



Zigmund & Shtain



Книга рецептов
для мультиварки **ZMC-200**



Дорогой покупатель, поздравляем Вас с приобретением **мультиварки ZMC-200** компании **Zigmund & Shtain!** Надеемся, эта книга поможет Вам использовать прибор эффективно и с удовольствием.





СОДЕРЖАНИЕ

Для чего нужна мультиварка.....	1	Ленивые голубцы.....	32
Советы по приготовлению.....	3	Хаш.....	33
Завтраки	4	Хашлама.....	34
Омлет.....	4	Холодец.....	35
Рисовая каша с тыквой.....	5	Котлеты из куриного фарша.....	36
Рисовая каша на кокосовом молоке.....	6	Монастырская каша.....	37
Шакшука.....	7	Перловая каша с луком и морковью.....	38
Творожная запеканка с орехами.....	8	Запеченный картофель.....	39
Пшеничная каша.....	9	Запеченные баклажаны.....	40
Каша «Дружба».....	10	Паста «Болоньезе».....	41
Супы.....	11	Говядина по-бургундски.....	42
Уха из красной рыбы.....	11	Говядина тушеная в пиве.....	43
Грибной крем-суп.....	12	Молодой картофель.....	44
Борщ.....	13	Стейк семги на пару.....	45
Солянка.....	14	Котлеты из индейки на пар.....	46
Пити	15	Плов с индейкой.....	47
Шурпа.....	16	Плов с куриными ножками.....	48
Основные блюда.....	17	Плов ферганский.....	49
Тефтели.....	17	Рис с кальмаром.....	50
Фаршированные перцы	18	Десерты.....	51
Гуляш	19	Запеченные яблоки	51
Чахохбили.....	20	Морковный кекс с грецкими орехами и корицей.....	52
Куриное филе с ананасами.....	21	Шоколадный брауни.....	53
Чили с говядиной.....	22	Шарлотка с яблоками.....	54
Бефстроганов.....	23	Апельсиновое варенье	55
Жаркое из свинины.....	24	Напитки.....	56
Гречка по-купечески с грибами.....	25	Фруктовый пунш.....	56
Кролик с овощами.....	26	Мятная вишня.....	57
Ризотто с лисичками.....	27	Компот из яблок и груш.....	58
Мусака.....	28	Топленое молоко	63
Фаршированные кальмары.....	29	Йогурт.....	60
Картофельная запеканка.....	30	Йогурт на кокосовом молоке.....	61
Куриные крылышки в медовом соусе.....	31	Для заметок	64





ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА МУЛЬТИВАРКА?

Мультиварка – многофункциональный прибор, который и варит, и тушит, и жарит, и томит, и запекает, и готовит на пару. Некоторые блюда в этом устройстве получаются даже лучше, чем на плите, в духовке или в пароварке. Это возможно благодаря особой технологии приготовления: пища готовится под плотно закрытой крышкой в чаше с толстыми стенками, что создает особые условия для тепловой обработки продуктов. Супы выходят еще наваристее, мясо – сочнее и нежнее, а каши, плов и тушеные блюда приобретают более насыщенный вкус.

Экономия времени и места

Мультиварка экономит время, так как Вы можете просто выложить продукты в чашу, нажать кнопку, и вкусная и полезная еда будет готовиться без Вашего участия. Мультиварка не займет много места на кухне, учитывая число возможностей, заложенных в функционале этого устройства. Ведь этот прибор может заменить плиту, духовку, пароварку, рисоварку и даже су-вид. Его очень удобно брать на дачу или в поездку, все что Вам понадобится – подключение к сети питания.

Отложенный таймер

Удобная опция – приготовление завтраков с отложенным таймером, особенно, если Вы любите начинать день с каш. Вы можете установить автоматическую программу, выбрать время окончания приготовления и заниматься другими делами. Блюдо не подгорит, а по завершении работы программы устройство перейдет в режим подогрева.

Томление

Особенно удобно использовать мультиварку, когда необходима длительная тепловая обработка, чтобы мясо легко отделялось от костей, волокнистые овощи стали мягкими, каша сильнее разварилась.

Безопасность

Устройство совершенно безопасно в использовании, так как в случае повышения температуры сработает датчик, и прибор отключится от сети.





Чаша

Еще одно важное преимущество мультиварки – чаша. Именно чаша во многом обеспечивает многофункциональность мультиварки, так как благодаря толстым стенкам и надежному антипригарному покрытию, в ней можно и варить, и жарить, и запекать. Антипригарное покрытие позволяет готовить на очень малом количестве масла или совсем без него, благодаря чему Ваши блюда станут еще вкуснее и полезнее. Однако, такая чаша также требует бережного отношения – очень важно не повредить антипригарное покрытие. Не следует взбивать и измельчать ингредиенты в ней или даже промывать крупы. Чтобы чаша служила долго, тщательно следуйте рекомендациям, указанным в инструкции к устройству.

Чистота

Приготовление в мультиварке поможет поддерживать чистоту на Вашей кухне. Если рецепт требует несколько видов приготовления (например, прежде чем тушить овощи с мясом, их необходимо обжарить), и обжаривать, и тушить можно в одной чаше. Более того, при тушении или жарке на предметы и на стены поблизости не будут попадать капли жира или соуса, так как стенки чаши достаточно высокие, а тушение, как правило, происходит при закрытой крышке. При этом чашу очень легко и удобно мыть.

Мультиповар

Большим плюсом Вашей модели мультиварки является функция «Мультиповар». Этот режим создан для того, чтобы Вы могли реализовать свой творческий потенциал и воплотить в жизнь любую кулинарную задумку. Благодаря «Мультиповару» Вы можете выбрать любое время приготовления и температурный режим, а также менять настройки непосредственно во время приготовления. В этой книге Вы найдете рецепты для мультиварки, которые помогут Вам сэкономить время и разнообразить рацион.





СОВЕТЫ ПО ПРИГОТОВЛЕНИЮ

- Чтобы легко вынуть готовую выпечку рекомендуем смазать чашу сливочным маслом и посыпать мукой или выстлать дно пекарской бумагой так, чтобы можно было извлечь готовое блюдо, взявшись за ее края.
- Чтобы при приготовлении молочной каши молоко «не убежало», смажьте чашу мультиварки маслом по кругу ближе к верхнему краю чаши.
- Всегда тщательно промывайте крупу.
- Не открывайте крышку слишком часто во время приготовления. При частом открывании в чаше сбивается температурный режим и приготовление продлевается.
- Чтобы приготовить на пару блюда из жидких ингредиентов (например, омлет), используйте силиконовую форму подходящего размера. Также можно выстлать дно и стенки контейнера для приготовления на пару фольгой.
- Если при приготовлении йогурта Вы используете стеклянные баночки, ставьте их на силиконовый коврик или тканевую салфетку. Это необходимо, чтобы избежать повреждения чаши.
- В режиме «Мультиповар» можно выставить любую температуру от 40° до 160°С, благодаря чему мультиварку можно использовать для приготовления су-вид.
- В режиме «Йогурт» мультиварка может быть использована для расстойки теста.
- В рецептах книги указано приблизительное время приготовления. Оно может меняться в зависимости от температуры в помещении, качества и количества продуктов.

Приготовление круп

В таблице ниже приведено рекомендуемое соотношение воды и крупы. Важно учитывать, что количество воды может быть изменено в зависимости от свойств продуктов и способа обработки крупы. Так, если Вы предварительно вымачивали крупу в воде, при приготовлении может потребоваться немного уменьшить количество жидкости. При добавлении в блюдо овощей или других ингредиентов, дающих сок, следует принять во внимание этот объем жидкости при приготовлении. Более того, количество воды может зависеть от степени дроблености крупы и ее сорта. При приготовлении гарниров и каш руководствуйтесь своими предпочтениями – для получения более вязких каш увеличьте количество воды.

Крупа	Гречневая	Пшеничная	Пшено	Перловая крупа	Кукурузная крупа	Ячневая крупа	Рис	Булгур	Кускус	Киноа
Соотношение крупы и воды	1:2	1:3	1:3	1:2	1:3	1:2	1:2	1:2	1:2	1:2





ЗАВТРАКИ

НА ПАРУ

Омлет

Ингредиенты

- Яйца - 4 шт.
- Молоко - 150 г
- Соль, сахар - по вкусу

Приготовление

В миску разбейте яйца, добавьте молоко, соль и сахар. Взбейте ингредиенты с помощью блендера или венчика.

На дно чаши мультиварки вылейте 500 мл воды.

Дно контейнера для приготовления на пару застелите пищевой пленкой или фольгой таким образом, чтобы смесь не пролилась на дно чаши.

Также можно поместить внутрь контейнера силиконовую форму. Смажьте пленку, фольгу или контейнер сливочным маслом.

Вылейте смесь в контейнер и установите его внутри устройства. Закройте крышку мультиварки. Готовьте в режиме "Варка/На пару" 10 минут.

Откройте крышку, перемешайте и готовьте еще 10 минут.



ЗАВТРАКИ

ТУШЕНИЕ

Рисовая каша с тыквой

Ингредиенты

- Рис (круглый) - 100 г
- Тыква - 300 г
- Молоко - 200 мл
- Вода - 150 мл
- Соль, сахар - по вкусу
- Сливочное масло для подачи

Приготовление

Сначала подготовьте рис. Для этого его необходимо тщательно промыть до прозрачной жидкости.

Кусочки тыквы очистите от кожуры, волокон и семечек. Очищенную мякоть следует порезать небольшими кубиками приблизительно 2х2 см.

Выложите измельченную тыкву в чашу мультиварки, залейте 50 мл воды. Выберите режим тушение, установите время приготовления - 15 минут.

По завершении работы программы откройте крышку и убедитесь, что тыква стала мягкой.

Извлеките тыкву из чаши мультиварки и с помощью блендера превратите в пюре.

Верните тыквенное пюре в чашу, выложите рис. Затем добавьте воду, молоко, сахар и соль.

Готовьте блюдо в режиме "Тушение" при температуре 95° С. При подаче не забудьте добавить кусочек сливочного масла.



ЗАВТРАКИ

ТОМЛЕНИЕ

Рисовая каша на кокосовом молоке

Ингредиенты

- Рис - 100 г
- Кокосовое молоко - 350 мл
- Сахар - 1,5 ст.л.
- Любые ягоды и фрукты

Приготовление

Тщательно вымойте рис до прозрачной воды. Выложите рис в чашу мультиварки, добавьте сахар, кокосовое молоко и перемешайте.

Установите режим "Томление" и готовьте около 1 часа. При подаче украсьте блюдо ягодами и фруктами.





ЗАВТРАКИ

ЖАРКА

Шакшука

Это сытное ближневосточное блюдо обеспечит заряд бодрости и энергии на весь день

Ингредиенты

- Яйца - 2 шт.
- Томаты - 2-3 шт. (можно заменить на консервированные томаты в собственном соку)
- Болгарский перец - 2 шт.
- Луковица - 1 шт.
- Чеснок - 1 зубчик
- Зелень - по вкусу
- Растительное масло
- Приправы

Приготовление

Тщательно промойте томаты. Рекомендуем удалить с них кожицу. Для этого на каждом томате сделайте неглубокий крестообразный надрез. После этого обдайте томаты кипятком и кожица легко снимется. Нарежьте томаты небольшими кусочками.

Мелко нарежьте очищенный лук и чеснок. Болгарский перец тщательно вымойте и высушите. Удалите семена и мелко нарежьте.

Включите режим "Жарка" и вылейте подсолнечное масло в чашу.

Обжарьте лук и чеснок до золотистого цвета. Добавьте мелко нарезанный перец и обжаривайте на умеренном огне 2-3 минуты, помешивая.

Добавьте подготовленные томаты. Тщательно перемешайте. Добавьте соль, черный молотый перец, паприку и еще раз перемешайте.

Готовьте еще 7-10 минут, помешивая.

Разбейте яйца и вылейте в овощную массу. Старайтесь делать это как можно аккуратнее, чтобы не повредить желтки.

Посолите блюдо еще раз и готовьте около 5 минут, пока белки не схватятся.

Рекомендуем подавать шакшуку со свежим поджаренным хлебом.



ЗАВТРАКИ

ВЫПЕЧКА

Творожная запеканка с орехами

Ингредиенты

- Творог - 500 г
- Яйца - 2 шт.
- Сахар - 60 г
- Сметана - 100 г
- Манка - 60 г
- Орехи - 1 ст. л.
- Цукаты - 2 ст. л.
- Изюм - 2 ст. л.
- Тертая цедра лимона - 1 ч. л.
- Соль - по вкусу
- Масло - для смазывания чаши
- Панировочные сухари, манка или мука - чтобы посыпать чашу

Приготовление

Изюм промойте и залейте теплой водой на 10 минут. Просушите.

Белки отделите от желтков. Желтки взбейте с сахаром и солью.

Если у Вас зернистый творог, рекомендуем протереть его через сито порциями по 50-30 г.

Добавьте сметану и манку, желтки и тщательно перемешайте. Добавьте мелко нарезанные орехи, цукаты и изюм и еще раз перемешайте.

Белки взбейте до получения плотной белой массы и аккуратно по частям введите в творожную основу.

Чашу мультиварки смажьте маслом и посыпьте мукой.

Выложите творожную основу в мультиварку и запекайте в режиме "Выпечка" около 50 минут.





ЗАВТРАКИ

КРУПА

Пшеничная каша

Ингредиенты

- Пшеничная крупа - 1 ст.
- Вода - 2,5 ст.
- Сливочное масло - 1 ст.л.
- Сахар - 1 ст.л.
- Соль - щепотка

Приготовление

Промойте крупу несколько раз. Выложите ее в чашу мультиварки, залейте водой, добавьте сахар и соль. Закройте крышку мультиварки и выберите режим "Крупа". Подавайте с кусочком сливочного масла.

Совет: Рекомендуем украсить блюдо фруктами или ягодами.





ЗАВТРАКИ

МУЛЬТИПОВАР

Каша "Дружба"

Ингредиенты

- Рис - 1 ст.
- Пшено - 1 ст.
- Молоко - 2,5 ст.
- Вода - 2,5 ст.
- Соль - 0,5 ч.л.
- Сахарный песок - 3 ст.л.
- Масло сливочное - 50 г

Приготовление

Рис и пшено тщательно вымойте. Выложите всю крупу в чашу мультиварки. Добавьте соль, сахар, сливочное масло.

Влейте воду и молоко, тщательно перемешайте. Готовьте в режиме "Мультипovar" 40-50 минут при температуре 95°. По завершении работы программы дайте блюду настояться еще 10-15 минут.





СУПЫ

ВАРКА

Уха из красной рыбы

Ингредиенты

- Голова лосося и любые другие части рыбы
- Лук - 1 шт.
- Вода
- Морковь - 2 шт.
- Картофель - 3-4 шт.
- Зелень - по вкусу
- Соль, черный перец - по вкусу
- Лавровый лист

Приготовление

Подготовленные части рыбы выложите в чашу мультиварки и залейте холодной водой. Добавьте целую луковицу и разрезанную пополам морковь, посолите. Включите режим "Варка" и доведите до кипения. Варите рыбу до полуготовности. Не забывайте снимать пену. Пока рыба варится, подготовьте оставшиеся овощи. Очистите картофель и нарежьте его кубиками. Очистите и натрите на крупной терке морковь. Когда рыба будет почти готова, извлеките из чаши луковицу и разрезанную пополам морковь. Добавьте к рыбе картофель и натертую сырую морковь. Готовьте около 15 минут. Добавьте специи и мелко нарезанную зелень. Закройте крышку мультиварки и дайте настояться еще 5-10 минут.



СУПЫ

ВАРКА

Грибной крем-суп

Ингредиенты

- Овощной или куриный бульон - 400-500 мл
- Лук - 2 шт.
- Свежие шампиньоны - 500 г
- Картофель - 2 шт.
- Сливки 15-20% жирности - 100 мл
- Сливочное масло - 2 ст.л.
- Соль, перец, мускатный орех - по вкусу

Приготовление

Шампиньоны промойте, высушите и нарежьте пластинками. Очищенную луковицу мелко нарежьте. Обжарьте лук и грибы в течение 10-15 минут на сливочном масле. Нарежьте картофель кубиками и выложите в чашу поверх грибов и лука. Добавьте бульон и варите около 20-25 минут (пока картофель не приготовится). Добавьте соль, перец, мускатный орех. Измельчите продукты с помощью блендера и влейте сливки. Тщательно перемешайте.





СУПЫ

ЖАРКА+ВАРКА

Борщ

Ингредиенты

- Говядина - 800 г
- Картофель - 500 г
- Свекла - 100 г
- Морковь - 100 г
- Лук репчатый - 100 г
- Капуста белокочанная - 200 г
- Масло растительное - 4 ст. л.
- Томатная паста - 1 ст. л.
- Вода - 2 л
- Соль - 1 ст. л.
- Сахар - 1 щепотка
- Лавровый лист - 2 шт.
- Черный перец - 5-7 горошин
- Зелень по вкусу

Приготовление

Тщательно промойте мясо под проточной холодной водой и нарежьте на порционные куски. Капусту нашинкуйте, картофель нарежьте кубиками, свеклу и морковь натрите на крупной терке.

Лук очистите и нарежьте мелкими кубиками. Налейте в чашу мультиварки растительное масло, включите программу "Жарка", добавьте лук и обжаривайте до золотистого цвета в течение 3 минут.

Добавьте морковь, свеклу и обжаривайте еще 3 минуты. В процессе жарки помешивайте продукты. Добавьте томатную пасту, перемешайте и обжаривайте еще 3 минуты.

Отключите программу "Жарка". Выложите в чашу мультиварки мясо, картофель и капусту. Залейте двумя литрами воды, добавьте специи. Включите режим "Варка" и варите до готовности мяса и картофеля.



СУПЫ

ЖАРКА+ВАРКА

Солянка

Ингредиенты

- Говядина – 250 г
- Ветчина – 75 г
- Сервелат – 50 г
- Вареная колбаса – 50 г
- Соленые огурцы – 2 шт.
- Оливки – 50 г
- Томатная паста – 1 ст. л.
- Лук – 1 шт.
- Лавровый лист – 1 шт.
- Растительное масло – 1 ст. л.

Приготовление

Говядину порежьте на средние кусочки, выложите в чашу мультиварки и залейте водой. Установите программу «Варка» на 2 часа. Перед окончанием приготовления подготовьте остальные продукты: мелко нарежьте лук. Ветчину, сервелат и вареную колбасу нарежьте соломкой. Нарежьте соломкой соленые огурцы, а оливки – тонкими кружочками. По завершении приготовления бульона извлеките говядину из чаши и перелейте бульон в другую емкость. В чашу мультиварки вылейте растительное масло и выложите нарезанный лук. Выберите программу «Жарка» и слегка обжарьте лук. Выложите к луку огурцы и оливки, добавьте томатную пасту и обжарьте все ингредиенты вместе. Тем временем нарежьте говядину порционными кусками и выложите в чашу мультиварки все мясные продукты, обжарьте все ингредиенты вместе. Залейте все ингредиенты сваренным ранее бульоном и добавьте лавровый лист. Выберите режим «Варка» и готовьте еще 1 час. По завершении работы программы оставьте солянку еще на 15 минут, чтобы блюдо настоялось.

Совет: Рекомендуем подавать с лимоном и зеленью.



СУПЫ

ТУШЕНИЕ+ВАРКА

Пити

Пити – национальное блюдо Азербайджана, настолько любимое населением этой страны, что в 2016 была выпущена почтовая марка с его изображением. Есть множество вариаций рецептов пити, но неизменными остаются баранина и нут в его составе.

Ингредиенты

- Баранина - 0,5 кг
- Масло или курдючный жир - для жарки
- Нут - 150 г
- Картофель - 2 шт.
- Лук - 1 шт.
- Алыча - 2 шт.
- Кинза - по вкусу
- Петрушка - по вкусу
- Шафран
- Зира - по вкусу
- Соль - по вкусу

Приготовление

Нут заранее замочите в холодной воде на 12 часов. Слейте воду и промойте его.

Баранину нарежьте средними кусками и выложите в чашу мультиварки, добавьте нут. Очистите лук и положите к мясу.

Налейте в чашу мультиварки воду так, чтобы она покрывала мясо. Выберите режим "Тушение" и готовьте 2 часа.

Очистите и крупно нарежьте картофель. По завершении работы программы откройте крышку и выложите в чашу мультиварки картофель, алычу и приправы.

Готовьте в режиме "Варка" еще 30 минут. Перед подачей добавьте зелень.





СУПЫ

ТУШЕНИЕ+ВАРКА

Шурпа

Шурпу с незапамятных времен варили кочевые народы Средней Азии. Шурпа славится насыщенным вкусом и ароматом. Для этого крупно нарезанные мясо и овощи долго варят и сдабривают большим количеством специй и зелени.

Ингредиенты

- Мясо на кости - 500 г
- Вода - 1 л
- Картофель - 3 шт.
- Перец сладкий - 1 шт.
- Лук репчатый - 1 шт.
- Морковь - 1 шт.
- Чеснок - 3 зубчика
- Специи (черный молотый перец, сушеный чеснок, кориандр, зира, куркума) - 1,5 ч.л.
- Соль - 1 ч.л.
- Свежая зелень

Приготовление

Выложите мясо в чашу мультиварки и залейте водой. Очистите луковицу, разрежьте пополам и положите в чашу мультиварки.

Установите режим "Тушение" и готовьте 1,5-2 часа в зависимости от размеров кусков.

В процессе приготовления необходимо снимать пену. На этом этапе можно добавить часть специй.

Картофель, морковь и перец нарежьте крупными кусками, выложите в чашу мультиварки. Луковицу удалите. Добавьте специи. Варите до готовности.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ТУШЕНИЕ

Тефтели

Ингредиенты

- Фарш - 500 г
- Рис - 250 г
- Лук - 1 шт.
- Яйцо - 2 шт.
- Сметана - 2-3 ст.л.
- Томатная паста - 2 ст.л.
- Мука - 2 ст.л.
- Вода - 0,5 л
- Соль, перец - по вкусу

Приготовление

Рис отварите до полуготовности. Лук мелко нарежьте и смешайте с фаршем. Добавьте яйцо, соль, перец, тщательно перемешайте. Сформируйте тефтели.

Для соуса понадобится смешать воду с мукой, сметаной и томатной пастой. Выложите тефтели на дно чаши мультиварки и залейте полученным соусом.

Готовьте в режиме "Тушение" около часа.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Фаршированные перцы

Ингредиенты

- Болгарский перец - 4-5 шт.
- Фарш - 250 г
- Рис - 1/4 стакана
- Лук - 2 шт.
- Морковь - 2 шт.
- Томатная паста - 2 ст. л.
- Растительное масло - 3 ст. л.
- Черный молотый перец, соль - по вкусу

Приготовление

Рис отварите до полуготовности. Очистите лук и морковь. Одну луковицу мелко нарежьте, морковь натрите на терке. Вылейте на дно мультиварки растительное масло. Немного обжарьте лук, затем добавьте морковь и обжарьте вместе с луком до мягкости.

Перцы помойте и удалите внутренности. Мелко нарежьте вторую луковицу и смешайте с фаршем. Добавьте в фарш рис и поджаренные морковь и лук, приправьте специями, перемешайте до однородности.

Полученной смесью начините перцы. Поместите перцы в чашу мультиварки.

Смешайте воду и томатную пасту и залейте полученной жидкостью перцы. Посолите по вкусу, при желании добавьте лавровый лист.

Готовьте в режиме «Тушение» около 1 часа.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Гуляш

Ингредиенты

- Говядина - 500 г
- Морковь - 1 шт.
- Пшеничная мука - 2 ст. л.
- Томатная паста - 2 ст. л.
- Соль, перец - по вкусу
- Лавровый лист - 1 шт.
- Репчатый лук - 2 шт.
- Паприка молотая - 1 ст. л.
- Вода кипяченая
- Растительное масло для обжарки

Приготовление

Говядину мелко нарежьте и обсыпьте мукой. Влейте в чашу мультиварки растительное масло и включите режим "Жарка" в течении 10 минут, жарьте пока оно не приобретет коричневый оттенок.

Лук мелко нарежьте кубиками, а морковь потрите на крупной терке. Выложите к мясу лук и морковь и жарьте еще 10 минут, помешивая. Добавьте томатную пасту, специи и лавровый лист и перемешайте.

Залейте гуляш кипяченой водой так, чтобы она полностью покрывала продукты. Готовьте на режиме "Тушение" 1,5 часа.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Чахохбили

Чахохбили относится к блюдам грузинской кухни. Считается, что первоначально его готовили из фазана, так как ранее эта птица в изобилии водилась в некоторых частях Грузии. Сейчас, как правило, для приготовления чахохбили используется курица.

Ингредиенты

- Курица - 400 г (бедро, крыло)
- Лук - 1 шт.
- Болгарский перец - 1 шт.
- Помидоры - 2 шт.
- Чеснок - 1-2 зубчика
- Сливочное масло
- Кинза
- Аджика
- Хмели-сунели - 0,5 ч.л.
- Соль
- Растительное масло

Приготовление

Подготовьте овощи. Лук нарежьте полукольцами, перец - соломкой. Обдайте помидоры кипятком, очистите от кожицы и нарежьте мелким кубиком. Нашинкуйте зелень и чеснок.

Промойте и тщательно обсушите курицу. Вылейте растительное масло в чашу мультиварки и обжарьте курицу в режиме "Жарка" до появления золотистой корочки.

Выньте курицу из чаши мультиварки и на некоторое время отложите в сторону.

Обжарьте лук до золотистого цвета, добавьте помидоры. После того как помидоры дадут сок, выложите перец и посолите. Добавьте кинзу, чеснок, хмели-сунели, сливочное масло и аджику.

Перемешайте.

Выложите к соусу курицу. Готовьте в режиме "Тушение" около 40 минут до готовности.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Куриное филе с ананасами

Ингредиенты

- Куриное филе - 500 г
- Ананасы - 150-200 г
- Болгарский перец - 1 шт.
- Соевый соус - 3 ст.л.
- Растительное масло - для обжарки
- Соль - по вкусу (но не забывайте, что соевый соус тоже соленый)

Приготовление

Филе вымойте и высушите. Удалите все "лишнее" (пленочки, сухожилия, кости). Порежьте курицу маленькими кусочками.

Перец разрежьте, очистите от семечек и мелко нарежьте. Вылейте в чашу мультиварки масло, выложите курицу и обжарьте до золотистой корочки. Посолите. Добавьте перец в чашу мультиварки и немного обжарьте с курицей. Порежьте ананасы мелким кубиком и выложите в чашу мультиварки. Вылейте в чашу мультиварки жидкость из банки с ананасами и добавьте соевый соус. Готовьте в режиме "Тушение" 40 мин.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Чили с говядиной

Ингредиенты

- Мясной фарш - 200 г
- Консервированная красная фасоль - 200 г
- Помидоры в собственном соку - 250 г
- Растительное масло - для обжарки
- Репчатый лук - 1-2 шт.
- Сыр дор-блю - 30 г
- Болгарский перец - 1 шт.
- Тмин в зернах - 1 ч.л.
- Перец чили - 1 шт.
- Бульон или вода - 50 мл
- Лимон - 1/4 шт.
- Черный молотый перец - 0,5 ч.л.
- Соль - по вкусу

Приготовление

Слейте жидкость с фасоли и томатов. Обжарьте фарш и отложите в сторону.

Очистите перец чили от семян. Лук и перец мелко нарежьте.

Растительное масло вылейте в чашу мультиварки и выберите программу "Жарка". Когда устройство разогреется, обжарьте лук до прозрачности.

Добавьте в чашу мультиварки мелко нарезанный болгарский перец и перец чили и перемешайте. Добавьте специи, перемешайте и готовьте около 5 минут.

Верните фарш в чашу мультиварки, перемешайте все ингредиенты. Добавьте помидоры в собственном соку, посолите.

Влейте воду или бульон (так, чтобы вода покрывала продукты). Закройте крышку и готовьте около 40 минут на режиме "Тушение"

Добавьте фасоль, сок четвертинки лимона или лайма и готовьте еще около 20 минут.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Бефстроганов

Ингредиенты

- Мясо (говядина) - 400 г
- Грибы - 400 г
- Сметана - 250 г
- Растительное масло - по вкусу
- Луковица - 2 шт.
- Мука - 1-2 ст.л.
- Сахар - 1 ст.л.
- Соль, черный перец - по вкусу

Приготовление

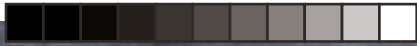
Мясо слегка отбейте, нарежьте соломкой и обмакните в муку.

Лук нарежьте полукольцами. Выберите режим приготовления "Жарка". Разогрейте в чаше подсолнечное масло и обжаривайте лук до прозрачности. Выложите в чашу очищенные грибы и жарьте до испарения влаги.

Добавьте мясо, соль перец и готовьте еще 5-10 минут.

Отключите режим "Жарка". Добавьте сметану, включите режим "Тушение" и готовьте около часа.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Жаркое из свинины

Ингредиенты

- Свинина без кости - 500 г
- Картофель - 5 шт.
- Морковь - 1-2 шт.
- Репчатый лук - 1-2 шт.
- Болгарский перец - 1 шт.
- Томатная паста - 2 ст.л.
- Вода - 1 ст.
- Растительное масло
- Соль, черный перец, сушеный чеснок, паприка, лавровый лист - по вкусу

Приготовление

Очистите овощи. Лук нарежьте полукольцами, морковь - кубиками. Смажьте чашу мультиварки растительным маслом и включите режим "Жарка".

Готовьте лук в режиме «Жарка» до мягкости, добавьте к луку морковь и жарьте вместе, пока морковь не даст сок. Нарежьте перец брусочками и обжарьте с луком и морковью.

Промойте, высушите и нарежьте мясо кусками среднего размера, а картофель - средним кубиком. Мясо обжарьте с луком, морковью и перцем до румяной корочки.

Разведите томатную пасту в стакане воды комнатной температуры.

Выложите к обжаренным овощам и мясу картофель, залейте томатной пастой, разведенной в стакане воды, добавьте специи на свое усмотрение.

Готовьте в режиме "Тушение" до готовности.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Гречка по-купечески с грибами

Ингредиенты

- Свинина/говядина/курица - 500 г
- Гречневая крупа - 2 ст.
- Вода - 4 ст.
- Репчатый лук - 1-2 шт.
- Морковь - 1-2 шт.
- Грибы - 400 г
- Растительное масло
- Соль, перец, сушеный чеснок - по вкусу

Приготовление

Гречку тщательно промойте в холодной воде.

Лук очистите и мелко нарежьте. Морковь очистите и нарежьте брусочками. Грибы промойте, очистите и нарежьте пластинками. Лук обжарьте в небольшом количестве растительного масла до золотистого цвета. Добавьте морковь и продолжайте обжаривать.

Выложите грибы в чашу мультиварки и обжарьте до испарения жидкости.

Мясо нарежьте кусочками средней величины и обжарьте вместе с овощами до образования румяной корочки. Выберите режим «Тушение» и тушите овощи с мясом в течение 20 минут.

Выложите в чашу мультиварки гречку, залейте водой, добавьте специи и тщательно перемешайте. Готовьте на режиме «Крупа» или в режиме «Тушение» около 20 минут.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Кролик с овощами

Ингредиенты

- Кролик – 500 г
- Помидор – 4 шт.
- Перец болгарский – 2 шт.
- Лук репчатый – 2 шт.
- Чеснок – 2 зубчика
- Растительное масло
- Вино белое сухое – 150 мл
- Бульон – 250 мл
- Чернослив (по желанию) – 100 г
- Соль, перец – по вкусу

Приготовление

Снимите с помидоров кожицу, предварительно обдав их кипятком, мелко нарежьте. Перцы нарежьте соломкой, чернослив – кусочками. Чеснок пропустите через пресс. Налейте масло в чашу мультиварки, выложите мясо кролика и слегка обжарьте. Добавьте в чашу лук и чеснок, обжаривайте еще 10 минут. Добавьте оставшиеся овощи и чернослив, обжаривайте все ингредиенты 3-5 минут. Включите режим «Тушение» и готовьте 1 час.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Ризотто с лисичками

Ингредиенты

- Рис для ризотто - 100 г
- Бульон - 500 мл
- Вино белое сухое - 50 мл
- Лук репчатый - 1 шт.
- Грибы белые сухие - 7 г
- Чеснок - 1 зубчик
- Лисички - 100 г
- Пармезан - 25 г
- Сливочное масло - для обжарки

Приготовление

Сначала необходимо подготовить белые сухие грибы. Для этого их нужно залить холодной водой и оставить минут на 30. Затем удалите лишнюю влагу и нарежьте грибы полочками.

Тщательно вымойте лисички, крупно нарежьте. Маленькие грибы лучше оставить целыми, чтобы они не "ужарились". Часть сливочного масла растопите в чаше мультиварки в режиме "Жарка". Обжарьте мелко нарезанный чеснок и добавьте к нему лисички. Жарьте до испарения жидкости. Когда жидкость испарится, отложите лисички на отдельную тарелку.

Растопите оставшееся сливочное масло и обжарьте на нем мелко нарезанный лук до мягкости. Добавьте белые грибы и обжарьте еще немного.

Выложите рис в чашу мультиварки и немного обжарьте с грибами и луком.

Вливайте вино, аккуратно помешивая, чтобы не повредить зерна риса. Вылейте бульон, выберите режим "Тушение" и закройте крышку. Готовьте 20-30 минут.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ТУШЕНИЕ+ВЫПЕЧКА

Мусака

Традиционное блюдо балканских и ближневосточных стран. Этот рецепт ближе всего к наиболее популярной греческой версии этого блюда. Как ни странно, современные греки считают неотъемлемой составляющей рецепта мусаки французский соус бешамель.

Ингредиенты

- Баклажаны - 1 шт.
- Лук - 2 шт.
- Фарш - 0,5 кг
- Помидор - 1-2 шт.
- Лук - 1 шт.
- Сливочное масло - 1 ст.л.
- Гвоздика, кориандр, мускатный орех, соль, перец - по вкусу
- Мука - 1/4 стакана
- Молоко - 3/4 стакана
- Яйцо - 1 шт.
- Петрушка
- Чеснок - 1 зубчик

Приготовление

Баклажаны очистите от кожуры и нарежьте кружками 0,5 см. Посыпьте баклажаны солью и оставьте на 15 минут.

Через 15 минут тщательно вымойте баклажаны и высушите с помощью бумажного полотенца. Обваляйте баклажаны в муке.

Обжарьте баклажаны в растительном масле в режиме "Жарка", уберите излишки жира с помощью бумажного полотенца.

Сыр натрите на мелкой терке. Молоко комнатной температуры и яйцо взбейте при помощи венчика. Выберите режим «Тушение». Растопите сливочное масло, всыпьте муку и готовьте, помешивая, около 10 минут. Влейте в чашу молочно-яичную смесь и готовьте дальше, постоянно помешивая, в течение еще 10 минут. Всыпьте тертый сыр и зелень, перемешайте и перелейте в миску.

Лук мелко нарежьте. Чеснок натрите на мелкой терке. Помидоры вымойте, снимите кожицу и нарежьте мелкими кубиками. Смешайте мясной фарш с луком, помидорами, чесноком и специями.

Выложите в чашу мультиварки половину баклажанов. Сверху разместите половину фарша. Полейте половиной соуса. Выложите второй слой баклажанов, затем фарш.

Полейте оставшимся соусом. Готовьте мусаку в режиме "Выпечка" в течение получаса с закрытой крышкой и ещё 15 минут с открытой крышкой.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ВЫПЕЧКА

Фаршированные кальмары

Ингредиенты

- Кальмары - 4 шт.
- Грибы - 300 г
- Лук репчатый - 1 шт.
- Сыр - 150 г
- Растительное масло - для жарки
- Смесь перцев
- Соль

Приготовление

Убедитесь, что кальмары вымыты, очищены и не повреждены.

Лук необходимо почистить и мелко нарезать. Грибы промойте, высушите и мелко нарежьте.

В чашу мультиварки налейте растительное масло и выберите режим "Жарка". Обжарьте лук до прозрачности. Затем выложите грибы и жарьте их с луком до испарения жидкости.

В конце приготовления посолите и добавьте смесь перцев. Перемешайте.

Выложите начинку в отдельную емкость. Добавьте твердый сыр, натертый на крупной терке. Сыр можно выбрать на свой вкус, но убедитесь, что он хорошо плавится.

Перемешайте начинку.

Наполните тушки кальмаров начинкой. Будьте аккуратны и не начинайте тушки слишком плотно.

Зафиксируйте концы тушек зубочистками. Выложите начиненные кальмары в чашу мультиварки.

Включите режим "Выпечка" и готовьте блюдо с закрытой крышкой около 15 минут.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ВЫПЕЧКА

Картофельная запеканка с фаршем

Ингредиенты

- Картофель – 5 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Томаты – 2 шт.
- Мясной фарш - 500 г
- Соль – 1 ч. л.
- Яйцо – 2 шт.
- Сыр твердый - 150 г
- Растительное масло – для жарки
- Соль, перец - по вкусу
- Майонез

Приготовление

Картофель очистите, отварите и сделайте пюре. Лук очистите и мелко нарежьте. Смешайте картофель и 1 мелко нарезанную луковичу. Добавьте 1 яйцо, перемешайте, посолите и еще раз перемешайте.

Подготовьте овощи: мелко нарежьте лук, натрите на крупной терке морковь. На томатах сделайте крестообразный надрез, обдайте кипятком и аккуратно снимите кожицу. Помидоры также мелко нарежьте. Мелко нарезанный лук обжарьте в чаше мультиварки в режиме «Жарка». Добавьте тертую морковь и жарьте вместе, пока морковь не даст сок. Добавьте фарш, соль, перец и обжарьте вместе с овощами.

Извлеките фарш из мультиварки. На дно чаши выложите половину картофеля. Выровняйте картофельное пюре и смажьте майонезом. Выложите фарш, выровняйте и смажьте майонезом. Выложите вторую половину картофельного пюре. Верхнюю часть запеканки смажьте майонезом и посыпьте тертым сыром.

Включите режим «Выпечка» и готовьте блюдо 40-50 минут. После завершения работы программы оставьте мультиварку в режиме «Подогрев» еще на 10 минут.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ВЫПЕЧКА

Куриные крылышки в медовом соусе

Ингредиенты

- Куриные крылья - 500 г
- Соевый соус - 50 мл
- Мед - 1 стл.
- Томатный соус или кетчуп - 1 стл.
- Чеснок - 2 зубчика
- Паприка
- Мука
- Черный перец
- Соль
- Соус чили (по желанию)

Приготовление

Крылья промойте и тщательно высушите бумажным полотенцем.

Смешайте муку, паприку, соль и черный перец. Каждое крылышко обваляйте в сухой смеси.

Выложите крылья в чашу мультиварки и готовьте в режиме "Выпечка" около 40 минут. В процессе приготовления рекомендуем переворачивать крылья, чтобы они пропеклись равномерно

По завершении работы программы выложите крылья из чаши и в ней же приготовьте соус.

Для этого вылейте в чашу мультиварки соевый соус, кетчуп или томатную пасту. При желании добавьте соус чили – это придаст блюду остроту. Добавьте мед и тщательно перемешайте. Добавьте измельченный чеснок и перемешайте еще раз. Готовьте пока соус не начнет густеть.

Партиями выложите крылья в чашу мультиварки и обжарьте в соусе.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ВАРКА+ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Ленивые голубцы

Ингредиенты

- Фарш – 800 г
- Капуста – 250 г
- Рис отварной – 200 г
- Лук – 2 шт.
- Морковь – 2 шт.
- Яйцо куриное – 1 шт.
- Соль, перец
- Томатная паста – 100 г
- Мука – 1,5 ст. л.
- Сметана – 200 г
- Вода – 200 мл

Приготовление

Промойте рис, замочите в холодной воде на полчаса, снова промойте до прозрачной воды, слейте. Отварите рис до полуготовности (это можно сделать в мультиварке в режиме «Варка» или «Крупа»). Нашинкуйте свежую капусту, залейте кипятком и оставьте на 15 минут. Очистите овощи, мелко нарежьте лук, морковь натрите на крупной терке. Смешайте мясной фарш с рисом, капустой, луком и морковью, добавьте яйцо, посолите и поперчите. Еще раз тщательно перемешайте и сформируйте голубцы. Обжарьте голубцы в режиме «Жарка» с двух сторон до аппетитной корочки. В отдельной емкости смешайте муку, сметану, и томатный соус. Добавьте воду и залейте полученным соусом голубцы в чаше мультиварки. Готовьте в режиме «Тушение» около 40 минут.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ТОМЛЕНИЕ

Хаш

Традиционное армянское блюдо, впервые упоминается в армянском лечебнике XII в. как один из действенных способов лечения от простуды.

Хаш готовится из любых частей коровьих ног и рубца и изначально считается довольно жирным и питательным видом супа, однако, Вы можете выбирать степень его насыщенности на свой вкус.

Ингредиенты

- Говядина - 500 г
- Морковь - 0,5-1 шт.
- Лук репчатый - 1 шт.
- Лавровый лист - 1 шт.
- Чеснок - 1 зубчик
- Соль - 0,5 ч.л.
- Вода - 1 л
- Зелень (базилик, кинза, укроп, петрушка) - по вкусу

Приготовление

Подготовьте продукты: вымойте мясо, срежьте жилы, пленки. Вымойте, высушите и очистите овощи. Выложите мясо и крупно нарезанные морковь и лук в мультиварку. Добавьте специи. Готовьте хаш в режиме "Томление" в течение 4 часов.

Хаш готов, если мясо легко отделяется от кости. По готовности извлеките мясо из чаши мультиварки, отделите от кости и нарежьте небольшими кубиками.

Хаш подают горячим с солью, измельченным чесноком и зеленью. Не забудьте про традиционный армянский лаваш.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ТОМЛЕНИЕ

Хашлама

Блюдо - классический представитель кавказской кухни: нежное мясо и свежие овощи, ароматные приправы и зелень. Секреты приготовления оттачивались веками прежде чем попасть к Вам на стол.

Ингредиенты

- Мясо (говядина, баранина) - 500 г
- Картофель - 300 г
- Томаты - 300 г
- Баклажаны - 200 г
- Болгарский перец - 200 г
- Лук - 150 г
- Чеснок - 3-4 зубчика
- Перец острый - 0,5 шт.
- Пиво - 0,25 л
- Зелень
- Перец, кориандр, зира - по вкусу

Приготовление

Картофель разрежьте на крупные куски. Лук также нарежьте крупными кусками, произвольно нарежьте болгарский перец.

Для этого блюда предпочтительнее всего брать молодые баклажаны небольшого размера. Такие баклажаны достаточно нарезать крупными кружками толщиной 1,5-2 см.

Если баклажаны крупные, разрежьте их пополам.

Выбирайте спелые и сочные помидоры. Нарежьте их крупными дольками.

Подготовьте зелень. Для этого тщательно вымойте и высушите ее. Удалите грубые стебли и крупно порежьте.

Нарежьте чеснок пластинками.

Мясо нарежьте крупными кусками.

Выложите продукты слоями в чашу мультиварки. Добавьте приправы и посолите. Сверху выложите зелень и острый перец. Залейте продукты пивом.

Готовьте 1,5-2 часа в режиме "Томление".





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ТОМЛЕНИЕ

Холодец

Ингредиенты

- Нога свиная - 1 шт.
- Говядина на кости - 750 г
- Морковь - 1 шт.
- Лавровый лист - 1 шт.
- Соль, перец - по вкусу
- Чеснок - 1-2 зубчика

Приготовление

Промойте мясо в холодной воде, почистите морковь и лук. Выложите в чашу мультиварки все ингредиенты, добавьте соль и перец и залейте водой до верхней отметки чаши. Включите программу "Томление" на 6 часов. По завершении работы программы извлеките мясо, отделите от костей, переберите и измельчите.

Лук выбросьте, морковь мелко порежьте. Процедите бульон в форму для холодца.

Добавьте мелко порезанные мясо и чеснок, поставьте форму в холодильник до застывания на 2-3 часа.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА

Котлеты из куриного фарша

Ингредиенты

- Куриное филе - 500 г
- Кабачок - 200 г
- Рис (отваренный) - 200 г
- Морковь - 1 шт.
- Лук репчатый - 1 шт.
- Яйцо - 1 шт.
- Панировочная мука
- Зелень
- Соль, перец, сушеный чеснок - по вкусу

Приготовление

Куриное филе пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать, морковь и кабачок натереть на крупной терке. Выбрать режим приготовления "Жарка" и обжарить лук для прозрачности. Выложить к луку морковь и обжарить их вместе, пока морковь не даст сок.

Добавить обжаренные овощи и натертый кабачок в фарш, туда же добавить отваренный рис. Мелко нарезать зелень и добавить в фарш, тщательно перемешать.

Партиями обжарить котлеты с двух сторон в режиме "Жарка" до золотистой корочки.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+МУЛЬТИПОВАР

Монастырская каша

Ингредиенты

- Шампиньоны - 400 г
- Лук - 150 г
- Морковь - 150 г
- Гречка - 100 г
- Пшено - 100 г
- Рис - 100 г
- Соль, перец, по вкусу
- Зелень - по вкусу
- Растительное масло для обжарки
- Сливочное масло - по желанию
- Вода - 600 мл

Приготовление

Промойте и очистите шампиньоны. Нарежьте шляпки четвертинками, ножки отрежьте.

Очистите и мелко нарежьте лук. Морковь очистите и натрите на крупной терке.

Включите мультиварку и установите режим "Жарка". Влейте масло и обжарьте лук до полупрозрачности.

Добавьте морковь и обжарьте с луком, пока морковь не даст сок. Выложите в чашу мультиварки грибы и обжаривайте до испарения жидкости.

Гречку, пшено и рис необходимо тщательно промыть до прозрачной воды.

Выложите всю крупу в чашу мультиварки к грибам и овощам. Перемешайте.

Влейте в чашу мультиварки воду. Выберите режим "Мультиповар" и готовьте при температуре 95 °С в течение 40-50 минут. Добавьте сливочное масло.

По завершении приготовления посыпьте кашу мелко нарезанной зеленью.

Совет: Рекомендуем добавить в кашу сушеные белые грибы. Для этого замочите их в холодной воде на 20-30 минут и добавьте к ингредиентам вместе с крупой.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+МУЛЬТИПОВАР

Перловая каша с луком и морковью

Ингредиенты

- Перловая крупа - 200 г
- Вода - 650 мл
- Растительное масло - для обжарки овощей
- Лук - 1 шт.
- Морковь - 1 шт
- Чеснок - 3-4 зубчика
- Соль - по вкусу
- Свежая зелень - по вкусу
- Сливочное масло

Приготовление

Перловую крупу тщательно промыть. Мелко нарежьте лук. Очищенную морковь нарежьте кружками а затем четвертинками. Выберите режим приготовления "Жарка". Обжарьте лук до золотистого цвета. Затем добавьте морковь и обжаривайте, пока морковь не отдаст сок. Крупу выложите в чашу мультиварки поверх овощей. Тщательно перемешайте, посолите и перемешайте еще раз. Выберите режим "Мультиповар" и установите время приготовления 40-50 минут при 98°. По завершении работы программы откройте крышку, перемешайте кашу и добавьте сливочное масло и зелень. Еще раз перемешайте.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ВЫПЕЧКА

Запеченный картофель

Ингредиенты

- Картофель - 500 г
- Масло оливковое - 1 ст.л.
- Приправа для картофеля - 2 ч.л.
- Соль, перец - по вкусу

Приготовление

Тщательно вымойте и высушите картофель. Разрежьте каждую картофелину на 4 части, полейте оливковым маслом, посыпьте приправами и перемешайте. Поставьте в холодильник на 30 минут. Перемешайте еще раз. Выложите картофель в чашу мультиварки и готовьте в режиме «Выпечка» 40 минут.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ВЫПЕЧКА

Запеченные баклажаны

Ингредиенты

- Баклажаны - 2 шт.
- Фарш мясной - 250 г
- Лук репчатый - 1 шт.
- Помидоры - 1 шт.
- Тертый сыр - по вкусу
- Специи - по вкусу
- Чеснок - по вкусу
- Зелень - по вкусу

Приготовление

Лук мелко порезать. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и мелко порезать. Чеснок натереть на мелкой терке. Смешать фарш, лук, помидоры, чеснок и специи. Баклажаны разрезать вдоль и аккуратно удалить внутреннюю часть с семенами. Начинить баклажаны смесью из фарша, завернуть в фольгу и готовить 1 час на режиме "Выпечка".

После окончания приготовления посыпать тертым сыром и зеленью.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ВАРКА

Паста "Болоньезе"

Ингредиенты

- Спагетти (или другой любимый вид пасты) - 200 г
- Фарш говяжий - 200 г
- Помидоры в собственном соку - 200 г
- Помидоры свежие - 2-3 шт.
- Лук репчатый - 1 шт.
- Морковь - 1 шт.
- Чеснок - 1-2 зубчика
- Базилик - 1 пучок
- Пармезан - по вкусу
- Масло оливковое - для обжарки
- Итальянские травы - по вкусу
- Соль, перец - по вкусу

Приготовление

Лук и морковь очистите, вымойте, просушите и мелко нарежьте. Снимите кожицу со свежих помидоров.

Для этого сделайте крестообразный надрез на кожице и обдайте помидоры кипятком. Мелко нарежьте.

Выберите программу "Жарка". Обжарьте лук до прозрачности. Добавьте морковь и жарьте еще несколько минут, пока морковь не отдаст сок.

Добавьте измельченный чеснок и итальянские травы. Выложите помидоры в собственном соку и свежие мелко нарезанные помидоры, перемешайте.

Выложите фарш. Жарьте, периодически помешивая, пока соус не станет густым. Добавьте мелко рубленный базилик.

Перелейте соус в другую емкость и очистите чашу мультиварки.

Налейте в чашу около 1 л воды, соль и поставьте ее в мультиварку. Выберите режим "Варка/На пару", дождитесь пока вода начнет кипеть. Отварите в ней спагетти.

Слейте воду, влейте соус, тщательно перемешайте.

Подавайте с тертым пармезаном.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ТУШЕНИЕ

Говядина по-бургундски

Ингредиенты

- Говядина (мякоть) - 500 г
- Бекон - 50 г
- Грибы - 150 г
- Морковь 1 шт.
- Лук репчатый - 1 шт.
- Красное вино - 1 стакан
- Растительное масло - 1 ст.л.
- Соль, перец - по вкусу

Приготовление

Морковь нарежьте брусочками, лук - полукольцами, грибы нашинкуйте на пластинки.

Бекон нарежьте полосками, говядину - небольшими кусочками.

Выберите программу "Жарка" и слегка обжарьте бекон в чаше мультиварки. Извлеките бекон и отложите в отдельной посуде.

В чаше мультиварки обжарьте лук. Затем добавьте морковь. Жарьте овощи около 3 минут.

Выложите в чашу мультиварки грибы. Жарьте, пока вода не испарится. Затем верните бекон.

Выложите в чашу мясо, посолите, поперчите, залейте вином. Включите программу "Тушение" и тушите до готовности 1-2 часа





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ЖАРКА+ТУШЕНИЕ

Говядина тушеная в пиве

Ингредиенты

- Говядина – 500 г
- Мука пшеничная – 2 ст. л.
- Соль/перец – по вкусу
- Пиво темное – 250 мл
- Чеснок – 2 зубчика
- Душистый перец (горошек) – 4 шт.
- Растительное масло
- Лук – 1 шт.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Кинза – небольшой пучок

Приготовление

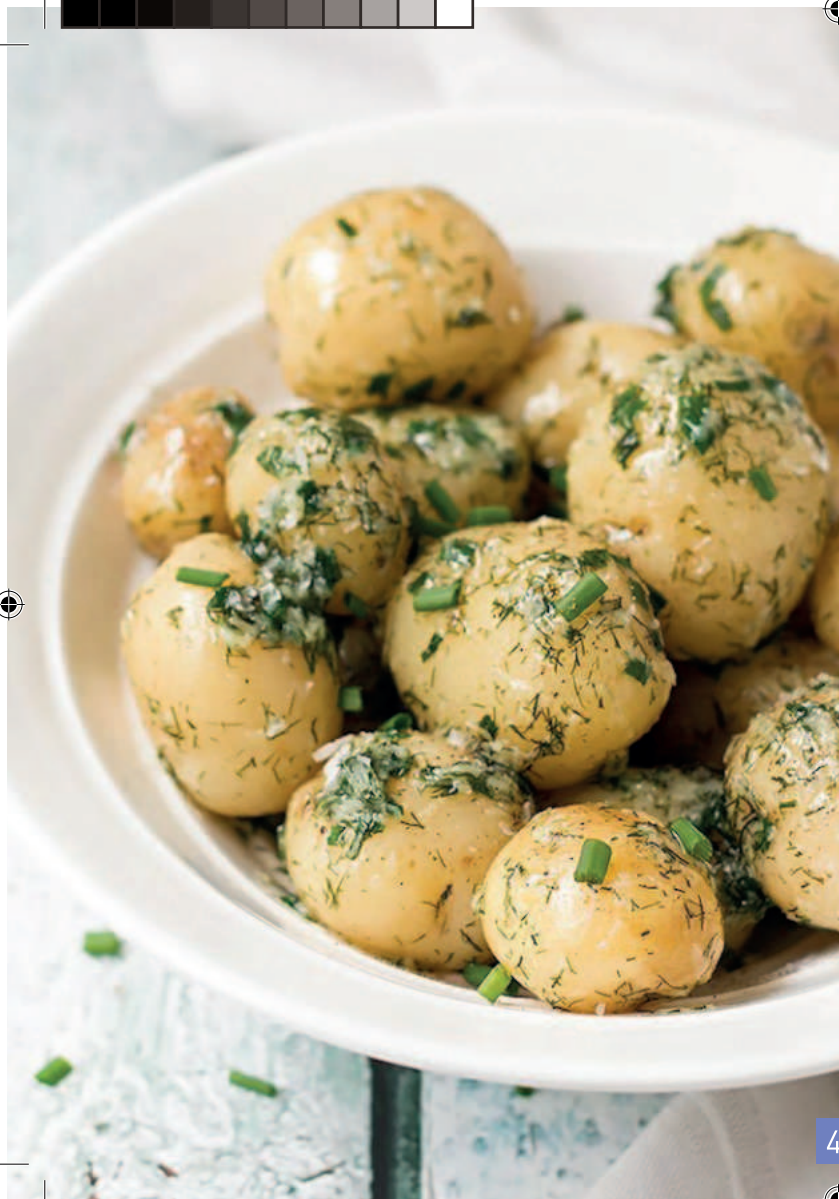
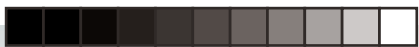
Порежьте мясо на куски средней величины. Обваляйте в муке, перце и соли.

В чашу мультиварки налейте растительное масло, включите режим «Жарка». Обжарьте мясо до корочки.

Лук нарежьте полукольцами. Мелко порубите чеснок. Выложите лук и чеснок к мясу, добавьте специи и залейте пивом. Выберите программу «Тушение» и готовьте 2 часа при закрытой крышке.

По завершении работы программы добавьте мелко нарезанную кинзу.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

НА ПАРУ

Молодой картофель

Ингредиенты

- Картофель - 7-8 шт.
- Сливочное масло - 1 ст.л.
- Укроп
- Соль

Приготовление

Тщательно вымойте картофель. Налейте в чашу мультиварки 500 мл воды и установите пароварку. Активируйте программу "На пару" и готовьте 30-40 минут. Подавайте к столу горячим, со сливочным маслом и мелко нарезанным укропом.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

НА ПАРУ

Стейк семги на пару

Ингредиенты

- Стейк семги - 1 шт.
- Соль - по вкусу
- Перец - по вкусу
- Итальянские травы - по вкусу
- Соевый соус - по вкусу
- Сок лимона – ¼ шт.

Приготовление

Замаринуйте рыбу в приправах, соевом соусе и соке лимона и оставьте на пару часов в холодильнике. Выложите замаринованную рыбу в контейнер для приготовления на пару. Включите режим «Варка/На пару».





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

НА ПАРУ

Котлеты из индейки на пару

Ингредиенты

- Фарш из индейки - 600 г
- Луковица - 1 шт.
- Кабачок - 1 шт. (небольшой)
- Манка - 1 ст. л.
- Соль, перец, сушеный чеснок

Приготовление

Мелко нарежьте лук. Кабачок натрите на крупной терке. Смешайте все ингредиенты, добавьте специи. Тщательно перемешайте. Сформируйте небольшие котлеты.

На дно чаши мультиварки налейте 500 мл воды. Выложите порцию котлет в контейнер-пароварку и готовьте 25-30 минут.





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ПЛОВ

Плов с индейкой

Ингредиенты

- Филе бедра индейки - 400 г
- Рис круглозерный - 350 г
- Лук репчатый - 1 шт.
- Морковь - 1 шт.
- Растительное масло - 100 мл
- Чеснок – целая головка
- Соль – по вкусу
- Приправа для плова - 0,5 ч. л.

Приготовление

Индейку порежьте крупными кусками. Мелко нарежьте репчатый лук. Очищенную морковь натрите на крупной терке.

Включите режим "Жарка". Разогрейте растительное масло в чаше мультиварки. Обжарьте куски индейки в масле до румяной корочки.

Отложите индейку. Пожарьте лук до золотистого цвета, добавьте морковь.

Верните индейку в чашу мультиварки, добавьте немного воды и готовьте в режиме "Тушение" 20 минут.

Выложите рис в чашу мультиварки. Сверху положите очищенную головку чеснока. Залейте ингредиенты 700 мл воды и готовьте в режиме "Плов".





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ПЛОВ

Плов с куриными ножками

Ингредиенты

- Баранина – 500 г
- Жир или растительное масло – для обжарки
- Растительное масло – для обжарки
- Лук репчатый – 2 шт.
- Морковь – 2 шт.
- Чеснок – 1 головка
- Рис – 1 ст.
- Сухой острый перец – 2 шт.
- Соль – 2 ст. л.
- Приправа для плова – по вкусу

Приготовление

Лук и морковь очистите и нарежьте довольно крупно. Надрежьте кожу томата и обдайте кипятком. После этого аккуратно снимите кожу. Томат мелко нарежьте.

Рис промойте до чистой воды.

Выберите режим приготовления "Жарка".

Вылейте в чашу мультиварки растительное масло. Обжарьте куриные ножки до золотистой корочки. Отложите курицу на некоторое время в отдельную емкость.

Обжарьте лук до прозрачности.

Добавьте к луку морковь и жарьте, пока морковь не отдаст сок. Добавьте мелко нарезанный томат и готовьте все овощи вместе еще около 3 минут.

Отключите режим "Жарка". Выложите рис в чашу мультиварки.

Добавьте соль, приправу и влейте воду. Готовьте в режиме "Плов".





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ПЛОВ

Плов ферганский

Ингредиенты

- Баранина – 500 г
- Жир или растительное масло – для обжарки
- Лук репчатый – 2 шт.
- Морковь – 2 шт.
- Чеснок – 1 головка
- Рис – 1 ст.
- Сухой острый перец – 2 шт.
- Соль – 2 ст. л.
- Приправа для плова – по вкусу

Приготовление

Мелко нарежьте лук, а морковь – небольшими брусочками. Выберите режим «Жарка» и обжарьте лук до золотистого цвета. Добавьте морковь и недолго обжаривайте овощи вместе, пока морковь не отдаст сок. Выложите в чашу мультиварки мясо и жарьте с овощами до получения приятного коричневого цвета. Добавьте немного соли и приправы для плова, налейте в чашу мультиварки небольшое количество воды так, чтобы она покрывала мясо и овощи. Добавьте очищенную от шелухи головку чеснока. Закройте крышку и установите режим «Тушение» на 20-30 минут.

Пока готовится зирвак (а именно так называется мясо с овощами для плова), тщательно промойте рис. Важно следить, за тем, чтобы зерна не разломались. Промывать необходимо до прозрачной воды.

Промытый рис выложите на заготовку из мяса и овощей и разровняйте лопаткой. Сверху положите перец, добавьте приправы и соль. Влейте воду так, чтобы она покрывала рис (соотношение 1 к 2)

Закройте крышку мультиварки и выберите режим «Плов». По завершении приготовления извлеките перец и чеснок и тщательно перемешайте.



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ПЛОВ

Рис с кальмаром

Ингредиенты

- Рис - 1 ст.
- Рыбный бульон или вода - 2 ст.
- Кальмары - 500 г
- Лук репчатый - 1 шт.
- Болгарский перец - 1 шт.
- Чеснок - 2 зубчика
- Сливочное масло - для обжарки
- Соль, перец

Приготовление

Рис промойте до прозрачной воды. Очистите лук и нарежьте полукольцами.

Вымойте перец, высушите и нарежьте полосками. Очистите и измельчите чеснок.

Выберите режим "Жарка". Обжарьте лук на сливочном масле до прозрачности, добавьте чеснок и обжарьте вместе.

Выложите в чашу мультиварки перец и обжарьте все овощи еще около 4 минут. Выложите в чашу кольца кальмара и обжарьте все вместе в течение 10-15 минут.

Добавьте промытый рис и обжарьте все ингредиенты в течение пары минут, чтобы рис пропитался маслом и соками остальных продуктов.

Готовьте блюдо в режиме "Плов".





ДЕСЕРТЫ

ВЫПЕЧКА

Запеченные яблоки

Ингредиенты

- Яблоки - 4 шт.
- Мёд - 4 ст. л.
- Грецкие орехи, изюм, сушеная клюква- по вкусу
- Масло сливочное - для смазывания чаши
- Корица - по вкусу
- Сок лимона - 4 ч. л.

Приготовление

Яблоки вымойте, удалите сердцевину. Сердцевину яблока, очищенную от семечек, измельчите в блендере и смешайте с мёдом, изюмом, грецкими орехами, сушеной клюквой. Поместите смесь внутри яблок.

Дно чаши смажьте сливочным маслом, выложите яблоки и выпекайте в режиме "Выпечка" около 20 минут в зависимости от размера и плотности яблок.





ДЕСЕРТЫ

ВЫПЕЧКА

Морковный кекс с грецкими орехами и корицей

Ингредиенты

- Морковь – 250 г
- Пшеничная мука – 200 г
- Растительное масло нерафинированное – 150 г
- Сахарный песок – 150 г
- Яйца – 3 шт.
- Очищенные грецкие орехи – 100 г
- Разрыхлитель – 3 ч. л. (10 г)
- Пряничные смеси специй – мускатный орех, имбирь, корица
- Корица – ½ ч. л.
- Соль – по вкусу
- Сливочное масло – 3-5 г для смазывания чаши

Приготовление

Натрите морковь на средней терке, грецкие орехи мелко измельчите, можно предварительно обжарить. Взбейте миксером яйца. Продолжая взбивать, постепенно всыпьте сахар, а затем влейте растительное масло. Просейте муку с разрыхлителем, солью и специями. Соедините сухую и жидкую смеси, замесите тесто. Добавьте морковь и орехи, хорошо перемешайте. Выложите тесто в смазанную сливочным маслом или маргарином чашу мультиварки. Включите программу «Выпечка» на 1 час 10 минут. По окончании программы оставьте кекс на 10 минут в чаше, а затем извлеките его.

Совет: Остывший кекс при желании можно разрезать на коржи и смазать сметанным или творожным кремом, который прекрасно сочетается с морковным тестом. Перед подачей на стол можно украсить морковный кекс любыми орехами по вкусу.



ДЕСЕРТЫ

ВЫПЕЧКА

Шоколадный брауни

Ингредиенты

- Горький шоколад – 150 г
- Сливочное масло – 150 г
- Сахар – 170 г
- Яйца – 3 шт.
- Мука – 150 г
- Какао-порошок – 1 ст. л.
- Разрыхлитель – ¼ ч. л.
- Грецкие орехи – 100 г

Приготовление

Выложите в емкость сливочное масло и кусочки горького шоколада, растопите их на водяной бане или в микроволновке, тщательно перемешивая смесь. Полученной смеси дайте остыть. В остывший шоколад с маслом добавьте сахар и яйца и взбейте миксером на средней скорости.

Просейте муку с разрыхлителем и какао-порошком. Соедините сухую и жидкую смеси, смешайте тесто. Не вымешивайте слишком долго. Измельчите грецкие орехи и добавьте в полученную смесь.

Выложите тесто в смазанную сливочным маслом или маргарином чашу мультиварки и присыпьте тонким слоем муки. Включите режим «Выпечка» и выпекайте брауни в течение 60 минут. По окончании программы оставьте брауни на 10 минут в чаше, а затем извлеките.

Совет: Перед подачей разрежьте брауни на порционные кусочки и украсьте листьями мяты и шариком мороженого.





ДЕСЕРТЫ

ВЫПЕЧКА

Шарлотка с яблоками

Ингредиенты

- Яблоки - 500 г
- Сахарный песок - 150 г
- Мука - 250 г
- Яйца - 3 шт.
- Соль - 1/2 ч. л.
- Разрыхлитель - 2 ч. л.
- Сливочное масло - 150 г + для смазывания чаши мультиварки

Приготовление

Взбейте яйца до образования пены. Добавьте в яичную смесь сахар и взбивайте до его полного растворения. Добавьте сливочное масло и взбейте еще раз.

Просейте муку вместе с разрыхлителем и тщательно перемешайте. Влейте яичную смесь в муку и взбейте до однородности.

Яблоки необходимо очистить от кожицы, удалить сердцевину и нарезать мелким кубиком. Смешайте яблоки с тестом.

Смажьте чашу мультиварки маслом и присыпьте мукой или панировочными сухарями.

Выложите в чашу тесто с яблоками. Установите режим "Выпечка" и выпекайте шарлотку около 30-40 минут.

Готовность проверяйте сухой зубочисткой.

Совет: Рекомендуем посыпать шарлотку сахарной пудрой.





ДЕСЕРТЫ

ТУШЕНИЕ

Апельсиновое варенье

Ингредиенты

- Апельсин - 1 кг
- Сахар - 500 г

Приготовление

Апельсины очистите и нарежьте кубиками приблизительно 2 см. Выложите нарезанные апельсины в чашу мультиварки, добавьте сахар и перемешайте. Закройте крышку мультиварки. Выберите программу "Тушение" и готовьте 1 час.



НАПИТКИ

ТУШЕНИЕ

Фруктовый пунш

Ингредиенты

- Клюква – 200 г
- Апельсин – 1 шт.
- Сахар – 60 г
- Вода – 0,75 л
- Яблоко – 1 шт.
- Лимон – ¼ шт.
- Корица

Приготовление

Из клюквы сделайте пюре с помощью блендера. Апельсин и яблоко порежьте на крупные дольки. Выложите в чашу мультиварки пюре из клюквы, сахар, корицу, порезанное яблоко и апельсин.

Залейте все ингредиенты водой и готовьте в режиме «Тушение» 30 минут.

По завершении приготовления пунш необходимо процедить и охладить. Рекомендуем перелить пунш в прозрачный кувшин и добавить крупно порезанное яблоко и апельсин.



НАПИТКИ

ТУШЕНИЕ

Напиток "Мятная вишня"

Ингредиенты

- Замороженная вишня - 200 г
- Сахар - 100 г
- Мята - пучок
- Лимон - 1 ломтик
- Вода - 1 л

Приготовление

Вишню выложить в чашу мультиварки, не размораживая. Засыпать сахаром, выложить мяту и лимон. Залить ингредиенты водой. Закрывать крышку и готовить в режиме "Тушение" около часа. После завершения программы процедите напиток и перелейте в другую емкость.





НАПИТКИ

ТУШЕНИЕ

Компот из яблок и груш

Ингредиенты

- Яблоко - 3 шт.
- Груша - 2 шт.
- Лимон - 0,5 шт.
- Сахар - 150 г

Приготовление

Груши и яблоки необходимо тщательно вымыть, удалить сердцевинки и плодоножки, нарезать средними дольками. Половинку лимона разрежьте на несколько частей. Выложите нарезанные фрукты в чашу мультиварки. Добавьте сахар и залейте водой до максимальной отметки. Установите режим "Тушение" на 1 час 30 минут.

Совет: Когда работа программы завершится, рекомендуем добавить немного корицы и дать напитку настояться около 20 минут.

Перелейте компот в другую емкость и дайте остыть.





НАПИТКИ

ТОМЛЕНИЕ

Топленое молоко

Ингредиенты

- Молоко – 1 л

Приготовление

Влейте молоко в чашу мультиварки. Установите программу «Томление» на 8-10 часов.

Попробуйте приготовить любую молочную кашу, десерт, творог или йогурт на основе топленого молока.





ЙОГУРТ

Йогурт

Ингредиенты

- Молоко (3% жирности) – 1 л
- Actimel без добавок – 1 бутылочка

Приготовление

Для приготовления йогурта желательно, чтобы все ингредиенты были комнатной температуры. Вылейте молоко в чашу мультиварки, добавьте Actimel и перемешайте. Установите режим «Йогурт» на 8-9 часов. Охладите йогурт в холодильнике.



ЙОГУРТ

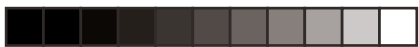
Йогурт на кокосовом молоке

Ингредиенты

- Кокосовое молоко – 1 л
- Йогуртовая закваска – 10 г
- Желатин - 10 г

Приготовление

Вскипятите кокосовое молоко и остудите до температуры 40°C. Добавьте желатин и тщательно размешайте до его полного растворения. Добавьте закваску и еще раз перемешайте. Разлейте полученную смесь по стерильным баночкам, стаканчикам или вылейте в чашу мультиварки. Готовьте в режиме «Йогурт» 8-9 часов. Перед употреблением охладите и поставьте в холодильник.



Zigmund & Shtain

ДЛЯ ЗАМЕТОК

A series of horizontal dashed lines for taking notes, starting below a solid black line and ending above the page number.





Zigmund & Shtain

ДЛЯ ЗАМЕТОК

A series of horizontal dashed lines for taking notes, starting below the title and extending to the bottom of the page.





Zigmund & Shtain
ТЕХНИКА СО ВКУСОМ

