавить соевый соус, оливковое масло, сахар, измельчённый перец чили, соль.
4. Выложить овощи на тарелку, полить цитрусовой заправкой.

Совет: Если вы любите более хрустящую текстуру овощей, уменьшите время приготовления до 5-7 минут.



Лосось на пару в румяной корочке

Количество порций: 4

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 10 мин

Ингредиенты:

- Филе лосося – 500 г
- Вода – 200 мл
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Лимон – 1 шт.
- Салат – 1 лист (на украшение)

Для глазури:

- Чеснок – 1 зубчик
- Джем абрикосовый – 1 ст. ложка
- Соус соевый – 1 ч. ложка
- Соус терияки – 1 ч. ложка
- Кетчуп – 50 мл

Способ приготовления:

1. Нарезать лосось на стейки, по вкусу – добавить лимонный сок и натереть солью и перцем, выложить в паровую корзину.
2. В основную чашу налить 500 мл воды.
3. Выставить режим ПАРОВАРКА на 10 минут.
4. Сделать глазурь: смешать абрикосовый джем, соевый соус, соус терияки, кетчуп и измельченный чеснок.
5. Достать лосось, выложить на тарелки на лист салата и смазать глазурью.



Манты с тыквой

Количество порций: 4

Время подготовки: 45 мин

Время приготовления: 15 мин

Ингредиенты:

для теста:

- Мука – 500 г
- Яйцо – 1 шт.
- Вода – 250 мл
- Соль – 1 ч. л.

для фарша:

- Свинина жирная – 500 г
- Тыква – 200 г
- Лук репчатый – 2 шт.
- Соль
- Зира, кориандр, перец

Способ приготовления:

1. Просеять муку, образовав горку. Сделать в горке углубление, вбить в него яйцо, в воде растворить соль и вылить к яйцу. Замесить тесто. Из теста скатать шар и оставить, накрыв полотенцем или пакетом, на 30 мин.
2. Подготовить начинку. Крупно перемолоть мясо. Тыкву нарезать мелкими кубиками. Лук мелко порезать. Смешать мясо и тыкву со специями.
3. Тесто скатать в колбаску и нарезать на равные части. Раскатать каждую часть до толщины 2-3 мм, присыпая мукой по необходимости. Должны получиться лепешки диаметром 12 см.
4. На каждую лепешку положить 2 столовые ложки начинки и защепить края.
5. В чашу мультиварки налить 1 литр воды, поставить в чашу секцию пароварки, уложить на нее манты. Выставить режим ПАРОВАРКА на 15 минут.



Куриные котлетки на пару

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 10 мин

Ингредиенты:

- Куриное филе – 300 г
- Мини-кукуруза – 1 упаковка
- Горошек консервированный
- Помидоры черри – 8 шт.
- Масло сливочное – 70 г
- Соль

Способ приготовления:

1. Из филе сделать фарш, добавить соль и размягченное сливочное масло. Сформовать небольшие котлетки.
2. В чашу мультиварки залить 1 литр воды, положить мини кукурузу.
3. В корзину для приготовления на пару выложить котлетки, установить корзину в чашу мультиварки.
4. Выставить режим ПАРОВАРКА на 10 минут.

Совет: Куриное филе можно заменить на готовый куриный фарш.



Яблочная шарлотка

Количество порций: 4

Время подготовки: 10 мин.

Время приготовления: 35 мин.

Ингредиенты:

- Мука – 160 г
- Яйца – 5 шт.
- Сахар – 150 г
- Яблоко – 500 г
- Разрыхлитель – 1 ч. ложка
- Масло сливочное (для смазывания формы) – 20 г
- Соль

Способ приготовления:

1. Взбить яйца с сахаром до однородной массы, добавить муку и разрыхлитель, перемешать до однородности.
2. Яблоки нарезать дольками, сбрызнуть лимонным соком (по желанию).
3. Смазать дно и стенки мультиварки сливочным маслом.
4. Выложить яблоки в чашу мультиварки, залить тестом.
5. Выставить режим ВЫПЕЧКА на 35 минут.



Йогурт классический

Количество порций: 6
Время подготовки: 3 мин
Время приготовления: 8 часов

Ингредиенты:

- Молоко 3.2 % – 1 л
- Йогурт натуральный без добавок – 100 г

Способ приготовления:

1. Молоко и йогурт перемешать до однородной массы, разлить по порционным стаканчикам или в большую емкость.
2. Выставить режим ЙОГУРТ на 8 часов.
3. По окончании процесса приготовления, поставить йогурт в холодильник минимум на 4 часа.

Совет: При использовании ультрапастеризованного молока предварительное кипячение не требуется. При использовании цельного или пастеризованного молока, его необходимо предварительно прокипятить, а затем охладить до комнатной температуры. В качестве закваски можно использовать сухую лиофилизированную закваску.



Йогурт с джемом

Количество порций: 6
Время подготовки: 3 мин
Время приготовления: 8 часов

Ингредиенты:

- Молоко 3.2 % – 1 л
- Йогурт натуральный без добавок – 100 г
- Абрикосовый джем – 80 г

Способ приготовления:

1. Молоко и йогурт перемешать до однородной массы, на дно стаканчиков положить джем, после добавить молочную смесь.
2. Выставить режим ЙОГУРТ на 8 часов.
3. По окончании процесса приготовления, поставить йогурт в холодильник минимум на 4 часа.

Совет: Вместо абрикосового джема, можно использовать любой другой, а так же мед, сгущенное молоко. Если вы хотите сделать йогурт со свежими фруктами, фрукты необходимо пассеровать с небольшим количеством сахара или меда и остудить перед тем, как класть в йогурт.



Пицца на тонком тесте с салями

Количество порций: 6

Время подготовки: 40 мин

Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

Для теста:

- Пшеничная мука – 400 г
- Вода – 200 мл
- Дрожжи – 3 г
- Оливковое масло – 20 мл
- Сахар – 1/4 ч. л.
- Соль по вкусу

Для начинки:

- Томатная паста или кетчуп – 200 г
- Сыр моцарелла – 300 г
- Колбаса салями – 300 г
- Соль и перец

Способ приготовления:

1. Смешать муку, воду, яйцо и соль, чтобы сделать тесто. Накрывать пленкой и дать подойти в течение получаса.
2. Порезать тонко салями, натереть на крупной терке моцареллу.
3. Раскатать тесто до толщины 1-1,5 см., обрезать круг по диаметру чаши. Смазать чашу оливковым маслом и выложить тесто. Намазать тесто томатной пастой, оставляя 1 см от края, выложить тертый сыр (количество - по желанию), салями.
4. Выставить режим ВЫПЕЧКА на 25 минут.

Совет: Неиспользованное тесто можно хранить в холодильнике до 3 дней. Перед повторным использованием вытащить тесто и дать ему подойти.



Джем из персиков и апельсинов

Количество порций: 10
Время подготовки: 10 мин
Время приготовления: 60 мин

Ингредиенты:

- Персики – 1,5 кг
- Небольшие апельсины – 6 шт.
- Сахарный песок – 1,3 кг
- Вода – 100 мл.

Способ приготовления:

1. Очистить от кожуры персики и апельсины, вынуть зернышки.
2. Порезать фрукты маленькими кубиками.
3. Фрукты, сахар положить в кастрюлю, залить водой и перемешать. Выставить режим РУЧНОЙ РЕЖИМ - 110°C на 60 минут, варить при открытой крышке.

Совет: Для получения однородной структуры джема можно перед варкой пробить фрукты блендером в отдельной емкости.



Варенье из ягод

Количество порций: 10

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 60 мин

Ингредиенты:

- Свежая малина – 400 г
- Свежая клубника – 400 г
- Сахарный песок – 600 г

Способ приготовления:

1. Вымыть ягоды, у клубники отрезать хвостики.
2. Смешать все ингредиенты в чаше мультиварки, выставить режим РУЧНОЙ РЕЖИМ - 110С на 60 минут, варить при открытой крышке.



Пудинг шоколадно- кокосовый

Количество порций: 6
Время подготовки: 3 мин
Время приготовления: 20 мин

Ингредиенты:

- Сливки 33% – 500 мл
- Кокосовая стружка – 50 г
- Темный шоколад – 180 г
- Желток – 6 шт.
- Сахарный песок – 50 г

Способ приготовления:

1. Шоколад разломать на мелкие кусочки. Смешать сливки, шоколад и кокосовую стружку. Выставить РУЧНОЙ РЕЖИМ - 100°C на 20 минут, крышку не блокировать. Выложить получившуюся смесь в чашу мультитварки, прогреть до полного растворения шоколада, постоянно помешивая.
2. Отделить желтки от белков, смешать желтки с сахаром, и ввести их, не преставая помешивать, в сливочно-шоколадную массу. Довести до кипения и отключить программу.
3. Слегка остудить, разложить по порционным стаканчикам и поставить в холодильник на 2 часа. Подавать, украсив взбитыми сливками.



Кекс морковный по-итальянски

Количество порций: 6

Время подготовки: 15 мин

Время приготовления: 35 мин

Ингредиенты:

- Яйцо – 5 шт.
- Сахар – 200 г
- Мука пшеничная – 1 ст. (250 мл)
- Разрыхлитель – 1 ч.л.
- Морковь – 300 г
- Грецкий орех – 100 г
- Маскарпоне – 200 г
- Сахарная пудра – 50 г
- Соль по вкусу
- Шоколадная крошка – 50 г

Способ приготовления:

1. Взбить яйца с сахаром. Смешать муку, разрыхлитель и щепотку соли. Морковь натереть на мелкой терке. Орехи мелко порубить.
2. Смешать взбитые яйца с мукой, морковью и орехами. Переложить тесто в чашу мультиварки, выставить режим ВЫПЕЧКА на 35 минут.
3. Маскарпоне смешать с сахарной пудрой. По желанию разрезать корж посередине и намазать кремом из маскарпоне, либо сделать из крема кнели и разложить на кекс сверху. Украсить шоколадной крошкой.



Киш Лорен

Количество порций: 6

Время подготовки: 15 мин

Время приготовления: 45 мин

Ингредиенты:

Для теста:

- Мука – 300 г
- Сливочное масло холодное – 170 г
- Соль – 1 ч.л.
- Сахар – 1/2 ч.л.
- Яйцо куриное – 1 шт.
- Ледяная вода – 3-4 ст.л.,
увеличить по необходимости

Для начинки:

- Бекон в/к – 150 г
- Яйцо – 3 шт.
- Сливки 33% / сметана – 300 мл
- Соль
- Полутвердый сыр (по желанию)

Способ приготовления:

1. В чашу блендера положить муку, соль, сахар и нарезанное кубиками холодное масло. Рубить до получения жирной крошки. Влить воду, добавить яйцо и максимально быстро замесить тесто. Все тщательно вымесить, сформировать шар и убрать под пленку.
2. Бекон порезать кубиком, натереть сыр на терке.
3. Тесто раскатать в пласт толщиной 4-5 мм. Положить в чашу мультиварки, равномерно распределить по дну и бортикам. Положить на поверхность теста лист фольги, сверху насыпать фасоль. Выставить режим ВЫПЕЧКА на 15 минут. После убрать фольгу с грузом, проткнуть дно вилкой в нескольких местах. Выставить режим ВЫПЕЧКА еще на 10 минут.
4. Яйца слегка взбить со сливками венчиком. Посолить по вкусу. Бекон выложить в чашу сверху на тесто, залить сливочно-яичной смесью и посыпать тертым сыром.
5. Выставить режим ВЫПЕЧКА на 20 минут. Подавать слегка охлажденным.



Домашний творог «Дюшес»

Количество порций: 2

Время подготовки: 10 мин

Время приготовления: 45 мин.

Ингредиенты:

- Кефир 2,5% - 1 л
- Груша Дюшес – 1 шт.
- Виноград Киш-миш

Способ приготовления:

1. Кефир налить в чашу мультиварки. Выставить РУЧНОЙ РЕЖИМ - 80°C на 45 минут.
2. Получившуюся смесь перелить в сито, застеленное в несколько слоев марлей. Когда основная масса сыворотки стечет, завязать марлю и подвесить примерно на 4-6 часов (можно на ночь). За это время остатки сыворотки отделятся и в марле останется только рассыпчатый творог.
3. Грушу порезать мелкими кубиками, творог разложить по порционным пиалам и подавать украшенным сверху кусочками груши и виноградом.



Компот из сухофруктов с корицей и красным острым перцем

Количество порций: 10
Время подготовки: 10 мин
Время приготовления: 30 мин

Ингредиенты:

- Смесь сухофруктов – 200 г
- Палочка корицы – 1 шт.
- Красный перец чили – 1/4 шт.
- Сахар – 50 г
- Вода – 2 л

Способ приготовления:

1. Перец почистить от семян, разрезать на крупные кусочки, сухофрукты промыть.
2. Сложить все ингредиенты в чашу мультиварки, залить 2 л воды и выставить режим ВАРКА на 30 минут.



Сбитень безалкогольный

Количество порций: 6

Время подготовки: 4 мин

Время приготовления: 25 мин

Ингредиенты:

- Сахар – 150 г
- Мед – 150 г
- Лавровый лист – 2 шт.
- Гвоздика – 2-3 шт.
- Корица молотая – 1/2 ч.л.
- Перец черный горошком – 3-4 шт.
- Мята – 1 ч. л.
- Чабрец – 1/4 ч. л.
- Кардамон – 1/4 ч. л.
- Корица целая – 1 шт.
- Имбирь молотый – 1/4 ч.л.
- Вода – 1 л

Способ приготовления:

1. В чашу мультиварки залить 1 л воды. Выставить режим ЖАРКА на 5 минут.
2. В кипящей воде растворить мед, сахар, добавить лавровый лист, пряности и выставить режим ВАРКА на 20 минут.
3. После окончания режима отключить режим поддержания температуры и настаивать при закрытой крышке 30 минут.
4. Процедить через марлю или мелкое сито. Подавать горячим. Можно украсить палочками корицы.



Глинтвейн рождественский

Количество порций: 4
Время подготовки: 5 мин
Время приготовления: 30 мин

Ингредиенты:

- Вино красное сухое – 1 бут.
- Вода – 500 мл
- Яблоко – 2 шт.
- Апельсин – 2 шт.
- Мед – 200 г
- Корица целая – 2 шт.
- Гвоздика целая – 5 шт.
- Бадьян – 4 шт.
- Кардамон – 4 шт.
- Орех мускатный – 1 шт.

Способ приготовления:

1. Специи и нарезанные тонкими ломтиками апельсины и яблоки выложить в чашу мультиварки и залить холодной водой.
2. Налить вино, выставить режим РУЧНОЙ РЕЖИМ - 90°C на 30 минут.
3. Разлить в прозрачные кружки и перед подачей украсить их края ломтиками апельсина.



Простокваша

Количество порций: 10

Время подготовки: 5 мин

Время приготовления: 8 часов

Ингредиенты:

- Молоко цельное – 2 л
- Сметана 15% – 2 ст. л.

Способ приготовления:

1. Молоко налить в чашу мультиварки, добавить сметану и тщательно перемешать.
2. Выставить режим ЙОГУРТ на 8 часов.
3. После приготовления перелить в стерилизованную банку, хранить в холодильнике.

Совет: Перед употреблением простокваша должна постоять в холодильнике не менее 3-х часов.



МУЛЬТИВАРКА-СКОРОВАРКА Moulinex CE620

Дякуємо за придбання мультиварки-скороварки Moulinex!

Тепер ви можете забути про довгі години, проведені біля плити. Усе, що вам буде потрібно – це викласти підготовлені продукти в чашу мультиварки і натиснути кілька кнопок, а мультиварка-скороварка Moulinex зробить усе за вас. Присвячайте вільний час улюбленому хобі та спілкуванню з близькими!

У цій книзі ми пропонуємо вам набір рецептів, які можна легко і просто приготувати в мультиварці Moulinex: салати, каші і гарніри, легкі овочеві страви та наваристі м'ясні супи, апетитну печеню, ніжні десерти, варення, піцу, натуральний йогурт із добавками і без.

У скороварці Moulinex CE620 ви зможете готувати страви як під тиском, так і без нього. Приготування під тиском значно скорочує час приготування страви, робить м'ясо особливо ніжним на смак і дозволяє зберегти значно більше корисних речовин у продуктах, ніж при традиційних способах приготування.

Ручний режим, який може працювати як із тиском, так і без нього, дає змогу вручну встановлювати температуру від 40 до 160 градусів і час приготування від 1 до 240 хвилин, дозволить вам експериментувати і створювати власні кулінарні шедеври. Завдяки функції ВІДКЛАДЕНОГО СТАРТУ ви зможете поспати вранці трохи довше, у той час як мультиварка Moulinex приготує вам і вашій родині сніданок.

Час підготовки, вказаний у рецептах, передбачає очищення і нарізання інгредієнтів; час приготування включає в себе обсмажування (там, де це необхідно) і час, закладений в автоматичну програму. У програмах приготування під тиском деякий час займає процес попереднього нагрівання і генерації тиску, відлік часу автоматичної програми починається після попереднього нагрівання.

Експериментуйте, фантазуйте, додавайте у страви нові інгредієнти – і у вас усе вийде! Мультиварка-скороварка Moulinex зробить ваше життя легшим, а ваші близькі обов'язково оцінять ваші кулінарні таланти.

Ще більше рецептів на www.moulinex.ua

Зміст

Сніданки

Геркулесова каша з малиною і бананом	67
Манна каша.....	68
Пшоняна каша з маслом	69
Фритата з овочами і беконом	70
Молочна рисова каша	71

Закуски

Холодець зі свинини	72
Ікра кабачкова	73
Террін з індички.....	74

Супи

Борщ із телятиною і чорносливом.....	75
Суп-локшина з куркою	76
Суп гороховий із копченою грудинкою	77
Гарбузовий суп-пюре з чебрецем і гарбузовим насінням	78
Щі з телятини і капусти.....	79
Юшка.....	80
Суп мінестроне	81
Бульйон м'ясний (заготовка).....	82
Суп із фрикадельками з індички.....	83

Гарніри

Смажена картопля з грибами і цибулею	84
Червона квасоля в томатному соусі	85

Соте з овочів	86
Рататуй по-домашньому	87
Запіканка з цвітною капустою, сиром і карі	88
Сочевича з беконом	89
Гриби тушковані в сметані	90
Рис з овочами	91

Основні страви

Плов із баранини	92
Печеня по домашньому	93
Бешбармак.....	94
Чилі кон карне.....	96
Буженина	97
Свинячі відбивні	98
Свиняча рулька	99
Фаршировані перці	100
Бефстроганов із телятини з гливами	101
Картопляна бабка	102
Кролик з овочами	103
Паелья з морепродуктів	104
Телячі щічки в томатному соусі.....	105
Смаженка.....	106

Страви на парі

Овочі асорті на парі з цитрусовою заправкою	107
Лосось на парі в рум'яній скоринці ...	108
Манти з гарбузом.....	109
Курячі котлетки на пару.....	110

Випічка і десерти

Яблучна шарлотка.....	111
Класичний йогурт.....	112
Йогурт із джемом.....	113
Піца на тонкому тесті із саямі	114
Джем із персиків та апельсинів	115
Варення з ягід	116
Пудинг шоколадно-кокосовий.....	117
Кекс морквяний по-італійськи	118
Кіш Лорен.....	119
Домашній сир «Дюшес»	120

Напої

Компот із сухофруктів із корицею і червоним гострим перцем	121
Збитень безалкогольний.....	122
Глінтвейн різдвяний.....	123
Простокваша.....	124

Таблиця температурних режимів і часу приготування

ФУНКЦІЯ	ТИП ПРОДУКТУ	НАЛАШТУВАННЯ ЧАСУ			ТЕМПЕРАТУРА (°C)			Функція відкладеного старту	Функція підігріву	ПОЛОЖЕННЯ КРИШКИ		
		За замовчуванням	Діапазон	Крок налаштування	За замовчуванням	Діапазон	Крок налаштування					
ВИПІЧКА		40 хв	10 - 120	5 хв	160°C	без змін		●	●		●	
РИС/КРУПИ		9 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
КАША		15 хв	1 - 120	1 хв	100°C	без змін		●	●	●		
ЙОГУРТ		8 год	1 год – 24 год	30 хв	38°C	без змін				●		
РОЗІГРІВ		2 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
РУЧНИЙ РЕЖИМ		30 хв	5 - 240	5 хв	за замовчуванням 80°C	40°C - 160°C	10°C			●	●	●
ПЛОВ		20 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
ТІСТО		1 година	10 хв – 6 год	5 хв	38°C	без змін				●		
ПРИГОТУВАННЯ НА ПАРІ	Овочі	10 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
	Курка	10 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
	М'ясо	10 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
ТУШКУВАННЯ	Овочі	10 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
	Курка	20 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
	М'ясо	30 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
СУП	Овочі	12 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
	Курка	20 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
	М'ясо	30 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
СМАЖЕННЯ	Овочі	12 хв	1 - 30	1 хв	по умовчальному 160°C	100°C - 160°C	10°C					●
	Курка	15 хв	1 - 30	1 хв	по умовчальному 160°C	100°C - 160°C	10°C					●
	М'ясо	20 хв	1 - 120	1 хв	по умовчальному 160°C	100°C - 160°C	10°C					●
ВАРІННЯ	Овочі	10 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
	Курка	20 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		
	М'ясо	30 хв	1 - 120	1 хв	114°C	без змін		●	●	●		



Геркулесова каша з малиною і бананом

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 10 хв

Інгредієнти:

- Геркулес – 150 г
- Молоко – 600 мл
- Масло вершкове – 15 г
- Банан – 1 шт.
- Сіль – за смаком
- Цукор – за смаком
- Малина – 1 жменя

Спосіб приготування:

1. Додати в мультиварку геркулес, молоко, сіль і цукор, перемішати.
2. Виставити режим КАША на 10 хвилин.
3. Після закінчення програми додати в кашу вершкове масло, нарізаний банан і малину, перемішати.



Манна каша

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 10 хв

Інгредієнти:

- Молоко – 800 мл
- Манна крупа – 80 г (6 ст. ложок)
- Сіль – за смаком
- Цукор – за смаком
- Масло вершкове – 30 г

Спосіб приготування:

1. Додати всі інгредієнти в мультиварку. Виставити режим КАША на 10 хвилин.
2. Після приготування ретельно перемішати.
3. Можна додати варення, джем або ягоди.



Пшоняна каша з маслом

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 15 хв

Інгредієнти:

- Пшоно – 400 г
- Масло вершкове – 2–3 ст. л.
- Сіль – 1 ч. ложка
- Вода – 1 л

Спосіб приготування:

1. Промити пшоно проточною водою, доки вода не стане прозорою.
2. Додати його в мультиварку, залити водою, посолити. Виставити режим КАША на 15 хвилин.

Після закінчення програми додати в кашу вершкове масло, перемішати.



Фритата з овочами і беконом

(страва італійської кухні)

Кількість порцій: 2
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

- Яйце – 3 шт.
- Вершки 22% – 100 мл
- Цукіні – 1 шт.
- Печериці – 150 г
- Бекон в/к – 100 г
- Рослинна олія
- Сіль, перець

Спосіб приготування:

1. Цукіні і печериці нарізати кубиками, бекон – тонкими смужками.
2. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 5 хвилин, обсмажити овочі і бекон на рослинній олії.
3. Збити яйця з вершками, додати сіль і перець. Залити сумішшю овочі, швидко перемішати, виставити режим ВИПІЧКА на 20 хвилин.



Молочна рисова каша

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

- Рис – 180 г
- Молоко – 200 мл
- Вода – 400 мл
- Масло вершкове – 60 г
- Цукор – за смаком
- Сіль – за смаком

Спосіб приготування:

1. Промити рис.
2. Покласти всі інгредієнти в чашу і перемішати. Закрити кришкою.
3. Виставити режим КАША на 25 хвилин.
4. Подавати зі свіжими ягодами і варенням.



Холодець зі свинини

Кількість порцій: 4

Час підготовки: 10 хв

Час приготування: 1,5 години

Інгредієнти:

- Ніжки свинячі – 1,2 кг
- Морква – 300 г
- Цибуля ріпчаста – 300 г
- Часник – 20 г
- Вода (до макс. рівня)
- Сіль
- Перець
- Спеції

Спосіб приготування:

1. Цибулю розрізати навпіл, моркву – на три частини, подрібнити часник.
2. Помити свинячі ніжки, покласти в чашу, додати решту інгредієнтів.
3. Долити води до позначки MAX, виставити режим ТУШКУВАННЯ на 1,5 години.
4. Після закінчення приготування видалити з м'яса кістки і зняти шкіру, процідити бульйон, покласти м'ясо у форму, залити бульйоном і залишити в холодильнику до повного застигання.



Ікра кабачкова

Кількість порцій: 10
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 15 хв

Інгредієнти:

- Кабачки – 750 г
- Морква – 2 шт.
- Цибуля – 1 шт.
- Часник – 2 зубчики
- Помідори – 2 шт.
- Рослинна олія
- Сіль
- Перець мелений

Спосіб приготування:

1. Кабачки очистити від шкірки і насіння, порізати на маленькі кубики. Дрібно нарізати моркву і цибулю.
2. Додати олію в чашу мультиварки. Викласти кабачки, моркву і цибулю, додати води, спеції, виставити режим ТУШКУВАННЯ на 10 хв.
3. Після закінчення режиму додати дрібно нарізані помідори, посолити, перемішати. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 5 хвилин.
4. Після закінчення приготування додати дрібно нарізаний часник, перемішати і дати настоятися. Можна прикрасити посіченою зеленню.



Террін з індички

(блюдо французской кухні)

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 20 хв
Час приготування: 20 хв

Інгредієнти:

- Філе індички – 400 г
- Цукіні – 1 шт.
- Солодкий перець – 2 шт.
- Кукурудзяна крупа – 100 г
- Вода – 200 мл
- Сіль
- Перець мелений

Спосіб приготування:

1. Філе індички і цукіні нарізати вздовж на тонкі смужки; солодкий перець порізати на шматки середнього розміру;
2. Послідовно покласти інгредієнти в чашу мультиварки, починаючи з цукіні. Кожен новий шар посипати сіллю, перцем і кукурудзяною крупою.
3. Виставити режим ВІПІЧКА на 20 хвилин.



Борщ із телятиною і чорносливом

Кількість порцій: 6
 Час підготовки: 15 хв
 Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

- М'ясо телятини – 500 г
- Картопля (середня) – 2–3 шт.
- Капуста білокачанна – 200 г
- Вода – 2 л
- Чорнослив – кілька шт.
- Часник – 6 зубчиків
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Морква – 1 шт.
- Буряк – 1 шт.
- Пюре томатне – 1 ст. ложка
- Олія рослинна – 3 ст. ложки
- Цукор (пісок) – 1,5 ч. ложки
- Оцет (або лимон) – 3 ст. ложки
- Лист лавровий – 1 шт.
- Сіль – за смаком
- Перець чорний – 2–3 горошини

Спосіб приготування:

1. Натерти моркву і буряк на крупній тертці, цибулю нарізати соломкою. Нарізати телятину кубиком, нашаткувати картоплю і капусту, подрібнити часник. Замочити чорнослив на півгодини, подрібнити і відкласти.
2. Додати в мультиварку олію, цибулю, моркву, телятину, буряк, томатне пюре, болгарський перець, оцет, цукор, сіль і перець, перемішати і виставити режим СМАЖЕННЯ на 10 хвилин.
3. Додати капусту і картоплю, залити водою до позначки MAX, виставити режим СУП на 15 хвилин.
4. Після закінчення режиму додати подрібнений часник, чорнослив і лавровий лист.



Суп-локшина з куркою

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 17 хв

Інгредієнти:

- Куряча грудка, філе – 1 шт.
- Морква – 1 шт.
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Вода – 1,5 л
- Олія соняшникова – 4 ст. ложки
- Перець чорний – за смаком
- Лист лавровий – 2 шт.
- Сіль – за смаком

Спосіб приготування:

1. Нарізати цибулю і філе курки соломкою, натерти моркву на дрібній тертці.
2. Залити олію в мультиварку, додати цибулю, моркву і філе курки. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 5 хвилин.
3. Залити водою, додати локшину, сіль і перець. Виставити режим СУП на 12 хвилин.

Порада: можна приготувати домашнє тісто і з нього зробити локшину. Яйце – 1 шт.; Борошно – 100–150 г; Вода – 2-3 ст. ложки; Сіль – за смаком. Змішати борошно, яйце, воду. Для еластичності можна додати крапельку оливкової олії. Замісити круте тісто, дати постояти півгодини під серветкою (щоб не висло), розкочати тісто товщиною 3 мм, потім скачати в рулет, дуже тонко нарізати, просушити.



Суп гороховий із копченою грудинкою

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 30 хв

Інгредієнти:

- Грудинка свиняча копчена – 200 г
- Бекон – 150 г
- Картопля (середня) – 3 шт.
- Горох – 1/2 склянки
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Морква – 1 шт.
- Зелень – 1 пучок
- Бульйон (або вода) – 2 л
- Перець чорний – за смаком
- Сіль

Спосіб приготування:

1. Нарізати бекон і грудинку соломкою, цибулю, моркву і картоплю – кубиками.
2. Додати бекон, грудинку, цибулю і моркву в мультиварку, виставити режим СМАЖЕННЯ на 10 хвилин.
3. Залити бульйон (або окріп), додати горох і картоплю. Виставити режим СУП на 20 хвилин.
4. Після закінчення програми додати сіль разом із перцем за смаком і подрібнену зелень.



Гарбузовий суп-пюре з чебрецем і гарбузовим насінням

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 22 хв

Інгредієнти:

- Гарбуз – 500 г
- Вершки 22% – 500 мл
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Чебрець – 1 гілочка
- Гарбузове насіння – 50 г
- Сир рикота – 100 г
- Бульйон або вода – 400 мл
- Сіль
- Перець мелений

Спосіб приготування:

1. Гарбуз нарізати невеликими кубиками, дрібно порізати цибулю. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 8 хв, один раз перемішати.
2. Додати бульйон або воду, виставити режим СУП на 15 хв, після закінчення процесу приготування заправити вершками.
3. Перелити суп в окрему ємність, збити блендером до однорідної маси. Додати листочки чебрецю. Під час подачі посипати смаженим гарбузовим насінням і рикотою.

Порада: бульйон можна використовувати м'ясний, овочевий або просто воду.



Щі з телятини і капусти

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 17 хв

Інгредієнти:

- Білокачанна капуста – 200 г
- Телятина – 300 г
- Картопля – 2 шт.
- Морква – 1 шт.
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Вода – 1,5 л
- Рослинна олія
- Сіль
- Перець мелений

Спосіб приготування:

1. М'ясо промити, обсушити, нарізати невеликими шматками. Капусту і цибулю нарізати соломкою, моркву – тонкими півколами, картоплю – скибочками.
2. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 5 хвилин, обсмажити цибулю і моркву на рослинній олії.
3. Додати всі інші інгредієнти, залити водою. Виставити режим СУП на 12 хвилин.
4. Подавати зі сметаною і подрібненою зеленню.



Юшка

(страва української кухні)

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

- Печериці – 150 г
- Біла квасоля (конс.) – 1 банка
- Картопля – 3 шт.
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Олія соняшникова – 50 мл
- Вода – 1.5л
- Сіль

Спосіб приготування:

1. Цибулю порізати півкільцями, виставити режим СМАЖЕННЯ на 5 хвилин, обсмажити цибулю на соняшниковій олії. Відкласти.
2. Нарізати гриби тонкою соломкою, покласти в чашу мультиварки, додати води. Виставити режим СУП на 10 хвилин.
3. У грибний відвар покласти квасолю, нарізану невеликими кубиками картоплю, виставити режим СУП на 10 хвилин.
4. Грибну юшку заправити пасерованою на олії цибулею.



Суп мінестроне

Кількість порцій: 6
 Час підготовки: 10 хв
 Час приготування: 22 хв

Інгредієнти:

- Цукіні або кабачок – 1 шт.
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Морква – 2 шт.
- Стебло селери – 2 шт.
- Часник – 3 зубчики
- Помідори у власному соку – 400 г
- Зелень (петрушка, кріп, базилік) – по 2 гілочки
- Сир пармезан – 50 г
- Паста зірочки – 100 г
- Вода або овочевий бульйон – 1.5 л
- Лавровий лист
- Перець мелений
- Рослинна олія
- Сіль

Спосіб приготування:

1. Овочі нарізати середнім кубиком. Цибулю і часник подрібнити.
2. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 10 хв, на рослинній олії обсмажити порізані овочі до золотистого кольору. Додати томати, виставити ще раз режим СМАЖЕННЯ на 5 хвилин.
3. У чашу влити 1,5 літра води (або бульйону), покласти пасту, виставити режим СУП на 7 хвилин.



Бульйон м'ясний (заготовка)

Кількість порцій: 10
Час підготовки: 3 хв
Час приготування: 30 хв

Інгредієнти:

- Яловичина на кістці – 1 кг
- Вода – 2,5 л
- Цибуля ріпчаста – 2 шт.
- Морква – 1 шт.
- Корінь петрушки
- Перець горошком
- Лавровий лист

Спосіб приготування:

1. М'ясо промити в проточній воді, просушити. Цибулю розрізати навпіл, моркву – на три частини.
2. Покласти всі інгредієнти в чашу і залити водою (рівень води не має перевищувати позначку MAX усередині чаші).
3. Виставити режим ВАРІННЯ на 30 хвилин.
4. Після завершення приготування дістати м'ясо, відокремити від кісток. Бульйон процідити через сито в ємність для зберігання, додати м'ясо.
5. Заготовку зберігати в холодильнику або в морозилці до моменту використання.



Суп із фрикадельками з індички

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 20 хв
Час приготування: 14 хв

Інгредієнти:

- Філе індички – 400 г
- Яйце – 1 шт.
- Цибуля – 1 шт.
- Болгарський перець – 1 шт.
- Морква – 1 шт.
- Вермішель: зірочки або абетка – 100 г
- Вода – 1,5–2л
- Сіль

Спосіб приготування:

1. З філе зробити фарш, додати перемелену або натерту на дрібній тертці цибулю, яйце, посолити. Сформувати невеликі фрикадельки.
2. Моркву натерти на тертці, болгарський перець порізати соломкою.
3. Покласти всі інгредієнти, крім вермішелі, у чашу мультиварки, залити водою. Виставити режим СУП на 12 хвилин.
4. Додати вермішель, виставити режим СУП на 2 хвилини.

Порада: можна використовувати готовий фарш з індички. Вермішель можна відварити заздалегідь і додати вже в тарілку.



Смажена картопля з грибами та цибулею

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 20 хв

Інгредієнти:

- Картопля (велика) – 4 шт.
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Гриби (різні) – 300 г
- Рослинна олія – 4 ст. л.
- Перець чилі – за смаком
- Часник – за смаком
- Сіль – за смаком

Спосіб приготування:

1. Очистити картоплю і нарізати брусочками, гриби – тонкими дольками, цибулю – півкільцями, часник подрібнити.
2. Налити олію в мультиварку, викласти в неї картоплю, гриби, цибулю, часник, додати сіль і перець чилі.
3. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 20 хвилин.
4. Кілька разів перемішати в процесі приготування.



Червона квасоля в томатному соусі

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 60 хв
Час приготування: 60 хв

Інгредієнти:

- Квасоля червона – 500 г
- Вода – 750 мл
- Томатне пюре – 100 г
- Сіль
- Спеції (кмин/розмарин)

Спосіб приготування:

1. Квасолі залити окропом, дати постояти годину, потім злити воду.
2. Викласти квасолі в чашу мультиварки, додати воду, сіль, томатне пюре, спеції. Усе перемішати.
3. Виставити режим ТУШКУВАННЯ/М'ЯСО на 60 хвилин.



Соте з овочів

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

- Баклажан – 1 кг
- Солодкий перець – 500 г
- Помідори – 300 г
- Томатна паста – 20 г
- Морква – 250 г
- Цибуля – 250 г
- Рослинна олія – 3 ст. л.
- Часник – 40 г
- Кінза, розмарин – за смаком
- Сіль, спеції

Спосіб приготування:

1. Порізати баклажани півкільцями товщиною 1,5 см, натерти моркву, нарізати цибулю і часник, тонко нарізати перець, помідори, порубати кінзу.
2. Покласти все в каструлю і перемішати.
3. Закрити кришкою.
4. Виставити РУЧНИЙ РЕЖИМ 150°C на 25 хвилин, кришка закрита, але не заблокована.



Рататуй по-домашньому

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 10 хв

Інгредієнти:

- Перець болгарський – 2 шт.
- Кабачок – 2 шт.
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Часник – 3 зубчики
- Баклажани – 2 шт.
- Помідори – 3 шт.
- Рослинна олія – 2 ст. ложки
- Чебрець – 1 гілочка
- Базилік – 1 гілочка
- Сіль – за смаком
- Перець чорний – за смаком

Спосіб приготування:

1. Нарізати дрібним кубиком болгарський перець, кабачок, цибулю ріпчасту, баклажани і помідори, часник подрібнити.
2. Налити олію в мультиварку, додати овочі і спеції.
3. Виставити режим ТУШКУВАННЯ на 10 хвилин.



Запіканка з цвітною капустою, сиром і карі

Кількість порцій: 4

Час підготовки: 5 хв

Час приготування: 20 хв

Інгредієнти:

- Цвітна капуста – 500 г
- Сир моцарела – 250 г
- Вино біле сухе – 100 мл
- Карі – 1/4 ложки
- Сіль – за смаком
- Перець чорний – за смаком
- Олія оливкова – 1 ст. л.

Спосіб приготування:

1. Цвітну капусту розібрати на суцвіття.
2. Налити оливкову олію в чашу мультиварки, додати всі інгредієнти і половину сиру, нарізаного соломкою, налити вино, перемішати.
3. Виставити режим ВІПІЧКА на 20 хвилин.
4. Подавати запіканку, виклавши зверху дрібно нарізаний сир, що залишився.



Сочевиця з беконом

Кількість порцій: 4

Час підготовки: 5 хв

Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

- Сочевиця – 200 г
- Бекон в/к – 100 г
- Морква – 1 шт.
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Корінь селери – 1/2
- Вода (або бульйон) – 500 мл
- Рослинна олія
- Сіль
- Перець мелений

Спосіб приготування:

1. Цибулю і корінь селери нарізати соломкою, моркву – на півкільця. Бекон нарізати тонкими скибочками.
2. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 5 хвилин і обсмажити на ньому овочі і бекон на невеликій кількості олії.
3. Додати сочевицю, 500 мл води або бульйону. Виставити режим РИС/КРУПИ на 20 хвилин.



Гриби тушковані в сметані

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

- Гриби гливи – 400 г
- Сметана – 200 г
- Цибуля ріпчаста – 2 шт.
- Рослинна олія
- Сіль
- Перець мелений

Спосіб приготування:

1. Гриби порізати на шматочки, цибулю – півкільцями.
2. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 10 хв, обсмажити на олії цибулю до золотистого кольору, додати гриби, перемішати.
3. Додати сметану і спеції. Виставити режим ТУШКУВАННЯ на 15 хвилин.

Порада: гливи можна замінити будь-якими іншими грибами.



Рис з овочами

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 9 хв

Інгредієнти:

- Рис – 1 чашка
- Морква – 1 шт.
- Консервована кукурудза – 200 г
- Горох стручковий свіжий – 150 г
- Вода – 1,5 чашки
- Сіль

Спосіб приготування:

1. Моркву порізати дрібними кубиками, горох – шматочками довжиною 1 см.
2. У чашу мультиварки покласти всі інгредієнти, сіль, перемішати. Виставити режим РИС/КРУПИ на 9 хвилин.

Порада: замість свіжого зеленого гороху можна взяти заморожену стручкову квасолю; замість консервованої кукурудзи – заморожену.



Плов із баранини

Кількість порцій: 4
 Час підготовки: 10 хв
 Час приготування: 30 хв

Інгредієнти:

- Баранина – 350 г
- Рис пропарений – 250 г
- Рослинна олія – 5 ст. л.
- Морква – 200 г
- Цибуля ріпчаста – 2 шт.
- Родзинки – 50 г
- Часник – 2 головки
- Вода – 300 мл
- Приправа для плову – 50 г
- Кмин – 1 ст. л.
- Горох нут – 100 г (за бажанням)
- Сіль – за смаком
- Перець – за смаком

Спосіб приготування:

1. Попередньо замочити горох нут на ніч. Залити гарячою водою родзинки і рис в окремій ємності і відкласти, поки готуватиметься піджарка.
2. Нарізати моркву на брусочки, цибулю – півкільцями, баранину – на шматочки.
3. Залити олію в мультиварку, додати цибулю, моркву і м'ясо, виставити режим СМАЖЕННЯ на 10 хвилин.
4. Злити воду з родзинок і рису.
5. Додати в чашу мультиварки решту інгредієнтів, залити водою. Виставити режим ПЛОВ на 20 хвилин.



Печеня по домашньому

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 40 хв

Інгредієнти:

- Свинина (м'якуш) – 200 г
- Яловичина (м'якуш) – 200 г
- Картопля (середня) – 10 шт.
- Рослинна олія – 3 ст. л.
- Перець болгарський червоний – 1 шт.
- Цибуля – 1 шт.
- Морква – 1 шт.
- Помідор – 1 шт.
- Часник – 2 зубчики
- Сіль – за смаком
- Перець – за смаком
- Паприка солодка – 1 ч. ложка

Спосіб приготування:

1. Нарізати яловичину, свинину, картоплю, болгарський перець, помідор і цибулю кубиком, подрібнити часник.
2. Викласти всі інгредієнти в чашу мультиварки, додати сіль, перець, паприку, олію; перемішати.
3. Виставити режим ТУШКУВАННЯ/ОВОЧІ на 40 хвилин.



Бешбармак

(блюдо казахської кухні)

Кількість порцій: 8

Час підготовки: 20 хв

Час приготування: 77 хв

Інгредієнти:

- Баранина (або яловичина) з кісточкою – 1 кг
- Лавровий лист – 2 шт.
- Духмяний перець – 3 шт.
- Цибуля ріпчаста – 2 шт.
- Перець мелений
- Зелень петрушки
- Сіль

Для тіста:

- Яйця – 2 шт.
- Вода (або бульйон) – 200 мл
- Сіль – 1/2 ч.л.
- Борошно – 600 г

Спосіб приготування:

1. У миску всипати просіяне борошно (400 г), яйця, сіль, влити воду. Замісити круте тісто, за необхідності додаючи борошно. Тісто тонко розкачати і розрізати на ромби зі стороною 10 см. Викласти на пергамент і дати підсохнути протягом 35 хвилин.
2. У чашу мультиварки покласти м'ясо, залити водою. Виставити режим **ВАРІННЯ** на 60 хвилин. Після закінчення програми бульйон процідити в окрему ємність, м'ясо відокремити від кісток і розібрати на невеликі волокна, відкласти.



3. Цибулю нарізати півкільцями. У чашу мультиварки налити 2 черпака бульйону, покласти цибулину, посипати перцем. Виставити режим **ВАРІННЯ** на 2 хвилини. Вийняти цибулю шумівкою і відкласти. Бульйон залишити в чаші.
4. У чашу мультиварки додати 4–5 черпаків бульйону, посолити за смаком. Виставити **РУЧНИЙ РЕЖИМ** 110°C на 15 хвилин. Підсушене тісто відварити з відкритою кришкою до готовності.
5. Покласти готове тісто на підігріту таріль, зверху на нього м'ясо і все це залити підливою з цибулі із зеленню. Залишки бульйону подати в окремих піалах із додаванням дрібно нарізаної зелені.



Чилі кон карне

Кількість порцій: 6
 Час підготовки: 10 хв
 Час приготування: 20 хв

Інгредієнти:

- Яловичий фарш – 1 кг
- Цибулина – 2 шт.
- Часник – 5 зубчиків
- Перець чилі – 1 шт.
- Кмин – -1 ч. л.
- Орегано – 1 ст. л.
- Тростинний цукор – 1 ст. л.
- Червона квасоля (консервована) – 400 г
- Томати у власному соку – 400 г
- Перець чилі мелений – за смаком
- Рослинна олія
- Сіль

Спосіб приготування:

1. Цибулю дрібно нарізати, часник подрібнити, квасолю промити і відкинути на друшляк.
2. У чашу мультиварки додати олію, цибулю, фарш, виставити режим СМАЖЕННЯ на 10 хвилин і обсмажити, постійно помішуючи і розбиваючи грудочки фаршу.
3. Додати часник, чилі, помідори і спеції, виставити режим ТУШКУВАННЯ на 10 хвилин.
4. Після закінчення програми додати квасолю і перемішати. Перед подачею посипати подрібненою кінзою.

Порада: подавати можна як окрему страву, так і з чіпсами начос або коржиками такос.



Буженина

Кількість порцій: 4

Час підготовки: 4 години 5 хвилин

Час приготування: 75 хв

Інгредієнти:

- Свиняча шийка (без кістки) – 700 г
- Оливкова олія – 30 мл
- Часник – 10 г
- Імбир – 1/3 ч.л.
- Мелений коріандр – 1/3 ч.л.
- Сухий базилік – 1/2 ч.л.
- Вода – 200 мл
- Сіль, перець

Спосіб приготування:

1. Змішати імбир, базилік, коріандр, сіль і перець. Натерти м'ясо сіллю і спеціями; зробити невеликі отвори в м'ясі і покласти в них часник; поставити в холодильник на 4 години.
2. Викласти м'ясо в чашу мультиварки. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 15 хвилин, обсмажити без кришки, періодично перевертаючи.
3. Додати воду, виставити режим ТУШКУВАННЯ – 90°C на 60 хвилин.

Порада: можна подавати як у гарячому, так і в холодному вигляді.



Свинячі відбивні

Кількість порцій: 3
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 23 хв

Інгредієнти:

- Карбонат свинячий б/к – 600 г
- Цукіні – 1 шт.
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Помідори чері – 6 шт.
- Сіль
- Перець мелений
- Рослинна олія

Спосіб приготування:

1. Цукіні нарізати кільцями товщиною 1 см, цибулю – півкільцями. М'ясо нарізати на порційні шматки, кожен шматок відбити під плівкою до товщини 0,5 см, поперчити з обох боків.
2. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 15 хвилин. Обсмажити на олії до золотистого кольору спочатку цукіні, потім додати цибулю, переключити на таріль.
3. У чашу мультиварки покласти м'ясо, виставити режим СМАЖЕННЯ на 8 хвилин, кожен шматок обсмажити з обох сторін по 3–4 хвилини, вийняти, посолити.



Свиняча рулька

Кількість порцій: 4

Час підготовки: 9 годин 5 хвилин

Час приготування: 60 хв

Інгредієнти:

- Свиняча рулька – 900 г
- Цибуля – 2 шт.
- Часник – 2 зубчики
- Базилік – 1 ч.л.
- Вода – 200 мл
- Рослинна олія – 50 мл
- Сіль, перець

Спосіб приготування:

1. Зробити невеликі надрізи в рульці і покласти в них часник. Дрібно нарізати цибулю, змішати її зі спеціями. Натерти цією сумішшю рульку і поставити в холодильник на 9 годин.
2. У чашу мультиварки налити олію, викласти рульку і налити воду.
3. Виставити РУЧНИЙ РЕЖИМ 130°C на 1 годину.



Фаршировані перці

Кількість порцій: 4

Час підготовки: 10 хв

Час приготування: 20 хв

Інгредієнти:

- Великий солодкий перець – 4 шт.
- Яловичий фарш – 500 г
- Цукіні маленький – 1 шт.
- Перець чилі (за бажанням) – 1 шт.
- Вода – 2 л
- Сіль, перець

Спосіб приготування:

1. Перець помити, розрізати вздовж на дві половинки, вийняти насіння. Цукіні нарізати дрібними кубиками.
2. Фарш змішати з дрібно нарізаним чилі, цукіні та спеціями.
3. Нафарширувати перці, покласти в чашу мультиварки, налити воду. Виставити режим ТУШКУВАННЯ/ОВОЧІ на 20 хвилин. Подавати зі сметаною.



Бефстроганов із телятини з гливами

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

- Цибуля ріпчаста – 2 шт.
- Гірчиця негостра – 2 ст. л.
- Гриби гливи – 200 г
- Вершки 22% – 200 мл
- Олія оливкова – 4 ст. л.
- Сметана жирна – 250 г
- Яловичина (тонкий край, вирізка або ниркова частина) – 500 г
- Сіль – за смаком
- Перець – за смаком

Спосіб приготування:

1. Цибулю, гриби і яловичину нарізати соломкою.
2. Налити оливкову олію в мультиварку, додати цибулю, гриби і яловичину.
3. Виставити режим СМАЖЕННЯ та обсмажувати протягом 10 хвилин.
4. Додати вершки, сметану, сіль і перець, виставити режим СМАЖЕННЯ ще на 15 хвилин.

Порада: гриби гливи можна замінити на печериці. Подавати з рисом.



Картопляна бабка

(страва білоруської кухні)

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 15 хв
Час приготування: 30 хв

Інгредієнти:

- Свиняча грудинка – 200 г
- Картопля (середня) – 10 шт.
- Цибуля ріпчаста – 3 шт.
- Борошно – 1 ст.л.
- Сметана – 150 г
- Кріп – 2 гілочки
- Сіль

Спосіб приготування:

1. Грудинку дрібно порубати, цибулю нарізати невеликими кубиками. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 10 хвилин. Обсмажити спочатку грудинку, потім цибулю, періодично помішуючи. Надлишки жиру злити.
2. Картоплю подрібнити в блендері або натерти на дрібній тертці, змішати з сіллю і борошном. Перекласти в чашу мультиварки до піджарки, додати нарізаний кріп і ретельно перемішати.
3. Виставити режим ВИПІЧКА на 20 хвилин. Подавати зі сметаною.



Кролик з овочами

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 30 хв

Інгредієнти:

- Тушка кролика – 1 шт.
- Корінь пастернаку – 2 шт.
- Морква – 1 шт.
- Цибуля – 1 шт.
- Сметана – 150 г
- Зернова гірчиця – 50 г
- Сіль
- Перець мелений

Спосіб приготування:

1. Кролика порубати на порційні шматки, пастернак очистити, нарізати великими шматками. Моркву нарізати півкільцями, цибулю ретельно подрібнити.
2. Покласти всі інгредієнти в чашу мультиварки, посолити, поперчити, перемішати. Виставити режим ТУШКУВАННЯ/М'ЯСО на 30 хвилин.



Паелья з морепродуктів

(страва іспанської кухні)

Кількість порцій: 4

Час підготовки: 5 хв

Час приготування: 20 хв

Інгредієнти:

- Коктейль із морепродуктів – 500 г
- Куркума або шафран – 1/2 ч. л.
- Оливкова олія – 40 мл
- Цибуля ріпчаста – 1 шт.
- Рис – 300 г
- Томатне пюре – 50 г
- Перець солодкий зелений – 1/2 шт.
- Лимон – 1/4 шт.
- Вода – 1 л
- Рослинна олія
- Сіль
- Перець мелений

Спосіб приготування:

1. Цибулю нарізати дрібним кубиками, перець – соломкою, лимон – на скибочки. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 5 хвилин, обсмажити на олії цибулю разом із рисом.
2. У чашу мультиварки покласти всі інгредієнти, крім коктейлю з морепродуктів і води та лимона, добре перемішати. Зверху викласти морський коктейль, залити водою.
3. Виставити режим ПЛОВ на 15 хвилин.



Телячі щічки в томатному соусі

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 30 хв

Інгредієнти:

- Телячі щічки – 600 г
- Корінь селери – 260 г
- Цибуля – 1 шт.
- Вино червоне – 200 мл
- Томати у власному соку – 100 г
- Лавровий лист – 2-3 листочки
- Сіль – за смаком
- Перець – за смаком

Спосіб приготування:

1. Додати в чашу мультиварки воду, покласти крупно нарізані шматки м'яса, селеру і цибулю, посолити, поперчити і виставити режим ТУШКУВАННЯ/М'ЯСО на 20 хвилин.
2. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 10 хвилин, додати томати, лавровий лист, вино, посолити і поперчити.
3. Подавати в гарячому вигляді із зеленню і за бажанням зі сметаною.



Смаженка

(страва білоруської кухні)

Кількість порцій: 4

Час підготовки: 5 хв

Час приготування: 35 хв

Інгредієнти:

- Яловичина – 0,5 кг
- Картопля – -1 кг
- Сало-шпик – 100 г
- Цибуля ріпчаста – 2 шт.
- Морква – 1шт.
- Свіжі гриби – 100 г
- Сметана – 100 г
- Томатна паста – 20 г
- Пшеничне борошно – 1 ч. л.
- Петрушка – 3 гілочки
- Рослинна олія – 2 ст. л.
- Бульйон – 250 мл
- Сіль, перець

Спосіб приготування:

1. Яловичину нарізати невеликими шматочками, моркву і цибулю – маленькими кубиками, картоплю – скибочками.
2. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 15 хв, розтопити сало-шпик у чаші та обсмажити на ньому яловичину, м'ясо відкласти.
3. Дрібно нарізані гриби обсмажити на отриманому жирі.
4. Усі інгредієнти скласти в чашу мультиварки і залити бульйоном. Додати сметану, мелений чорний перець і сіль. Виставити режим ТУШКУВАННЯ/ М'ЯСО на 20 хвилин.
5. Під час подачі посипати зеленню.



Овочі асорті на пару з цитрусовою заправкою

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 3 хв
Час приготування: 10 хв

Інгредієнти:

- Спаржа зелена (середня) – 8 шт.
- Картопля (середня) – 3 шт.
- Корінь селери – 100 г
- Морква (середня) – 1 шт.
- Горошок зелений стручковий (свіжий) – 100 г
- Брокколи – 100 г
- Апельсин – 1 шт.
- Лимон – 1 шт.
- Олія оливкова – 3 ст. ложки
- Соус соєвий – 1 ст. ложка
- Цукор – 1/2 ч. ложки
- Перець чилі – 1 шт.
- Сіль – за смаком

Спосіб приготування:

1. Нарізати моркву на кільця, спаржу навпіл, корінь селери на брусочки, картоплю на скибочки, розібрати броколі на суцвіття.
2. Викласти нарізані овочі в кошик для приготування на парі разом із зеленим горошком, поставити в мультиварку, налити 500 мл води і виставити режим ПАРОВАРКА на 10 хвилин.
3. Для заправки змішати сік апельсина і лимона, додати соєвий соус, оливкову олію, цукор, подрібнений перець чилі, сіль.
4. Викласти овочі на тарілку, полити цитрусовою заправкою.

Порада: якщо ви любите більш хрустку текстуру овочів, зменшіть час приготування до 5–7 хвилин.



Лосось на парі в рум'яній скоринці

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 10 хв

Інгредієнти:

- Філе лосося – 500 г
- Вода – 200 мл
- Сіль – за смаком
- Перець – за смаком
- Лимон – 1 шт.
- Салат – 1 лист (щоб прикрасити)

Для глазури:

- Часник – 1 зубчик
- Джем абрикосовий – 1 ст. ложка
- Соус соєвий – 1 ч. ложка
- Соус теріякі – 1 ч. ложка
- Кетчуп – 50 мл

Спосіб приготування:

1. Нарізати лосось на стейки, за смаком – додати лимонний сік і натерти сіллю та перцем, викласти в кошик для приготування на парі.
2. В основну чашу налити 500 мл води.
3. Виставити режим ПАРОВАРКА на 10 хвилин.
4. Зробити глазур: змішати абрикосовий джем, соєвий соус, соус теріякі, кетчуп і подрібнений часник.
5. Дістати лосось, викласти на тарілку на лист салату і змастити глазур'ю.



Манти з гарбузом

Кількість порцій: 4
 Час підготовки: 45 хв
 Час приготування: 15 хв

Інгредієнти:

Для тіста:

- Боршно – 500 г
- Яйце – 1 шт.
- Вода – 250 мл
- Сіль – 1 ч. л.
- Свинина жирна – 500 г
- Гарбуз – 200 г
- Цибуля ріпчаста – 2 шт.
- Сіль

Спосіб приготування:

1. Просіяти борошно, утворивши гірку. Зробити в гірці заглиблення, вбити в нього яйце, у воді розчинити сіль і вилити до яйця. Замісити тісто. З тіста скачати кулю і залишити, накривши рушником або харчовою плівкою, на 30 хв.
2. Підготувати начинку. Крупно перемолоти м'ясо. Гарбуз нарізати дрібними кубиками. Цибулю дрібно порізати. Змішати м'ясо і гарбуз зі спеціями.
3. Тісто скачати в ковбаску і нарізати на рівні частини. Розкачати кожну частину до товщини 2–3 мм, присипаючи борошном за потребою. Мають вийти коржі діаметром 12 см.
4. На кожен коржик покласти 2 столові ложки начинки і защіпнути краї.
5. У чашу мультиварки налити 1 літр води, поставити в чашу кошик для приготування на парі, покласти у нього манти. Виставити режим ПАРОВАРКА на 15 хвилин.



Курячі котлетки на парі

Кількість порцій: 4
 Час підготовки: 10 хв
 Час приготування: 10 хв

Інгредієнти:

- Куряче філе – 300 г
- Міні-кукурудза – 1 упаковка
- Горошок консервований
- Помідори чері – 8 шт.
- Масло вершкове – 70 г
- Сіль

Спосіб приготування:

1. З філе зробити фарш, додати сіль і розм'якшене вершкове масло. Сформувати невеликі котлетки.
2. У чашу мультиварки залити 1 літр води, покласти міні-кукурудзу.
3. У кошик для приготування на парі викласти котлетки, встановити кошик у чашу мультиварки.
4. Виставити режим ПАРОВАРКА на 10 хвилин.

Порада: куряче філе можна замінити на готовий курячий фарш.



Яблучна шарлотка

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 35 хв

Інгредієнти:

- Боршно – 160 г
- Яйця – 5 шт.
- Цукор – 150 г
- Яблуко – 500 г
- Розпушувач тіста – 1 ч. ложка
- Масло вершкове (для змащування форми) – 20 г
- Сіль

Спосіб приготування:

1. Збити яйця з цукром до однорідної маси, додати борошно і розпушувач, перемішати до однорідної консистенції.
2. Яблука нарізати на скибочки, скропити лимонним соком (за бажанням).
3. Змастити дно і стінки мультиварки вершковим маслом.
4. Викласти яблука в чашу мультиварки, залити тістом.
5. Виставити режим ВИПІЧКА на 35 хвилин.



Класичний йогурт

Кількість порцій: 6

Час підготовки: 3 хв

Час приготування: 8 годин

Інгредієнти:

- Молоко 3,2% – 1 л
- Йогурт натуральний без добавок – 100 г

Спосіб приготування:

1. Молоко і йогурт перемішати до однорідної маси, розлити по порційним стаканчикам або в більшу ємність.
2. Виставити режим ЙОГУРТ на 8 годин.
3. Після закінчення процесу приготування поставити йогурт у холодильник мінімум на 4 години.

Порада: у разі використання ультрапастеризованого молока попереднє кип'ятіння не потрібне. У разі використання цільного або пастеризованого молока його необхідно попередньо прокип'ятити, а потім охудити до кімнатної температури. Як закваску можна використовувати суху ліофілізовану закваску.



Йогурт із джемом

Кількість порцій: 6

Час підготовки: 3 хв

Час приготування: 8 годин

Інгредієнти:

- Молоко 3,2% – 1 л
- Йогурт натуральний без добавок – 100 г
- Абрикосовий джем – 80 г

Спосіб приготування:

1. Молоко і йогурт перемішати до однорідної маси, на дно стаканчиків покласти джем, потім додати молочну суміш.
2. Виставити режим ЙОГУРТ на 8 годин.
3. Після закінчення процесу приготування поставити йогурт у холодильник мінімум на 4 години.

Порада: замість абрикосового джему можна використовувати будь-який інший, а також мед, згущене молоко. Якщо ви хочете зробити йогурт зі свіжими фруктами, фрукти необхідно пасерувати з невеликою кількістю цукру або меду і охудити перед тим, як класти в йогурт.



Піца на тонкому тесті із саямі

Кількість порцій: 6
 Час підготовки: 40 хв
 Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

Для тіста:

- Пшеничне борошно – 400 г
- Вода – 200 мл
- Дріжджі – 3 г
- Оливкова олія – 20 мл
- Цукор – 1/4 ч. л.
- Сіль за смаком

Для начинки:

- Томатна паста чи кетчуп – 200 г
- Сир моцарела – 300 г
- Ковбаса саямі – 300 г
- Сіль і перець

Спосіб приготування:

1. Змішати борошно, воду, яйце і сіль, щоб зробити тісто. Накрити плівкою і дати підійти протягом півгодини.
2. Порізати тонко саямі, натерти на крупній тертці моцарелу.
3. Розкачати тісто до товщини 1–1,5 см, обрізати коло по діаметру чаші. Змастити чашу оливковою олією та викласти тісто. Намазати тісто томатною пастою, залишаючи 1 см від краю, викласти тертий сир (кількість – за бажанням), саямі.
4. Виставити режим ВИПІЧКА на 25 хвилин.

Порада: невикористане тісто можна зберігати в холодильнику до 3 днів. Перед повторним використанням витягнути тісто і дати йому підійти.



Джем із персиків і апельсинів

Кількість порцій: 10
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 60 хв

Інгредієнти:

- Персики – 1,5 кг
- Невеликі апельсини – 6 шт.
- Цукровий пісок – 1,3 кг
- Вода – 100 мл

Спосіб приготування:

1. Очистити від шкірки персики й апельсини, вийняти зернятка.
2. Порізати фрукти маленькими кубиками.
3. Фрукти, цукор покласти в каструлю, залити водою і перемішати. Виставити РУЧНИЙ РЕЖИМ– 110°C на 60 хвилин, варити з відкритою кришкою.

Порада: для отримання однорідної структури джему можна перед варінням перебити фрукти блендером в окремій ємності.



Варення з ягід

Кількість порцій: 10
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 60 хв

Інгредієнти:

- Свіжа малина – 400 г
- Свіжа полуниця – 400 г
- Цукровий пісок – 600 г

Спосіб приготування:

1. Вимити ягоди, у полуниці відрізати хвостики.
2. Змішати всі інгредієнти в чаші мультиварки, виставити режим РУЧНИЙ РЕЖИМ – 110С на 60 хвилин, варити при відкритій кришці.



Пудинг шоколадно кокосовий

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 3 хв
Час приготування: 20 хв

Інгредієнти:

- Вершки 33% – 500 мл
- Кокосова стружка – 50 г
- Темний шоколад – 180 г
- Жовток – 6 шт.
- Цукровий пісок – 50 г

Спосіб приготування:

1. Шоколад розламати на дрібні шматочки. Змішати вершки, шоколад і кокосову стружку. Виставити РУЧНИЙ РЕЖИМ – 100°C на 20 хвилин, кришку не блокувати. Викласти отриману суміш у чашу мультиварки, прогріти до повного розчинення шоколаду, постійно помішуючи.
2. Відокремити жовтки від білків, змішати жовтки з цукром і ввести їх, не припиняючи помішувати, у вершково-шоколадну масу. Довести до кипіння і вимкнути програму.
3. Злегка охудити, розкласти по порційних стаканчиках і поставити в холодильник на 2 години. Подавати, прикрасивши збитими вершками.



Кекс морквяний по-італійськи

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 15 хв
Час приготування: 35 хв

Інгредієнти:

- Яйце – 5 шт.
- Цукор – 200 г
- Боршно пшеничне – 1 склянка (250 мл)
- Розпушувач тіста – 1 ч.л.
- Морква – 300 г
- Волоський горіх – 100 г
- Маскарпоне – 200 г
- Цукрова пудра – 50 г
- Сіль за смаком
- Шоколадна крихта – 50 г

Спосіб приготування:

1. Збити яйця з цукром. Змішати борошно, розпушувач і дрібку солі. Моркву натерти на дрібній тертці. Горіхи ретельно подрібнити.
2. Змішати збиті яйця з борошном, морквою і горіхами. Перекласти тісто в чашу мультиварки, виставити режим ВИПІЧКА на 35 хвилин.
3. Маскарпоне змішати з цукровою пудрою. За бажанням розрізати корж посередині і намазати кремом із маскарпоне, або зробити з крему кнелі та розкласти на кекс зверху. Прикрасити шоколадною крихтою.



Кіш Лорен

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 15 хв
Час приготування: 45 хв

Інгредієнти:

Для тіста:

- Борошно – 300 г
- Вершкове масло холодне – 170 г
- Сіль – 1 ч.л.
- Цукор – 1/2 ч.л.
- Яйце куряче – 1 шт.
- Крижана вода – 3–4 ст.л., збільшити за необхідності

Для начинки:

- Бекон в/к – 150 г
- Яйце – 3 шт.
- Вершки 33% / сметана – 300 мл
- Сіль
- Напівтвердий сир (за бажанням)

Спосіб приготування:

1. У чашу блендера покласти борошно, сіль, цукор і нарізане кубиками холодне масло. Перебивати до отримання жирної крихти. Влити воду, додати яйце і максимально швидко замішати тісто. Усе ретельно вимісити, сформувати кулю і прибрати під плівку.
2. Бекон нарізати кубиком, натерти сир на тертці.
3. Тісто розкачати в пласт товщиною 4–5 мм. Покласти в чашу мультиварки, рівномірно розподілити по дну і бортиках. Покласти на поверхню тіста лист фольги, зверху насипати квасолю. Виставити режим ВИПІЧКА на 15 хвилин. Потім прибрати фольгу з начинкою, проткнути дно виделкою в декількох місцях. Виставити режим ВИПІЧКА ще на 10 хвилин.
4. Яйця злегка збити з вершками вінчиком. Посолити за смаком. Бекон викласти в чашу зверху на тісто, залити вершково-яєчною сумішшю і посипати тертим сиром.
5. Виставити режим ВИПІЧКА на 20 хвилин. Подавати злегка охолодженим.



Домашній сир «Дюшес»

Кількість порцій: 2
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 45 хв

Інгредієнти:

- Кефір 2,5% – 1 л
- Груша Дюшес – 1 шт.
- Виноград сорту Кишмиш

Спосіб приготування:

1. Кефір налити в чашу мультиварки. Виставити РУЧНИЙ РЕЖИМ – 80°C на 45 хвилин.
2. Отриману суміш перелити в сито, застелене в кілька шарів марлю. Коли основна маса сироватки стече, зав'язати марлю і підвісити приблизно на 4–6 годин (можна на ніч). За цей час залишки сироватки відокремляться і в марлі залишиться тільки розсипчастий сир.
3. Грушу порізати дрібними кубиками, сир розкласти по порційним піалах і подавати прикрашеним зверху шматочками груші і виноградом.



Компот із сухофруктів із корицею і червоним гострим перцем

Кількість порцій: 10
Час підготовки: 10 хв
Час приготування: 30 хв

Інгредієнти:

- Суміш сухофруктів – 200 г
- Паличка кориці – 1 шт.
- Червоний перець чилі – 1/4 шт.
- Цукор – 50 г
- Вода – 2 л

Спосіб приготування:

1. Перець почистити від насіння, розрізати на великі шматочки, сухофрукти промити.
2. Скласти всі інгредієнти в чашу мультиварки, залити 2 л води і виставити режим **ВАРІННЯ** на 30 хвилин.



Збитень безалкогольний

Кількість порцій: 6
Час підготовки: 4 хв
Час приготування: 25 хв

Інгредієнти:

- Цукор – 150 г
- Мед – 150 г
- Лавровий лист – 2 шт.
- Гвоздика – 2–3 шт.
- Кориця мелена – 1/2 ч.л.
- Перець чорний горошком – 3–4 шт.
- М'ята – 1 ч. л.
- Чебрець – 1/4 ч. л.
- Кардамон – 1/4 ч. л.
- Кориця ціла – 1 шт.
- Імбир мелений – 1/4 ч.л.
- Вода – 1 л

Спосіб приготування:

1. У чашу мультиварки залити 1 л води. Виставити режим СМАЖЕННЯ на 5 хвилин.
2. У киплячій воді розчинити мед, цукор, додати лавровий лист, прянощі та виставити режим ВАРІННЯ на 20 хвилин.
3. Після закінчення програми відключити режим утримання тепла і настоювати при закритій кришці 30 хвилин.
4. Процідити через марлю або дрібне сито. Подавати гарячим. Можна прикрасити паличками кориці.



Глінтвейн різдвяний

Кількість порцій: 4
Час підготовки: 5 хв
Час приготування: 30 хв

Інгредієнти:

- Вино червоне сухе – 1 пляшка
- Вода – 500 мл
- Яблуко – 2 шт.
- Апельсин – 2 шт.
- Мед – 200 г
- Кориця ціла – 2 шт.
- Гвоздика ціла – 5 шт.
- Бодян – 4 шт.
- Кардамон – 4 шт.
- Горіх мускатний – 1 шт.

Спосіб приготування:

1. Спеції та нарізані тонкими скибочками апельсини і яблука викласти в чашу мультиварки і залити холодною водою.
2. Налити вино, виставити РУЧНИЙ РЕЖИМ – 90°C на 30 хвилин.
3. Розлити в прозорі чашки і перед подачею краї скибочками апельсина.



Простокваша

Кількість порцій: 10

Час підготовки: 5 хв

Час приготування: 8 годин


Інгредієнти:

- Молоко цільне – 2 л
- Сметана 15% – 2 ст. л.

Спосіб приготування:

1. Молоко налити в чашу мультиварки, додати сметану і ретельно перемішати.
2. Виставити режим ЙОГУРТ на 8 годин.
3. Після приготування перелити в стерилізовані банки, зберігати в холодильнику.

Порада: перед вживанням простокваша має постояти в холодильнику не менше 3-х годин.



NC00145197