

polaris

БУДЬ СОБОЙ! остальное - дело техники

Chef's Recipes

рецепты для мультиварки 0517
от шеф-поваров



СУПЫ

Португальский зеленый суп	6
Армянский суп воснапур	7
Суп из баклажанов с грибами	8
Фасолевый суп с кинзой	9
Тыквенный суп-пюре	10
Постный борщ с черносливом	11
Тайский куриный суп с креветками	12
Суп харчо	13
Суп-пюре с грецкими орехами и сыром с голубой плесенью	14
Суп из брокколи и цветной капусты	15
Суп из бараньих ребрышек с чечевицей	16
Рыбный суп с укропом	17
Рассольник из куриных потрошков	18
Минестроне с курицей	19
Куриный суп с миндалем	20
Итальянская рыбная похлебка	21
Суп из цветной капусты и белой фасоли	22
Щи старославянские	23
Солянка сборная мясная	24
Густой овощной суп	25

КАШИ

Овсяная каша с яблоком, изюмом и корицей	26
Манная каша с фруктами	27
Гороховая каша	28
Пшеничная каша с тыквой, корицей и вяленой вишней	29
Пшеничная каша с сыром	30



ВТОРЫЕ БЛЮДА

Говядина по-шотландски	31
Вепрево колено	32
Венгерская токань из говядины и грибов	33
Алжирское рагу	34
Яичное суфле с ветчиной	35
Яблоки, фаршированные курицей	36
Мясо, тушеное с изюмом	37
Мясные клецки в миндальном соусе	38
Кролик, тушеный с черносливом	39
Гратен из овощей	40
Рис с кабачками и фетой	41
Баклажаны в портвейне	42
Сицилийский картофельный пирог	43
Кугель с кабачком, шпинатом и морковью	44
Рыба по-турецки	45
Креветки карри	46
Картофельно-луковая запеканка	47
Кабачки по-гречески	48
Чолнт	49
Бефстроганов с шампиньонами	50
Буженина	51
Венгерский перкельт из говядины	52
Голубцы с индейкой, охотничьими колбасками и миндалем	53
Курица по-индийски	54
Курица с тыквой и шампиньонами	55
Оссобуко	56
Польский бигос	57
Рулетки из индейки с черносливом	58
Фриттата	59
Шакшука	60



ВТОРЫЕ БЛЮДА

Запеканка из курицы и брокколи	61
Картофель «Дофине»	62
Фаршированные перцы	63
Холодец	64
Рататуй	65
Кенигсбергские клопсы	66
Карп, тушеный в пиве	67
Зразы из телятины с грибами и сыром	68
Ирландское рагу	69
Фрикасе из креветок	70
Индейка с шампиньонами в сливочном соусе	71
Чахохбили из курицы	72
Говядина в пиве по-фламандски	73
Узбекский плов	74
Капустная солянка	75
Картофель по-болгарски	76
Кролик по-средиземноморски	77
Рыбные зразы с зеленым горошком	78
Свинина по-нормандски	79
Фрикадельки по-шведски	80

ЗАКУСКИ

Полтавская приправа	81
Лечо	82
Краснокочанная капуста по-фламандски	83
Заливное из судака	84
Паштет из куриной печени с тимьяном и яблоком	85



ДЕСЕРТЫ

Персиковое варенье с апельсинами	86
Крамбль с яблоками, грушами и лесными орехами	87
Клафути	88
Десерт «Пьяные фрукты»	89
Варенье из яблок с грецкими орехами	90

ВЫПЕЧКА

Апельсиновый кекс	91
Сырный кекс	92
Абрикосовый торт	93
Ореховый пирог	94
Брауни с шоколадом	95

ДЕТСКИЕ РЕЦЕПТЫ

Шоколадный пудинг из манной крупы	96
Террин из курицы с морковью	97
Сосиски с фасолью на тортилье	98
Пестрая фруктово-творожная запеканка	99
Морковно-яблочный суп	100
Лапшевик с творогом	101
Кнедли с персиками	102
Горячий шоколад с апельсиновой цедрой	103
Геркулесовый пирог с яблоками и финиками	104
Бананы, запеченные с творогом	105



ГОТОВИТЬ – ЛЕГКО И ПРОСТО!

Дорогие друзья!

Вы держите в руках новую книгу рецептов для мультиварки PMC 0517AD. Все рецепты в ней созданы шеф-поварами кулинарной школы Издательского дома «Гастрономъ». Это уникальный проект на российском рынке. Никто, кроме POLARIS, не предлагает сегодня покупателям такого широкого предложения профессиональных рецептов для мультиварок от шеф-поваров.

Несмотря на свой компактный размер, мультиварка обладает множеством способностей, и позволяет готовить самые разнообразные блюда, от каши на завтрак до блюд высокой кухни, которые раньше были под силу только опытным шеф-поварам. Теперь Вам нужны только их рецепты.

Чтобы Вы могли получить максимум отдачи от Вашей мультиварки, мы запустили уникальный совместный проект с Издательским домом «Гастрономъ» на разработку рецептов для мультиварки PMC 0517AD.

В 2013 году будет разработано 400 рецептов для Вашей мультиварки. В данной книге собрано 100 лучших рецептов. Остальные фирменные рецепты от шеф-поваров Вы найдете на нашем сайте:

<http://www.polar.ru/buyers/recipes/multicooking/>

Обратите внимание!

Рецепты для Вашей мультиварки теперь доступны и в мобильных приложениях для Android и iPhone. Информацию по мобильным приложениям POLARIS Вы найдете на нашем сайте.

Теперь Вы сможете каждый день радовать своих близких вкусной, здоровой и полезной пищей, ведь при готовке в мультиварке продукты сохраняют максимум полезных витаминов.

Приготовление пищи будет приносить только положительные эмоции - с этого момента не надо постоянно стоять у плиты, так как Вы можете контролировать процесс приготовления различных блюд.



Мультиварка заменит Вам плиту, духовку, пароварку, хлебопечь и многое другое. Например, мультиварка Polaris PMC 0517AD является полноценным заменителем йогуртницы.

При этом она экономит электроэнергию благодаря отсутствию теплотерь в процессе приготовления. Кроме самой мультиварки для готовки никакой дополнительной емкости не нужно, так что Вы можете забыть про бесконечное мытье сковородок и кастрюль.

Модель POLARIS PMC 0517AD мощностью 860 Вт и вместимостью 5 литров оборудована электронной панелью с сенсорным управлением и 16-ю автоматическими программами для готовки. Программа «Мультиповар» поможет Вам регулировать температуру, время приготовления и экспериментировать с настройками, ничем не ограничивая свою фантазию. Этой функцией можно пользоваться для приготовления практически любого блюда.

Мультиварка POLARIS PMC 0517AD оснащена функцией 3D нагрева, которая обеспечивает равномерное прогревание продуктов со всех сторон. Заканчивая процесс приготовления пищи, мультиварка самостоятельно переходит в режим подогрева пищи.

Мультиварка POLARIS PMC 0517AD позволяет готовить блюда на 10 порций, и поддерживать нужную температуру в течение суток. Материалы, из которых изготовлены все части прибора, вступающие в контакт с пищевыми продуктами, отвечают самым последним европейским требованиям гигиенической безопасности. Чаша в мультиварке имеет антибактериальное керамическое покрытие. Очень важная особенность - наличие на самой чаше удобных ручек, которые не нагреваются и предотвращают ожоги.

Пробуйте наши рецепты, экспериментируйте сами, и делитесь опытом и рецептами с друзьями! Доверьтесь технике и наслаждайтесь вкусными и полезными блюдами. Дайте свободу своему кулинарному творчеству!

Приятного аппетита!





Португальский зеленый суп

2 порции
1 час 20 мин.
Режимы: «Мультиповар», «Подогрев»

Ингредиенты:

150 г бескостной свинины
150 г бескостной говядины
1 морковь
1 луковица
1 пучок петрушки
1 пучок кинзы
1 пучок укропа
1 пучок зеленого базилика
2 сваренных вкрутую яйца
2 ст. л. растительного масла
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мясо вымыть, обсушить и нарезать небольшими кусочками. Лук и морковь очистить и нарезать тонкой соломкой. Разогреть в кастрюле растительное масло, в режиме «Мультиповар» при температуре 160°C обжарить мясо, 5 мин. Добавить лук и морковь и готовить еще 7 мин.
3. Влить 500 мл воды, приправить солью и перцем и готовить в режиме «Мультиповар» при температуре 100°C 1 час.
4. Яйца размять вилкой в крупную крошку. Всю зелень вымыть, обсушить и измельчить. Добавить в суп зелень и яйца, готовить в режиме «Подогрев» 5 мин.
5. Сразу же разлить по тарелкам. Подавать со сметаной.



Армянский суп воснапур

4 порции
50 мин.
Режимы: «Жарка», «Варка на пару»

Ингредиенты:

4 ст. л. красной чечевицы
4 ст. л. риса
2 луковицы
50 мл растительного масла
0,5 стакана изюма
0,5 стакана очищенных грецких орехов
6 горошин черного перца
2–3 веточки петрушки
1 пучок кинзы
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Чечевицу и рис промыть теплой водой. Лук очистить, мелко нарезать. Изюм промыть. Грецкие орехи порубить ножом в мелкую крошку.
3. На режиме «Жарка» разогреть в мультиварке растительное масло, обжарить в нем лук до золотистого цвета, 4 мин.
4. Добавить изюм и орехи, готовить 5 мин. Влить 1 л воды, добавить чечевицу и рис, горошины черного перца. Приправить солью. Закрыть крышку и готовить в режиме «Варка на пару» 40 мин.
5. Зелень вымыть, обсушить и измельчить. Добавить в готовый суп.





Суп из баклажанов с грибами

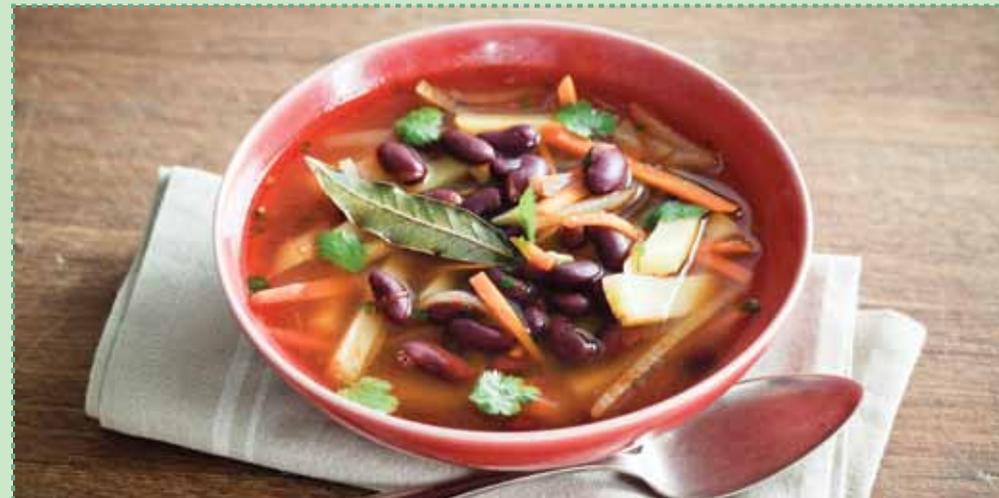
4 порции
50 мин.
Режимы: «Жарка», «Варка на пару»

Ингредиенты:

большой баклажан
1 морковь
1 луковица
2 картофелины
200 г свежемороженых опят
2 стакана молока
растительное масло
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Картофель, лук и морковь очистить, мелко нарезать. Грибы разморозить, промыть и обсушить. Баклажан вымыть и нарезать небольшими кубиками.
3. Смазать дно мультиварки растительным маслом, поставить режим «Жарка» и обжарить лук, морковь, 10 мин. Добавить грибы, готовить еще 5 мин.
4. Влить молоко, добавить картофель и баклажан, посолить, поперчить. Развести суп водой до нужной консистенции. Готовить в режиме «Варка на пару» 30 мин.



Фасолевый суп с КИНЗОЙ

4 порции
1 час 30 мин.
Режимы: «Жарка», «Суп»

Ингредиенты:

400 г консервированной красной фасоли
3 картофелины
1 морковь
2 луковицы
2 ст. л. томатной пасты
1 ст. л. растительного масла
1 пучок кинзы
1 зубчик чеснока
1 лавровый лист
0,5 ч. л. сахара
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Фасоль откинуть на дуршлаг и промыть теплой водой. Картофель, морковь, лук и чеснок очистить. Картофель и морковь нарезать соломкой, лук – полукольцами, чеснок измельчить. Кинзу вымыть, обсушить и мелко нарезать.
3. Мультиварку смазать маслом и включить на режим «Жарка». Обжарить лук и морковь, 6 мин. Добавить чеснок, жарить 2 мин. Выложить томатную пасту, соль и сахар, перемешать и готовить еще 2 мин.
4. Добавить фасоль, картофель. Влить 1 л воды, закрыть крышку и включить режим «Суп» на 1 час. После сигнала добавить кинзу и лавровый лист. Дать настояться 10 мин.





Тыквенный суп-пюре

6 порций
50 мин.
Режимы: «Жарка», «Варка на пару»

Ингредиенты:

1,5 кг мякоти тыквы
1 лук-порей (белая часть)
1 ч. л. сахара
6 грецких орехов
30 г тертого пармезана
щепотка корицы
800 г овощного бульона
100 мл сливок
30 г сливочного масла
2 ст. л. растительного масла
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мякоть тыквы нарезать небольшими кусочками. Лук-порей тщательно вымыть, обсушить и нарезать кружочками. Орехи истолочь. Включить мультиварку на режим «Жарка», разогреть сливочное и растительное масло, обжарить тыкву, 15 мин.
3. Добавить лук-порей, грецкие орехи, пармезан, корицу, сахар, соль и перец. Готовить, помешивая, 4 мин.
4. Влить бульон и сливки, закрыть крышку и готовить в режиме «Варка на пару» 30 мин.
5. Блендером взбить суп в пюре. Украсить сливками и пармезаном.



Постный борщ с черносливом

6 порций
50 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

2 свеклы
1 помидор
1 морковь
1 луковица
0,5 кочана белокочанной капусты
0,5 кочана цветной капусты
2 картофелины
4 зубчика чеснока
1 ст. л. сока лимона
6–8 черносливин
зелень петрушки
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Свеклу, морковь, картофель, лук и чеснок очистить. Чернослив замочить в теплой воде на 20 мин. Белокочанную капусту, лук, морковь и свеклу нарезать соломкой, картофель — брусочками, помидор — небольшими кубиками. Цветную капусту разобрать на небольшие соцветия.
3. Разогреть в кастрюле мультиварки растительное масло и в режиме «Мультиповар», установив температуру 160°C, обжарить лук, морковь и свеклу, 10 мин. Добавить чеснок, помидор, картофель, лимонный сок, перемешать и готовить в том же режиме 10 мин.
4. Влить 2 л воды, довести до кипения. Добавить цветную и белокочанную капусту, готовить в том же режиме 10 мин.
5. Положить в кастрюлю чернослив и дать настояться 20 мин.





Тайский куриный суп с креветками

6 порций
35 мин.
Режимы: «Варка на пару»

Ингредиенты:

400 г куриного филе
200 г сырых очищенных креветок
100 г мелких шампиньонов
цедра 1 лайма
3 см свежего корня имбиря
500 мл куриного бульона
2 банки кокосового молока
1 перчик чили
3 ст. л. тайского рыбного соуса

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Нарезать куриное филе небольшими кубиками. Грибы вымыть и нарезать тонкими ломтиками, корень имбиря очистить и натереть на крупной терке. Перчик чили измельчить, удалив семена.
3. Влить в мультиварку куриный бульон и кокосовое молоко. Добавить куриное филе, креветки, грибы, цедру лайма, имбирь, чили и рыбный соус.
4. Закрывать крышку, включить программу «Варка на пару» на 25 мин.



Суп харчо

6 порций
2 часа
Режимы: «Жарка», «Суп»

Ингредиенты:

1 кг говяжьей грудинки
0,5 стакана риса
3 луковицы
1 корень петрушки
2 ст. л. зелени петрушки
1 лавровый лист
1 ст. л. муки
10 горошин черного перца
0,5 стакана толченых грецких орехов
0,5 стакана натурального гранатового сока без сахара
1 пучок кинзы
1 острый перчик
1 ч. л. хмели-сунели
5 зубчиков чеснока
1 ст. л. томатной пасты
2 ст. л. растительного масла
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Говядину вымыть, нарезать небольшими кусками. Лук и корень петрушки очистить. Лук измельчить, петрушку натереть на крупной терке. Грецкие орехи измельчить в блендере или истолочь в ступке вместе с горошинами перца. Кинзу вымыть, обсушить и измельчить. Острый перец вымыть и нарезать тонкими кольцами. Чеснок очистить и истолочь.
3. Включить мультиварку на режим «Жарка». Разогреть масло и обжарить лук с корнем петрушки и острым перцем, 7 мин. Добавить мясо и готовить, время от времени помешивая, 10 мин. Муку развести в 1 ст. л. холодной кипяченой воды, добавить к луку с мясом и готовить, помешивая, еще 1 мин.
4. Влить 2 л воды и гранатовый сок, добавить промытый рис, грецкие орехи, томатную пасту, лавровый лист, хмели-сунели и соль. Закрывать крышку и готовить в режиме «Суп» 1,5 часа. В готовый суп добавить толченый чеснок и зелень и дать настояться 5 мин.





Суп-пюре с грецкими орехами и сыром с голубой плесенью

4 порции
40 мин.
Режимы: «Жарка», «Варка на пару»

Ингредиенты:

150 г сыра с голубой плесенью
2 ст. л. грецких орехов
1 луковица
3 черешка сельдерея
1 зубчик чеснока
2 ст. л. муки
600 мл овощного бульона
300 мл молока
150 мл натурального йогурта
0,5 пучка петрушки
0,5 пучка укропа
по 1 веточке тархуна и мяты
1 ст. л. сливочного масла
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Лук и чеснок очистить, сельдерей вымыть и обсушить. Все овощи очень мелко нарезать. Грецкие орехи истолочь пестиком или порубить ножом. Зелень вымыть, обсушить и измельчить.
3. Мультиварку поставить на режим «Жарка». Растопить сливочное масло, обжарить в нем лук, чеснок и сельдерей, 5 мин. Добавить муку и готовить, постоянно помешивая, 30 сек. Тонкой струей влить в кастрюлю овощной бульон, а затем молоко. Добавить сыр, грецкие орехи, йогурт, соль и перец.
4. Закрыть крышку, поставить режим «Варка на пару», 20 мин. После сигнала добавить в суп зелень и дать настояться 5–7 мин.



Суп из брокколи и цветной капусты

4 порции
35 мин.
Режимы: «Жарка», «Варка на пару»

Ингредиенты:

1 кочан брокколи
1 кочан цветной капусты
1 луковица
0,3 стакана риса
1 пучок укропа
500 мл куриного бульона
1 ст. л. растительного масла
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Рис промыть. Брокколи и цветную капусту вымыть, разобрать на небольшие соцветия. Лук очистить и нарезать полукольцами.
3. Смазать мультиварку растительным маслом. Включить режим «Жарка» и обжарить лук, 5 мин. Добавить капусту и готовить 6 мин.
4. Добавить рис и бульон, посолить, поперчить по вкусу, перемешать и готовить в режиме «Варка на пару» 15 мин. Добавить брокколи, готовить 5 мин.
5. Укроп вымыть, обсушить и измельчить. Добавить в готовый суп, перемешать и сразу же разлить по тарелкам.





Суп из бараньих ребрышек с чечевицей

4 порции
1 час 25 мин.
Режимы: «Жарка», «Суп»

Ингредиенты:

500 г бараньих ребрышек
100 г красной чечевицы
3 картофелины
2 черешка сельдерея
3 зубчика чеснока
2 помидора
1 небольшой острый перчик
1 пучок петрушки
1 лавровый лист
2 ст. л. растительного масла
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Чечевицу промыть. Ребрышки вымыть. Картофель очистить и крупно нарезать. Сельдерей, перчик и помидоры вымыть. Сельдерей нарезать наискосок кусочками шириной 2 см, помидоры — кубиками, перчик — пополам. Чеснок очистить и истолочь. Зелень вымыть, обсушить и измельчить.
3. В мультиварке на режиме «Жарка» разогреть растительное масло. Обжарить ребрышки, 10 мин. Добавить картофель, сельдерей, перчик и чеснок. Жарить еще 7 мин.
4. Влить 1 л воды. Добавить помидоры, чечевицу и лавровый лист. Закрывать крышку, поставить режим «Суп» и готовить 1 час. В конце варки добавить измельченную петрушку.



Рыбный суп с укропом

6 порций
30 мин.
Режим: «Мультиповар»

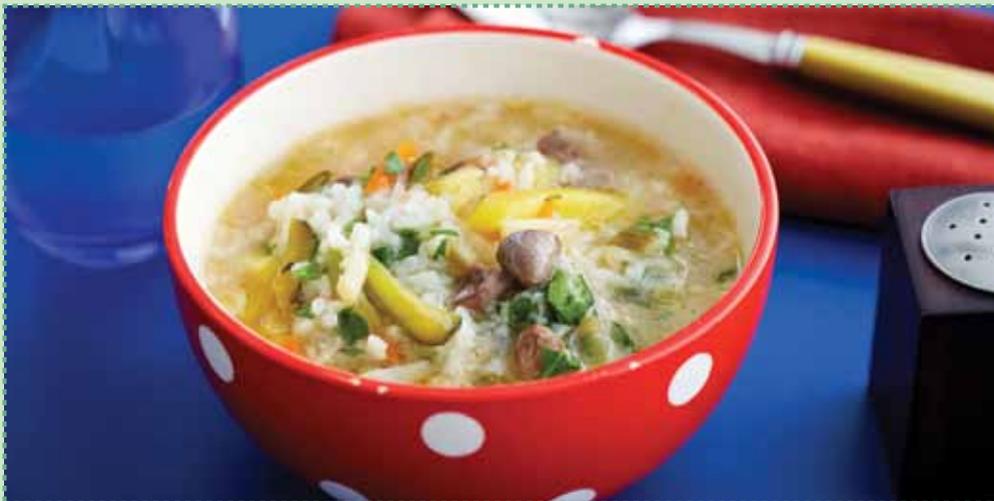
Ингредиенты:

800 г филе белой морской рыбы
100 г укропа
1 луковица
1 морковь
50 г корня сельдерея
1 лавровый лист
4 горошины черного перца
1 ст. л. растительного масла
1 ст. л. муки
150 г нежирной сметаны
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Лук, морковь и корень сельдерея очистить, крупно нарезать и залить 1,5 л кипящей воды. Варить 7 мин. в режиме «Мультиповар» при 140°C. Добавить рыбу, лавровый лист и горошины перца. В том же режиме довести до кипения, удалить пену, посолить. Готовить 5 мин.
3. Шумовкой переложить рыбу из бульона на тарелку, накрыть пленкой и отставить. Бульон процедить.
4. Укроп вымыть, обсушить и мелко нарезать. В режиме «Мультиповар» при 120°C обжарить укроп, 5 мин. Добавить муку, тщательно размешать.
5. Постоянно помешивая, влить в чашу с укропом рыбный бульон. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить 5 мин. Добавить сметану, перемешать.
6. Рыбу нарезать кусочками и разложить по тарелкам, налить суп.





Рассольник из куриных потрошков

8 порций
1 час 30 мин.
Режимы: «Жарка», «Суп»

Ингредиенты:

500 г куриных потрошков
3 соленых огурца
0,5 стакана огуречного рассола
3 картофелины
1 морковь
1 луковица
50 г корня сельдерея
3 ст. л. риса
2 лавровых листа
4 горошины черного перца
2 горошины душистого перца
2 веточки петрушки
3 ст. л. растительного масла
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Куриные потроха промыть, очистить от пленок и нарезать небольшими кусочками. Морковь, сельдерей, лук, картофель и соленые огурцы очистить, нарезать тонкой соломкой. Рис промыть теплой водой.
3. Включить мультиварку на режим «Жарка», разогреть растительное масло и обжарить потрошки, 10 мин. Добавить подготовленные овощи и жарить еще 6 мин.
4. Влить 1,5 л воды и огуречный рассол, всыпать рис. Приправить солью. Закрывать крышку и готовить в режиме «Суп» 1 час.
5. Добавить лавровые листья и горошины перца. Дать настояться 10 мин. В конце варки добавить нарезанную петрушку. Подавать со сметаной.



Минестроне с курицей

4 порции
1 час 20 мин.
Режимы: «Жарка», «Суп»

Ингредиенты:

400 г куриного филе
1 л куриного бульона
1 луковица
1 морковь
2 черешка сельдерея
1 кабачок
0,5 кочана цветной капусты
100 г зеленого горошка
2 помидора
150 г мелких макаронных изделий
1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. оливкового масла
50 г пармезана
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Куриное филе вымыть и нарезать небольшими кусочками. Лук, морковь, сельдерей и кабачок очистить и нарезать кубиками. Цветную капусту вымыть и разобрать на небольшие соцветия. Помидоры очистить от кожицы и семян, мелко нарезать.
3. Разогреть в мультиварке на режиме «Жарка» сливочное и оливковое масло. Обжарить лук, 4 мин. Добавить морковь и сельдерей, жарить еще 6 мин. Добавить курицу и кабачок и готовить 5 мин.
4. Влить куриный бульон, добавить помидоры, цветную капусту, горошек, макароны, соль и перец. Закрывать крышку и готовить в режиме «Суп» 1 час. Разлить по тарелкам, посыпать тертым пармезаном.





Куриный суп с миндалем

4 порции
1 час 15 мин.
Режимы: «Жарка», «Суп»

Ингредиенты:

400 г куриного филе
600 г картофеля
30 г сливочного масла
1 зубчик чеснока
1 небольшая луковица
20 г молотого миндаля
150 мл сливок жирностью 20 %
1 веточка укропа
миндальные лепестки для украшения
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Куриное филе вымыть, нарезать небольшими кусочками. Картофель очистить, нарезать небольшими кубиками. Лук и чеснок очистить и измельчить.
3. Смазать дно мультиварки сливочным маслом. Включить режим «Жарка» и обжарить лук, чеснок и миндаль, 8 мин.
4. Добавить куриное мясо, картофель, сливки и 600 мл воды. Приправить солью и перцем. Перемешать, закрыть крышку и готовить в режиме «Суп» 1 час. Украсить укропом и миндальными лепестками.



Итальянская рыбная похлебка

4 порции
45 мин.
Режимы: «Жарка», «Варка на пару»

Ингредиенты:

600 г филе речной рыбы
1 л рыбного бульона
1 сладкий перец
0,5 репчатой луковицы
2 небольшие моркови
2 ст. л. сливочного масла
3 ст. л. муки
1 ч. л. молотого красного перца
150 мл сметаны
зелень петрушки
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Рыбу вымыть и нарезать порционными кусками. Морковь и лук очистить и нарезать тонкими кружками. Сладкий перец вымыть и нарезать квадратиками, удалив сердцевину.
3. Включить мультиварку на режим «Жарка». Разогреть сливочное масло, быстро обжарить в нем, помешивая, муку и молотый красный перец. Добавить морковь, лук, сладкий перец, рыбу и бульон.
4. Заправить суп 150 мл нежирной сметаны и посолить по вкусу. Закрыть крышку и готовить в режиме «Варка на пару» 35 мин.
5. В готовый суп можно добавить нарезанную свежую зелень.





Суп из цветной капусты и белой фасоли

6 порций
2 часа
Режим: «Суп»

Ингредиенты:

1 кочан цветной капусты
800 г консервированной белой фасоли
3 зубчика чеснока
1 луковица
2 ст. л. семян фенхеля
2 веточки петрушки
3 ст. л. растительного масла
4–6 кусков белого хлеба

Для бульона:

1 большая луковица
1 морковь
1 корень петрушки
2–3 зеленых листа лука-порея
2 веточки петрушки
1 веточка тимьяна
1 лавровый лист
6 горошин черного перца
2 горошины душистого перца, соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Овощи очистить и нарезать крупными кусками. Поместить их в мультиварку, влить 1,5 л воды, добавить зеленые листья лука-порея, петрушку, тимьян и душистый перец. Варить в режиме «Суп» 40–45 мин. Добавить лавровый лист, соль и черный перец, варить еще 10 мин.
3. Процедить бульон через мелкое сито. Капусту вымыть и разобрать на небольшие соцветия. Фасоль отбросить на дуршлаг и ополоснуть под проточной водой. Лук и чеснок очистить. Лук и 1 зубчик чеснока измельчить. Петрушку вымыть, обсушить и разобрать на листики.
4. Поместить капусту, фасоль, лук, листики петрушки и измельченный чеснок в мультиварку, влить бульон. Добавить семена фенхеля. Выбрать режим «Суп» на 60 минут.
5. Готовый суп приправить солью и зеленью.



Щи старославянские

8 порций
1 час 40 мин.
Режим: «Суп»

Ингредиенты:

1 кг говядины с косточкой
0,5 кг квашеной капусты
300 г репы
5 картофелин
1 луковица
1 морковь
50 г сухих белых грибов
100 г корня сельдерея
щепотку семян тмина и укропа
3 зубчика чеснока
5 веточек укропа и петрушки
1 лавровый лист
душистый перец горошком
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мясо вымыть, нарезать небольшими кусочками. Квашеную капусту отжать, нарезать на отрезки 1,5–2 см. Картофель, лук, морковь, корень сельдерея и репу очистить, нарезать небольшими кубиками. Чеснок очистить и подавить.
3. Сложить все подготовленные ингредиенты в кастрюлю, влить 3 л холодной воды. Добавить сухие грибы, семена укропа и тмина, лавровый лист и душистые перец.
4. Для мультиварки Polaris PMC 0517AD выбрать режим «Суп» на 90 мин. Для мультиварки-скороварки Polaris PPMC 0124D выбрать режим «Суп» на 80 мин.
5. Готовый суп посолить и поперчить. Подавать со сметаной и зеленью.





Солянка сборная мясная

6 порций
1 час 10 мин.
Режим: «Суп»

Ингредиенты:

1,5 л воды
300–400 г любых сырокопченых и варенокопченых мясных продуктов
4 соленых огурца
2 большие луковицы
1 ст. л. томатной пасты
100 г черных маслин без косточек
50 г каперсов
0,5 лимона
сметана, соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Репчатый лук очистить и мелко нарезать. Мясные продукты (колбасу, ветчину, сосиски и т. д.) нарезать небольшими кусочками. Огурцы нарезать тонкой соломкой.
3. Поместить ингредиенты в мультиварку, добавить томатную пасту, бульон, маслины и каперсы.
4. Для мультиварки Polaris PMC 0517AD выбрать режим «Суп» на 60 мин. Для мультиварки-скороварки Polaris PPMC 0124D выбрать режим «Суп» на 50 мин.
5. Готовую солянку приправить солью и перцем по вкусу. Лимон нарезать тонкими кружками. Разлить суп по тарелкам, в каждую положить по кружку лимона. Отдельно подать сметану.



Густой овощной суп

6–8 порций
1 час 10 минут
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты: Приготовление:

400 г свинины
5 соленых огурцов
3 картофелины
2 моркови
2 луковицы
4 листа белокочанной капусты
1 ст. л. муки
1 ст. л. томатной пасты
1 ст. л. растительного масла

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Картофель, морковь и лук очистить и нарезать небольшими кубиками. Также нарезать соленые огурцы. Капустные листья вымыть и тонко нашинковать.
3. Свинину вымыть, нарезать небольшими кусочками, обвалять в муке. В режиме «Мультиповар» при температуре 160°C разогреть растительное масло и обжарить мясо со всех сторон до румяной корочки, по 2 мин. с каждой стороны. Шумовкой переложить мясо на блюдо.
4. Положить картофель, морковь и лук, жарить 4 мин. Переложить на блюдо. Обжарить капусту и соленые огурцы, 2 минуты. Переложить на блюдо.
5. В чашу выложить слоями мясо, картофель с морковью и луком, капусту и огурцы. В 1 л горячей воды развести томатную пасту, влить в чашу, закрыть крышку мультиварки и готовить в режиме «Мультиповар» 1 час при температуре 90°C.
6. Перед подачей попробовать на соль и при необходимости подсолить.





Овсяная каша с яблоком, изюмом и корицей

4 порции
15 мин.
Режим: «Мультивар»

Ингредиенты:

100 г овсяных хлопьев
250 мл воды
250 мл молока
2 ст. л. коричневого сахара
50 г изюма
1 яблоко
20 мл сливок
1 ч. л. корицы

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. В кастрюлю мультиварки влить воду и молоко. Добавить сахар, размешать и в режиме «Мультивар» при температуре 140°C довести до кипения.
3. Всыпать овсяные хлопья и варить в режиме «Мультивар» при температуре 140°C 10 минут.
4. Изюм промыть и замочить в теплой воде на 5 мин., затем отбросить на дуршлаг. Яблоко вымыть и натереть на крупной терке, удалив сердцевину.
5. Добавить в кашу изюм, тертое яблоко и сливки, перемешать. Подавать, присыпав корицей.



Манная каша с фруктами

2 порции
10 мин.
Режим: «Мультивар»

Ингредиенты:

0,5 стакана манной крупы
250 мл молока
1 ст. л. сахара
100 г сливочного масла
400 г вишневого компота
400 г абрикосового компота

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Из компотов слить в кастрюлю мультиварки сироп, добавить молоко и в режиме «Мультивар» при температуре 140°C довести до кипения.
3. Всыпать тонкой струйкой манную крупу, перемешать.
4. Добавить в кашу сахар, сливочное масло и фрукты из компота. Перемешать и готовить в режиме «Мультивар» при температуре 100°C 7 мин.
5. Разложить по тарелкам.





Гороховая каша

2 порции
2 часа + 2 часа 5 мин.
Режимы: «Мультиповар», «Подогрев»

Ингредиенты:

1 стакан сухого гороха
100 г ветчины
100 г копченой грудинки
4 ст. л. растительного масла
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Горох промыть и замочить на 2 часа. Отбросить на дуршлаг, выложить в кастрюлю мультиварки, влить свежую воду так, чтобы она только покрывала горох. Варить в режиме «Мультиповар» 2 часа при температуре 90°C. За 30 мин. до готовности добавить грудинку, нарезанную кубиками.
3. Ветчину нарезать небольшими кусочками. Добавить в кашу и поставить на режим «Подогрев» на 5 мин.



Пшеничная каша с тыквой, корицей и вяленой вишней

4 порции
50 мин.
Режим: «Крупа»

Ингредиенты:

150 г тыквы
250 г пшена
1 л молока 3,2 % жирности
30 г сливочного масла
50 г коричневого масла
3 г соли
50 г вяленой вишни
1 палочка корицы
1–2 веточки свежей мяты

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Тщательно вымыть пшено в прохладной воде. Половину тыквы нарезать кубиками, остальную натереть на крупной терке. Положить крупу, тыкву и вяленую вишню в чашу мультиварки. Несколько вишен оставить для украшения.
3. Добавить сахар и корицу, подсолить, влить молоко. Закрыть крышку. Готовить в режиме «Крупа» в течение 30 мин.
4. Открыть мультиварку, добавить в кашу сливочное масло, перемешать и снова закрыть крышку. Оставить на 15 мин, после чего удалить корицу, разложить кашу по тарелкам и украсить листочками мяты и вишнями.





Пшениная каша с сыром

4 порции
1 час
Режим: «Мультивар»

Ингредиенты:

1 стакан пшена
1 стакан воды
2 стакана молока
300 г российского сыра
0,5 ч. л. соли
1 ст. л. сахара
50 г сливочного масла

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Пшено несколько раз промыть теплой водой и выложить в чашу мультиварки, влить воду и готовить в режиме «Мультивар» 20 мин. при температуре 100°C.
3. Влить в чашу с пшеном молоко, добавить соль и сахар. Уменьшить температуру до 80°C и продолжить готовить еще 35 мин.
4. Сыр натереть на крупной терке, добавить в кашу вместе с маслом, перемешать, закрыть крышку мультиварки и дать настояться 10–15 мин.



Говядина по-шотландски

6 порций
2 часа
Режим: «Мультивар»

Ингредиенты:

1,5 кг говядины
2 зубчика чеснока
1 лавровый лист
800 мл темного пива
80 г сливочного масла
3 ст. л. растительного масла
100 г копченого бекона
3 луковицы
2 ст. л. муки
1 пучок петрушки

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Говядину вымыть и крупно нарезать. Чеснок очистить и измельчить. В миску положить мясо, чеснок и лавровый лист. Залить пивом, накрыть крышкой и поставить в холодильник на ночь. На следующий день слить маринад и сохранить его. Мясо обсушить салфетками.
3. Включить режим «Мультивар», температуру 160°C. Разогреть в чаше мультиварки половину сливочного и растительного масла. Обжаривать мясо порциями до образования коричневой корочки. Шумовкой переложить его в миску.
4. Лук очистить и нарезать небольшими кубиками. Такими же кубиками нарезать бекон. В чаше мультиварки разогреть оставшееся сливочное и растительное масло, обжарить лук и бекон, 6 мин. Добавить муку, перемешать. Влить сохранный маринад.
5. Вернуть в чашу мясо, перемешать и готовить в режиме «Мультивар» 1,5 часа при температуре 120°C.





Вепрево колено

8 порций
2 часа 50 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты: Приготовление:

1 копченая свиная рулька весом 2–2,5 кг
300 г жирной грудинки
1,5 кг свежей белокочанной капусты
1 кг квашеной капусты
2 лавровых листа
2 небольших острых перца
соль

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Свиную рульку поместить в чашу мультиварки, влить воду так, чтобы рулька была полностью закрыта. Маленький острый перец освободить от плодоножки и семян, положить его к рульке, туда же добавить лавровые листья и готовить в режиме «Мультиповар» 2 часа при температуре 120°C. Выложить из чаши мультиварки, накрыть фольгой и оставить в теплом месте. Бульон процедить и сохранить.
3. Свежую капусту нашинковать тонкими полосками. Слегка подсолить и перемешать, чуть отжимая руками, чтобы капуста дала сок. Добавить квашеную капусту и как следует перемешать.
4. Грудинку нарезать маленькими кусочками и обжарить в чаше мультиварки в режиме «Мультиповар» 8 мин. при температуре 160°C. Влить 1 стакан бульона, добавить всю капусту, перемешать и готовить в режиме «Мультиповар» 20 мин. при температуре 110°C.
5. Открыть мультиварку, положить на капусту рульку и готовить в том же режиме 20 мин.



Венгерская токань из говядины и грибов

4 порции
1 час
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты: Приготовление:

800 г бескостной говядины
100 г шпика
1 луковица
50 г муки
1 ч. л. молотой паприки
300 г соленых грибов
100 г сметаны
100 г сливок 20 %
1 пучок укропа
соль, перец

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Телятину и сало нарезать тонкими полосками 4–5 см длиной. Лук очистить и нарезать кольцами. Укроп вымыть, обсушить и измельчить.
3. Включить режим «Мультиповар», установить температуру 160°C и обжарить сало, 2 мин. Добавить мясо и лук. Готовить, пока не выпарится весь выделившийся сок. Посыпать мясо мукой и паприкой, перемешать. Добавить 0,25 стакана воды, уменьшить температуру до 120°C и тушить 10 мин.
4. Грибы промыть от рассола, добавить в мультиварку вместе со сметаной, сливками и измельченным укропом.
5. Готовить в том же режиме 35 мин.





Алжирское рагу

4 порции
1 час 10 мин.
Режимы: «Мультипovar», «Подогрев»

Ингредиенты:

400 г копченых колбасок
1 ст. л. растительного масла
1 луковица
2 зубчика чеснока
0,5 ч. л. молотого кориандра
по 0,5 ч. л. молотого черного и душистого перца
2 большие моркови
2 черешка сельдерея
400 г консервированных томатов в собственном соку
400 г консервированной белой фасоли
4 веточки мяты
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Лук очистить и нарезать тонкими полукольцами. Чеснок очистить и раздавить. Морковь и сельдерей очистить и разрезать вдоль на 4 части. Колбаски нарезать кусочками длиной примерно 4 см.
3. Включить режим «Мультипovar», температуру 160°C. Разогреть в чаше мультиварки растительное масло и обжарить колбаски до золотистого цвета, 8 мин. Шумовкой переложить на блюдо и отставить в сторону.
4. Положить в чашу мультиварки лук и готовить в том же режиме 4 мин. Добавить чеснок и специи, готовить 1 минуту. Добавить морковь, сельдерей, готовить 5 мин.
5. Добавить томаты вместе с соком, влить 0,5 стакана воды, закрыть крышку и готовить в режиме «Мультипovar» 30 мин. при температуре 100°C.
6. Фасоль откинуть на дуршлаг и промыть. Добавить в рагу фасоль и колбаски.
7. Готовить в режиме «Подогрев» 20 мин.



Яичное суфле с ветчиной

2 порции
20 мин.
Режим: «Мультипovar»

Ингредиенты:

2 яйца
100 г ветчины
50 г свежемороженого горошка
1 ст. л. растительного масла
1 ч. л. сливочного масла
100 мл сливок
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Горошек разморозить, обсушить. Ветчину нарезать небольшими кубиками. Разогреть в мультиварке растительное масло и обжарить в режиме «Мультипovar» при температуре 160°C ветчину и зеленый горошек, примерно 10 мин.
3. Яйца взбить со сливками, приправить солью и перцем по вкусу. Залить яичной смесью ветчину с горошком.
4. Готовить в режиме «Мультипovar» при температуре 100°C 10 мин.





Яблоки, фаршированные курицей

4 порции
20 мин.
Режим: «Мультивар»

Ингредиенты:

8 средних яблок
500 г куриного фарша
50 г грецких орехов
50 г чернослива без косточек
1 луковица
2 зубчика чеснока
1 яйцо
2 ст. л. растительного масла
1 ст. л. сливочного масла

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Чернослив промыть теплой водой и мелко нарезать. Орехи порубить ножом в крошку. Лук и чеснок очистить и измельчить. Разогреть в мультиварке растительное масло и обжарить лук и чеснок в режиме «Мультивар» при температуре 160°C примерно 5 мин. Добавить куриный фарш и готовить, разминая комки вилкой, еще 6 мин. при том же режиме.
3. Переложить приготовленную смесь в миску. Добавить чернослив, орехи и яйцо, тщательно перемешать.
4. Яблоки вымыть, срезать верхушку и аккуратно вынуть сердцевину и часть мякоти, оставив по краям примерно 1 см. Наполнить яблоки получившейся начинкой, накрыть срезанными верхушками и поставить в мультиварку.
5. Смазать сливочным маслом, влить 1 стакан воды и готовить в режиме «Мультивар» 10 мин. при температуре 120°C.



Мясо, тушеное с изюмом

4 порции
40 мин.
Режим: «Мультивар»

Ингредиенты:

500 г филе телятины
2 луковицы
2 моркови
100 мл яблочного сока
2 ст. л. растительного масла
горсть изюма
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мясо вымыть и нарезать кубиками. Лук и морковь очистить и измельчить. В мультиварке разогреть масло, положить лук, морковь и готовить в режиме «Мультивар» при температуре 160°C 10 мин.
3. Добавить изюм, сок и мясо. Влить 100 мл воды и готовить в режиме «Мультивар» 30 мин. при температуре 110°C.





Мясные клецки в миндальном соусе

4 порции
50 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты: Приготовление:

- | | |
|---|--|
| <p>500 г говяжьего фарша
0,5 стакана миндаля
0,5 луковицы
1 зубчик чеснока
3 куска белого хлеба без корочки
1 стакан молока
1 яйцо
3 ст. л. растительного масла
соль, перец</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить мультиварку и ингредиенты. 2. Два куска хлеба размочить в молоке, слегка отжать. Смешать в миске мясной фарш с хлебом, яйцом, солью и перцем. 3. Сформовать из фарша шарики размером с грецкой орех, поместить в холодильник. 4. Миндаль порубить в мелкую крошку, один кусочек хлеба мелко раскрошить. Чеснок очистить и измельчить. Разогреть в мультиварке 1 ст. л. масла и обжарить миндальную крошку, чеснок и раскрошенный хлеб в режиме «Мультиповар» при температуре 160°C в течение 5 мин. Лук очистить, измельчить и добавить к ореховой смеси, готовить еще 5 мин. при таком же режиме. Влить 1,5 стакана воды, приправить солью и перцем, довести до кипения. 5. Положить в кастрюлю мультиварки с приготовленным соусом клецки и готовить в режиме «Мультиповар» 30 мин. при температуре 100°C. 6. Подавать с помидорами черри. |
|---|--|



Кролик, тушеный с черносливом

6 порций
1 час 15 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

кролик весом 1,5 кг
2 ст. л. муки
1 ст. л. растительного масла
1 стакан виноградного сока
1 луковица
2 зубчика чеснока
2 гвоздики
4 веточки петрушки
250 г чернослива
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Лук и чеснок очистить. Лук нарезать кольцами, чеснок раздавить. Петрушку вымыть, обсушить и крупно нарезать. Мясо вымыть, обсушить и разрезать на порционные куски. Муку смешать с солью и перцем. Обвалять в получившейся смеси каждый кусок мяса.
3. Разогреть в мультиварке растительное масло и в режиме «Мультиповар» при температуре 160°C обжарить мясо по 5 мин. с каждой стороны. Добавить лук, чеснок, петрушку и чернослив.
4. Влить виноградный сок, приправить солью и перцем.
5. Готовить 50 мин. в режиме «Мультиповар» при температуре 110°C. Готовое блюдо украсить рубленой зеленью.





Гратен из овощей

6 порций
1 час 20 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

6 крупных картофелин
1 кабачок
4 помидора
2 луковицы
4 зубчика чеснока
2 ст. л. яблочного сока
1 стакан хлебных крошек
0,5 тертого стакана швейцарского сыра
2 ст. л. растительного масла
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Картофель, лук и кабачок очистить и нарезать тонкими кружками. Помидоры вымыть и также нарезать кружками. Чеснок очистить и измельчить.
3. Хлебные крошки смешать с соком, маслом, чесноком и сыром.
4. В кастрюлю мультиварки уложить слоями картофель, лук, помидоры, кабачок, смазывая каждый слой сырной смесью. Последний слой – картофель.
5. Готовить в режиме «Мультиповар» 1 час 20 мин. при температуре 120°C.



Рис с кабачками и фетой

4 порции
45 мин.
Режимы: «Жарка», «Крупа», «Подогрев»

Ингредиенты:

250 г риса арборио
3 небольших кабачка
100 г сыра фета
1 луковица
1 пучок петрушки
1 веточка базилика
0,5 стакана маслин
4 ст. л. растительного масла
1 кубик для приготовления овощного бульона
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Приготовить 750 мл бульона. Лук очистить и измельчить. Кабачки вымыть, разрезать вдоль пополам, затем нарезать полукружьями толщиной 1 см. Разогреть в мультиварке на режиме «Жарка» 2 ст. л. растительного масла, обжарить лук, 4 мин. Добавить кабачки и готовить, помешивая, 3 мин.
3. Всыпать сухой рис, влить бульон и готовить в режиме «Крупа» 25 мин.
4. Фету раздавить вилкой. Маслины разрезать на 4 части. Петрушку и базилик вымыть, обсушить и измельчить. Смешать фету, маслины, зелень и оставшееся масло. Добавить в рис. Поставить на режим «Подогрев» на 10 мин. При подаче соль поставить отдельно.





Баклажаны в портвейне

4 порции
55 мин.
Режимы: «Жарка», «Запекание»

Ингредиенты:

1 кг баклажанов
3 моркови
6 зубчиков чеснока
3 луковичы
1 пучок укропа
3 веточки тимьяна
2 веточки розмарина
250 мл портвейна
2 ст. л. яблочного уксуса
4 ст. л. растительного масла
соль, белый перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Баклажаны вымыть и нарезать кружками толщиной 1,5 см. Сложить в миску, присыпать солью и оставить на 10 мин. Затем промыть теплой водой и обсушить.
3. Морковь, лук и чеснок очистить. Морковь нарезать тонкими кружками, лук — полукольцами, чеснок измельчить. Зелень вымыть, обсушить и нашинковать. Разогреть в мультиварке на режиме «Жарка» растительное масло, обжарить баклажаны и морковь, 10 мин. Добавить лук и готовить 4 мин., время от времени помешивая.
4. Влить портвейн и уксус, добавить зелень и чеснок, посолить, поперчить, перемешать и готовить в режиме «Запекание» 30 мин.



Сицилийский картофельный пирог

12 порций
1 час 10 мин.
Режим: «Варка на пару», «Жарка», «Запекание»

Ингредиенты:

1,3 кг картофеля
200 г сырокопченой ветчины
250 мл молока
100 г сливочного масла
4 яйца
2 зубчика чеснока
200 г тертого пармезана
6 кусочков салями
200 г сыра гауда
3 веточки петрушки
3 веточки тимьяна
50 г свежих хлебных крошек
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Картофель вымыть, очистить и отварить в мультиварке на режиме «Варка на пару», 25 мин. Переложить в миску, добавить молоко и 75 г масла и размять в пюре.
3. Чеснок очистить и измельчить. Сыр нарезать небольшими кубиками, салями — соломкой. Петрушку и тимьян вымыть, обсушить и измельчить. Ветчину нарезать кубиками и обжарить в мультиварке на режиме «Жарка», 6 мин.
4. Ветчину нарезать кубиками и обжарить в мультиварке на режиме «Жарка», 6 мин.
5. Добавить в картофельное пюре вместе с яйцами, чесноком, пармезаном, салями, сыром гауда и зеленью. Посолить, поперчить по вкусу и тщательно перемешать.
6. Разровнять поверхность и присыпать оставшимися хлебными крошками. Закрыть крышкой и готовить в режиме «Запекание» 45 мин.





Кугель с кабачком, шпинатом и морковью

6 порций
2 часа 10 мин.
Режим: «Запекание»

Ингредиенты:

500 г шпината
1 кабачок
1 крупная картофелина
2 моркови
4 пера зеленого лука
3 зубчика чеснока
щепотка молотой куркумы
3 яйца
3 ст. л. муки
5 веточек укропа
6 ст. л. оливкового масла
соль, черный молотый перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Овощи и зелень промыть. Картофель, морковь и кабачок очистить, натереть на крупной терке. Лишнюю жидкость отжать. Зеленый лук, укроп и чеснок мелко нарезать, смешать с натертыми овощами. Шпинат нарезать на полоски. Добавить в овощную смесь. Приправить куркумой, солью и перцем.
3. Всыпать в овощи достаточно муки, чтобы получилось густое тесто. Яйца взбить и смешать с овощами.
4. Смазать мультиварку оставшимся маслом, выложить овощную смесь. Готовить в режиме «Запекание» 45 мин.



Рыба по-турецки

4 порции
1 час 10 мин.
Режимы: «Жарка», «Запекание»

Ингредиенты:

1 дорада
1 морковь
1 луковица
1 сладкий перец
1 острый перчик
2 зубчика чеснока
1 ст. л. томатной пасты
5 помидоров
1 пучок петрушки
2 ст. л. лимонного сока
1 ч. л. паприки
10 черных маслин
10 зеленых маслин
4 ст. л. оливкового масла

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Рыбу очистить от чешуи, оставив головы и хвосты, сделать надрез вдоль брюшка и удалить внутренности. Тщательно промыть рыбу внутри и снаружи, затем обсушить салфетками.
3. Морковь, лук и чеснок очистить и измельчить. Перцы, помидоры и зелень вымыть. У перца чили удалить сердцевину, нарезать мякоть кольцами. Помидоры и сладкий перец нарезать кубиками. Петрушку измельчить.
4. Включить мультиварку на режим «Жарка», обжарить рыбу до золотистой корочки, по 7 мин. с каждой стороны. Переложить рыбу на блюдо, накрыть и отставить в сторону.
5. Разогреть оставшееся масло, обжарить лук и морковь, 6 мин. Добавить перцы и чеснок, готовить, помешивая, 5 мин. Влить 0,5 стакана воды, положить томатную пасту, нарезанные помидоры, петрушку, лимонный сок и паприку.
6. Положить на овощи рыбу, посыпать оливками, закрыть крышку и готовить в режиме «Запекание» 30 мин. Переложить на сервировочное блюдо, дать остыть до комнатной температуры.





Креветки карри

4 порции
1 час 10 мин. + 25 мин.
Режим: «Жарка», «Варка на пару»

Ингредиенты: Приготовление:

- | | |
|---|--|
| <p>800 г сырых креветок
1 луковица
2 зубчика чеснока
200 мл кокосового молока
3 см корня имбиря
2 маленьких острых перчика
1 ч. л. кумина
1 ч. л. кориандра
1 ч. л. горчичного семени
1 ч. л. молотой куркумы
1 ст. л. порошка карри
150 мл растительного масла, соль</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить мультиварку и ингредиенты. 2. Креветки вымыть, удалить головы и панцирь, оставив хвостики. Сделать надрез вдоль спинки и вынуть кишечную вену. 3. Острые перчики вымыть, разрезать пополам, удалить семена. Мякоть измельчить. Корень имбиря очистить и натереть на мелкой терке. Чеснок очистить и мелко изрубить. В большую миску налить 120 мл растительного масла, добавить острый перец, имбирь, чеснок, кумин и кориандр. Выложить в миску с маринадом креветки, перемешать и оставить на 1 час при комнатной температуре. 4. Лук очистить и мелко нарезать. Разогреть в мультиварке на режиме «Жарка» оставшееся растительное масло, обжарить в нем лук, добавить горчичное семя, куркуму и порошок карри. 5. Выложить креветки, влить кокосовое молоко. Закрывать крышку и готовить в режиме «Варка на пару» 25 мин. Подавать горячими. |
|---|--|



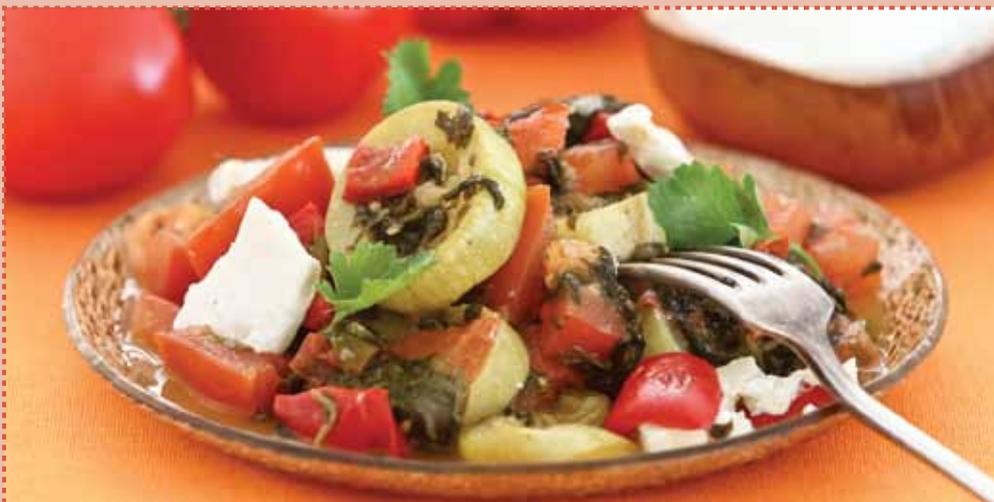
Картофельно-луковая запеканка

4 порции
1 час 10 мин.
Режим: «Запекание»

Ингредиенты: Приготовление:

- | | |
|---|--|
| <p>150 мл сливок 33 %
150 мл молока
1 зубчик чеснока
1 лавровый лист
1 ст. л. сливочного масла
800 г картофеля
2 луковицы
175 г ветчины
100 г чеддера
соль и перец по вкусу</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить мультиварку и ингредиенты. 2. Картофель и лук очистить и нарезать тонкими кружками. Чеснок очистить и измельчить. Ветчину нарезать тонкими полосками. 3. Мультиварку смазать сливочным маслом. Выложить слоями картофель, лук и ветчину. Влить молоко и сливки, добавить чеснок, лавровый лист. 4. Слегка посолить, поперчить. Сверху присыпать тертым сыром. Готовить в режиме «Запекание» 1 час. |
|---|--|





Кабачки по-гречески

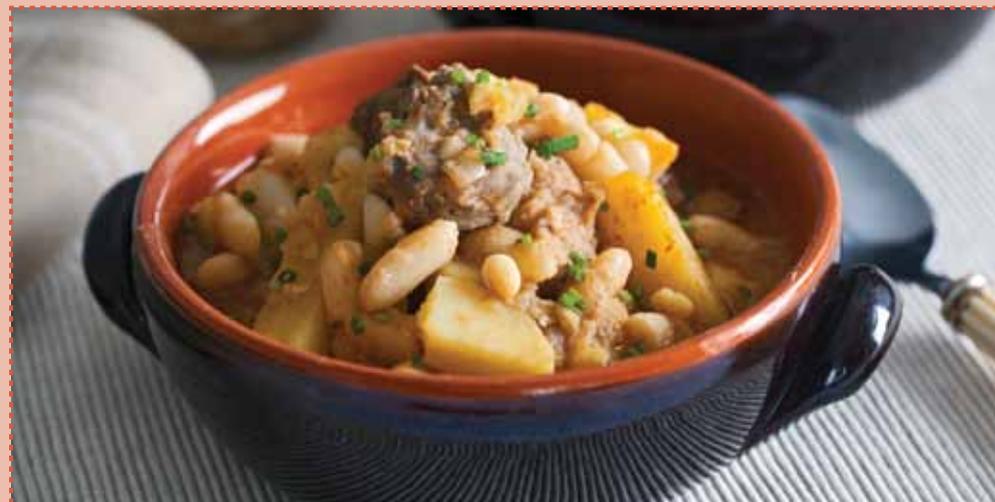
4 порции
35 мин.
Режим: «Жарка»

Ингредиенты:

2 кабачка
2 ст. л. муки
1 ст. л. растительного масла
200 г свежемороженого шпината
1 пучок зеленого лука
1 сладкий перец
1 помидор
50 г сыра фета
1 ч. л. сахара
2 ст. л. растительного масла
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Шпинат разморозить и хорошо отжать. Лук, перец и помидор вымыть и обсушить. Нарезать овощи небольшими кусочками. Разогреть в мультиварке на режиме «Жарка» растительное масло, обжарить в нем перец и лук. Добавить шпинат, помидор и сахар, посолить по вкусу.
3. Кабачки вымыть и нарезать кружками. Обвалять в муке и добавить к овощам, перемешать.
4. Закрыть крышку и готовить в режиме «Жарка» 15 мин. Украсить фетой. Блюдо можно подавать как горячим, так и холодным.



Чолнт

6–8 порций
2 часа 10 мин.
Режимы: «Жарка», «Мультиповар», «Подогрев»

Ингредиенты:

500 г говядины
500 г картофеля
200 г белой фасоли
200 г нута
2 луковицы
40 г сахара
30 г молотой паприки
50 мл растительного масла
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Залить холодной водой фасоль и нут. Оставить на 4 часа, после чего воду слить, фасоль и нут промыть и отбросить на дуршлаг. Мясо нарезать кубиками со стороной 2 см, лук — мелко, картофель — брусками.
3. Налить растительное масло в чашу мультиварки, установить режим «Жарка», положить лук и мясо и обжарить, помешивая, до золотистого цвета, 10 мин. Вынуть мясо.
4. Уложить в мультиварку слой фасоли и нута, затем положить мясо, последним слоем — картофель. Приправить паприкой, подсолить, добавить сахар. Влить 1,5 л горячей воды, закрыть крышку мультиварки. Готовить в режиме «Мультиповар» 1,5 часа при температуре 120°C. Установить режим «Подогрев» и продолжать готовить еще 30 мин.





Бефстроганов с шампиньонами

4–6 порций
1 час 10 мин.
Режимы: «Жарка», «Мультиповар»

Ингредиенты:

600 г телятины
2 луковицы
100 мл сметаны
100 мл сливок
200 г шампиньонов
50 мл оливкового масла
20 г пшеничной муки
соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мясо вымыть холодной водой, обсушить бумажными полотенцами и нарезать ломтями толщиной 1 см. Отбить кухонным молотком. Отбитые куски мяса нарезать поперек волокон на полоски толщиной 1,5 см. Обвалить в муке, стряхнуть излишки.
3. Налить оливковое масло в чашу мультиварки. Установить режим «Жарка» и обжарить лук до прозрачности. Добавить нарезанные ломтиками грибы, готовить 10 мин.
4. Положить в чашу мультиварки подготовленное мясо, перемешать, продолжать готовить в режиме «Жарка» еще 10 мин.
5. Влить в мультиварку сливки, добавить сметану. Закрыть крышку, установить режим «Мультиповар» и готовить бефстроганов 30 мин. при температуре 120°C. Подавать блюдо с картофельным пюре или овощным салатом.



Буженина

8–10 порций
3 часа
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

1 кг свиного окорока
20 г молотой паприки
15 г крупной соли
3 лавровых листа
5 г сушеного тимьяна
10 г сушеного измельченного чеснока
2–3 зубчика чеснока
2 лавровых листа
3 ст. л. оливкового масла

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мясо вымыть прохладной водой и обсушить бумажными полотенцами. Соединить в небольшой миске соль, паприку, чеснок, тимьян и оливковое масло и перемешать. Полученной смесью натереть мясо со всех сторон.
3. На пергамент положить лавровый лист и нарезанный пластинками чеснок, сверху выложить мясо, затем опять лавровый лист и чеснок. Плотно завернуть края пергамента.
4. Поместить конверт в чашу мультиварки. Установить режим «Мультиповар», время 2 часа, температуру 120°C. Через 2 часа открыть мультиварку, развернуть пергамент, чтобы мясо зарумянилось. Установить режим «Мультиповар» и готовить 30 мин. при температуре 140°C.
5. Оставить буженину в мультиварке при открытой крышке еще на 30 мин, после чего вынуть мясо, освободить от пергамента и остудить. Подавать тонкими ломтиками, в качестве холодной закуски.





Венгерский перкельт из говядины

6 порций
2 часа
Режим: «Мультипovar»

Ингредиенты: Приготовление:

- | | |
|---|--|
| <p>1 кг филе говядины
400 г репчатого лука
3 зубчика чеснока
10 г молотой паприки
1 стручок зеленого сладкого перца
4 помидора
50 г шпика
соль
несколько веточек петрушки</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить мультиварку и ингредиенты. 2. Лук и чеснок очистить и нарезать кубиками. Положить нарезанный небольшими кубиками шпик в чашу мультиварки, установить режим «Мультипovar» на 25 мин. при температуре 160°C. Через 10 мин. добавить лук. А через 5 — паприку, быстро перемешать, чтобы лук окрасился в ярко-оранжевый цвет. 3. Мясо вымыть, обсушить и нарезать кубиками со стороной 1,5–2 см. Положить мясо в мультиварку к луку, подсолить, перемешать и готовить в режиме «Мультипovar» 10 мин. при температуре 150°C. Затем влить 300 мл горячей воды, установить режим «Мультипovar» на 60 мин. при температуре 120°C. 4. Разрезать стручок перца вдоль пополам, удалить семена. Половинки нарезать небольшими квадратами. На помидорах сделать крестообразный надрез, положить на 1 минуту в кипяток, обдать ледяной водой и снять кожицу. Нарезать помидоры кубиками. 5. Открыть мультиварку и добавить подготовленные овощи. Закрыть и продолжить готовить в режиме «Мультипovar» еще 20 мин. при той же температуре. Перед подачей добавить в готовое блюдо мелко нарезанную петрушку. |
|---|--|



Голубцы с индейкой, охотничьими колбасками и миндалем

8 порций
55 мин.
Режимы: «На пару», «Жарка», «Мультипovar»

Ингредиенты: Приготовление:

- | | |
|--|---|
| <p>8 крупных верхних листьев савойской капусты
300 г филе индейки
2 охотничьи колбаски
2 ломтика бекона
2 ст. л. оливкового масла
1 луковица
2 зубчика чеснока
50 г миндаля
250 мл сухого белого вина
250 мл куриного бульона
щепотка молотого мускатного ореха
соль, перец по вкусу</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить мультиварку и ингредиенты. 2. Листья капусты вымыть и положить в форму для приготовления на пару. В чашу мультиварки налить воды до первого деления, включить режим «На пару» и готовить 10 мин. Вынуть и отбить кухонным молотком утолщенные стебли. Филе индейки вымыть, обсушить и порубить ножом. Охотничьи колбаски нарезать кружками. 3. Налить оливковое масло в чашу мультиварки, установить режим «Жарка». Положить мелко нарезанные лук и чеснок и нарезанный узкими полосками бекон. Готовить 10 мин, помешивая. Переложить в миску. 4. Добавить мясо индейки, колбаски, миндаль, посолить, приправить перцем и мускатным орехом, перемешать. Положить лист капусты на рабочую поверхность, на его середину выложить начинку и свернуть лист конвертом. Подготовленные голубцы сложить в мультиварку. 5. Влить вино и бульон, закрыть крышку, установить режим «Мультипovar», готовить 25 мин. при температуре 120°C. Готовые голубцы подавать с овощным салатом и рассыпчатым рисом. |
|--|---|





Курица по-индийски

6 порций
1 час 30 мин.
Режим: «Мультипovar»

Ингредиенты:

1 кг куриных грудок
50 г топленого масла
1 луковица
3 стебля лимонного сорго
1 маленький красный перец чили
4 зубчика чеснока
2 см свежего имбиря
5 г молотой куркумы
5 г молотого кардамона
5 г молотой корицы
5 г молотого тмина
5 г семян кориандра
3 г молотого черного перца
10 г соли
200 мл куриного бульона
5 г кукурузного крахмала
несколько веточек кинзы

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мелко нарезать лук и чеснок. Перец чили разрезать вдоль пополам, удалить семена и нарезать тонкими ломтиками. В чашу мультиварки положить топленое масло, добавить лук, чеснок, перец чили, разрезанные вдоль пополам стебли лимонного сорго и смесь пряностей. Установить режим «Мультипovar» на 10 мин, при температуре 140°C. Готовить, помешивая, пока лук не станет прозрачным.
3. Куриные грудки вымыть, обсушить бумажными полотенцами, разрезать на ломтики. Положить их в мультиварку, подсолить, приправить черным перцем, перемешать. Готовить в режиме «Мультипovar» 15 мин. при температуре 140°C.
4. Приготовить бульон из кубика. Влить в чашу мультиварки горячий куриный бульон, установить режим «Мультипovar» на 45 мин. при температуре 120°C. Открыть крышку, влить разведенный в небольшом количестве прохладной питьевой воды крахмал, перемешать. Закрывать крышку и готовить еще 10 мин. при таком же режиме.



Курица с тыквой и шампиньонами

4 порции
1 час 15 мин.
Режимы: «Жарка», «Мультипovar»

Ингредиенты:

2 куриные грудки
200 г очищенной тыквы
200 г шампиньонов
1 штука лука-порея
2 зубчика чеснока
200 мл жирных сливок
50 г оливкового масла
соль и перец по вкусу
несколько веточек петрушки

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Вымыть куриные грудки и обсушить бумажными полотенцами. Нарезать поперек ломтиками толщиной 1,5 см. Тыкву нарезать кубиками, грибы — пластинками. Лук-порей (белую часть) нарезать кольцами, чеснок мелко порубить.
3. Оливковое масло налить в чашу мультиварки, установить режим «Жарка». В разогретое масло положить кусочки курицы и обжарить каждый с двух сторон до золотистого цвета. Вынуть курицу, добавить 1 ст. л. масла и обжарить, часто помешивая, лук и чеснок. Добавить в мультиварку тыкву и грибы и готовить еще 15 минут.
4. Положить курицу к овощам, посолить, приправить перцем и влить сливки. Установить режим «Мультипovar» и готовить в течение 40 мин. при температуре 120°C. Готовое блюдо украсить петрушкой.





Оссобуко

2 порции
2 часа 25 мин.
Режимы: «Жарка», «Суп», «Запекание»

Ингредиенты:

2 куска говяжьей голяшки с мозговой костью
1 морковь
1 луковица
2 черешка сельдерея
2 зубчика чеснока
200 г томатов в собственном соку
150 мл белого сухого вина
1 кубик куриного бульона
30 г пшеничной муки
60 г сливочного масла
50 г оливкового масла
соль и перец по вкусу.

Для гремолаты:
цедра 1 лимона
небольшой пучок петрушки
1 зубчик чеснока

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мясо вымыть, обсушить бумажными полотенцами и обвалять в муке. Лук, морковь и сельдерея нарезать кубиками. Чеснок мелко порубить.
3. Установить в мультиварке режим «Жарка», положить сливочное масло и разогреть 5 мин. Обжарить куски мяса с двух сторон по 10 мин. с каждой стороны. Сначала следует жарить мясо со стороны с большим диаметром кости. Переложить мясо на тарелку.
4. Долить в мультиварку оливковое масло и положить лук, морковь и сельдерея. Готовить в режиме «Жарка», помешивая, 10 мин. Приготовить бульон. Вернуть в мультиварку мясо, добавить чеснок и томатное пюре, влить бульон и вино, посолить, приправить перцем. Готовить в режиме «Суп» 1,5 часа. Установить режим «Запекание» и готовить еще 20 мин.
5. Приготовить гремолату. Для этого соединить лимонную цедру, мелко нарезанные листочки петрушки и пропущенный через пресс чеснок. Оссобуко выложить на подогретые тарелки, приправить гремолатой. Подавать с ризотто или полентой.



Польский бизос

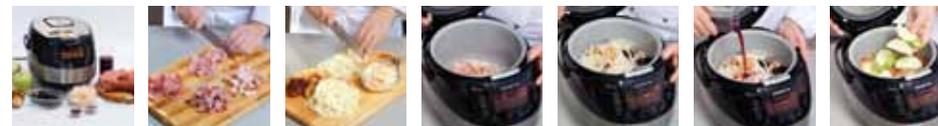
8–10 порций
1 час 55 мин.
Режимы: «Жарка», «Тушение»

Ингредиенты:

500 г свинины
200 г копченой грудинки
300 г филе индейки
200 г сырокопченой колбасы
500 г белокочанной капусты
400 г квашеной капусты
1 кислое яблоко
2 луковицы
3–4 белых гриба
50 г чернослива
10 г тмина
10 г можжевельных ягод
1 лавровый лист
8 горошин черного перца
100 мл красного сухого вина
30 мл растительного масла

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Тонко нашинковать свежую капусту, квашеную капусту отжать и порубить. Свинину нарезать кубиками, курицу и грибы — небольшими кусочками. Грудинку и колбасу мелко нарезать, лук нарезать полукольцами. Яблоко очистить, удалить семена и нарезать дольками.
3. Налить в чашу мультиварки растительное масло, положить грудинку и лук, установить режим «Жарка» и готовить, помешивая, 10 мин. Добавить свинину и курицу, готовить еще 15 мин.
4. Установить режим «Тушение». Добавить к мясу чернослив, оба вида капусты, яблоко, грибы, нарезанную колбасу. Раздавить ягоды можжевельника и перец, добавить к остальным продуктам, приправить тмином и посолить. Влить вино и горячую воду так, чтобы жидкость покрыла остальные ингредиенты. Готовить 1,5 часа. Яблоки и лавровый лист добавить за 20 мин. до готовности.





Рулетики из индейки с черносливом

4 порции
50 мин.
Режимы: «Жарка», «Тушение»

Ингредиенты:

2 антрекота из индейки (каждый примерно 150 г)
100 г чернослива
100 г моцареллы
несколько веточек зеленого базилика
2 зубчика чеснока
30 г сливочного масла
50 мл оливкового масла
1 яйцо
50 г муки
100 мл сливок
соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Антрекоты вымыть, обсушить, положить на доску, накрыть пищевой пленкой и отбить кухонным молотком. Подсолить и приправить перцем. Чернослив нарезать полосками, моцареллу — кружками, чеснок и базилик измельчить.
3. На середину каждого антрекота положить начинку из чернослива, чеснока и базилика. Сверху положить кружок моцареллы и свернуть рулеты. Взбить яйцо, обмакнуть в него рулеты и обвалять в муке.
4. В мультиварке в режиме «Жарка» разогреть оливковое масло, добавить сливочное и обжарить рулеты со всех сторон, примерно 10 мин. Влить сливки, установить режим «Тушение», закрыть мультиварку и готовить рулеты 35–40 мин.



Фриттата

4 порции
40 мин.
Режим: «Жарка»

Ингредиенты:

4 яйца
1 сваренная в мундире картофелина
1 стручок красного сладкого перца
1 небольшой кабачок
1 луковичка шалота
несколько веточек укропа и петрушки
50 г оливкового масла
соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Очистить картофелину и нарезать кружками. Перец разрезать вдоль пополам, удалить семена, половинки нарезать соломкой. Лук нарезать кружками. Кабачок нарезать половинками кружков.
3. Налить в мультиварку оливковое масло. Установить режим «Жарка» и обжарить лук и перец в течение 5 мин. Добавить картофель и кабачок и готовить 20 мин., аккуратно перемешивая.
4. Яйца взбить с солью и перцем и залить овощи. Закрыть крышку мультиварки и готовить 10 мин. Вынуть фриттату на большую тарелку, разрезать на четыре порции. Посыпать мелко нарезанной зеленью.





Шакшука

2 порции
30 мин.
Режим: «Жарка»

Ингредиенты:

2 яйца
1 луковица
1 зубчик чеснока.
2 стручка красного сладкого перца
1 стручок перца чили
200 г консервированных томатов
несколько веточек петрушки
несколько веточек мяты
5 г зиры
5 г куркумы
40 мл оливкового масла
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Разрезать на половинки сладкий перец и чили, удалить семена. Мякоть нарезать кубиками. Лук и чеснок мелко нарезать.
3. Налить оливковое масло в чашу мультиварки, включить режим «Жарка». Положить куркуму и зиру, прогреть. Добавить лук и перец. Готовить 10 мин., помешивая. Добавить консервированные томаты и мелко нарезанную петрушку и готовить еще 10 мин.
4. Аккуратно, стараясь не повредить желтки, разбить яйца и вылить их в подготовленные овощи. Посолить и готовить еще 5 мин. Перед подачей посыпать листочками мяты.



Запеканка из курицы и брокколи

6 порций
1 час 20 мин.
Режимы: «Пар», «Мультипвар»

Ингредиенты:

800 г куриного фарша
1 яйцо
50 г жирных сливок
20 г горчицы
30 г панировочных сухарей
200 г брынзы
300 г брокколи
50 г сливочного масла
соль, перец по вкусу

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Разобрать брокколи на соцветия и готовить в мультиварке в режиме «Пар» в течение 7 мин.
3. Смешать куриный фарш с половиной панировочных сухарей, раскрошенной брынзой, сливками, горчицей, приправить перцем и подсолить.
4. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и посыпать панировочными сухарями. Выложить половину фарша, разложить брокколи, выложить оставшийся фарш. Разровнять поверхность, разложить кусочки сливочного масла и установить режим «Мультипвар». Готовить 40 мин. при температуре 140°C. Оставить запеканку в мультиварке на 30 мин., после чего аккуратно переложить на блюдо.





Картофель «Дофине»

4 порции
45 мин.
Режим: «Мультипovar»

Ингредиенты:

800 г картофеля
1 яйцо
250 мл сливок
50 г сливочного масла
150 г сыра
щепотка молотого мускатного ореха
соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Картофель очистить и нарезать тонкими ломтиками. Взбить яйцо с солью, перцем и мускатным орехом. Сыр натереть.
3. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом. Положить картофель, влить смесь яиц и сливок, посыпать тертым сыром. Аккуратно перемешать.
4. Установить режим «Мультипovar» на 30 мин. при температуре 140°C. Картофель подавать горячим в качестве самостоятельного блюда с овощным салатом.



Фаршированные перцы

4 порции
1 час
Режимы: «Крупа», «Жарка», «Мультипovar»

Ингредиенты:

8 красных сладких перцев
400 г фарша из говядины
100 г риса
1 луковица
несколько веточек петрушки
200 г сметаны
200 г томатного пюре
соль и перец по вкусу
30 мл оливкового масла

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Рис всыпать в чашу мультиварки, залить 1 стаканом воды и готовить в режиме «Крупа».
3. Налить оливковое масло в мультиварку. Установить режим «Жарка». В разогретое масло положить мелко нарезанный лук и потушить до прозрачности в течение 10 мин.
4. Соединить в миске лук, фарш, рис и мелко нарезанную петрушку. Посолить, приправить перцем. Срезать у перцев верхушки, удалить семена и перегородки. Наполнить фаршем и положить в мультиварку.
5. Установить режим «Мультипovar», температуру 120°C, 35 мин. Добавить к перцам сметану и томатное пюре, слегка подсолить. Продолжить готовить еще 25 мин. в том же режиме. Перед подачей полить соусом.





Холодец

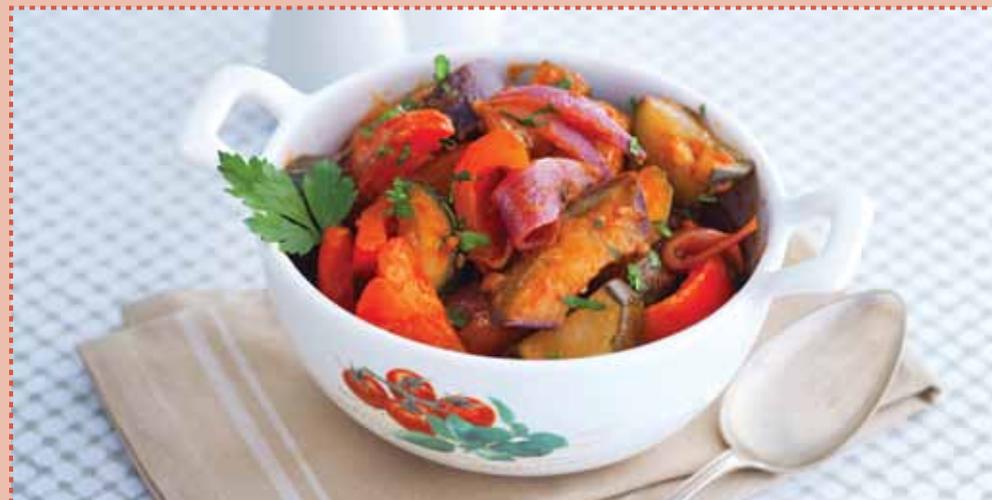
10 порций
4 часа 30 мин. + 4–6 часов
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

1 свиная ножка
2 куриных окорочка
1 говяжья рулька
300 г свинины
1 луковица
2 моркови
1 корень петрушки
1 лавровый лист
5–6 горошин черного перца
2 зубчика чеснока

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мясо разрубить на несколько частей, тщательно вымыть. Положить в мультиварку, долить питьевой холодной воды до максимальной отметки, установить режим «Мультиповар», температуру 120°C, время — 30 мин. Открыть крышку и снять пену. Продолжать готовить еще 2 часа при таком же режиме.
3. Добавить в мультиварку морковь, лук, корень петрушки, перец и лавровый лист и готовить еще 2 часа при таком же режиме. По окончании варки вынуть мясо и овощи, бульон процедить.
4. Отделить мясо от костей и нарезать небольшими кусочками. Добавить измельченный чеснок и разложить по лоткам. Влить бульон и охладить до комнатной температуры. Накрывать пищевой пленкой и убрать в холодильник на 4–6 часов. Перед подачей вынуть холодец на тарелку, нарезать на порционные куски. Отдельно подать хрен.



Рататуй

4 порции
25 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

3 ст. л. оливкового масла
2 зубчика чеснока
1 красная луковица
1 баклажан
1 цукини
1 красный сладкий перец
4 крупных помидора
2 ст. л. томатной пасты
150 мл красного сухого вина
соль, перец по вкусу

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Чеснок и лук очистить. Чеснок нарубить, лук нарезать на 8 частей. Все овощи вымыть. Баклажан и цукини нарезать полукружьями толщиной 1,5 см. Перцы разрезать пополам, удалить сердцевину. Мякоть нарезать крупными кусками. Помидоры разрезать на 4 части, удалить семена. Мякоть измельчить.
3. Поместить все овощи в мультиварку, влить оливковое масло и красное вино.
4. Добавить томатную пасту, перемешать, поперчить и посолить по вкусу. Установить режим «Мультиповар» на 25 мин., температура 160°C.





Кенигсбергские клопсы

6 порций
1 час 10 мин.
Режимы: «Жарка», «Подогрев»

Ингредиенты:

600 г фарша из свинины и говядины
2 луковицы
3 филе анчоуса
50 г каперсов
1 яйцо
2 ломтика белого хлеба
2–3 ст. л. молока
50 г сливочного масла
200 мл мясного или овощного бульона
небольшой пучок петрушки
120 мл сливок
цедра лимона
1 лавровый лист
10 г молотой паприки
щепотка молотого мускатного ореха
2–3 горошины душистого перца

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Белый хлеб замочить в молоке и размять. Лук нарезать небольшими кубиками. В чашу мультиварки положить сливочное масло, установить режим «Жарка». Растопить масло, добавить лук и готовить, помешивая, до прозрачности — примерно 10–12 мин.
3. Анчоусы размять вилкой. Соединить в миске фарш, анчоусы, размоченный хлеб, лук, мелко нарезанную петрушку. Подсолить, добавить паприку и мускатный орех, перемешать. Влажными руками сформировать фрикадельки размером с мяч для пинг-понга и положить их на тарелку. Накрыть пленкой и убрать в холодильник на 20 мин.
4. В чашу мультиварки налить бульон, добавить лавровый лист, цедру лимона, душистый перец и каперсы. Влить сливки, довести бульон до кипения. Аккуратно положить в кипящий бульон фрикадельки, накрыть крышкой, установить режим «Подогрев» на 30 мин. К клопсам подать отваренный на пару картофель.



Карп, тушеный в пиве

4 порции
1 час + 55 мин.
Режимы: «Жарка», «Тушение»

Ингредиенты:

1 карп весом 1–1,2 кг
1 лимон
200 мл светлого пива
1 кислое яблоко
2 зубчика чеснока
несколько веточек эстрагона
50 мл оливкового масла
50 г сливочного масла
2 бутона гвоздики
2 горошины душистого перца
соль и молотый черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Карпа очистить от чешуи, выпотрошить, удалить голову и жабры. Вымыть холодной водой, обсушить бумажными полотенцами и нарезать кусками толщиной 2–2,5 см.
3. Выжать сок из лимона, натереть 0,5 ч. л. цедры. Положить карпа в миску, полить лимонным соком, подсолить, приправить черным перцем, добавить листочки эстрагона и измельченный чеснок, полить оливковым маслом. Перевернуть куски рыбы несколько раз, чтобы маринад распределился равномерно, накрыть пищевой пленкой и оставить на 1 час.
4. В чашу мультиварки положить сливочное масло, влить пиво, добавить душистый перец и гвоздику. Прогреть в режиме «Жарка» 5–10 мин. Опустить в мультиварку куски рыбы и нарезанное кубиками яблоко, добавить маринад и готовить в режиме «Тушение» 45 мин. Готовое блюдо подавать с картофельным пюре и овощным салатом.





Зразы из телятины с грибами и сыром

6 порций
1 час
Режимы: «Жарка», «Тушение»

Ингредиенты: Приготовление:

800 г фарша из телятины
1 яйцо
1 луковица
2 зубчика чеснока
200 г шампиньонов
2 веточки петрушки
100 г сыра
100 г панировочных сухарей
150 мл сливок
30 г сливочного масла
50 г оливкового масла
соль, перец по вкусу

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Мелко нарезать лук и потушить на сливочном масле в режиме «Жарка» в течение 10 мин. Соединить фарш, яйцо и лук, подсолить, приправить черным перцем и перемешать.
3. Мелко нарезать грибы. Чеснок и листочки петрушки порубить. Грибы обжарить на оливковом масле в режиме «Жарка» в течение 15 мин. Переложить в миску, подсолить, добавить тертый сыр, чеснок и петрушку. Перемешать и слегка охладить.
4. Сформировать из фарша лепешки, выложить на середину каждой по 1–2 ст. л. начинки и соединить края. Придать зразам овальную форму и обвалить в панировочных сухарях. Добавить в чашу мультиварки оливковое масло и обжарить зразы с двух сторон в режиме «Жарка» до золотистого цвета. Влить сливки, установить режим «Тушение» и готовить 30 мин. Подавать с гречневой кашей или картофельным пюре.



Ирландское рагу

6 порций
2 часа 20 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты: Приготовление:

600 г баранины
6 картофелин
1 морковь
3 черешка сельдерея
белая часть лука-порея
4 зубчика чеснока
ветка розмарина
5–6 горошин черного перца
500 мл темного пива
растительное масло для жарки
соль по вкусу

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Картофель нарезать крупными кубиками, морковь — кружками, лук-порей — кольцами, сельдерей — небольшими кусочками. Чеснок мелко порубить. Мясо вымыть, обсушить и нарезать кубиками.
3. Налить в мультиварку растительное масло, установить режим «Мультиповар». Обжарить лук и мясо в течение 10 мин. при температуре 160°C.
4. Добавить в мультиварку овощи, розмарин, раздавленный перец, подсолить и влить пиво. Установить режим «Мультиповар» на 2 часа при температуре 120°C.





Фрикасе из креветок

4 порции
30 мин.
Режим: «Запекание»

Ингредиенты:

500 г тигровых свежемороженых креветок
250 г стручковой фасоли
50 г сухих грибов
1 ст. л. сл. масла
100 г сметаны
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Грибы отварить в 0,5 л кипящей воды, 3 мин., отбросить на дуршлаг, сохранив отвар, и нарезать небольшими кусочками.
3. Грибной отвар влить в мультиварку, добавить сметану, креветки, фасоль и грибы. Посолить и поперчить по вкусу. Перемешать. Выбрать режим «Запекание» на 30 мин.



Индейка с шампиньонами в сливочном соусе

4 порции
1 час
Режимы: «Жарка»,
«Тушение»

Ингредиенты:

400 г филе индейки
200 г мелких шампиньонов
сок половины лимона
2 зубчика чеснока
2 луковицы шалота
250 мл жирных сливок
100 г тертого сыра
50 мл оливкового масла
5 г сушеного тимьяна
соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Индейку вымыть, обсушить и нарезать ломтиками толщиной 1 см. Полить лимонным соком. Шампиньоны разрезать на половинки. Лук нарезать кольцами, чеснок мелко порубить.
3. В чашу мультиварки влить оливковое масло. Установить режим «Жарка» и обжарить индейку до золотистого цвета, примерно 15 мин. Добавить грибы, лук и чеснок, подсолить, приправить перцем и тимьяном. Готовить еще 10 мин.
4. Влить сливки, установить режим «Тушение» и готовить 25 мин. Открыть мультиварку, посыпать блюдо сыром, снова закрыть и готовить еще 10 мин. Подавать с рисом.





Чахохбили из курицы

6 порций
1 час 30 мин.
Режим: «Тушение»

Ингредиенты:

курица весом 1,2–1,5 кг
4 луковицы
4 помидора
1 острый красный перец
3–4 зубчика чеснока
1 пучок кинзы
1 пучок базилика
1 ст. л. хмели-сунели
1 ст. л. сливочного масла
0,5 стакана красного полусладкого вина
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Курицу вымыть, обсушить и разрезать на небольшие, одинаковые по размеру кусочки. Помидоры вымыть, ошпарить кипятком, надрезать ножом и снять с них кожицу. Мякоть нарезать небольшими кубиками. Лук очистить и нарезать тонкими полукольцами. Зелень вымыть, обсушить бумажными салфетками и мелко нарезать. Чеснок очистить и мелко нашинковать или истолочь. Перец вымыть, обсушить, удалить плодоножку и семена. Мелко нарезать.
3. Поместить в мультиварку все подготовленные ингредиенты, приправить хмели-сунели и солью. Добавить сливочное масло и влить вино. Выбрать режим «Тушение» на 90 мин. Подавать очень горячим. В качестве гарнира можно приготовить отварной рис или картофель.



Говядина в пиве по-фламандски

6 порций
2 часа 10 мин.
Режимы: «Жарка», «Тушение»

Ингредиенты:

1,5 кг бескостной говядины
250 г бекона
4 средние луковицы
2 зубчика чеснока
3 ст. л. муки
1 стакан воды
2 бутылки светлого или темного пива
1 лавровый лист
2 ст. л. сахара
0,5 ч. л. сухого тимьяна
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Бекон нарезать небольшими кусочками. Лук очистить и нарезать тонкими кольцами. Чеснок очистить и нашинковать. Муку обжарить в режиме «Жарка» 10 мин., затем влить пиво и воду и хорошо размешать.
3. Затем положить говядину, бекон, лук и чеснок. Добавить лавровый лист, соль, перец, сахар и тимьян. Выбрать режим «Тушение» на 120 мин. На гарнир можно подать жареный картофель и зеленый горошек.





Узбекский плов

10 порций
1,5 часа
Режимы: «Крупа», «Подогрев»

Ингредиенты:

1 кг баранины
1 кг длиннозерного риса
1 кг моркови
4 небольшие луковичы
2 головки чеснока
2 небольших сухих острых перчика
1 ст. л. сушеного барбариса
1 ч. л. семян кориандра
1 ст. л. зиры
1,5 ч. л. соли
1,5 л воды

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Рис тщательно промыть в нескольких водах. Последняя вода после промывки должна остаться совершенно прозрачной. Баранину вымыть и нарезать кубиками. Лук и морковь очистить и нарезать кубиками. Лук и морковь очистить. Лук нарезать тонкими полукольцами, морковь — длинными брусками толщиной 1 см. Чеснок очистить от верхней шелухи, но не разделять на зубчики.
3. Поместить в мультиварку сначала лук и морковь, затем баранину. Сверху всыпать рис. В центр поместить головки чеснока. Добавить острые перчики, барбарис, кориандр, зиру и соль.
4. Влить в мультиварку воду так, чтобы она закрыла рис на 2 см. Выбрать режим «Крупа». По окончании включить режим «Подогрев» на 5–7 мин.



Капустная солянка

4 порции
1 час 10 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

1 кочан белокочанной капусты
1 небольшая свекла
250 г свиных сарделек
250 г копченой грудинки
1 ст. л. растительного масла
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Свеклу очистить и натереть на крупной терке. Капусту вымыть, тонко нашинковать. Сардельки нарезать кружками, грудинку — кусочками.
3. В чаше мультиварки разогреть масло и обжарить грудинку в режиме «Мультиповар» при температуре 160°C, 3 мин. Добавить сардельки и жарить еще 3 мин.
4. Положить капусту и свеклу, слегка приправить солью, перемешать, закрыть крышку и готовить в режиме «Мультиповар» 1 час при температуре 110°C.





Картофель по-болгарски

10 порций
1 час 20 мин.
Режимы: «Мультиповар», «Подогрев»

Ингредиенты:

6 крупных картофелин
500 г творога
100 г сливочного масла
2 больших яйца
250 мл натурального йогурта
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Взбить творог со сливочным маслом, солью и перцем в однородную массу. Картофель очистить, и нарезать очень тонкими кружками.
3. В смазанную маслом чашу мультиварки выложить треть кружков картофеля, сверху распределить треть творожной массы. Уложить еще два слоя картофеля, перемежая их творогом. Готовить в режиме «Мультиповар» 1 час при температуре 110°C.
4. Взбить яйца с йогуртом, солью и перцем. Полить получившейся смесью картофель и готовить в режиме «Подогрев» 20 мин.



Кролик по-средиземноморски

6–8 порций
1 час 30 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

1 кролик
5 ст. л. муки
4 ст. л. растительного масла
4 картофелины
2 луковицы
4 моркови
1 стакан белого сухого вина
0,5 стакана сливок
2 зубчика чеснока
4–6 лавровых листа
8 горошин черного перца
4 горошины душистого перца
щепотка сухого розмарина
щепотка тмина
1 пучок петрушки
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Муку просеять вместе с 1 ч. л. соли. Кролика тщательно промыть, обсушить и разрезать на 6–8 порционных кусков. Обвалять каждый кусок в муке. Включить режим «Мультиповар», установить температуру 160°C, разогреть 2 ст. л. растительного масла и обжарить куски кролика по 4 мин. с каждой стороны.
3. Влить вино. Добавить лавровый лист, черный и душистый перец, розмарин и тмин. Готовить в режиме «Мультиповар» 1 час при температуре 110°C при закрытой крышке.
4. Картофель, морковь и лук очистить, крупно нарезать. Влить в чашу мультиварки сливки, добавить овощи, вновь закрыть крышку и готовить в режиме «Мультиповар» 25 мин. при температуре 140°C. Зелень добавить по готовности.





Рыбные зразы с зеленым горошком

4 порции
10 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

700 г филе судака
1 яйцо
200 г белого хлеба без корочки
1 стакан молока
2 луковицы
400 г консервированного зеленого горошка
1 желток
1 стакан свежих хлебных крошек
растительное масло для обжаривания
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Лук очистить, мелко нарезать. Хлеб размочить в молоке и отжать. Филе судака, половину лука и хлеб пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, соль, перец, тщательно перемешать.
3. Приготовить начинку: зеленый горошек и лук измельчить в блендере до состояния пюре. Добавить желток, перемешать.
4. Из рыбного фарша слепить лепешки. Положить в середину каждой по 1 ст. л. начинки. Сформовать котлеты, обвалять их в хлебных крошках и обжарить в режиме «Мультиповар» в разогретом масле по 4 мин. с каждой стороны при температуре 160°C.



Свинина по-нормандски

8 порций
1 час 35 мин.
Режимы: «Мультиповар», «Подогрев»

Ингредиенты:

1 кг бескостной свинины
2 луковицы
2 моркови
1 лук-порей
500 мл яблочного сока
2 лавровых листа
1 ст. л. горчицы
1 ст. л. крахмала
200 г сметаны
2 яблока
4 ст. л. растительного масла
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Свинину вымыть и нарезать кусками средней величины. Лук, морковь и очистить. Лук нарезать кубиками, морковь и тонкими кружками. Белую часть порея вымыть и нарезать кусочками 3 см шириной. Яблоки разрезать на 6 частей, удалив сердцевину.
3. Разогреть в чаше мультиварки растительное масло, выбрать режим «Мультиповар», установить температуру 160°C и обжарить свинину до коричневого цвета, по 3 мин. с каждой стороны. Переложить шумовкой на блюдо.
4. В этом же масле обжарить репчатый лук и порей, 4 мин. Добавить морковь и лавровые листья, влить яблочный сок. Положить свинину, закрыть крышку и тушить в режиме «Мультиповар» 1 час при температуре 110°C.
5. Смешать сметану с горчицей и крахмалом, влить смесь в чашу мультиварки. Посолить, перемешать. Добавить нарезанные яблоки и готовить в режиме «Мультиповар» 20 мин.





Фрикадельки по-шведски

6 порций
40 мин.
Режимы: «Мультиповар», «Подогрев»

Ингредиенты: Приготовление:

- | | |
|---|---|
| <p>800 г говяжьего фарша
1 яйцо
1 луковица
2 куса черствого белого хлеба
2 ст. л. муки
400 мл куриного бульона
4 ст. л. сливок жирностью 33 %
2,5 ст. л. сливочного масла
2 ч. л. растительного масла
1 ст. л. нарезанного укропа
щепотка молотого душистого перца
соль, черный молотый перец</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить мультиварку и ингредиенты. 2. Лук очистить, мелко нарубить. Включить режим «Мультиповар» на 160°C. Разогреть 0,5 ст. л. сливочного масла и обжарить лук, часто помешивая, 4 мин. Переложить в большую миску. 3. Раскрошить хлеб в мелкую крошку, пересыпать к луку. Добавить фарш, яйцо, черный и душистый перец, соль. Тщательно перемешать и сформовать фрикадельки диаметром 4 см. 4. Растопить в чаше мультиварки 1 ст. л. сливочного и все растительное масло. Обжарить фрикадельки в режиме «Мультиповар» при температуре 160°C, переворачивая, 5 мин. Переложить на тарелку. 5. В чаше мультиварки растопить оставшееся масло, добавить муку и жарить, постоянно помешивая, 1 мин. Постепенно влить бульон и сливки. Готовить в том же режиме, постоянно помешивая, 4 мин. 6. Выложить фрикадельки в соус, аккуратно перемешать и готовить в режиме «Подогрев» 20 мин. 7. Перед подачей посыпать укропом. |
|---|---|



Полтавская приправа

На объем 7 л
2 часа 10 мин.
Режим: «Тушение»

Ингредиенты: Приготовление:

- | | |
|--|--|
| <p>5 кг помидоров
0,5 кг репчатого лука
0,5 кг моркови
0,5 кг кислых зеленых яблок
1 кг красного болгарского перца
4 стручка красного жгучего перца
300 г чеснока
0,5 стакана соли</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить мультиварку и ингредиенты. 2. Лук и морковь очистить. Помидоры, яблоки и перец вымыть. Из перцев удалить сердцевину. Все овощи нарезать на кусочки и пропустить через мясорубку. Смесь получится довольно жидкой. 3. Перелить в мультиварку и готовить в режиме «Тушение» 2 часа. 4. Чеснок очистить, мелко нарезать и добавить в приправу за 5 мин. до окончания варки. Постепенно маленькими порциями всыпать в готовую приправу соль, пробуя на вкус. Разлить по банкам и хранить в холодильнике. |
|--|--|





Лечо

6 порций
2 часа
Режимы: «Жарка», «Тушение», «Подогрев»

Ингредиенты:

4 красных перца
3 оранжевых перца
1 зеленый перец
2 ст. л. каперсов
2 зубчика чеснока
4 ст. л. оливкового масла
20 маслин
4 веточки петрушки

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Из перцев удалить сердцевину, мякоть хорошо промыть и нарезать полукольцами. Чеснок очистить и раздавить. В мультиварке разогреть масло, положить чеснок и в режиме «Жарка» обжарить 1 мин. Добавить перцы, посолить, поперчить и перемешать.
3. Закрыть крышку и готовить в режиме «Тушение» 2 часа.
Петрушку промыть, измельчить, смешать с каперсами, маслинами и добавить в мультиварку. Поставить на режим «Подогрев».



Краснокочанная капуста по-фламандски

6 порций
1 час 25 мин.
Режимы: «Жарка», «Корочка», «Запекание»

Ингредиенты:

1 кочан краснокочанной капусты
3 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. красного винного уксуса
4 зеленых яблока
1 ст. л. сахара
соль, перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Капусту очистить от верхних листьев, сполоснуть, разрезать на 4 части и удалить кочерыжку. Листья тонко нашинковать. Разогреть в мультиварке на режиме «Жарка» сливочное масло, добавить капусту, посолить, поперчить, влить уксус. Готовить на режиме «Корочка» 1 час.
3. Яблоки вымыть, разрезать на 4 части и удалить сердцевину. Мякоть нарезать ломтиками. Добавить к капусте вместе с сахаром, перемешать. Снова закрыть крышку и готовить в режиме «Запекание» 20 мин.





Заливное из судака

10 порций
1 час 15 мин. + 4 часа
Режимы: «Суп», «Подогрев»

Ингредиенты:

1 судак
1 морковь
1 луковица
5–6 горошин черного перца
несколько веточек петрушки
1 лимон
30 мл водки
30 г желатина
соль по вкусу



Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Вымыть рыбу. Филе отделить от костей. В чашу мультиварки влить 1,5 л воды, положить рыбные кости, добавить соль, горошины перца, морковь и лук. Готовить в режиме «Суп» в течение 25 мин.
3. Желатин залить небольшим количеством прохладной питьевой воды и оставить на 20 мин. для разбухания. Лимон ошпарить кипятком и вымыть щеткой для удаления воскового налета. Нарезать лимон тонкими кружками. Отделить от стеблей листочки петрушки.
4. Филе рыбы разделить на порционные кусочки и выложить на решетку для приготовления на пару. Открыть мультиварку, вставить решетку и продолжить готовить еще 20 мин. в режиме «Суп».
5. Вынуть решетку из мультиварки. В рыбный бульон добавить желатин и прогреть в течение 10 мин. в режиме «Подогрев». Затем влить в бульон водку, процедить через частое сито.
6. Рыбу разложить по формочкам, добавить кружки лимона и листочки петрушки и аккуратно залить подготовленным бульоном. Охладить до комнатной температуры, накрыть пищевой пленкой и убрать в холодильник на 3–4 часа, пока заливное не схватится.



Паштет из куриной печени с тимьяном и яблоком

10 порций
50 мин.
Режимы: «Мультиповар», «Запекание»

Ингредиенты: Приготовление:

1 кг куриной печени
2 зеленых яблока
2 луковицы шалота
2 зубчика чеснока
3 ст. л. оливкового масла
30 г сливочного масла
150 мл сливок
50 мл кальвадоса (можно заменить коньяком или бренди)
1 ч. л. листочков свежего тимьяна
несколько веточек тимьяна
соль и молотый черный перец

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Срезать с куриной печени жир и удалить вены, вымыть холодной водой, обсушить и нарезать небольшими кусочками. Лук-шалот и чеснок произвольно нарезать.
3. В чашу мультиварки налить оливковое масло, положить лук и чеснок, установить режим «Мультиповар», температуру 160°C, время 25 мин. Через 5 мин. добавить печень, посолить, приправить перцем и готовить еще 5 мин. Затем влить в мультиварку сливки, добавить нарезанные небольшими кусочками очищенные яблоки и листочки тимьяна.
4. Переложить печень в кухонный процессор, влить алкоголь и измельчить. Разложить массу по огнеупорным формочкам, сверху добавить сливочное масло и веточку тимьяна. Формы поставить в чашу мультиварки, закрыть крышку и готовить в режиме «Запекание» 20 мин. Дать паштету полностью остыть, накрыть пленкой и убрать на 2–3 часа в холодильник.





Персиковое варенье с апельсинами

На 2 л
1 час 30 мин.
Режим: «Десерт»

Ингредиенты:

1,5 кг персиков
6 маленьких апельсинов
1,3 кг сахара
100 мл воды

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Персики ошпарить крутым кипятком, снять кожицу. Разрезать плоды пополам и удалить косточки. Апельсины очистить от кожуры и косточек. Нарезать фрукты маленькими кусочками.
3. Влить в мультиварку воду, добавить сахар и фрукты. Готовить в режиме «Десерт» 1,5 часа.
4. Горячее варенье разложить по простерилизованным банкам. Опускать банки с вареньем в кипящую воду на 5 мин., затем герметично закрыть и поставить вверх дном до полного остывания. Хранить в холодильнике.



Крамбль с яблоками, грушами и лесными орехами

6 порций
55 мин.
Режим:
«Мультиповар»

Ингредиенты:

400 г яблок
400 г груш
сок половины лимона
70 г сливочного масла
1 ч. л. молотой корицы
2 ст. л. измельченных лесных орехов
1 ч. л. молотого имбиря
250 мл сливок жирностью 35 %

Для крошек:

100 г муки
50 г рубленого фундука
80 г коричневого сахара
80 г сливочного масла,
нарезанного кубиками
соль

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Яблоки и груши вымыть, удалить сердцевину. Нарезать крупными кубиками, положить в миску и сбрызнуть соком лимона.
3. Сливочное масло растопить, смешать с корицей и полить яблоки и груши. Добавить орехи и имбирь. Перемешать.
4. Смешать муку, орехи, сахар, масло и щепотку соли. Растереть массу кончиками пальцев в крошку.
5. Мультиварку смазать маслом, выложить фруктовую смесь, посыпать крошкой. Готовить в режиме «Мультиповар» 30 мин. при 120°C.
6. Приготовить крем. Сливки охладить, влить в очень холодную миску, добавить сироп и взбить в пышную массу. Подать теплое блюдо с холодными сливками.





Клафути

12 порций
1 час
Режим: «Выпечка»

Ингредиенты:

450 г замороженной вишни без косточек
100 г муки
3 ст. л. сахара
4 яйца
2 ст. л. миндального ликера
450 мл сливок жирностью 22 %
0,5 ч. л. сливочного масла
сахарная пудра для украшения

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Смешать в блендере на низкой скорости муку, сахар, яйца, ликер и 225 мл сливок. Не выключая мотора, постепенно влить оставшиеся сливки.
3. Вишню разморозить, весь сок слить. Смазать маслом мультиварку, разложить вишню по дну формы. Вылить яичную смесь на ягоды.
4. Готовить в режиме «Выпечка» 50 мин. Посыпать сахарной пудрой и подать горячим.



Десерт «Пьяные фрукты»

6 порций
45 мин. + 2 часа
Режим: «Варка на пару»

Ингредиенты:

200 г вяленого инжира
200 г кураги
200 г фиников без косточек
200 г изюма
750 мл розового десертного вина
200 г сахара
1 апельсин
1 лимон
1 палочка корицы
1 небольшой стручок ванили
1 ч. л. молотого кориандра

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Апельсин и лимон вымыть и нарезать кружками вместе с кожурой. Ваниль разрезать вдоль пополам. Инжир разрезать на 4 части, курагу и финики — вдоль пополам.
3. Вино перелить в мультиварку, добавить 500 мл воды, сахар, кружки цитрусовых, корицу и половинки ванили. Готовить в режиме «Варка на пару» 15 мин.
4. Добавить все сухофрукты и готовить в том же режиме еще 25 мин.
5. Дать остыть до комнатной температуры. Вынуть из смеси корицу и ваниль. Разложить десерт по креманкам и поставить в холодильник минимум на 2 часа. Подавать с мороженым.





Варенье из яблок с грецкими орехами

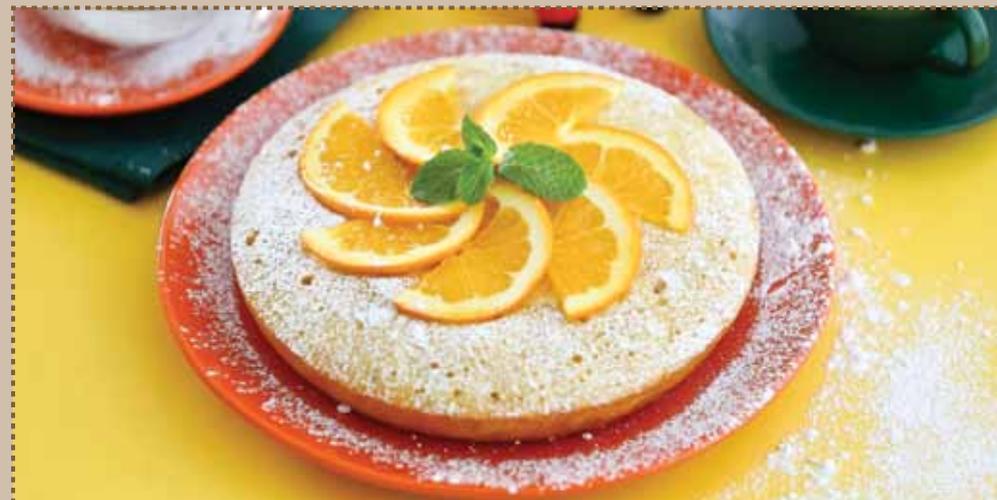
На 350 мл
1 час 10 мин.
Режимы: «Жарка», «Запекание»

Ингредиенты:

450 г сладких яблок
50 мл воды
85 г сахара
1 лимон
1 лавровый лист
1 ст. л. коньяка
100 г очищенных грецких орехов

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Яблоки вымыть, разрезать на 8 частей, удалив сердцевину. С лимона снять теркой цедру и выжать сок. В мультиварку влить кипящую воду, положить яблоки, сахар, цедру и сок лимона, лавровый лист. Тщательно перемешать, закрыть крышку и готовить в режиме «Жарка» 15 мин.
3. Открыть крышку, вынуть лавровый лист, добавить коньяк и грецкие орехи. Вновь закрыть крышкой и готовить в режиме «Запекание» 10 мин.
4. Разложить по простерилизованным банкам, закрыть. Хранить в холодильнике.



Апельсиновый кекс

6–8 порций
35 мин.
Режим: «Мультивар»

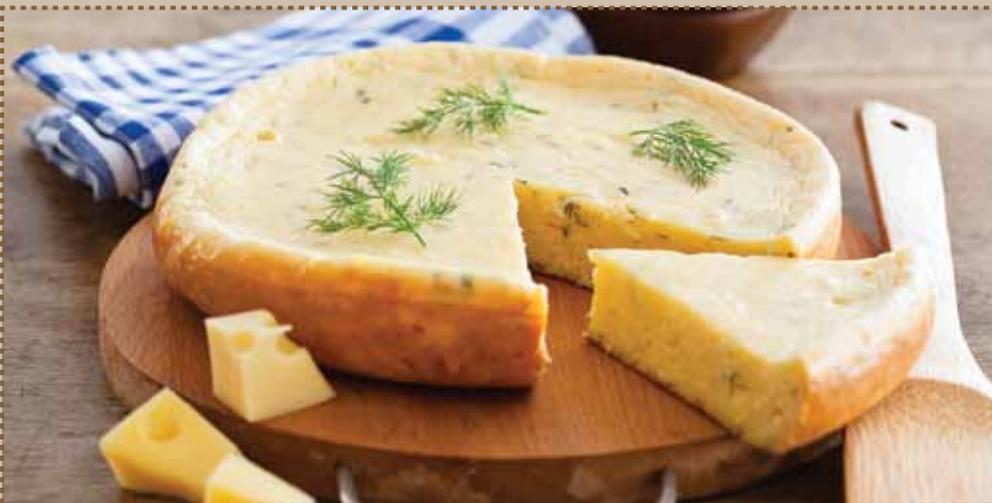
Ингредиенты:

1 стакан муки
1 стакан сахара
1 ч. л. разрыхлителя
2 яйца
250 мл апельсинового сока
1 апельсин

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Отделить белки от желтков. Белки взбить в крепкую пену. Желтки растереть с сахаром.
3. Муку и разрыхлитель просеять в миску с желтками. Постепенно, непрерывно перемешивая, влить половину апельсинового сока. Ввести в тесто взбитые белки и аккуратно перемешать. Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» 35 мин.
4. Остывший кекс вынуть из чаши, сделать на поверхности проколы вилкой и облить оставшимся соком. Украсить апельсиновыми дольками.





Сырный кекс

6 порций
1 час
Режим: «Выпечка»

Ингредиенты:

200 г сыра фета
200 г сыра маасдам
100 мл сливок жирностью 35 %
100 г сметаны жирностью 20 %
150 г муки
4 яйца
3 веточки укропа

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Яйца взбить миксером, добавить раскрошенную фету, сливки, сметану и еще раз взбить. Добавить просеянную муку и перемешать.
3. Сыр маасдам натереть на крупной терке, укроп вымыть, обсушить и измельчить. Добавить в тесто сыр и укроп.
4. Выложить тесто в мультиварку и поставить на режим «Выпечка» на 50 мин.



Абрикосовый торт

8 порций
1 час 10 мин.
Режим: «Выпечка»

Ингредиенты:

1 кг абрикосов
5 ст. л. сахара
1 ст. л. желатина
1 стакан светлого яблочного сока

Для теста:

50 г муки
200 г миндаля
85 г сахара
140 г сливочного масла
2 яйца

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Миндаль измельчить в муку. Абрикосы вымыть, разрезать пополам, удалить косточки. Половину абрикосов с сахаром измельчить в блендере. Оставшиеся фрукты нарезать тонкими дольками.
3. Добавить в измельченный миндаль муку, сахар, сливочное масло и яйца. Вымесить тесто.
4. Выложить тесто в мультиварку и разровнять поверхность. Сверху выложить абрикосовое пюре. Готовить в режиме «Выпечка» 50 мин. Дать полностью остыть.
5. Развести желатин в теплом яблочном соке. Нарезанные дольками абрикосы уложить по кругу на пирог, влить сок с желатином. Поставить форму в холодильник до полного застывания желе.





Ореховый пирог

12 порций
1 час
Режим: «Выпечка»

Ингредиенты:

100 г фундука
100 г кешью
150 г грецких орехов
250 г вяленых фиников без косточек
200 г разноцветных цукатов
100 г изюма
цедра 1 лимона
100 г муки
1,5 ч. л. разрыхлителя
0,5 ч. л. соли
150 г сахара
3 яйца
4 ст. л. сладкого вина или ликера
сливочное масло для смазывания

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Финики нарезать толстыми кружками и смешать с орехами, цукатами, изюмом и цедрой. Всыпать просеянную муку, разрыхлитель, сахар и соль. Перемешать. Вбить яйца, еще раз тщательно перемешать.
3. Выложить тесто в смазанную маслом мультиварку, разровнять поверхность и готовить в режиме «Выпечка» 50 мин.
4. Дать немного остыть, затем выложить на лист фольги. Спицей сделать в пироге несколько глубоких проколов и влить в них вино. Завернуть в фольгу и дать полностью остыть.



Брауни с шоколадом

6–8 порций
1 час
Режим: «Запекание»

Ингредиенты:

0,5 стакана грецких орехов
0,3 стакана мелкого сахара
0,75 стакана муки
100 г сливочного масла + 0,5 ст. л. для смазывания
4 ст. л. малинового джема

Для верхней части:

2 ст. л. сливочного масла
0,3 стакана какао-порошка
0,5 стакана мелкого сахара
1 ч. л. ванильной эссенции
2 яйца
4 ст. л. сахарной пудры
щепотка соли

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Измельчить в блендере грецкие орехи с 2 ст. л. сахара. Смешать в миске с оставшимся сахаром и мукой. Добавить сливочное масло и перетереть тесто до состояния хлебных крошек.
3. Дно и стенки мультиварки смазать маслом и выложить ореховую смесь ровным слоем. Готовить в режиме «Запекание» 30 мин.
4. В это время приготовить верхний слой. В сотейнике растопить масло, влить 0,3 стакана воды. Добавить какао и сахар. Снять кастрюлю с огня, добавить ванильную эссенцию, соль и остудить 5 мин. Вбить в смесь яйца.
5. Готовый корж промазать малиновым джемом. На него вылить шоколадно-яичную смесь. Готовить в режиме «Запекание» 20 мин. Дать остыть. Нарезать корж на кусочки и посыпать сахарной пудрой.





Шоколадный пудинг из манной крупы

6 порций
10 мин. + 2 часа
Режим: «Мультипovar»

Ингредиенты:

100 г манной крупы
1 л молока
100 г сахара
75 г молочного шоколада
25 г сливочного масла

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. В режиме «Мультипovar» при температуре 140°C довести до кипения молоко. Добавить сахар, сливочное масло и поломанный на кусочки шоколад. Готовить, помешивая, пока шоколад полностью не расплавится.
3. Всыпать манную крупу, перемешать и готовить в режиме «Мультипovar» при температуре 100°C 5 мин.
4. Форму смочить холодной водой. Вылить в нее получившуюся смесь и поставить в холодильник на 2 часа.



Террин из курицы с морковью

8 порций
1 час 15 минут
Режим: «Мультипovar»

Ингредиенты:

1 кг куриного фарша
4 крупные моркови
1 луковица
2 зубчика чеснока
0,5 ч. л. молотого черного перца
1 ч. л. морской соли
250 мл куриного бульона
70 г миндальных хлопьев

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Морковь, лук и чеснок очистить. Лук и чеснок измельчить. Морковь поместить в кастрюлю мультиварки, влить 250 мл бульона. Готовить в режиме «Мультипovar» 35 мин. при температуре 90°C. Переложить морковь на блюдо, дать остыть, затем нарезать на тонкие продольные пластины.
3. Куриный фарш перемешать с луком и чесноком. Посолить и разделить смесь на 3 части.
4. Выложить в чашу мультиварки одну часть куриного фарша и половину моркови. Влить 2 ст. л. бульона.
5. Положить еще одну часть фарша и оставшуюся морковь. Сверху распределить оставшийся фарш. Посыпать миндальными хлопьями. Закрыть крышку и готовить в режиме «Мультипovar» 40 мин. при температуре 110°C.





Сосиски с фасолью на тортилье

8 порций
15 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

1 красная луковица
4 полоски бекона
4 сосиски
1 ст. л. оливкового масла
50 г твердого сыра
100 г белой консервированной фасоли
100 г красной консервированной фасоли
1 ст. л. томатной пасты
8 лепешек тортилья

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Лук очистить, нарезать дольками. Бекон нарезать полосками, сосиски разрезать на 3–4 части. Сыр натереть. В мультиварке разогреть масло, в режиме «Мультиповар» при температуре 160°C обжарить лук, 2–3 мин. Добавить бекон и сосиски, готовить еще 5 мин.
3. Добавить фасоль и прогреть 5 мин. в том же режиме. Приправить томатной пастой, посыпать сыром.
4. Приготовленную смесь разложить на лепешки, свернуть рулетом. Чтобы края тортильи не разворачивались, их можно соединить зубочисткой или обвязать рулет веточкой петрушки.



Пестрая фруктово- творожная запеканка

2 порции
45 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

500 г творога
3 яблока
3 банана
3 апельсина
200 г консервированных вишен
1 яйцо
3 ч. л. крахмала
3 ч. л. меда
3 ч. л. лимонного сока
щепотка сахара
1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. панировочных сухарей

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Яблоки вымыть, бананы и апельсины очистить от кожуры. Яблоки нарезать на тонкие дольки, бананы и апельсины — кружками. Вишни откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вся жидкость.
3. Кастрюлю мультиварки смазать маслом и посыпать сухарями. Уложить нарезанные фрукты слоями — яблоки, апельсины, бананы, вишню.
4. Отделить желток от белка. Смешать желток, творог, крахмал, мед и лимонный сок. Подсластить по вкусу сахаром. Взбить белок и аккуратно добавить к смеси.
5. Полученную массу выложить на фрукты и готовить в режиме «Мультиповар» при температуре 120°C 30 мин.





Морковно-яблочный суп

4 порции
40 мин.
Режимы: «Мультиповар», «Жарка»,
«Подогрев»

Ингредиенты:

250 г моркови
1 красная луковица
400 г зеленых яблок
2 ч. л. сахара
25 г сливочного масла
соль и молотый перец

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Морковь и лук очистить, измельчить. В мультиварке растопить масло и в режиме «Жарка» обжарить лук и морковь, 5 мин.
3. Яблоки очистить и нарезать дольками, удалив сердцевину. Добавить в мультиварку, присыпать сахаром. Влить 600 мл воды и готовить в режиме «Мультиповар» 10 мин. при температуре 160°C.
4. Дать слегка остыть, затем измельчить блендером в пюре. Перевести мультиварку в режим «Подогрев» и готовить 20 мин. Готовый суп посолить по вкусу, перемешать. Подавать со сметаной и свежей зеленью.



Лапшевик с творогом

4 порции
40 мин.
Режим: «Мультиповар»

Ингредиенты:

300 г яичной лапши
400 г творога
1 ст. л. сахара
2 яйца
3 ст. л. сметаны
1 ст. л. сливочного масла
2 ст. л. молотых сухарей
щепотка ванильного сахара
50 г любого варенья

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. В кастрюле мультиварки вскипятить воду, всыпать лапшу и отварить в режиме «Мультиповар» при температуре 140°C 5 мин. Откинуть на дуршлаг.
3. У одного яйца отделить белок от желтка. Творог протереть через сито, добавить лапшу, желток и ванильный сахар. Белок взбить, добавить в творожную смесь и аккуратно перемешать.
4. Дно мультиварки смазать маслом и посыпать сухарями. Сметану смешать с оставшимся яйцом и сахаром. Выложить творожную массу в мультиварку и залить сметанным соусом. Готовить в режиме «Мультиповар» при температуре 120°C 30 мин. Подавать с вареньем.





Кнедли с персиками

4 порции
10 мин.
Режим: «Варка на пару»

Ингредиенты:

700 г отварного картофеля
250 г муки
1 яйцо
щепотка соли
4 персика
150 г сливочного масла
80 г белого шоколада

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Картофель натереть на терке. Добавить муку, яйцо и соль. Вымесить тесто.
3. Персики вымыть, разрезать пополам, удалить косточку. Положить в середину по небольшому кусочку белого шоколада.
4. Разделить тесто на 8 равных частей. Размять каждый кусочек в лепешку, положить в центр половинку персика и защипить края. Положить в чашу мультиварки, влить 1 стакан воды и готовить в режиме «Варка на пару» 10 мин.



Горячий шоколад с апельсиновой цедрой

4 порции
15 мин.
Режим: «Мультивар»

Ингредиенты:

1 л молока
240 г темного шоколада
(70 % какао)
4 ч. л. какао-порошка
1 ч. л. растворимого кофе
100 г сахара
мускатный орех на кончике ножа
цедра половины апельсина

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Шоколад поломать на небольшие кусочки. Влить в мультиварку 2 стакана молока, добавить шоколад, какао-порошок и сахар. Готовить в режиме «Мультивар» при температуре 150°C 10 мин.
3. Добавить оставшееся молоко, измельченную цедру апельсина, растворимый кофе и мускатный орех.
4. Довести до кипения. Перед подачей взбить венчиком.





Геркулесовый пирог с яблоками и финиками

10 порций
30 мин.
Режим: «Мультивар»

Ингредиенты:

500 г яблок
3 ст. л. сахара
цедра 1 лимона
100 г вяленых фиников без косточек
150 г сливочного масла
150 г светлого меда
250 г геркулесовых хлопьев
0,5 ст. л. молотой корицы
1,5 ст. л. миндаля

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Яблоки очистить от кожицы и сердцевины, мякоть нарезать кубиками. Положить в чашу мультиварки, всыпать 1 ст. л. сахара. Готовить в режиме «Мультивар» 10 мин. при температуре 160°C, помешивая, пока яблоки не станут мягкими.
3. Финики нарезать, смешать с лимонной цедрой и добавить к яблокам. Готовить еще 5 мин. при том же режиме, помешивая.
4. Добавить масло, оставшийся сахар, мед, геркулес и корицу, перемешать. Столовой ложкой уплотнить массу и разровнять поверхность. Орехи нарубить и посыпать ими массу. Готовить в режиме «Мультивар» при 160°C 10 мин.



Бананы запеченные с творогом

4 порции
25 мин.
Режим: «Мультивар»

Ингредиенты:

4 банана
сок половины лимона
200 г творога
1 яйцо
2 ст. л. растопленного сливочного масла
2 ст. л. меда

Приготовление:

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Бананы очистить, разрезать пополам, сбрызнуть соком лимона, чтобы они не потемнели, положить в мультиварку.
3. Перемешать творог с яйцом, маслом и медом до получения однородной массы.
4. Выложить готовую смесь на бананы. Готовить в режиме «Мультивар» 25 мин. при температуре 110°C.



polaris
www.polar.ru



www.polar.ru/buyers/recipes/multicooking

