



ВЫПУСК #1
АВГУСТ 2013
20 РЕЦЕПТОВ

КНИГА РЕЦЕПТОВ ДЛЯ МУЛЬТИВАРКИ **PHILIPS HD3037**

ПО МАТЕРИАЛАМ ПРОЕКТА
«МУЛЬТИВАРИМ»
НА COOKING.LADY.MAIL.RU

PHILIPS

Свиные ребрышки тушеные в яблочном соке

Ингредиенты:

600 г свиных ребрышек
500 мл натурального яблочного сока
1 ст. л. сахарного песка
соль
черный молотый перец
острая паприка
лавровый лист



Вадим Тарабрин

Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 15 минут, «Старт».

Обжариваем без добавления масла свиные ребрышки, до румяной корочки.

Хорошо солим, перчим, добавляем пряности и сахар. Заливаем яблочный сок.

Переключаем режим на «Тушить» и томить блюдо 1,5 часа, пока мясо не будет свободно отделяться от кости.

Включаем в мультиварке режим «Подогрев», держим мясо примерно 10 минут.

Оставшийся соус также оставляем в мультиварке и даем ему загустеть.

Поливаем соусом ребрышки и подаем с любимым гарниром, например, с гречневой кашей, с луком и грибами.

Нескучная перловка с шампиньонами и зеленью

Ингредиенты (~ на 4-6 порций):

300 г перловой крупы
250 г свежих шампиньонов
2 средние луковицы
150 г сливочного масла
750 мл горячего куриного или мясного бульона
соль
зелень петрушки



Наталья Коваленко

Грибы моем и режем на четвертинки.

Кладем грибы и 1/3 части сливочного масла в мультиварку, выбираем в режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 5 минут, «Старт».

Обжариваем в масле. Перекладываем в отдельную посуду.

Мелко режем лук, добавляем в мультиварку, выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 5 минут, «Старт».

Откладываем лук, оставшееся масло топим и кладем в мультиварку перловку.

Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 10 минут, «Старт».

Обжариваем до коричневого цвета. Помешиваем при обжарке.

К готовой перловке кладем в мультиварку лук и грибы.

Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Тушить», время 30 минут, «Старт».

Достаем и подаем, посыпав мелко порезанной зеленью петрушки.

«Касероль» из красного риса и моркови

Ингредиенты:

175 г красного риса
50 г бекона
30 г сливочного масла
1 луковица
200 г моркови
200 мл жидких нежирных сливок
1 яйцо
соль



Наталья
Коваленко

1. Кладем рис в мультиварку.
2. В чашу наливаем воду, выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Рис», время 15 минут, «Старт». На режиме «Рис» умная мультиварка сама определяет момент готовности продукта, поэтому рис получается идеальный!
3. Готовый рис вынимаем из мультиварки.
4. В освободившуюся чашу кладем сливочное масло, выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 15 минут, «Старт».
5. Растираем масло в мультиварке 5 минут.
6. Бекон мелко нарезаем, кладем в мультиварку.
7. Обжариваем, достаем шкварки и пока откладываем.
8. Параллельно чистим лук, мелко нарезаем, и обжариваем в жире от бекона до светло-коричневого цвета.
9. Морковь моем, трем на мелкой терке.
10. В лук добавляем морковь, рис, обжаренный бекон.
11. Яйцо смешиваем со сливками, солим, вливаляем в рис, все хорошо размешиваем.
12. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Тушить», время 20 минут, «Старт».
13. Подавать можно как гарнир к птице или как самостоятельное блюдо с салатом.

Тыквенные оладьи

Ингредиенты:

200 г тыквенного жмыха
(натертой тыквы)
1 яйцо
55 г цельнозерновой муки
ванилин, корица
мёд для подачи



Екатерина
Хорошилова

Перемешиваем ингредиенты. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 5 минут, «Старт». Обжариваем оладьи с каждой стороны, при открытой крышке. Подаем блюдо с жидким медом и травяным чаем.

Пангасиус и лимонный рис

Ингредиенты:

1 большое филе пангасиуса
сок половины лимона
черный молотый перец
2 мерные чашки риса басмати
4 мерные чашки воды
1 ст. л. растительного масла
1 ст. л. лимонного сока
цедра 1/2 лимона
1 головка чеснока
1 веточка тимьяна
1 ч. л. морской соли



Екатерина
Хорошилова

Филе нарезаем на небольшие кусочки, делаем небольшие надрезы.
Поливаем лимонным соком и оставляем на 10 минут.
Каждый кусок натираем перцем.
Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 5 минут, «Старт». Кладем филе в мультиварку и готовим 5 минут.
Рис промываем до чистой воды.
Кладем в мультиварку рис, холодную воду, растительное масло, сок и измельченную цедру лимона (только желтую часть), целую головку чеснока, тимьян и соль.
Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Каша», время 1 час, «Старт». После сигнала вынуть чеснок и тимьян, рис перемешать.

Говядина со свеклой и пряностями

Ингредиенты (на 4-6 порций):

1 кг говядины без костей
для тушения (например лопатка)
2 ст. л. топленого масла или жира
1 большая луковица
250 мл красного сухого вина
4 ст. л. красного винного уксуса
8 ягод можжевельника
и 8 горошин душистого перца
2 ч. л. коричневого сахара
8 шт небольших молодых плодов
свеклы
2 ст. л. сметаны
2 ч. л. сухой горчицы
2 ч. л. тертого хрена
1 ч. л. соли
1 ч. л. муки
черный молотый перец



Наталья
Коваленко

Говядину нарезаем кубиками стороной по 2,5 см.
Лук чистим, моем и мелко режем.
В чашу наливаем масло или жир, выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 20 минут, «Старт».
Обжариваем на жире лук и мясо. Помешиваем и ждем, пока жидкость выпарится и мясо обжарится.
Ягоды можжевельника и душистый перец растираем в ступке.
Свеклу чистим, режем на четвертинки.
В обжаренное мясо добавляем вино, уксус, растертые ягоды и перец, сахар, свеклу, солим.
Закрываем крышку мультиварки, выбираем режим «Тушить», время 2 часа.
Смешиваем сметану, муку, горчицу и хрень.
Смешиваем с готовым мясом, выбираем режим «Варить», время 10 минут.
Варим помешивая до загустения жидкости.

Творожный пирог с фруктами

Ингредиенты:

200 г творога

2 яйца

стевиозид

2 ст. л. йогурта без добавок (можно также приготовить самостоятельно в мультиварке на программе «Йогурт»)

75 г цельнозерновой муки

55 г молотых овсяных хлопьев

пара слив

1 небольшое яблоко

2 небольшие груши

половина ч. л. корицы

половина ч. л. соды



Екатерина
Хорошилова

Яйца взбиваем с йогуртом до пены. Засыпаем просеянную муку, корицу, соду и стевиозид. Перемешиваем. Добавляем творог и еще раз перемешаем. Если тесто очень тугое, добавляем пару ложек молока или йогурта. По консистенции тесто должно напоминать кексовое, падать комками с ложки. Выкладываем нарезанные фрукты в форму мультиварки, сверху кладем тесто. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Печь», время 40 минут, температура 150 г, «Старт». Готовим. Необходимо следить за тем, чтобы сливы сильно карамелизовались (за 10 минут до готовности откройте крышку, если увидите по бокам корочку, включите мультиварку на подогрев и оставьте с закрытой крышкой на 10 минут). Даем остить и переворачиваем на тарелку.

Сырники с курагой

Ингредиенты:

250 г творога

40 г сладкой кураги

1 небольшое яйцо

1 столовая ложка отрубей без горки

ванилин



Екатерина
Хорошилова

Потрясающе вкусные сырники. Хороши как в холодном, так и горячем виде. Я открыла для себя овсяные отруби, вернее даже смесь пшеничных с овсяными, что оказалось намного вкуснее чисто пшеничных. А еще, несмотря на диетический состав и отсутствие сахара в составе, эти сырники ел с удовольствием даже мой папа!

Курагу замачиваем в холодной воде на час. Воду сливаем, курагу промываем. Измельчаем творог с курагой и яйцом. Добавляем ванилин и отруби. Убираем на пару часов в холодильник. Лепим из получившейся массы сырники. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 5 минут, «Старт».

Обжариваем сырники с каждой стороны, при открытой крышке.

Гречневая каша

Ингредиенты:

гречневая крупа — 1 стакан
холодная кипяченая вода —
2 стакана
соль — половина ч. ложки



Вадим
Тарабрин

Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 5 минут, «Старт».

Обжариваем сухую гречку, помешивая лопаткой, пока крупа не начнет потрескивать и не начнет издавать характерный аромат.

Выключаем режим «Жарить» и переводим мультиварку в режим «Гречка».

Солим по вкусу, заливаем холодную воду, превышающую объем крупы в 2 раза.

Нажимаем кнопку «Старт» и ждем сигнала. Гречка в мультиварке получается идеально.

Подаем со сливочным маслом, как самостоятельное блюдо, например, на завтрак, либо, как гарнир, например к свиным рёбрышкам, тушенным в яблочном соке.

Тыквенная рисовая каша с курагой

Ингредиенты:

1 стакан смеси из бурого и дикого риса
50 г кураги
1 стакан молока
2 стакана тыквенного сока*
ванилин
подсластители по вкусу (мед, сахар, стевиозид)**



Екатерина
Хорошилова

Думаю для многих не секрет, что тыква и рис прекрасно сочетаются. А если взять неочищенный рис и добавить немного кураги, завтрак будет не только вкусным, но и полезным!

Курагу замачиваем на час в холодной воде, воду сливаем, курагу хорошенко промываем, нарезаем небольшими кусочками. Выкладываем ингредиенты в чашу мультиварки. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Каша», время 60 минут, «Старт». Готовим.

*мерный стакан от мультиварки

**мед добавлять в готовую кашу, а сахар и стевиозид перед готовкой

Щи со свининой и фасолью

Ингредиенты:

500 г нежирной свинины
(например лопатки)

500 г свежей капусты

100 г белой фасоли с черным глазком
(в отличии от простой фасоли её не
обязательно замачивать и варится она
быстрее)

1 морковка

1 луковица

2 ст. л. растительного масла

1 ст. л. томатной пасты

2 ч. л. соли

щепотка сахара

лавровый лист, черный молотый
перец сметана и зелень для подачи



Наталья
Коваленко

Чистим лук, мелко режем. В чашу мультиварки наливаем масло, выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 15 минут, «Старт». Кладем лук и морковь в мультиварку. Мясо режем кубиками, кладем к луку и моркови. Обжариваем, периодически помешивая. Шинкуем капусту. После обжарки добавляем к мясу промытую фасоль, капусту и 2 литра воды. НЕ солить! Выбираем режим «Тушить» и ставим время 1 ч 30 минут. Закрываем и забываем на полтора часа. Можно и больше. Добавляем томатную пасту, солим, перчим, добавляем сахар и лавровый лист. Снова выбираем режим «Тушить» и ставим время 20 минут. Подаем со сметаной и зеленью. Щи получаются густые, насыщенные, очень вкусные. Щи давно у меня были на примете, всегда готовила их в простой кастрюльке, но в мультиварке оказалось удобнее и вкуснее.

Курица «Стовис»

Ингредиенты:

1 курица 1,5 кг

1 кг картофеля

1 луковица

2 ч. л. соли

перец

25 г сл масла (в оригиналe 150 г,
но, учитывая, что средневековые
деревенские курицы не чета
нынешним бройлерам, количество
масла значительно сократила.
Если поймете тощую деревенскую
курицу, то можно масло брать
в полном объеме)

400 мл воды



Наталья
Коваленко

Слово «стовис» произошло от французского «etouffer» — что означает «тушить в закрытой кастрюле». Это блюдо — наследие «Старого Союза» между Шотландией и Францией в XVII веке, и оно когда-то было популярным на деревенских свадьбах в Шотландии. Про свадьбы я не удивляюсь, так как можно приготовить много и сразу. В общем-то обычная тушеная картошка, но немного другий вариант приготовления. Идеальный для мультиварки.

Курицу режем на кусочки. Картошку чистим и крупно режем. Лук чистим и режем кольцами. Укладываем слоями картошка-мясо-лук. Последний слой — картошка. Каждый слой солим-перчим, кладем кусочек масла. Вливаем воду. Закрываем крышку. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Тушить», время 2 часа, «Старт».

Новый яблочный пирог

Ингредиенты:

500-600 г яблок

200 г жидкой сметаны
(густую можно разбавить
простоквашей)

180 г сахара

180 г муки

0,5 ч. л. соли

2 яйца

1 ч. л. корицы по желанию щепотка
соли



Наталья
Коваленко

Яблоки чистим, вырезаем косточки, режем кубиками. Яйца взбиваем с сахаром до белого цвета, добавляем соль, сметану, корицу, соду, все хорошо перемешиваем. Добавляем муку, перемешиваем. Всыпаем яблоки, еще раз хорошо перемешиваем. Выкладываем ингредиенты в чашу мультиварки, закрываем крышку. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Выпечка», выставляем температуру 150 градусов, время 1 час, «Старт». Открываем крышку, немного остужаем, достаем чашу, накрываем тарелкой и переворачиваем пирог на нее. Посыпаем сахарной пудрой.

Жаркое с белыми грибами

Ингредиенты:

мясо

(свинина или нежная телятина) — 350 г

лук репчатый — 150 г

картофель — 250 г

грибы белые

(можно практически любые) — 350 г

сметана — 100 г

соль — столовая ложка, морская

укроп — по вкусу,
у меня чуть меньше 100 г

специи для мяса



Татьяна
Мараховская

Сначала моем и нарезаем ингредиенты: мясо — кубиками, картошку и лук — кольцами, грибы — как удобнее. Затем укладываем ингредиенты в мультиварку слоями. Первый слой будет из мяса с луком и специями для мяса. Потом мы кладем картофель, посыпаем его солью и укропом. Затем все это дело мы закладываем грибами и добавляем соли. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», на кнопке выбор продукта жмем «Мясо», время 10 минут, «Старт». После этого — добавляем в мультиварку полстакана сметаны, полстакана воды. Переключаем режим на «Тушить». Готовим еще 10 минут.

Запеканка из творога и тыквы

Ингредиенты:

500 г тыквенного жмыха
(натертой тыквы)

100 мл молока

150 г творога

1 яйцо

1 столовая ложка льняной муки

ванилин

подсластители
(сахар, мед или стевиозид)



Екатерина
Хорошилова

Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Варить», на кнопке выбор продукта жмем «Овощи», время 10 минут, «Старт».

Кладем в мультиварку жмых, заливаем молоком и готовим, постоянно помешивая.

Перемешиваем блендером творог и яйцо.

В получившуюся массу добавляем муку, ванилин и подсластители.

Выключаем мультиварку, добавляем измельченные творог и яйцо Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Печь», время 40 минут, температура 180 г, «Старт».

Подаем блюдо с медом и молоком!

Кабачки с томатами

Ингредиенты:

1 кабачок

2 средних помидора

1 луковица

2 зубчика чеснока

2 ст. л. ряженки

(если позволяет совесть, то сметаны)

соль, перец



Екатерина
Хорошилова

Лук мелко крошим. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», на кнопке выбор продукта жмем «Овощи», время 25-27 минут, «Старт».

Кладем лук в мультиварку и жарим, помешивая.

Через 3-5 минут мелко крошим чеснок и добавляем к луку в мультиварку, жарим.

Через 2 минуты нарезаем кабачки небольшими кубиками, добавляем в мультиварку, жарим 20 минут.

За 5 минут до готовности добавить нарезанные кубиками томаты. Крышку на время готовки не закрывать и не забывать помешивать. В конце добавляем соль, перец и ряженку, перемешиваем.

После окончания времени приготовления оставьте еще минут на 5 в режиме «Тушить».

Чудесное блюдо, хорошо как в горячем виде в качестве гарнира, а также в холодном, в качестве закуски или икры на хлеб.

Цветная капуста, жареная в яйце

Ингредиенты:

кочан цветной капусты
(или пакет замороженной)
щепотка соли
2 яйца
2 ст. л. молока
специи — по вкусу



Вадим
Тарабрин

В чашу мультиварки наливаем стакан горячей воды, устанавливаем в прибор. На чашу ставим емкость для приготовления на пару, выкладываем соцветия капусты. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Тушить», время 15 минут (либо на 10 минут, если используете размороженную заранее капусту из пакета), «Старт». После того как программа известит сигналом о завершении, аккуратно открываем крышку, извлекаем емкость с капустой. Чашу вынимаем, воду сливаем. Споласкиваем чашу водой и вытираем насухо. Возвращаем чашу в мультиварку. Включаем режим «Жарить», время 8 минут, вливаем немного растительного масла, прогреваем несколько минут. Выкладываем соцветия бланшированной на пару цветной капусты, обжариваем 2-3 минуты, аккуратно помешивая. Яйца взбиваем вилкой с молоком и щепоткой соли, перчим по вкусу. Вливаем льезон в чашу и перемешиваем, стараясь, чтобы каждое соцветие покрылось льезоном.

Рис со свининой

Ингредиенты:

свинина (окорок) — 500 г
длиннозерный пропаренный рис —
2 стакана
репчатый лук — 1 крупная луковица
морковь — 2 крупных
3 зубчика чеснока
соль
черный перец
зира



Вадим
Тарабрин

Свинину режем порционными кусками, величиной с грецкий орех. Включаем мультиварку: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 10 минут, «Старт». Разогреваем немного растительного масла в чаше. Выкладываем свинину и обжариваем до золотистой корочки. Лук очищаем и режем средним кубиком, добавляем к мясу и обжариваем 5 минут.Добавляем морковь, нарезанную соломкой, и мелко порубленный чеснок. В получившуюся смесь (свинина, лук, морковь) насыпаем рис, доливаем сверху немного воды. Сильно солим, перчим, прибавляем растертой в ладони зиры по вкусу. Обжариваем 5 минут. Вливаем в чашу мультиварки 1,5 стакана кипятка. Переключаем режим работы мультиварки на «Плов» на 5 минут и дожидаемся окончания приготовления.

Рис с кабачком, грибами и копченой колбасой

Ингредиенты:

1 ст. промытого риса басмати
1 крупная луковица
1 маленький кабачок
6 шт. свежих шампиньонов
100 г копченой колбасы
соль, перец — по вкусу
1,5 стакана воды



Вадим
Тарабрин

Рис промываем проточной водой. Лук очищаем и режем мелким кубиком. Грибы, кабачок и колбасу нарезаем произвольно. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 25 минут, «Старт». Ждем 5 минут, чтобы чаша разогрелась. Наливаем растительное масло, выкладываем лук и обжариваем в течение 10 минут, помешивая, до прозрачности. Выкладываем грибы, кабачки и колбасу, обжариваем еще 5-7 минут и добавляем рис. Обжариваем все вместе, постоянно помешивая, 5 минут. Вливаем 1,5 стакана горячей воды, солим и перчим, аккуратно перемешиваем. Закрываем крышку и меняем режим мультиварки на «Рис». Дожидаемся окончания готовки, открываем крышку и перемешиваем.

Жаркое со свининой и картофелем по-деревенски

Ингредиенты:

свинина (окорок) — 500 г
картофель — 10 средних картофелин
морковь — 1 шт.
перец сладкий — 1 шт.
луковица — 1 шт.
чеснок — 1 зубчик
соль, перец, лавровый лист —
по вкусу
вода



Вадим
Тарабрин

Мясо нарезаем средними кусками. Овощи чистим. Картофелины разрезаем пополам, лук и перец — средним кубиком, морковь натираем на крупной терке. Чеснок очищаем от кожицы и мелко рубим. Выбираем в мультиварке режим: нажимаем «Меню», режим «Жарить», время 30 минут, «Старт». Заливаем немного растительного масла, выкладываем мясо и обжариваем 15 минут. Выкладываем лук и жарим, помешивая, минут 7. Добавляем в чашу морковь и сладкий перец, обжариваем до окончания программы. Выкладываем картофель, перемешиваем. Заливаем горячую кипяченую воду, на 1 см. выше уровня картофеля. Переключаем режим работы мультиварки с «Жарить» на «Тушить», выставляем таймер на 45 минут. После извещения сигнала таймера, солим и перчим жаркое, добавляем 1 лавровый лист, и готовим на режиме «Тушить» еще 20 минут. Блюдо очень простое и бесхитростное, но за счет щадящего режима тушения получается очень вкусно и ароматно.