

Мультиварка **REDMOND RMC-FM4520** — это передовые технологии будущего, стильный дизайн в сочетании с интуитивно понятным интерфейсом и удобством использования. Расширенный функционал этой модели откроет перед вами поистине бескрайние кулинарные возможности!

В **RMC-FM4520** реализованы **13 автоматических программ** и **27 программ ручной настройки**. Эта компактная мультиварка с легкостью готовит как классические первые и вторые блюда — супы, каши, рагу, плов, гарниры, — так и оригинальные: йогурт, фондю, глинтвейн, десерты, салаты и многое другое. **RMC-FM4520** станет незаменимой помощницей для тех, кто заботится о своем здоровье, ведь продукты, приготовленные в ней, сохраняют полезные вещества и микроэлементы!

Мультиварка **REDMOND RMC-FM4520** оснащена инновационной функцией **MASTERFRY**, которая позволяет поднимать нагревательный элемент и готовить любые блюда на специальной сковороде с керамическим покрытием, входящей в комплект. Стейки, оладьи, блинчики и другие блюда, процесс приготовления которых ранее доставлял существенные неудобства из-за высоких стенок чаши, с **MASTERFRY** готовятся за считанные минуты. Поднимите нагревательный элемент на верхний уровень, установите сковороду и готовьте любимые блюда, не приспособливаясь к конструкции мультиварки.

Специалисты **REDMOND** разработали мультиварку **RMC-FM4520**, чтобы каждое ваше блюдо стало настоящим гастрономическим изыском, а кулинария — простым и захватывающим занятием!

Весы напольные RS-715

- Диапазон измерений 5–180 кг
- Точность измерения 50 г
- Высота платформы 20 мм
- Платформа из закаленного стекла
- 4 датчика веса
- ЖК-дисплей с подсветкой
- Автоматическое включение/выключение
- Индикация перегрузки и низкого заряда батареи
- Единицы измерения: килограммы, фунты, стоуны
- Гарантия 25 месяцев



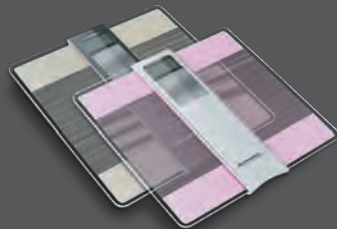
Весы напольные RS-728B

- Максимальный вес 150 кг
- Точность измерения 100 г
- Дополнительные измерения: соотношение жира, воды, мышечной и костной ткани в организме
- Коррекция дополнительных измерений для спортсменов
- 4 датчика веса
- Сенсорная панель управления
- ЖК-дисплей с подсветкой
- Автоматическое включение/выключение
- Индикация перегрузки и низкого заряда батареи
- Гарантия 25 месяцев



Весы напольные RS-719

- Максимальный вес 150 кг
- Точность измерения 100 г
- Высота платформы 18 мм
- 4 датчика веса
- ЖК-дисплей с подсветкой
- Автоматическое включение/выключение
- Индикация перегрузки
- Питание от фотоэлементов
- Работает от любых источников света
- Гарантия 25 месяцев



Технические характеристики **REDMOND RMC-FM4520**

- 40 программ:
 - 13 автоматических программ
 - 27 программ ручной настройки
- Функция МАСТЕРШЕФ ЛАЙТ: более 1000 настроек на каждой программе
- MASTERFRY: возможность подъема ТЭНа и приготовления на сковороде
- Покрытие чаши: антипригарное керамическое Anato®
- Объем чаши: 5 л
- Монохромный ЖК-дисплей
- Технология трехмерного нагрева (3D-нагрев)
- Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев) – до 12 часов
- Функция предварительного отключения автоподогрева
- Функция отложенного старта – до 24 часов
- Функция разогрева блюд – до 12 часов
- Отключение звуковых сигналов
- Мощность: 700 Вт
- Напряжение: 220–240 В, 50 Гц



Master
chief *lite*

Master
fry

Anato®

ECO
КЕРАМИЧЕСКОЕ ПОКРЫТИЕ ЧАШИ

МУЛЬТИПОВАР
от 35 до 170°C (шаг 5°C)

ОТКЛЮЧЕНИЕ
АВТОПОДОГРЕВА

40
ПРОГРАММ

13 АВТОМАТИЧЕСКИХ
ПРОГРАММ
27 ПРОГРАММ
РУЧНОЙ НАСТРОЙКИ

Функциональные особенности

Мультиварки **REDMOND** обретают все большую популярность среди ценителей здорового питания во всем мире. Совмещая в себе функции целого ряда кухонной техники, они экономят пространство в доме и личное время своих владельцев. Приготовленные в мультиварке блюда также расширят детский рацион и внесут приятное разнообразие в ваше диетическое меню.

Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев)

Функция включается автоматически по завершении программы приготовления и может поддерживать блюдо теплым до 12 часов.

Функция предварительного отключения автоподогрева

Эта инновационная функция очень важна, если блюдо готовится на низких температурах и его не требуется подогревать (например, йогурт или тесто), если вы боитесь оставлять детей одних с работающей мультиваркой или хотите уменьшить расход электроэнергии.

Функция отложенного старта

Позволяет задать диапазон времени, через которое начнет работу выбранная программа приготовления. Полезный завтрак, горячий обед, изысканный ужин – все будет готово точно в срок!

Съемный клапан выхода пара

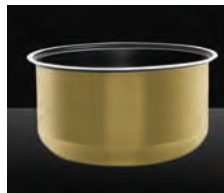
Съемный клапан обеспечивает безопасный выход пара и легко очищается.

Современный дизайн

Стильный дизайн мультиварки **REDMOND RMC-FM4520** подчеркнет интерьерное решение любой кухни. Для удобства использования мультиварка оснащена цифровым дисплеем и панелью управления на русском языке.

Базовая комплектация

Чаша **RB-C502F**
с антипригарным
керамическим
покрытием **Anato®**



Сковорода
с антипригарным
керамическим
покрытием



Контейнер
для приготовления
на пару



Черпак
Плоская ложка



Мерный стакан



Щипцы для извлечения
чаши и подъема ТЭНа



Держатель для
черпака/ложки



Дополнительная комплектация

Чтобы сделать приготовление блюд в мультиварке еще удобнее, вы можете приобрести дополнительные аксессуары в Интернет-магазине представительства **www.multivarka.pro**.



Баночки для йогурта **RAM-G1**

Помогают сохранить в продукте максимальное количество полезных веществ, а специальные маркеры даты позволяют указывать его срок хранения.



Корзина для жарки во фритюре **RAM-FB1**

Используется для приготовления различных продуктов в сильно разогретом или кипящем масле (фритюре). Подходит для любых чаш объемом от 3 литров. Изготовлена из нержавеющей стали, имеет съемную ручку и крючок для фиксации на чаше для облегчения слива лишнего масла после приготовления. Возможно использование с мультиварками других брендов. Можно мыть в посудомоечной машине.

Возможности мультиварки **REDMOND RMC-FM4520**



СУПЫ



БЛЮДА
НА ПАРУ



ВЫПЕЧКА



РУЛЬКА



РАГУ



ПЛОВ



ХЛЕБ



КОНСЕРВАЦИЯ



ЙОГУРТ



ЗАКУСКИ



ФОНДЮ



ГЛИНТВЕЙН



Мультиварка **REDMOND RMC-FM4520**

Мультиварка **REDMOND RMC-FM4520** создана для того, чтобы вы могли реализовать свой кулинарный талант в полном объеме. Ее функционал отвечает самым высоким запросам, а интуитивное управление понятно даже неискушенным пользователям.

Эта модель предоставляет широчайшие возможности для кулинарного творчества — вы сможете легко и быстро готовить не только классические первые и вторые блюда, но и разнообразные гарниры, оригинальные закуски, салаты, десерты, сырное и шоколадное фондю, глинтвейн, домашние сыры, творог, йогурт, попкорн и многое другое!

Описание некоторых программ



МОЛОЧНАЯ КАША — для приготовления манной, овсяной, пшеничной и других каш на молоке.



НА ПАРУ — для приготовления на пару овощей, рыбы, мяса, мантов, диетических и вегетарианских блюд.



СУП — для варки бульонов, супов, крем-супов, а также для приготовления детского питания.



ТОМЛЕНИЕ — для приготовления аппетитной буженины и других мясных блюд



ПЛОВ — для приготовления разнообразных видов плова, от классического плова с мясом до оригинального плова с фруктами.



ВЫПЕЧКА — для приготовления запеканок, пирогов, бисквитов, кексов и пиццы с разнообразными начинками, а также для запекания мяса, рыбы и овощей.

Программа МУЛЬТИПОВАР

В **REDMOND RMC-FM4520** включена обновленная программа **МУЛЬТИПОВАР**. Она позволяет самостоятельно устанавливать параметры приготовления и готовить в мультиварке блюда по любым рецептам, найденным в кулинарной книге или в Интернете. Отныне вы можете экспериментировать и создавать множество уникальных авторских блюд!

Диапазон установки температуры в программе составляет **35—170°C** с шагом изменения в **5°C**. Диапазон установки времени приготовления — **от 2 минут до 15 часов** с шагом изменения в **1 минуту**.

Для вашего удобства, в случае приготовления блюд на программе **МУЛЬТИПОВАР** при температуре не выше **80°C**, функция автоподогрева будет по умолчанию отключена.

Функция МАСТЕРШЕФ ЛАЙТ

С инновационной функцией **МАСТЕРШЕФ ЛАЙТ** то, как готовит ваша мультиварка, зависит только от вас, а не от настроек автоматических программ.

Если блюдо не получается при приготовлении в автоматическом режиме или не соответствует вашим вкусовым предпочтениям, используйте функцию **МАСТЕРШЕФ ЛАЙТ**, и вам уже не придется приспосабливаться к разнообразию вариантов качества продуктов питания, которые требуют индивидуального подхода в приготовлении, или автоматическим программам мультиварки! Ведь теперь вы сами можете изменять автоматические настройки мультиварки по своему усмотрению.

Благодаря возможности производить необходимые изменения температуры и времени непосредственно в процессе приготовления блюда вы можете, с помощью функции **МАСТЕРШЕФ ЛАЙТ**, перестроить автоматическую программу на свой вкус. Больше не нужно беспокоиться о результате приготовления, выбирая новые продукты для своих блюд или перемещаясь с мультиваркой в другое место жительства или на отдых. Используйте новейшее технологическое решение для удобства и комфорта — функцию **МАСТЕРШЕФ ЛАЙТ**.

Не тратьте время на попытки подстроиться под работу вашей мультиварки, переводя продукты на эксперименты, — с функцией **МАСТЕРШЕФ ЛАЙТ** вы готовите по своим правилам!



Функция MASTERFRY

Приготовление некоторых блюд, требующих обязательной обжарки, раньше представляло трудность для владельцев мультиварок — нажарить аппетитных блинчиков на всю семью и не обжечь руки, переворачивая их, было практически невозможно. Инженеры **REDMOND** решили эту проблему!

Функция **MASTERFRY** — инновационная технология в мультиварках **REDMOND**, позволяющая поднимать нагревательный элемент и готовить любые блюда на специальной сковороде с керамическим покрытием, входящей в комплект. Все, что ранее было неудобно готовить из-за высоких стенок чаши, с **MASTERFRY** готовится за считанные минуты!

Используя функцию **MASTERFRY**, вы сможете готовить жареные блюда, используя минимальное количество масла — поверхность нагревательного элемента и дно сковороды с антипригарным керамическим покрытием абсолютно плоские, и во время приготовления масло не стекает к краям сковороды.

Ароматные заправки для супов, стейки идеальной прожарки, легкие оладьи, яичница и многое другое — функция **MASTERFRY** расширяет ваши кулинарные возможности!



Рекомендации поваров REDMOND



«Мне очень нравятся национальные кухни различных стран мира — жгучая испанская, изысканная итальянская, утонченная японская... Невероятно эмоциональные блюда, для приготовления которых нужна специальная посуда и особый температурный режим. С мультиваркой достаточно нажать пару кнопок, чтобы сделать соте из курицы или утиную грудку по-мюнхенски. Блюда получаются ароматными и сочными, словно их приготовили настоящие шеф-повара».



«Мультиварка привлекла мое внимание функцией поддержания температуры готовых блюд. Она позволяет сохранять пищу горячей в течение 8 часов! А это так актуально, когда дома собираются по торжественному случаю. Можно готовить в любое время и оставаться уверенным в том, что к приходу гостей блюдо будет нужной температуры».



«Для молодой мамы мультиварка — просто находка! Ни одна кастрюля не позволит вам варить молочную кашу и одновременно заниматься другими делами. Разнообразные программы существенно расширяют рацион ребенка. Можно готовить полезную еду на пару, печь пышные кексы, делать паштеты, десерты — и все это каждый день без ущерба для личного времени».



«Мультиварка — это настоящая находка для тех, у кого мало места на кухне! Один прибор может и варить, и жарить, и готовить на пару, и печь, и делать различные десерты. Мультиварка актуальна и для тех, кто строит свой загородный дом. Прибор позволяет экономить на техническом оборудовании кухни и приобретении посуды для приготовления пищи. Вы получаете целую кухню при выборе одной мультиварки».

Таблица калорийности

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Авокадо	2	15,3	4,1	169
Аджика	1	3,7	5,8	59
Апельсин	0,9	0,2	8,1	40
Ананас (консервированный)	0,4	0,2	11,5	49
Брусника	0,7	0	8,6	40
Базилик	1,2	0,1	5,1	24
Бальзамический уксус	0,5	0	17	88
Бананы	1,5	0,1	21	89
Баранина (филе)	17	14,4	0	198
Бекон	10	52,7	0	514
Брокколи	4,4	2	5	33
Ветчина	22,6	20,9	0	279
Виноград	0,6	0,2	16,8	65
Гусь	15,2	39	0	412
Горчица	5,7	6,4	22	162
Гранатовый соус	0	0	62,5	250
Гвоздика	6	20,1	27	323
Геркулес	11	6,2	50	305
Говядина (суповой набор)	20,2	2,8	0	106
Говядина (филе)	20,2	2,8	0	106
Горох (сушеный)	20,5	2	48,6	298
Горох (зеленый)	5	0,2	12,8	73

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Готовая мучная смесь для кекса	6,9	0,6	79,6	346,8
Гречневая крупа	12,6	3,3	62,1	335
Груша	0,4	0,3	9,8	42
Дрожжи	12,7	2,7	0	75,1
Дыня	0,6	0,3	0,6	33
Желатин	87,2	0,4	0,7	355
Жир свиной	0	99,7	0	897
Изюм	1,8	0	7,2	262
Имбирь молотый	1,8	1,8	15,8	80
Индейка (филе)	19,5	22	0	276
Йогурт без добавок	5	1,5	3,5	51
Какао	3,5	2,7	84,5	367
Кунжут	19	48	13,5	562
Капуста брюссельская	4,8	0	5,9	43
Капуста квашеная	1,8	0	2,2	19
Клюква сушеная	0,45	1,23	76,67	303
Кукуруза (в початках)	8,3	1,2	71,6	325
Кролик	20,7	9,3	0	148,67
Кабачок	0,6	0,3	4,9	23
Кальмары	18	14,2	0	110
Капуста белокочанная	1,8	0,1	4,7	27
Капуста цветная	2,5	0,3	4,2	30

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Кардамон	10,8	6,7	68,5	311
Киви	1	0,6	10,3	48
Картофель	2	0,4	16,3	80
Кетчуп	1	0	22	105
Клубника	0,8	0,4	6,3	36
Колбаса подкопченая	27,4	24,3	0	326
Колбаски охотничьи	27,4	24,3	0	326
Кориандр молотый	1,5	0	5	25
Корица	3,9	3,2	3,2	261
Креветки	17,8	1,1	0	81
Крупа кукурузная	8,3	1,2	71,6	337
Крупа пшеничная	11,5	3,3	66,5	348
Кукуруза (консервированная)	2,2	0,4	11,2	58
Курага	5,2	0	55	234
Курица (голень)	25,2	7,4	0	170
Курица (желудок)	21	6,4	0,6	130
Курица копченая	19	9	0	157,4
Курица (крылья)	21,3	11	0	185
Курица (сердце)	12,7	11,5	0,7	157
Курица (филе)	25,2	7,4	0	170
Лапша пшеничная	10	4	54	294
Лимонный сок	0,9	0,1	3	16
Лист салата	1,5	0,2	2,3	17
Листья винограда	0,6	0,6	15,4	70

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Лосось (филе)	19,9	13,6	0	201
Лук зеленый	3,7	0,4	8	49
Лук репчатый	1,4	0	9,1	41
Лимон	0,9	0	3,6	31
Лисички	1,6	1,1	1,5	20
Макароны	17,5	47,5	2	505
Молоко сухое	27	24	38,7	479
Мускатный орех	15	20	9	500
Миндаль	18,6	57,7	16,2	645
Мясной бульон	2,5	1,5	0,5	27,5
Майонез 67%	2,8	67	2,6	624
Манная крупа	10,3	1	67,7	328
Маргарин	0,3	82	21	743
Масло оливковое	0	99,8	0	898
Масло растительное	0	99,9	0	899
Масло сливочное	0,5	82,5	0	748
Мед	0,7	0	80,3	314
Минтай	15,9	0,9	0	71,7
Молоко 3,2%	2,8	3,2	4,7	58
Морепродукты	19,9	0,8	1,1	91
Морковь	1,3	0,1	7,2	34
Мука пшеничная	10,3	1,1	68,9	334
Мука ржаная	6,9	1,4	67,3	304
Мука гречневая	13	6,8	64,9	369
Мука рисовая	9	2	79	347

Таблица калорийности

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Мука кукурузная	9,2	2,5	65,2	333
Нектарины	0,9	0,2	11,8	48
Огурцы	0,8	0,1	2,6	14
Огурцы соленые	0,8	0,1	1,6	13
Оливки	1,4	12,7	1,3	123
Орех грецкий	15,6	62	18,3	700
Орех кедровый	12	61	12	629
Окунь	17,6	5,5	0	117
Патока	0	0,3	78	296
Панировочные сухари	13,9	2,5	72,5	372
Персик	0,9	0,1	9,5	43
Перепела	21,76	4,53	0	134
Палочки корицы	3,9	3,2	79,8	261
Паприка	1,3	0	5,3	27
Пекинская капуста	1,2	0,2	3,2	12
Перец болгарский	1,3	0	5,3	27
Перец чили	2	0,2	9,5	40
Перловая крупа	9,3	1,1	66,5	320
Петрушка свежая	3,7	7,6	0,4	47
Печень куриная	20,4	5,9	1,4	140
Помидоры	1,1	0	3,8	20
Разрыхлитель теста	0,2	0	19,6	79,1
Ребра свиные копченые	10	52,7	0	514
Рис	2,4	0,2	24,9	113

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Рожь	12,5	1,9	68,5	283
Репа	1,5	0	2,2	28
Соус барбекю	0,6	0,7	39,4	166
Сайра (консервированная)	18,3	23,3	0	283
Сахар	0	0	99,8	379
Свекла	1,5	0,1	9,1	42
Свинина (ноги)	23,5	15,6	0	234
Свинина (ребра)	10	52,7	0	514
Свинина (фарш)	10,8	44,3	0	449,2
Свинина (филе)	15	27,2	0	305
Свинина (шея)	13,6	31,9	0	343
Семга	20,8	15,1	0	140
Сельдь	17	8,5	0	145
Сливки 10%	3	10	4	118
Сливки 33%	2,5	33	3	337
Смесь «8 злаков»	8,4	0,9	5,9	245
Сметана 20%	2,8	20	3,2	206
Соевый соус	2,3	0	43	183
Сухари панировочные	8	9	53	348
Сыр плавленый	24	13,5	0	226
Сыр твердый	23	29	0	360
Сахар ванильный	0	0	94,8	379
Сахар коричневый	0	0	99,6	398
Сухое молоко	35,7	0,8	51,2	360

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Сельдерей	0	0	2	8
Смородина	1	0,2	7,3	38
Сок ананасовый	0,3	0	13,4	54
Сосиски	12	23	0	252
Солод	10,28	1,84	71,2	361
Сухой эстрагон	1,5	0	5	25
Сыворотка	0,8	0,2	3,5	21,8
Тмин	17,8	33,25	27,85	375
Телятина	20,5	2,4	0	105
Творог	16,7	9	159	9
Тесто дрожжевое	6,8	2,3	48	244
Тесто на воде и муке	10	4	54	294
Тесто слоеное	6	25,9	34,8	400
Тилапия (филе)	20,1	1,7	0	96
Томатная паста	4,8	0	19	99
Тунац	22,7	0,7	0	96
Тыква	1	0,1	4,2	25
Треска (филе)	19	0,6	0	69
Фарш домашний (смешанный)	13,5	31,6	0	343,3
Яйцо (60 г)	12,7	11,5	0,7	157

ВНИМАНИЕ!

РЕКОМЕНДАЦИИ И ТРЕБОВАНИЯ К ПРОЦЕССУ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

В рецептах этой книги указан вес очищенных и полностью подготовленных продуктов. Точные пропорции приведены не случайно — их соблюдение поможет вам добиться отличных результатов. С изменением этих показателей время приготовления блюд может меняться. На период приготовления также может влиять географическая зона, срок производства и степень охлаждения продукта. При неполной готовности следует увеличить время приготовления блюда до необходимого по вашему вкусу.

Если в ходе приготовления у вас возникли вопросы, обратитесь к разделу «Советы по приготовлению» руководства по эксплуатации к данной мультиварке. В этом разделе приведены основные ошибки, допускаемые при приготовлении пищи в мультиварке, которые порой могут привести к неудовлетворительному результату, а также рассмотрены возможные причины его возникновения и пути устранения.

В случае, если вы не найдете ответа на возникшие вопросы в книге рецептов и руководстве по эксплуатации, вы можете позвонить по телефонам, приведенным на стр. 2, и получить консультацию специалистов или шеф-повара компании **REDMOND**.

Каши

рецепт 1



Каша манная

рецепт 2



Каша кукурузная

рецепт 3



Каша гречневая

рецепт 4



Каша геркулесовая

рецепт 5



Каша рисовая

рецепт 6



Каша пшеничная

Супы

рецепт 7



Борщ

рецепт 8



Щи

рецепт 9



Харчо

рецепт 10



Рассольник

рецепт 11



Солянка

рецепт 12



Уха

рецепт 13



Суп грибной

рецепт 14



Суп щавелевый

рецепт 15



Суп с фрикадельками

рецепт 16



Суп с домашней лапшой

рецепт 17



Суп гороховый
с копченостями

рецепт 18



Суп сырный
с копченостями

рецепт 19



Крем-суп
овощной

рецепт 20



Крем-суп с семгой

рецепт 21



Фитнес-суп овощной

Вторые
блюда

рецепт 22



Курица барбекю

рецепт 23



Курица со сливками

рецепт 24



Желудки куриные
тушеные

рецепт 25



Котлеты куриные
с сыром

рецепт 26



Свинина со сливками

рецепт 27



Мясо по-французски

рецепт 28



Рулька

рецепт 29



Рагу со свиной

рецепт 30



Бефстроганов

рецепт 31



Гуляш из говядины

рецепт 32



Ассорти рыбное

рецепт 33



Тилапия жареная

рецепт 34



Креветки жареные

рецепт 35



Кальмары в сметане

рецепт 36



Гуляш
по-средиземноморски

рецепт 37



Овощное рагу

рецепт 38



Омлет

рецепт 39



Яичница

рецепт 40



Бигус

рецепт 41



Голубцы в сметанном
соусе

рецепт 42



Перцы
фаршированные

рецепт 43



Зразы

рецепт 44



Тфтели
в белом соусе

рецепт 45



Печень жареная
с луком

рецепт 46



Плов с овощами

рецепт 47



Плов со свининой

рецепт 48



Плов
с морепродуктами

Копчение

рецепт 49



Курица копченая

рецепт 50



Свинина копченая

рецепт 51



Форель копченая

Гарниры

рецепт 52



Пюре картофельное

рецепт 53



Картофель жареный
с грибами

рецепт 54



Рис отварной

рецепт 55



Рис для гарнира

рецепт 56



Гречка рассыпчатая

рецепт 57



Фасоль красная
отварная

рецепт 58



Макароны

Блюда на пару

рецепт 59



Овощи на пару

рецепт 60



Манты

рецепт 61



Котлеты куриные
на пару с рисом

рецепт 62



Свинина на пару
с картофелем

рецепт 63



Тилапия на пару

рецепт 64



Семга на пару

рецепт 65



Семга под
ореховой корочкой

Закуски и салаты

рецепт 66



Паштет из куриной
печени

рецепт 67



Рулет «Московский»

рецепт 68



Буженина

рецепт 69



Холодец

рецепт 70



Теплый салат
с креветками

Хлеб

рецепт 71



Хлеб
ржано-пшеничный

рецепт 72



Хлеб белый

Выпечка

рецепт 73



Тесто дрожжевое

рецепт 74



Бисквит классический

рецепт 75



Шарлотка

рецепт 76



Кекс шоколадный

рецепт 77



Кекс медовый

рецепт 78



Кекс
бананово-ореховый

рецепт 79



Творожный пирог

рецепт 80



Пирог с рыбой

рецепт 81



Пицца с салами

рецепт 82



Пицца
с морепродуктами

Кисло-молочные продукты

рецепт 83



Йогурт классический

рецепт 84



Йогурт с клубникой

Фондю

рецепт 85



Фондю сырное

рецепт 86



Фондю шоколадное

Десерты

рецепт 87



Панна котта
шоколадная

рецепт 88



Яблоки медовые

рецепт 89



Изюм с курагой
в медовом желе

рецепт 90



Блины на молоке

Напитки

рецепт 91



Морс брусничный

рецепт 92



Напиток фруктовый

рецепт 93



Компот из
сухофруктов

рецепт 94



Глинтвейн

Консервация

рецепт 95



Лечо

рецепт 96



Лечо по-казански

рецепт 97



Икра кабачковая

рецепт 98



Маринад
для огурцов

рецепт 99



Маринад
для помидоров

рецепт 100



Грибы маринованные

рецепт 101



Варенье из лесных
ягод

Детское меню

рецепт 102



Каша манная
5-процентная

рецепт 103



Каша рисовая
протертая

рецепт 104



Пюре фруктовое

рецепт 105



Каша гречневая
протертая

рецепт 106



Каша манная
на овощном бульоне

рецепт 107



Каша манная
с яблочным пюре

рецепт 108



Каша из гречневой
и рисовой муки

рецепт 109



Пюре рыбное

рецепт 110



Каша манная
на курином бульоне

рецепт 111



Суп-пюре из цветной
капусты и кабачка

рецепт 112



Пюре овощное

рецепт 113



Отвар из шиповника

рецепт 114



Каша рисовая
с творогом

рецепт 115



Бульон мясной

рецепт 116



Суп-пюре
из курицы

рецепт 117



Суп-пюре
из печени

рецепт 118



Суп-пюре
картофельный

рецепт 119



Котлеты на пару

рецепт 120



Пюре из индейки



Каши

рецепт 1

Каша манная

Ингредиенты:

- Крупа манная – 40 г
- Масло сливочное – 20 г
- Молоко 2,5% – 480 мл
- Сахар
- Соль

Порядок приготовления

Крупу выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: готовую кашу можно украсить свежими ягодами и тертым шоколадом.

Каша кукурузная

Ингредиенты:

- Крупа кукурузная – 100 г
- Масло сливочное – 20 г
- Молоко 2,5% – 650 мл
- Сахар
- Соль

Порядок приготовления

Крупу выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар и соль, тщательно перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: подавайте кашу со свежими ягодами.





Каша гречневая

Ингредиенты:

- Гречка (ядрица) – 150 г
- Масло сливочное – 20 г
- Молоко 2,5% – 500 мл
- Сахар
- Соль

Порядок приготовления

Гречку промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: вкус каши будет особенно насыщенным, если приготовить ее на топленом молоке.

Каша геркулесовая

Ингредиенты:

- Хлопья овсяные (помол №1) – 150 г
- Масло сливочное – 20 г
- Молоко 2,5% – 750 мл
- Сахар
- Соль

Порядок приготовления

Геркулес выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: в готовую кашу можно добавить дольки свежих фруктов.





Каша рисовая

Ингредиенты:

- Рис круглозерный – 100 г
- Масло сливочное – 20 г
- Изюм – 20 г
- Молоко 2,5% – 650 мл
- Сахар
- Соль

Порядок приготовления

Рис и изюм промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: украсьте готовую кашу грецкими орехами.

Каша пшенная

Ингредиенты:

- Крупа пшенная – 100 г
- Масло сливочное – 20 г
- Молоко 2,5% – 650 мл
- Сахар
- Соль

Порядок приготовления

Крупу промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления установить **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: в готовую кашу можно добавить дольки свежих фруктов.



Каши

рецепт 6



Борщ

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 400 г
- Картофель – 500 г
- Капуста белокочанная – 250 г
- Свекла – 200 г
- Лук репчатый – 100 г
- Морковь – 100 г
- Паста томатная – 80 г
- Чеснок – 10 г
- Масло растительное – 20 мл
- Вода – 2 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Говядину промыть. Мясо и все овощи нарезать средней соломкой. Чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить лук, свеклу и морковь. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая. За 5 минут до завершения приготовления добавить томатную пасту и перемешать. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Выложить в чашу мясо, капусту и картофель, залить водой, добавить чеснок, соль и специи, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: готовый борщ можно украсить свежей зеленью.

Щи

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 500 г
- Капуста белокочанная – 350 г
- Картофель – 200 г
- Морковь – 150 г
- Лук репчатый – 100 г
- Масло растительное – 70 мл
- Чеснок – 5 г
- Вода – 2 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть и нарезать кубиками по 1,5–2 см. Капусту тонко нашинковать. Картофель нарезать средней соломкой. Морковь натереть на крупной терке. Лук нарезать средней соломкой. В чашу мультиварки налить масло, выложить морковь и лук. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. В чашу мультиварки выложить мясо, картофель и капусту, добавить соль и специи, залить водой и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час 20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: за 5 минут до завершения приготовления можно добавить в щи нарезанный соломкой болгарский перец.



Супы

рецепт 8



Харчо

Ингредиенты:

- Баранина (филе) – 530 г
- Картофель – 550 г
- Лук репчатый – 200 г
- Рис длиннозерный (пропаренный) – 100 г
- Паста томатная – 80 г
- Чеснок – 15 г
- Вода – 1,5 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Баранину промыть. Мясо и картофель нарезать кубиками по 1,5–2 см. Лук нарезать кубиками по 1 см. Чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, соль и специи, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: суп приобретет особенно пикантный аромат, если добавить в него шафран и молотый базилик.

Рассольник

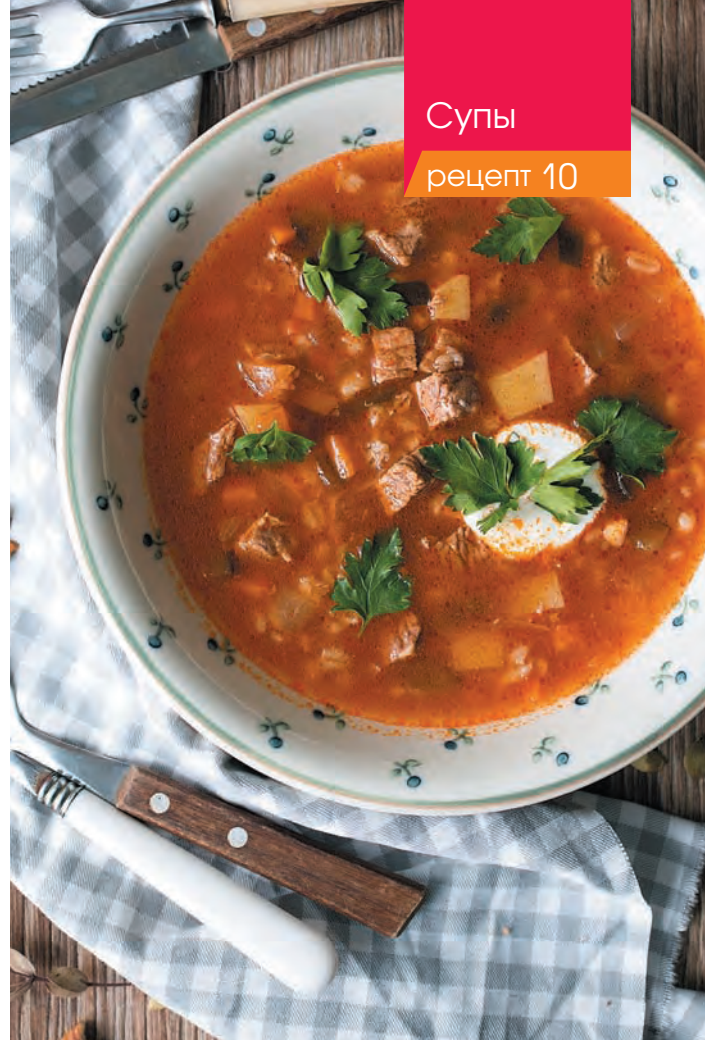
Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 250 г
- Крупа перловая – 200 г
- Картофель – 400 г
- Лук репчатый – 130 г
- Огурцы соленые – 100 г
- Морковь – 80 г
- Рассол огуречный – 100 мл
- Паста томатная – 80 г
- Масло растительное – 70 мл
- Вода – 2 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Говядину промыть. Мясо и картофель нарезать кубиками по 1,5–2 см. Морковь, лук и огурцы нарезать кубиками по 1 см. Крупу промыть до прозрачной воды. В чашу мультиварки выложить морковь, лук и огурцы, добавить томатную пасту и растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая. За 5 минут до завершения приготовления добавить рассол перемешать. Готовить до окончания программы. Нажать **«Отмена»**. В чашу мультиварки выложить мясо, картофель и перловку, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час 50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: чтобы придать рассольнику пряный аромат, добавьте к овощам измельченный корень сельдерея.



Супы

рецепт 10



Солянка

Ингредиенты:

- | | |
|----------------------------------|------------------------------|
| ■ Говядина (филе) – 400 г | ■ Масло растительное – 30 мл |
| ■ Курица копченая (филе) – 200 г | ■ Рассол огуречный – 100 мл |
| ■ Колбаски охотничьи – 130 г | ■ Вода – 2 л |
| ■ Картофель – 560 г | ■ Специи |
| ■ Морковь – 150 г | ■ Соль |
| ■ Лук репчатый – 100 г | |
| ■ Томатная паста – 100 г | |

Порядок приготовления

Говядину промыть. Мясо, лук, морковь, картофель, колбаски и курицу нарезать средней соломкой. В чашу мультиварки налить масло, выложить колбаски, курицу, лук и морковь. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая. За 5 минут до завершения приготовления добавить томатную пасту и рассол, перемешать. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. В чашу мультиварки, выложить мясо и картофель, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте солянку с долькой лимона, оливками и сметаной.

Уха

Супы

рецепт 12

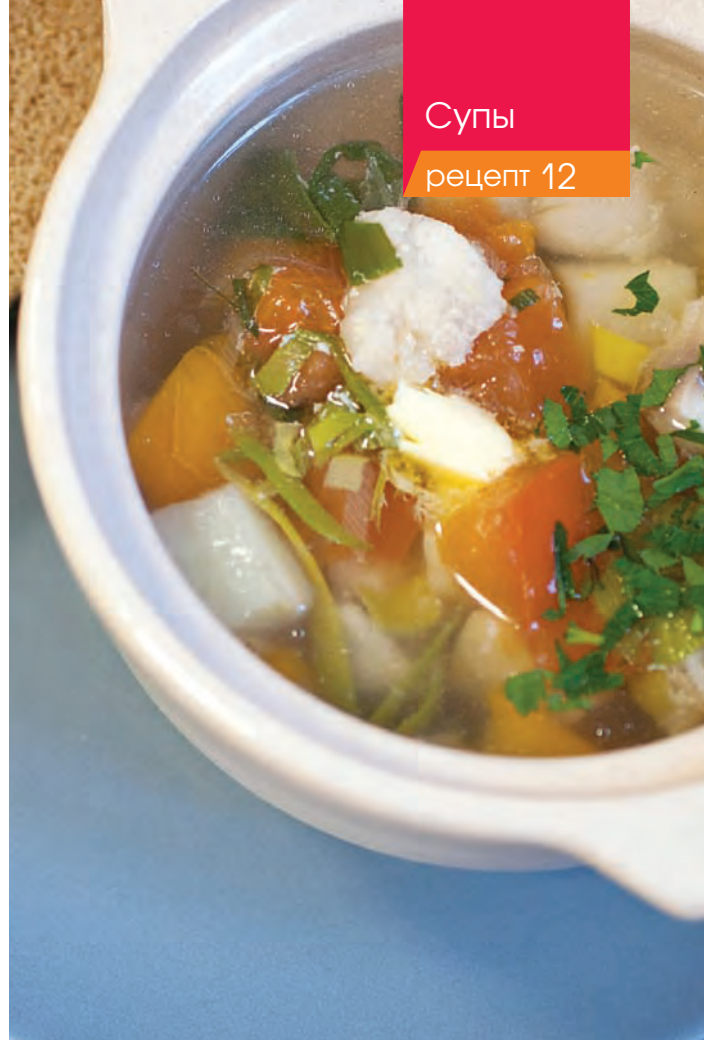
Ингредиенты:

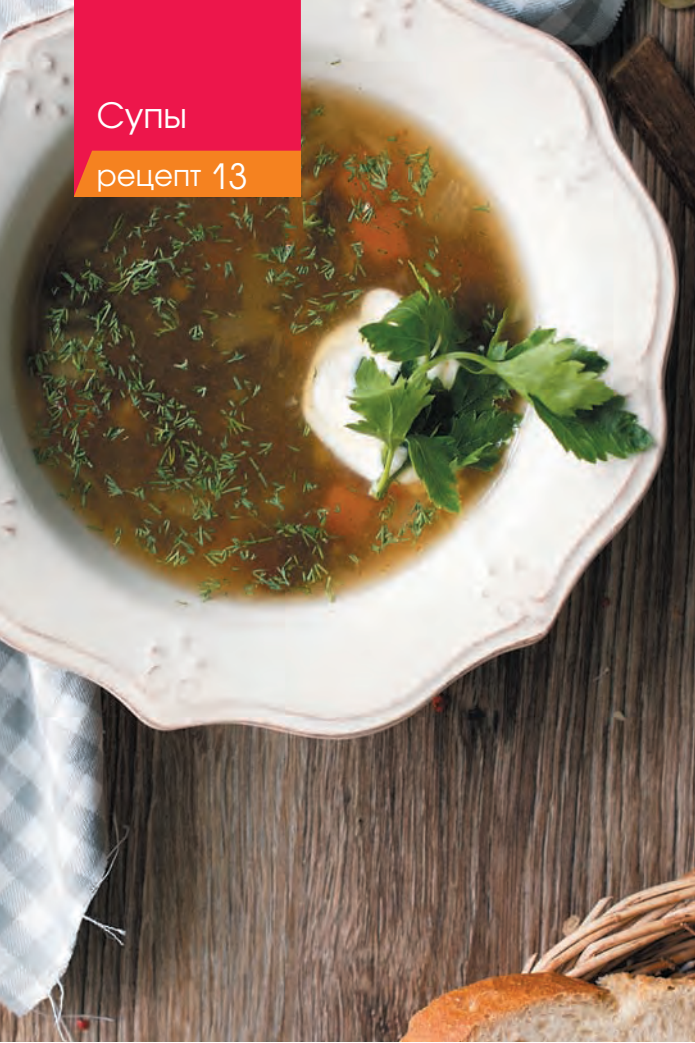
- Минтай (филе) – 200 г
- Окунь (филе) – 200 г
- Картофель – 500 г
- Лук репчатый – 100 г
- Вода – 2 л
- Специи

Порядок приготовления

Рыбу промыть и нарезать кубиками по 1,5–2 см. Картофель нарезать кубиками по 1,5–2 см. Лук измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: уха получится особенно ароматной, если в начале приготовления добавить в нее лавровый лист, перец горошком и корень петрушки.





Суп грибной

Ингредиенты:

- Картофель – 500 г
- Грибы (свежемороженные) – 300 г
- Морковь – 120 г
- Лук репчатый – 100 г
- Вода – 1,5 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Грибы разморозить, промыть, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Картофель, лук и морковь нарезать кубиками по 1,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: при желании можно использовать сухие грибы. В этом случае их необходимо вымочить в течение 2 часов.

Суп щавелевый

Супы

рецепт 14

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 300 г
- Щавель свежий – 300 г
- Картофель – 200 г
- Лук репчатый – 120 г
- Яйцо отварное – 150 г (3 шт.)
- Вода – 1,5 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Отварные яйца разрезать вдоль на 4 части. Говядину промыть. Мясо, лук и картофель нарезать крупной соломкой. Щавель нарезать средней соломкой. Мясо и овощи выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: перед подачей в каждую порцию можно добавить дольку отварного яйца.





Суп с фрикадельками

Ингредиенты:

- Фарш домашний – 200 г
- Картофель – 400 г
- Лук репчатый – 100 г
- Морковь – 100 г
- Паста томатная – 50 г
- Масло сливочное – 20 г
- Чеснок – 5 г
- Вода – 1,5 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Из фарша сформировать фрикадельки диаметром 3–4 см. Лук, морковь и картофель нарезать кубиками по 1,5–2 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, сливочное масло, соль и специи, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: фарш лучше приготовить из разных видов мяса — говядины, баранины и свинины.

Суп с домашней лапшой

Супы

рецепт 16

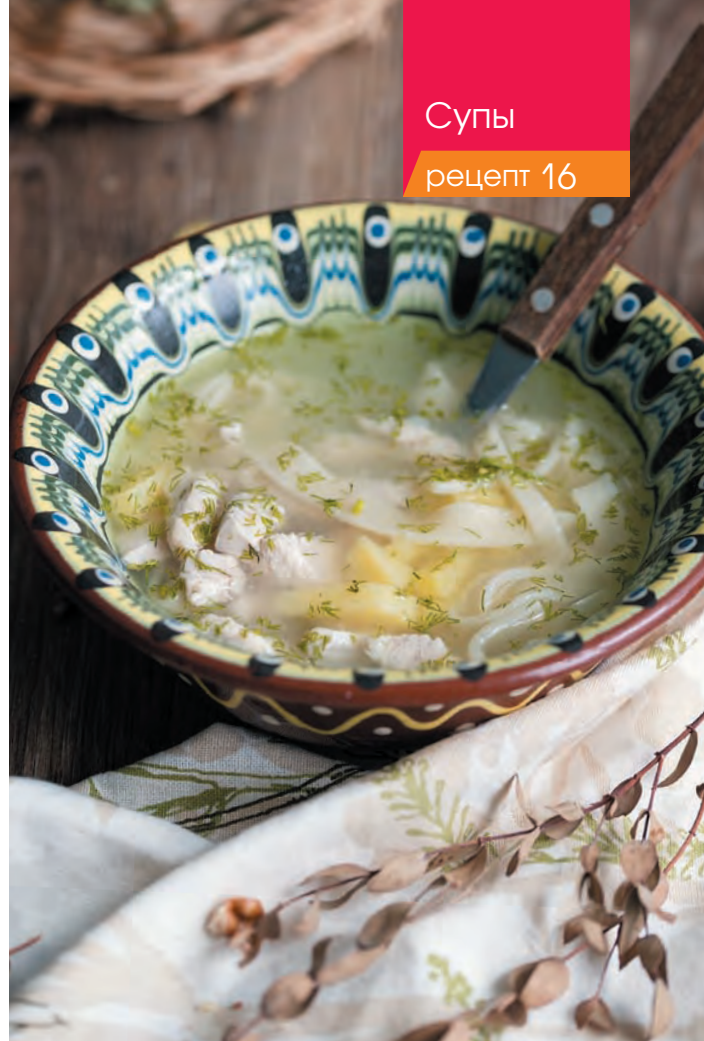
Ингредиенты:

- Курица (филе) – 200 г
- Картофель – 200 г
- Лапша домашняя – 190 г
- Лук репчатый – 100 г
- Вода – 1,5 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Курицу промыть. Филе и картофель нарезать средней соломкой. Лук нарезать мелкой соломкой. Все ингредиенты (кроме лапши) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 20 минут до завершения приготовления в чашу выложить лапшу, все перемешать. Готовить до окончания программы.

Совет: щепотка карри придаст супу насыщенный цвет и пряный аромат.





Суп гороховый с копченостями

Ингредиенты:

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------|
| ■ Ребра свиные (копченые) – 300 г | ■ Морковь – 120 г |
| ■ Колбаса копченая – 100 г | ■ Масло растительное – 30 мл |
| ■ Горох (шлифованный целый) – 300 г | ■ Вода – 2 л |
| ■ Картофель – 700 г | ■ Специи |
| ■ Лук репчатый – 200 г | ■ Соль |

Порядок приготовления

Горох замочить в горячей воде (85°C) на 1 час, затем слить с него воду. Ребра промыть, отделить друг от друга. Морковь, лук, колбасу и картофель нарезать кубиками по 1,5 см. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить морковь и лук. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. В чашу мультиварки выложить ребра, горох, колбасу и картофель, добавить соль и специи, залить водой и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **2 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте готовый суп с обжаренными ломтиками бекона.

Суп сырный с копченостями

Супы

рецепт 18

Ингредиенты:

- Ребра свиные копченые – 300 г
- Картофель – 400 г
- Морковь – 270 г
- Лук репчатый – 250 г
- Сыр плавленый сливочный – 120 г
- Вода – 1,5 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Ребра промыть и отделить друг от друга. Картофель нарезать кубиками по 1,5–2 см. Морковь натереть на крупной терке. Лук нарезать тонкой соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сыр, соль и специи, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте суп с чесночными сухариками.





Крем-суп овощной

Ингредиенты:

- Брокколи – 200 г
- Капуста цветная – 200 г
- Картофель – 160 г
- Морковь – 60 г
- Вода – 1,5 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Картофель и морковь нарезать кубиками по 1,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: готовый суп можно украсить измельченными орехами.

Крем-суп с семгой

Ингредиенты:

- Семга (филе) – 300 г
- Картофель – 200 г
- Кабачки – 60 г
- Лук репчатый – 60 г
- Морковь – 60 г
- Сливки 10% – 100 мл
- Вода – 1 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рыбу промыть и нарезать кубиками по 2 см. Все овощи нарезать кубиками по 1,5 см. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость, добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.

Совет: из специй к этому супу отлично подойдут тимьян и розмарин.



Супы

рецепт 20



Фитнес-суп овощной

Ингредиенты:

- Картофель – 200 г
- Лук репчатый – 100 г
- Морковь – 100 г
- Брокколи – 100 г
- Капуста цветная – 100 г
- Кукуруза консервированная – 50 г
- Лук зеленый – 10 г
- Вода – 1,5 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

С кукурузы слить жидкость. Морковь и картофель нарезать кубиками по 1,5 см. Репчатый и зеленый лук измельчить ножом. Цветную капусту и брокколи разделить на соцветия. Все ингредиенты (кроме зеленого лука) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Установить программу **СУП**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. В готовый суп добавить зеленый лук.

Совет: перед подачей в суп можно добавить сыр тофу.

Курица барбекю

Ингредиенты:

- Курица (голень) – 350 г
- Соус барбекю – 150 г
- Чеснок – 10 г
- Масло растительное – 50 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Голени промыть. Чеснок натереть на мелкой терке. В отдельной емкости смешать соус барбекю, чеснок, соль и специи. Голени натереть полученной смесью и поставить мариноваться на 1 час. В чашу мультиварки налить растительное масло и выложить голени. Закрыть крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **14 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 7 минут до завершения приготовления открыть крышку и перевернуть голени. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: к курице барбекю отлично подойдет гарнир из овощей на пару.





Курица со сливками

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 440 г
- Сливки 33% – 480 г
- Помидоры – 180 г
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Филе промыть. Курицу и помидоры нарезать крупными брусочками. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить сливками, добавить специи и соль, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй подойдут майоран и чабрец.

Желудки куриные тушеные

Вторые
блюда
рецепт 24

Ингредиенты:

- Желудки куриные – 250 г
- Помидоры – 140 г
- Лук репчатый – 100 г
- Морковь – 70 г
- Перец болгарский – 60 г
- Вода – 150 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Желудки промыть, удалить пленки. Перец очистить от сердцевины и семян. Желудки и овощи нарезать средней соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить специи и соль, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: блюдо получится более пикантным, если во время приготовления в него добавить измельченный чеснок.





Котлеты куриные с сыром

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 500 г
- Сыр твердый – 200 г
- Масло сливочное – 150 г
- Петрушка – 10 г
- Укроп – 10 г
- Масло растительное – 70 мл
- Сухари панировочные
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Сыр натереть на крупной терке. Зелень измельчить ножом. В отдельной емкости смешать сыр, зелень и сливочное масло, добавить соль. Из полученной смеси сформировать шарики диаметром 3 см и поместить в морозилку на 10 минут. Филе промыть и пропустить через мясорубку. Добавить в фарш специи и соль, вымесить до однородной массы. Из фарша сформировать лепешки, выложить на каждую сырный шарик. Сформировать котлеты и обваливать их в панировочных сухарях. В чашу мультиварки налить растительное масло и выложить котлеты. Закрывать крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 7 минут до завершения приготовления открыть крышку и перевернуть котлеты. Закрывать крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте котлеты с соусом тартар.

Свинина со сливками

Ингредиенты:

- Свинина (филе) – 280 г
- Лук репчатый – 150 г
- Сливки 33% – 90 мл
- Шампиньоны свежие – 50 г
- Чеснок – 6 г
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Свинину промыть. Мясо, лук и грибы нарезать средней соломкой, чеснок нарезать пластинками. Мясо, грибы, лук и чеснок выложить в чашу мультиварки, добавить сливки и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй к этому блюду подойдут кориандр и паприка.

Вторые
блюда
рецепт 26





Мясо по-французски

Ингредиенты:

- Свинина (шея) – 430 г
- Помидоры – 100 г
- Сыр твердый – 100 г
- Шампиньоны (свежие) – 30 г
- Масло оливковое – 30 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на стейки толщиной 2 см и слегка отбить. Помидоры и грибы нарезать пластинками толщиной 0,5 см. Сыр натереть на крупной терке. В чашу мультиварки налить оливковое масло. На дно чаши выложить мясо, добавить соль и специи. Сверху выложить помидоры и грибы, посыпать сыром. Закрыть крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **8 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: свинина получится более сочной и пикантной, если перед приготовлением натереть ее горчицей.

Рулька

Вторые
блюда
рецепт 28

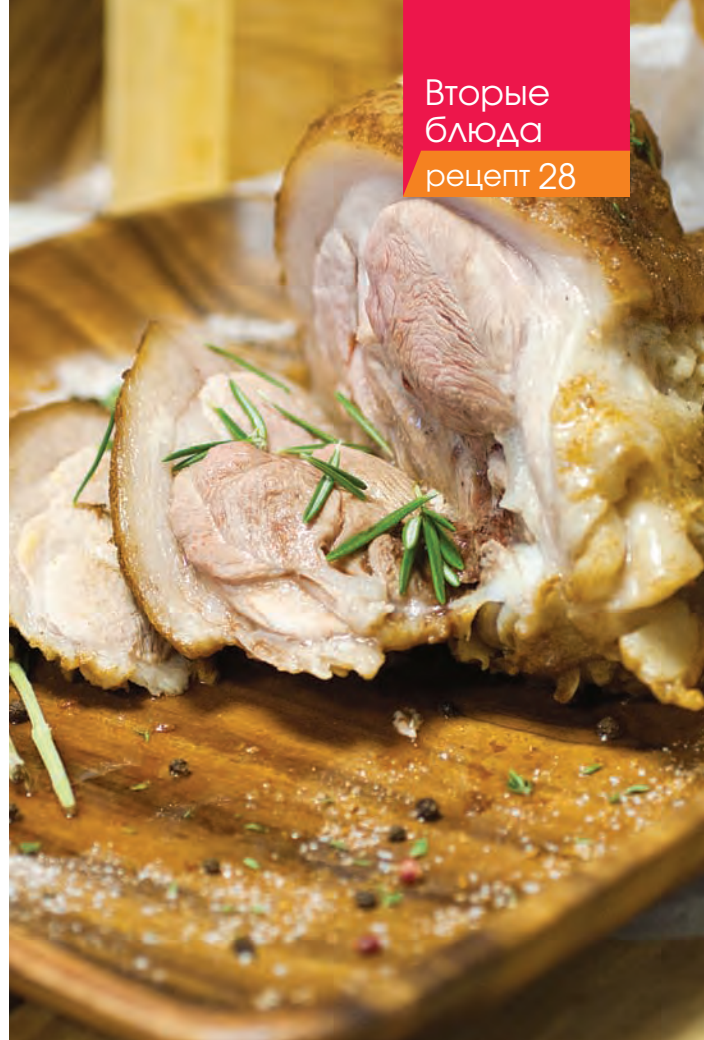
Ингредиенты:

- Рулька свиная – 900 г
- Лук репчатый – 250 г
- Чеснок – 15 г
- Базилик (сушеный) – 5 г
- Масло растительное – 50 мл
- Вода – 200 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рульку промыть, сделать в ней глубокие надрезы и нашпиговать зубчиками чеснока. Лук измельчить ножом, смешать с солью, специями и базиликом. Полученной смесью натереть рульку и оставить мариноваться в холодильнике на 9 часов. Рульку выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло и воду. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **4 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с маринованным луком и черемшой.





Рагу со свиной

Ингредиенты:

- Свиная (филе) – 450 г
- Картофель – 1 кг
- Морковь – 200 г
- Помидоры – 200 г
- Перец болгарский – 200 г
- Лук репчатый – 150 г
- Чеснок – 15 г
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть. Свиную и овощи нарезать кубиками по 2 см, зелень и чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить чеснок, специи и соль, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из пряностей к свинине отлично подходят кайенский перец, мускатный орех и кардамон.

Бефстроганов

Ингредиенты:

- Говядина (вырезка) – 300 г
- Сметана 20% – 400 г
- Лук репчатый – 120 г
- Масло сливочное – 30 г
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на стейки толщиной 1,5–2 см, отбить до толщины 0,5–0,8 см, а затем нарезать длинными брусочками. Лук нарезать тонкой соломкой. Мясо, лук и масло выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Через 5 минут после начала приготовления открыть крышку и перемешать мясо. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Открыть крышку. Добавить в чашу сметану, специи и соль, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с гарниром из картофеля и грибов.





Гуляш из говядины

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 700 г
- Лук репчатый – 200 г
- Чеснок – 20 г
- Томатная паста – 100 г
- Масло растительное – 70 мл
- Вода – 200 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Говядину промыть. Мясо и лук нарезать кубиками по 1,5–2 см. Чеснок измельчить ножом. Мясо и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, чеснок, томатную пасту, специи и соль, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **2 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй подойдут тимьян, паприка и майоран.

Ассорти рыбное

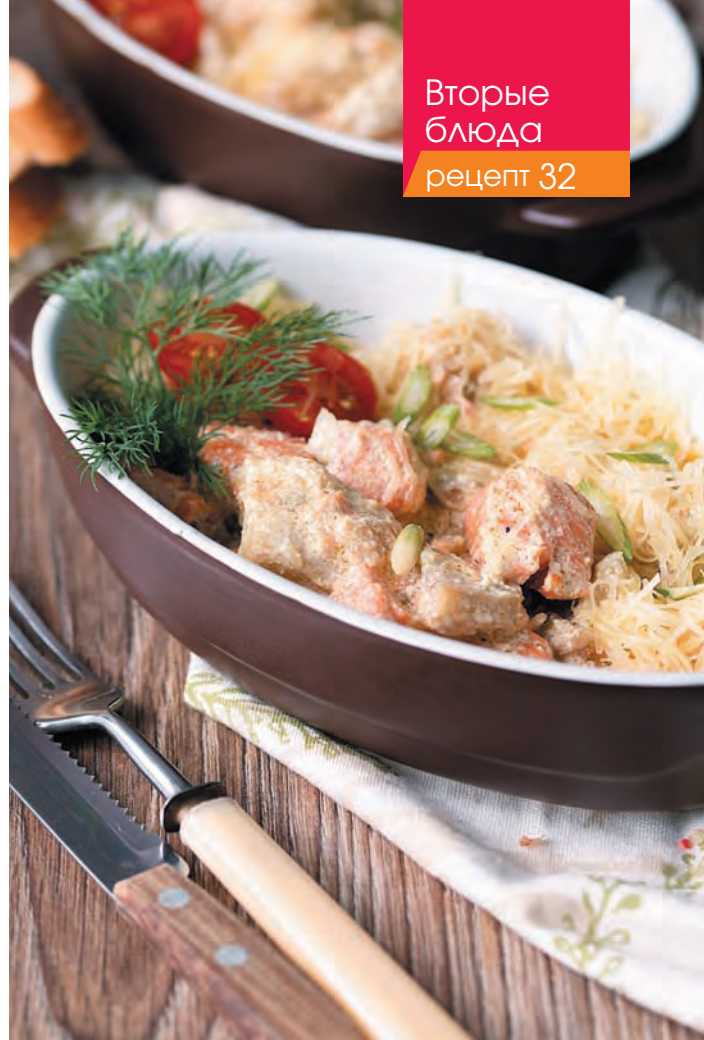
Ингредиенты:

- Тилапия (филе) – 230 г
- Семга (филе) – 200 г
- Сыр твердый – 100 г
- Сливки 10% – 100 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рыбу промыть, нарезать кубиками по 1–1,5 см. Сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты (кроме сыра) выложить в чашу мультиварки. Залить сливками, добавить специи и соль, перемешать. Посыпать сыром. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: готовое ассорти можно подать с припущенными стеблями спаржи и каперсами.





Тилапия жареная

Ингредиенты:

- Тилапия (филе) – 500 г
- Масло растительное – 60 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рыбу промыть, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить масло и выложить рыбу. Закрывать крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **7 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: готовую рыбу можно подать со сливочным соусом.

Креветки жареные

Ингредиенты:

- Креветки королевские свежемороженные – 600 г
- Масло растительное – 100 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Креветки разморозить, промыть и очистить от панциря, оставив головы и хвостики. В чашу мультиварки налить масло и выложить креветки, добавить специи и соль, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **6 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 3 минуты до завершения приготовления открыть крышку и перевернуть креветки. Закрывать крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: готовые креветки можно сбрызнуть соком лайма.





Кальмары в сметане

Ингредиенты:

- Кольца кальмара свежемороженные – 260 г
- Сметана – 220 г
- Помидоры – 160 г
- Морковь – 100 г
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Кольца кальмара разморозить и промыть. Морковь натереть на крупной терке. Помидоры нарезать средней соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить специи и соль, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй к этому блюду лучше всего подойдут базилик и шафран.

Гуляш по-средиземноморски

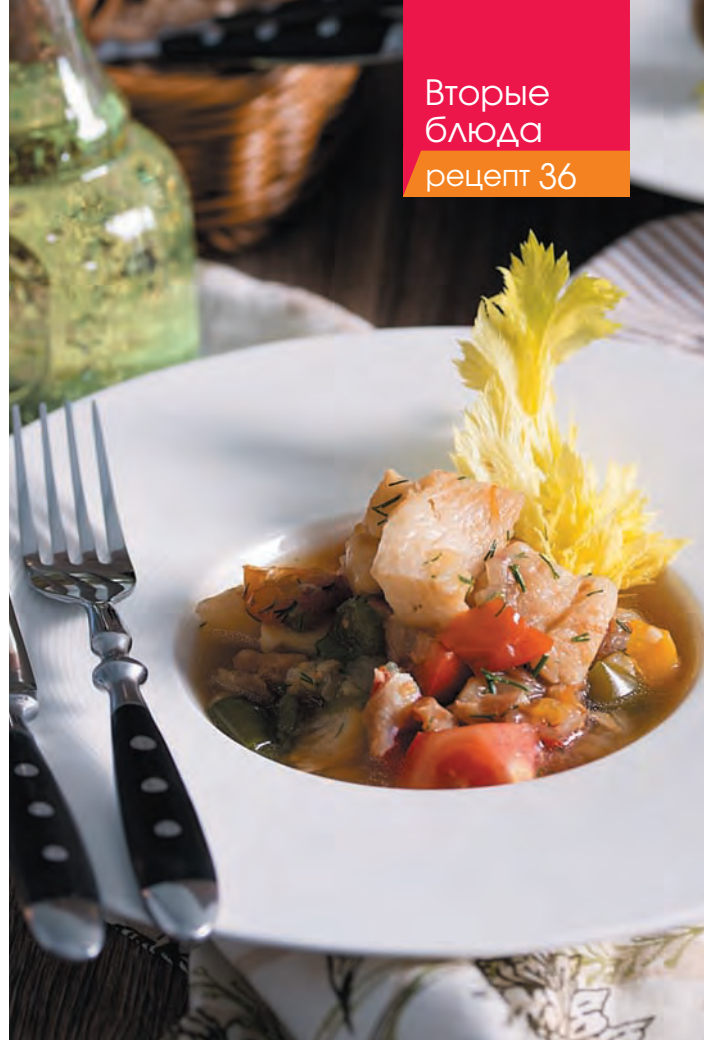
Ингредиенты:

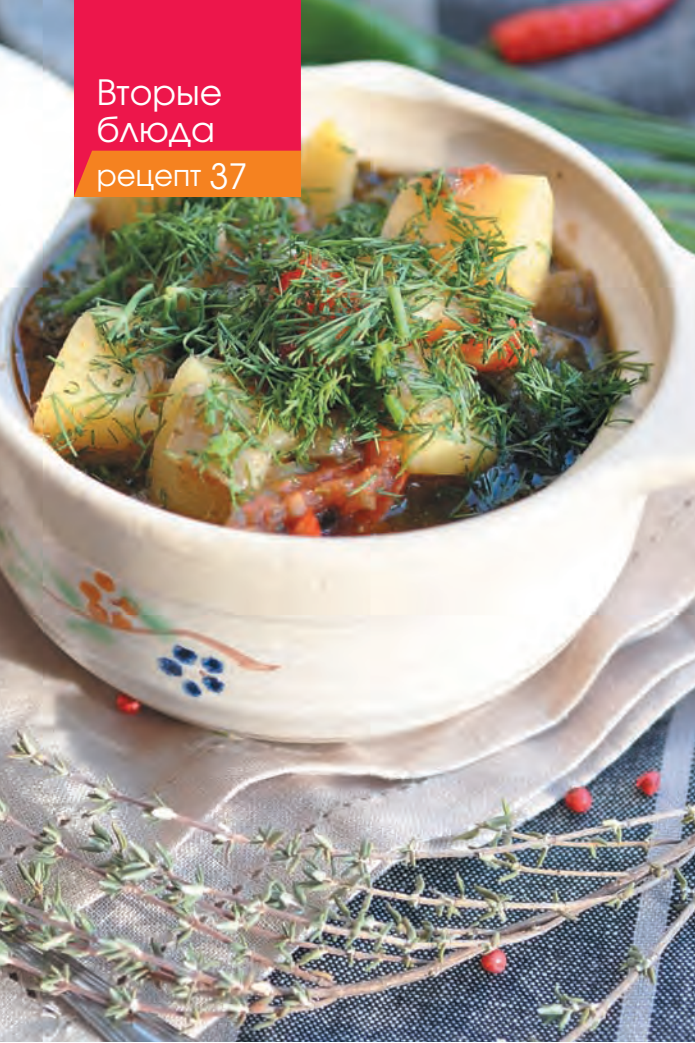
- Минтай (филе) – 300 г
- Перец болгарский – 240 г
- Помидоры – 160 г
- Лук репчатый – 100 г
- Паста томатная – 100 г
- Чеснок – 10 г
- Вода – 150 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рыбу промыть. Перец очистить от сердцевины и семян. Рыбу, лук, перец и помидоры нарезать кубиками по 2 см. Чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить специи и соль, перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй к этому блюду отлично подойдут тимьян и розмарин.





Овощное рагу

Ингредиенты:

- Картофель – 600 г
- Капуста белокочанная – 500 г
- Баклажаны – 400 г
- Морковь – 150 г
- Помидоры – 150 г
- Лук репчатый – 100 г
- Масло сливочное – 50 г
- Чеснок – 10 г
- Вода – 200 г
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Картофель, баклажаны, помидоры и капусту нарезать кубиками по 2 см. Морковь натереть на крупной терке. Лук нарезать средней соломкой. Чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сливочное масло, чеснок, специи и соль, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: вкус блюда подчеркнут прованские травы.

Омлет

Ингредиенты:

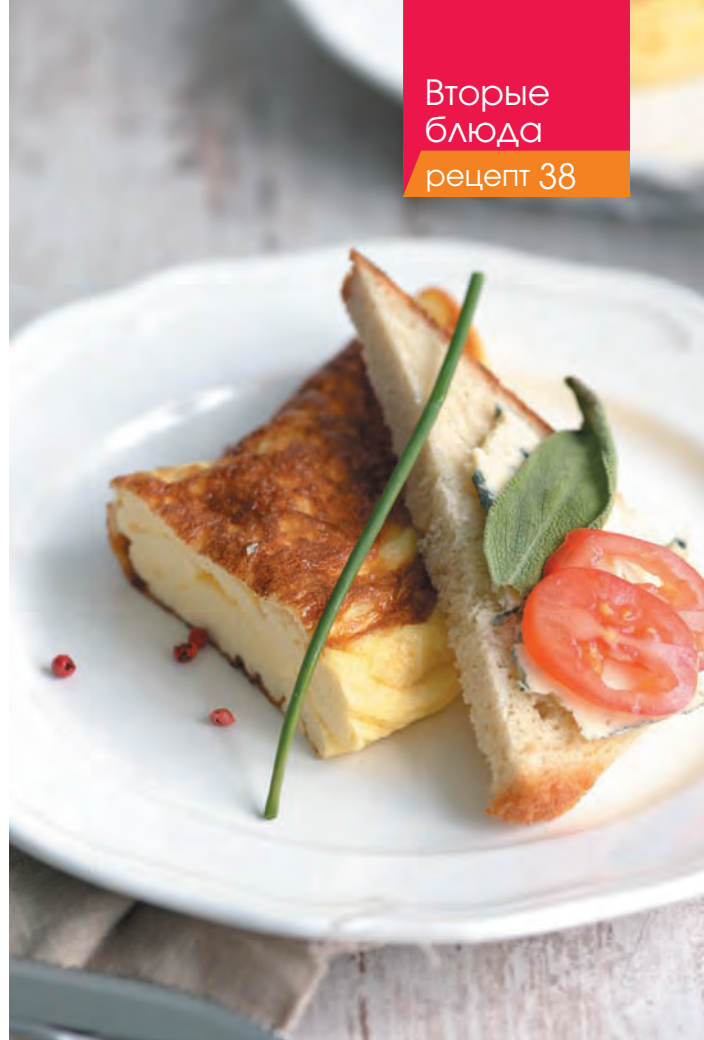
- Яйцо – 500 г/10 шт.
- Масло сливочное – 30 г
- Молоко 2,5% – 500 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Яйца с молоком взбить венчиком до однородной массы, добавить специи и соль, перемешать. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, вылить в нее яично-молочную смесь. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: готовый омлет можно посыпать тертым сыром.

Вторые
блюда
рецепт 38





Яичница

Ингредиенты:

- Яйцо – 100 г/2 шт.
- Масло растительное – 10 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Открыть крышку мультиварки. Поднять ТЭН и закрепить его в верхнем положении, поставить на ТЭН сковороду. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. На сковороду налить масло. После начала обратного отсчета на разогретую сковороду разбить яйца, добавить соль и специи. За 3 минуты до окончания программы снять сковороду с ТЭНа и нажать кнопку **«Отмена»**.

Совет: подавайте с ломтиками свежего хлеба.

Бигус

Ингредиенты:

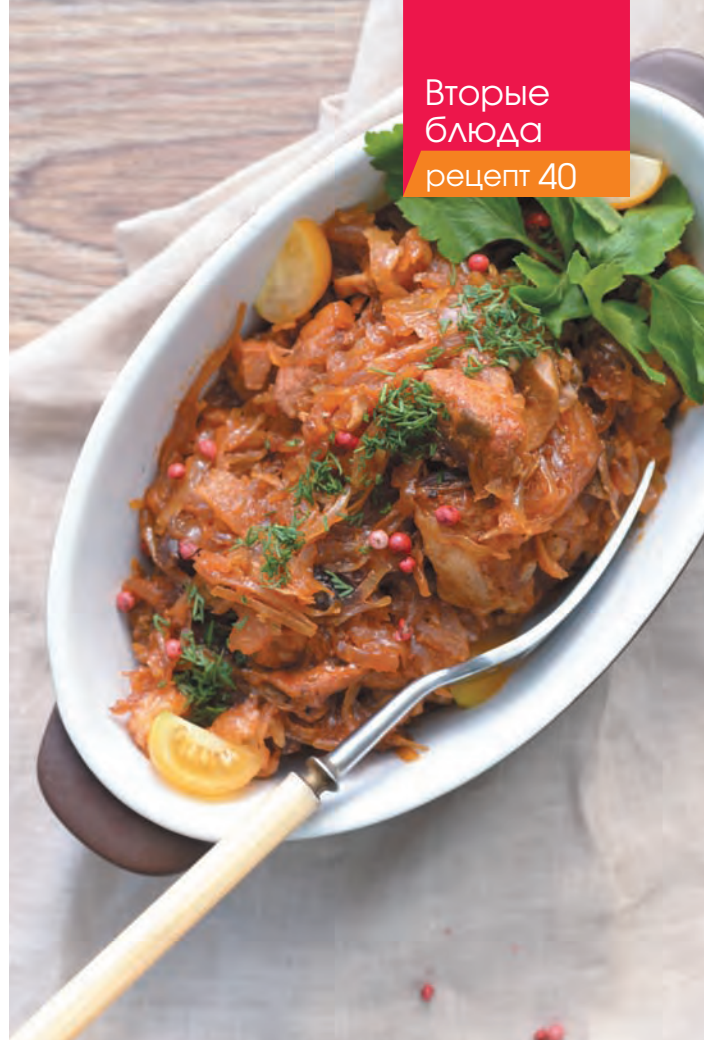
- Говядина (филе) – 400 г
- Капуста белокочанная – 600 г
- Лук репчатый – 100 г
- Морковь – 100 г
- Паста томатная – 100 г
- Вода – 100 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть. Говядину и капусту нарезать крупной соломкой, лук — тонкой соломкой. Морковь натереть на крупной терке. Мясо, лук и морковь выложить в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, специи и соль, перемешать. Сверху выложить капусту, посыпать солью и специями. Залить все водой. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: в блюдо можно добавить обжаренные шампиньоны.

Вторые
блюда
рецепт 40





Голубцы в сметанном соусе

Ингредиенты:

- Фарш домашний – 400 г
- Сметана 15% – 300 г
- Капуста белокочанная (листья) – 200 г
- Лук репчатый – 150 г
- Рис отварной – 100 г
- Яйцо – 50 г/1 шт.
- Масло сливочное – 30 г
- Мука – 20 г
- Чеснок – 15 г
- Вода – 300 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Капустные листья выдержать в течение 5 минут в кипятке (95°C), крупные прожилки отбить. Фарш, лук и чеснок пропустить через мясорубку. Добавить в фарш рис, яйцо, специи и соль, все тщательно перемешать. На каждый капустный лист выложить небольшую порцию фарша и плотно завернуть. Сметану, муку и воду смешать в отдельной емкости до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить голубцы швом вниз, залить сметанной смесью. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **1 час 20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: вместо фарша можно использовать начинку из грибов, овощей и отварного риса.

Перцы фаршированные

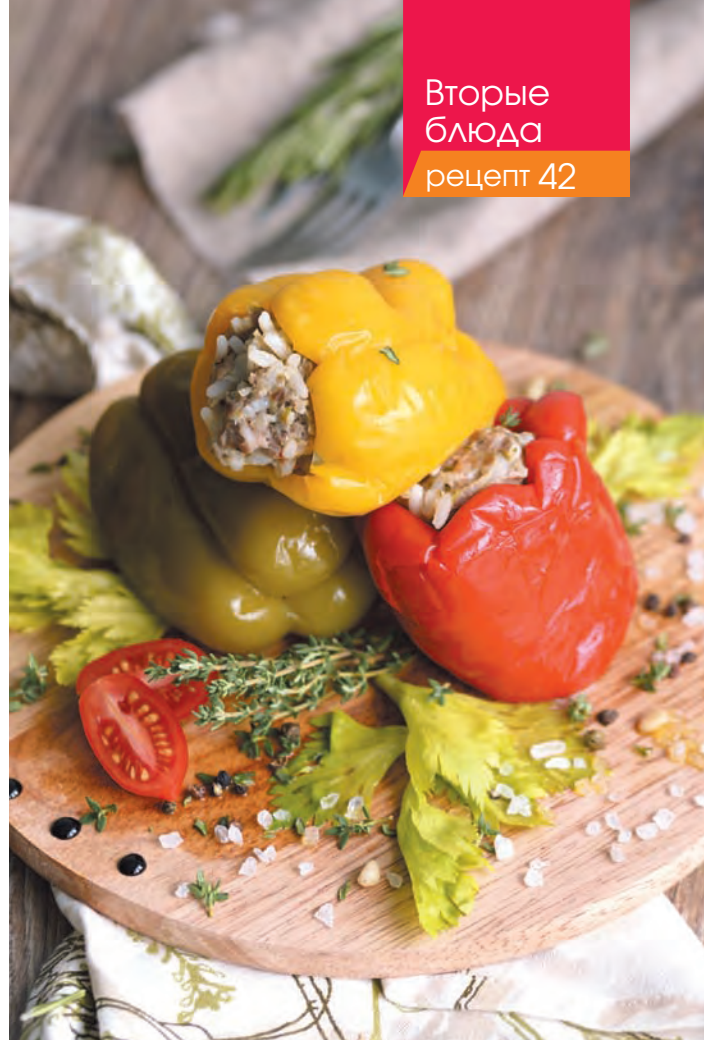
Ингредиенты:

- Фарш домашний – 600 г
- Перец болгарский – 500 г (3 шт.)
- Рис отварной – 150 г
- Вода – 150 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Фарш смешать с рисом, добавить специи и соль. Перцы очистить от сердцевины и семян. Наполнить каждый перец фаршем. Выложить перцы в чашу мультиварки, залить водой. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: выбирайте перцы различных цветов — так блюдо будет выглядеть ярче и аппетитнее.





Зразы

Ингредиенты:

- | | |
|------------------------------|-----------------------|
| ■ Фарш домашний – 150 г | ■ Петрушка – 10 г |
| ■ Лук репчатый – 80 г | ■ Масло |
| ■ Яйцо отварное – 50 г/1 шт. | растительное – 50 мл |
| ■ Масло сливочное – 20 г | ■ Молоко 2,5% – 10 мл |
| ■ Хлеб пшеничный – 20 г | ■ Специи |
| ■ Сухари панировочные – 20 г | ■ Соль |

Порядок приготовления

Хлеб замочить в холодной воде на 5 минут и хорошо отжать. В фарш добавить хлеб, молоко, специи и соль, вымешать до однородной массы. Петрушку измельчить ножом. Яйцо натереть на крупной терке. Лук нарезать тонкой соломкой. В чашу мультиварки выложить сливочное масло и лук. Закрыть крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый лук выложить в отдельную емкость, добавить яйцо и зелень, перемешать. Из фарша сформировать лепешки толщиной 1 см, на каждую выложить немного начинки, сформировать зразы и запанировать в сухарях. В чашу мультиварки налить масло, выложить зразы. Закрыть крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 10 минут до завершения приготовления открыть крышку и перевернуть зразы. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте зразы с запеченным картофелем.

Тефтели в белом соусе

Вторые
блюда
рецепт 44

Ингредиенты:

- Фарш домашний – 320 г
- Сметана 20% – 500 г
- Лук репчатый – 80 г
- Хлеб пшеничный – 80 г
- Масло сливочное – 50 г
- Мука – 30 г
- Молоко 2,5% – 80 мл
- Вода – 500 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Хлеб замочить на 5 минут в холодной воде, затем хорошо отжать. Фарш с репчатым луком и хлебом пропустить через мясорубку. Добавить в фарш молоко, специи и соль, вымесить до однородной массы и выбить. Из готового фарша сформировать тефтели диаметром 5 см. В отдельной емкости смешать до однородной консистенции сметану, муку и воду. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить тефтели и залить сметанной смесью. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с картофельным пюре.





Печень жареная с луком

Ингредиенты:

- Печень говяжья – 400 г
- Лук репчатый – 150 г
- Масло растительное – 20 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Печень промыть, удалить прожилки, срезать пленку. Печень и лук нарезать тонкой соломкой. В чашу мультиварки налить растительное масло и выложить лук. Закрыть крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 10 минут до завершения приготовления открыть крышку, выложить печень и перемешать. Закрыть крышку. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы.

Совет: подавайте с чесночным соусом.

Плов с овощами

Ингредиенты:

- Рис шлифованный – 260 г
- Горошек зеленый консервированный – 100 г
- Перец болгарский – 100 г
- Морковь – 70 г
- Лук-порей (белая часть) – 70 г
- Масло растительное – 70 мл
- Вода – 330 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Перец очистить от сердцевины и семян. Перец и морковь нарезать кубиками по 1 см. Лук-порей нарезать кольцами. С горошка слить жидкость. Все овощи выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, специи и соль, перемешать. На овощи выложить рис и разровнять, залить все водой. Закрывать крышку. Установить программу **ПЛОВ**, время приготовления **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: в это блюдо можно добавить чернослив.





Плов со свинойной

Ингредиенты:

- Свиная (шея) – 500 г
- Рис шлифованный – 500 г
- Морковь – 200 г
- Лук репчатый – 200 г
- Масло растительное – 70 мл
- Чеснок – 15 г
- Вода – 650 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Мясо промыть и нарезать кубиками по 2–2,5 см. Морковь натереть на крупной терке. Лук нарезать тонкой соломкой. Зубчики чеснока, не очищая, промыть. Мясо, морковь и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, специи и соль, перемешать. Сверху на мясо выложить рис и разровнять. В рис заложить зубчики чеснока. Залить все водой. Закрыть крышку. Установить программу **ПЛОВ**, время приготовления **35 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: добавьте в плов карри, чтобы придать ему золотистый цвет.

Плов с морепродуктами

Ингредиенты:

- Коктейль из морепродуктов замороженный – 300 г
- Рис шлифованный – 300 г
- Морковь – 120 г
- Лук репчатый – 100 г
- Вода – 400 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Морепродукты разморозить, откинуть на дуршлаг и дать стечь жидкости. Лук и морковь нарезать средней соломкой. Выложить овощи и морепродукты в чашу мультиварки, добавить специи и соль, перемешать. Сверху выложить рис и разровнять. Залить все водой. Закрывать крышку. Установить программу **ПЛОВ**, время приготовления **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: украсьте готовое блюдо отварными креветками и мидиями.





Курица копченая

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 500 г
- «Жидкий дым» – 13 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Курицу промыть, натереть солью, специями и «Жидким дымом». Завернуть курицу в фольгу и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте курицу с дижонской горчицей и свежими овощами.

Свинина копченая

Копчение
рецепт 50

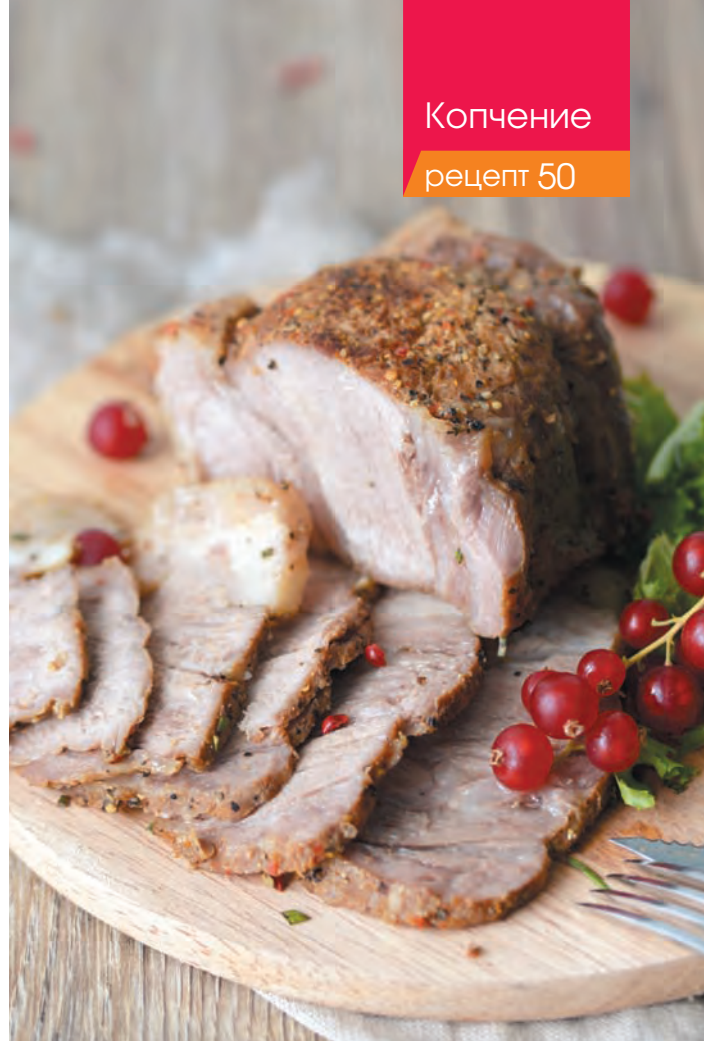
Ингредиенты:

- Свинина (шея) – 600 г
- «Жидкий дым» – 14 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на порционные куски, натереть солью, специями и «Жидким дымом». Каждый кусок завернуть в фольгу и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте свинину с соусом барбекю.





Форель копченая

Ингредиенты:

- Форель (стейк) – 300 г
- «Жидкий дым» – 10 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рыбу промыть, натереть солью, специями и «Жидким дымом». Стейк завернуть в фольгу и выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: готовую форель можно украсить дольками апельсина и маслинами.

Пюре картофельное

Ингредиенты:

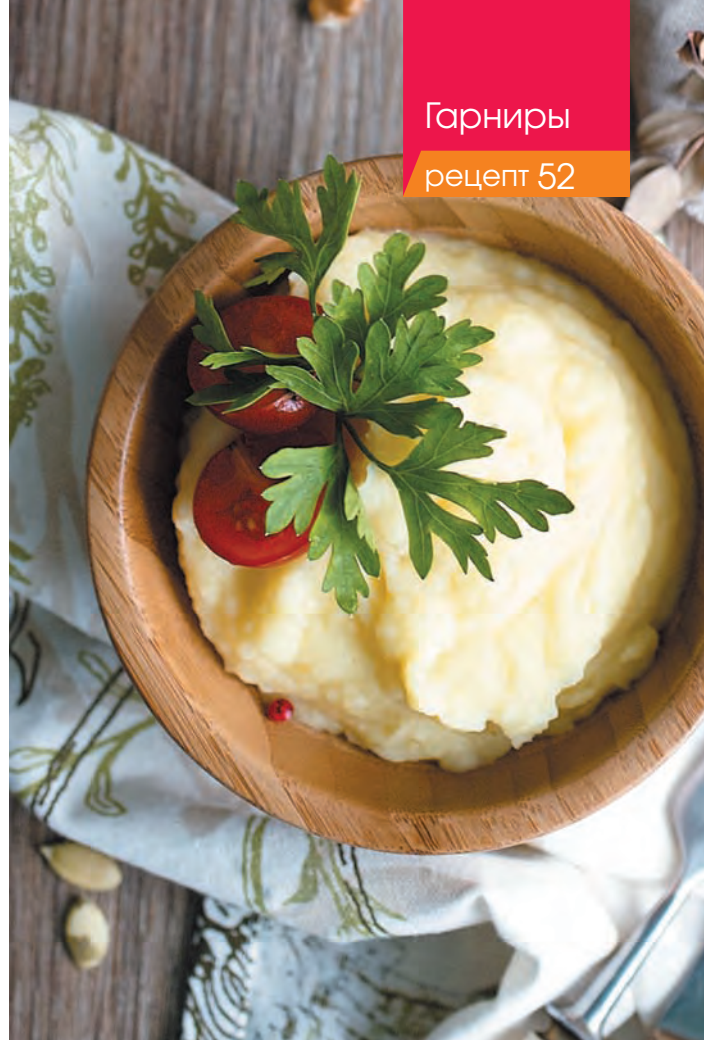
- Картофель – 600 г
- Масло сливочное – 50 г
- Молоко 2,5% – 300 мл
- Вода – 300 мл
- Соль

Порядок приготовления

Картофель разрезать на шесть частей, выложить в чашу мультиварки, залить молоком и водой, добавить сливочное масло и соль. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **100°C**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый картофель порировать.

Совет: пюре получится более пышным, если взбить его блендером.

Гарниры
рецепт 52





Картофель жареный

Ингредиенты:

- Картофель – 400 г
- Шампиньоны свежие – 130 г
- Масло растительное – 60 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Картофель нарезать средними брусочками. Грибы нарезать ломтиками по 0,5 см. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить картофель и грибы, перемешать. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы.

Совет: к жареному картофелю отлично подойдет соус песто.

Рис отварной

Ингредиенты:

- Рис шлифованный – 260 г
- Масло сливочное – 20 г
- Вода – 380 мл
- Соль

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее рис, залить водой, добавить соль и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ЭКСПРЕСС**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: рис приобретет пикантный аромат, если при приготовлении в воду добавить сушеную зелень.

Гарниры
рецепт 54





Рис для гарнира

Ингредиенты:

- Рис шлифованный – 200 г
- Морковь – 130 г
- Лук репчатый – 50 г
- Оливки – 50 г
- Чеснок – 5 г
- Масло оливковое – 40 мл
- Вода – 270 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Морковь и чеснок натереть на крупной терке. Лук нарезать кубиками по 0,5 см. Оливки разрезать пополам. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить специи, соль и оливковое масло. Закрывать крышку. Установить программу **ЭКСПРЕСС**. Нажать кнопку **«Старт»**. Закрывать крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: рис приобретет золотистый цвет и пряный аромат, если в него добавить щепотку куркумы.

Гречка рассыпчатая

Ингредиенты:

- Крупа гречневая – 260 г
- Масло сливочное – 20 г
- Вода – 600 мл
- Соль

Порядок приготовления

Крупу промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее гречку, залить водой, добавить соль и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ЭКСПРЕСС**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: в гречку можно добавить обжаренный лук.





Фасоль красная отварная

Ингредиенты:

- Фасоль красная – 500 г
- Вода – 1,5 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Фасоль залить кипятком (95°C) и оставить на 1 час, затем откинуть на дуршлаг и дать стечь жидкости. Выложить фасоль в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **100°C**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с жареными грибами.

Макароны

Ингредиенты:

- Макароны – 240 г
- Масло растительное – 20 мл
- Вода – 1 л
- Соль

Порядок приготовления

В чашу мультиварки налить воду, добавить соль и растительное масло. Закрывать крышку. Установить программу **МАКАРОНЫ**, время приготовления **8 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала открыть крышку, выложить в чашу макароны и перемешать. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке до окончания программы.

Совет: перед подачей макароны можно посыпать тертым сыром.





Овощи на пару

Ингредиенты:

- Картофель – 150 г
- Перец болгарский – 120 г
- Фасоль стручковая – 100 г
- Брокколи свежемороженая – 100 г
- Вода – 1 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Картофель нарезать кубиками по 1,5–2 см. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать кубиками по 2 см. В чашу мультиварки налить воду, установить на чашу контейнер для приготовления на пару, выложить в него все ингредиенты, добавить соль и специи, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **НА ПАРУ**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: блюдо можно заправить соевым соусом.

Манты

Ингредиенты:

Для теста:

- Мука пшеничная в/с – 500 г
- Яйцо – 100 г/2 шт.
- Масло растительное – 15 мл
- Вода – 200 мл
- Соль

Для фарша:

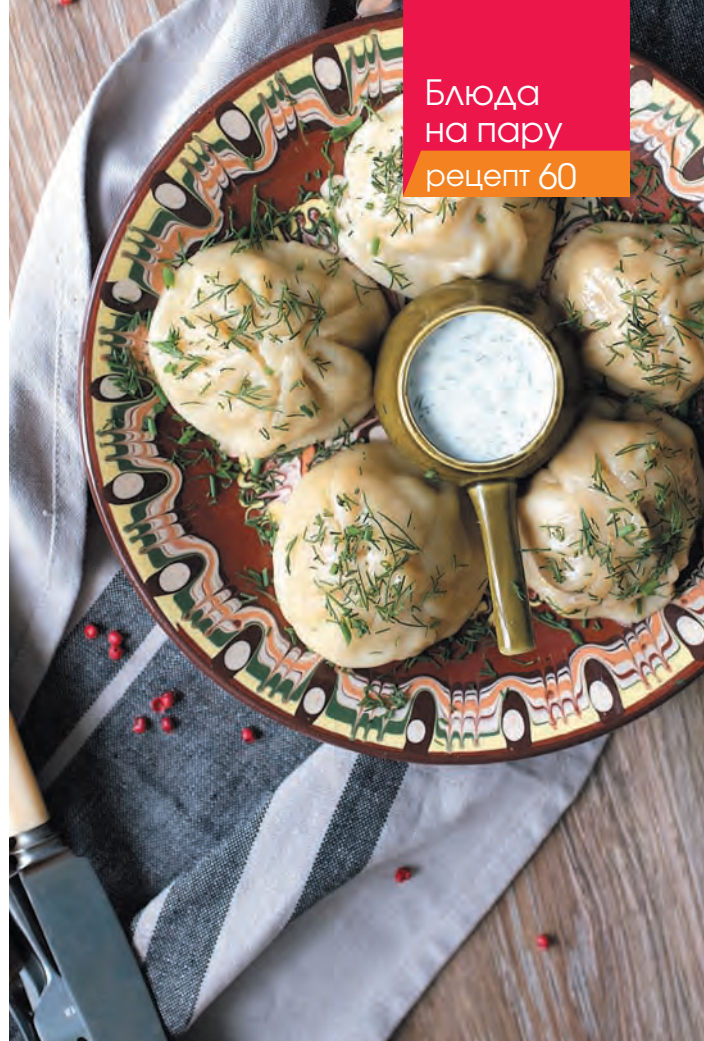
- Говядина (филе) – 300 г
- Свинина (филе) – 300 г
- Яйцо – 100 г/2 шт.
- Лук репчатый – 100 г
- Чеснок – 5 г
- Вода – 1 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Приготовить тесто: в муке сделать небольшое углубление, аккуратно разбить в него яйца, добавить растительное масло, подсолненную воду и перемешать. Тесто вымесить до однородной консистенции. Приготовить фарш: мясо промыть, вместе с луком и чесноком пропустить через мясорубку, добавить яйца, специи и соль, перемешать. Тесто тонко раскатать, вырезать из него кружки диаметром 15 см. На каждый кружок выложить немного фарша, защипать края теста. В чашу мультиварки налить воду, установить на чашу контейнер для приготовления на пару и выложить в него манты. Закрыть крышку. Установить программу **НА ПАРУ**, время приготовления **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: манты получатся более сочными, если в фарш добавить измельченный шпик.

Блюда
на пару
рецепт 60





Котлеты куриные на пару с рисом

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 600 г
- Рис шлифованный – 300 г
- Лук репчатый – 100 г
- Чеснок – 6 г
- Вода – 400 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Курицу промыть и вместе с луком и чесноком пропустить через мясорубку. Добавить специи и соль, вымешать фарш. Из фарша сформировать котлеты. Рис выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и перемешать. На чашу установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него котлеты. Закрыть крышку. Установить программу **ЭКСПРЕСС**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте блюдо с томатным соусом.

Свинина с картофелем на пару

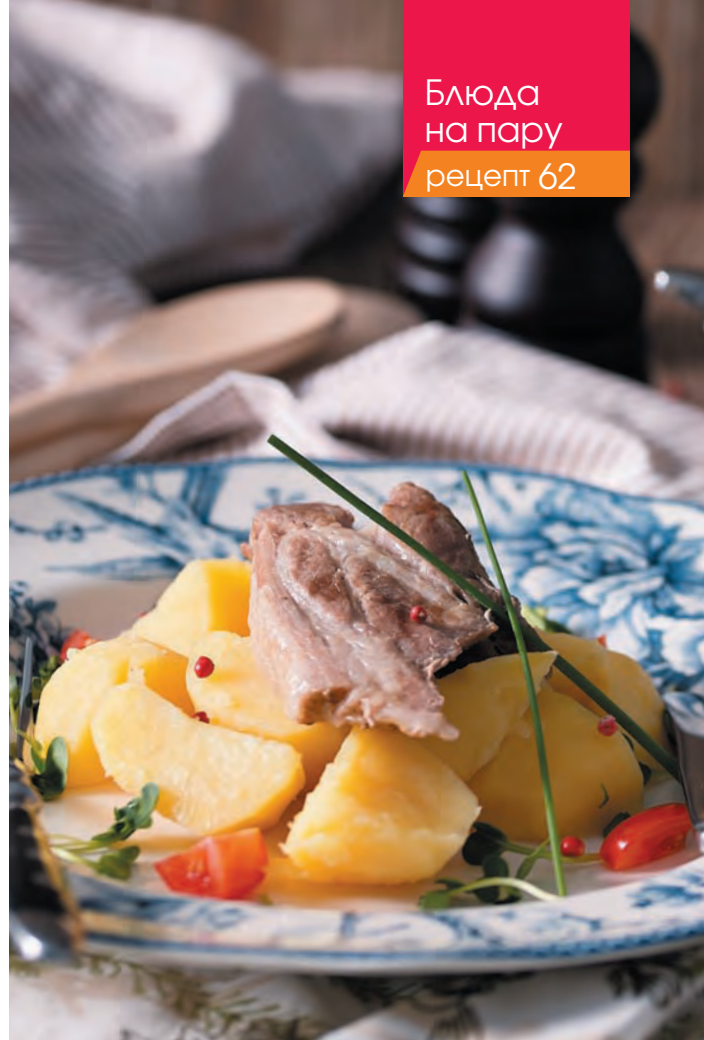
Ингредиенты:

- Свинина (филе) – 300 г
- Картофель – 500 г
- Горчица – 20 г
- Вода – 1 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на стейки толщиной 2 см, натереть горчицей, солью и специями. Стейки выложить в отдельную емкость и поставить мариноваться в холодильник на 2 часа. Картофель нарезать кубиками по 2–2,5 см. В чашу мультиварки налить воду, установить на чашу контейнер для приготовления на пару. В контейнер выложить свинину и картофель. Закрыть крышку. Установить программу **НА ПАРУ**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с горчичным соусом.





Тилапия на пару

Ингредиенты:

- Тилапия (филе) – 150 г
- Морковь – 100 г
- Брокколи свежемороженая – 100 г
- Капуста цветная свежемороженая – 100 г
- Вода – 1 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рыбу промыть, натереть солью и специями. Морковь нарезать тонкими кружками. В чашу мультиварки налить воду, установить на чашу контейнер для приготовления на пару. В контейнер выложить все ингредиенты, добавить специи и соль. Закрыть крышку. Установить программу **НА ПАРУ**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй подойдут к тилапии фенхель и майоран.

Семга на пару

Ингредиенты:

- Семга (стейк) – 300 г
- Вода – 1 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рыбу промыть, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить воду, установить на чашу контейнер для приготовления на пару, выложить в него рыбу. Закрыть крышку. Установить программу **НА ПАРУ**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: блюдо можно приправить лимонным перцем.

Блюда
на пару
рецепт 64





Семга под ореховой корочкой

Ингредиенты:

- Семга (стейк) – 270 г
- Орехи грецкие – 15 г
- Орешки кедровые – 15 г
- Вода – 1 л
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рыбу промыть, натереть солью и специями. Орехи измельчить ножом. В чашу мультиварки налить воду, установить на чашу контейнер для приготовления на пару. В контейнер выложить рыбу, посыпать орехами и слегка примять. Закрыть крышку. Установить программу **НА ПАРУ**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: рыба приобретет пряный цитрусовый аромат, если орехи смешать с апельсиновой цедрой.

Паштет из куриной печени

Ингредиенты:

- Печень куриная – 380 г
- Лук репчатый – 100 г
- Крупа манная – 40 г
- Масло сливочное – 10 г
- Сливки 10% – 40 мл
- Мускатный орех молотый
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Куриную печень промыть и вместе с луком дважды пропустить через мясорубку. В фарш добавить сливки, манную крупу, специи, соль и мускатный орех (на кончике ножа), взбить миксером до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в чашу полученную массу и разровнять. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй подойдут базилик и тмин.





Рулет «Московский»

Ингредиенты:

- Свинина (филе) – 450 г
- Шампиньоны свежие – 50 г
- Лук репчатый – 50 г
- Масло сливочное – 20 г
- Масло растительное – 20 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Свинину промыть, нарезать на стейки толщиной 2–2,5 см и отбить до толщины 0,5 см. Грибы и лук измельчить ножом, выложить в отдельную емкость, добавить сливочное масло, соль и специи, перемешать. На каждый стейк выложить порцию начинки и завернуть в рулет. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, выложить на дно чаши рулеты швом вниз. Закрыть крышку. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 10 минут до завершения приготовления открыть крышку и перевернуть рулеты. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: рулет получится более пикантным, если в начинку добавить тертый сыр.

Буженина

Ингредиенты:

- Свинина (шея) – 700 г
- Чеснок – 10 г
- Имбирь молотый – 1 г
- Кориандр молотый – 1 г
- Базилик – 1 г
- Масло оливковое – 30 мл
- Вода – 200 мл
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть. В отдельной емкости смешать оливковое масло с солью и специями, полученной смесью натереть мясо. Сделать в мясе надрезы ножом и нашпиговать зубчиками чеснока. Мясо поставить мариноваться в холодильник на 4–8 часов. Затем выложить мясо в чашу мультиварки. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, периодически переворачивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. В чашу налить воду. Закрыть крышку. Установить программу **ТОМЛЕНИЕ**, время приготовления **2 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте буженину с маринованными овощами и пряной зеленью.





Холодец

Ингредиенты:

- Ножки свиные – 1,2 кг
- Лук репчатый – 300 г
- Морковь – 300 г
- Чеснок – 20 г
- Вода
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Морковь нарезать кружками, лук нарезать кольцами. Чеснок измельчить ножом. Свиные ножки промыть, выложить в чашу мультиварки, добавить лук, морковь, соль и специи. Залить ножки водой до отметки максимального уровня. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **3 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Бульон процедить. Мясо отделить от костей. Мясо разложить по формам для холодца, залить бульоном и поставить в холодильник до полного застывания.

Совет: подавайте холодец с горчицей, хреном и лапландским хлебом.

Теплый салат с креветками

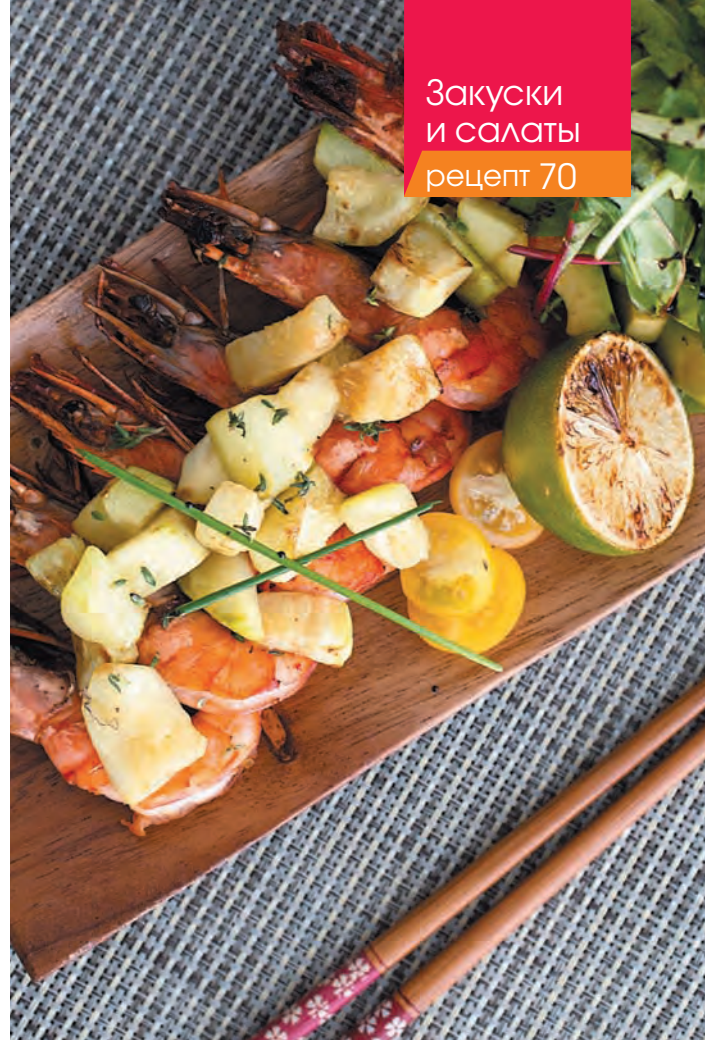
Ингредиенты:

- Креветки королевские – 100 г
- Цуккини – 80 г
- Помидоры черри – 80 г
- Авокадо – 80 г
- Листья салата – 20 г
- Базилик свежий красный – 5 г
- Имбирь (корень) – 2 г
- Масло растительное – 30 мл
- Масло оливковое – 10 мл

Порядок приготовления

Креветки промыть и очистить от панциря. Цуккини очистить от кожицы и нарезать кружками по 0,5 см. Авокадо очистить от кожуры, вынуть косточку, нарезать кубиками по 1,5 см. Корень имбиря очистить и натереть на мелкой терке. Помидоры разрезать пополам, базилик измельчить ножом. Листья салата нарвать руками. В отдельной емкости смешать авокадо, помидоры и салат, добавить имбирь, базилик, оливковое масло и перемешать. В чашу мультиварки налить растительное масло, на дно выложить в один слой креветки и цуккини. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Готовые креветки с цуккини выложить добавить в приготовленную фруктово-овощную смесь и перемешать.

Совет: готовый салат можно сбрызнуть лимонным соком.





Хлеб ржано-пшеничный

Ингредиенты:

- | | |
|---------------------------------|---------------------------|
| ■ Мука пшеничная в/с – 300 г | ■ Тмин (зерна) – 5 г |
| ■ Мука ржаная обдирная – 50 г | ■ Масло оливковое – 40 мл |
| ■ Мука гречневая – 50 г | ■ Масло |
| ■ Мед – 40 г | растительное – 10 мл |
| ■ Солод ферментированный – 15 г | ■ Вода (комнатной |
| ■ Кедровые орешки – 15 г | температуры) – 280 мл |
| ■ Дрожжи сухие – 10 г | ■ Соль |

Порядок приготовления

Пшеничную муку просеять в отдельную емкость, добавить гречневую и ржаную муку, соль, ферментированный солод, тмин и дрожжи, все перемешать. Не переставая помешивать, влить тонкой струйкой воду, мед и оливковое масло. Тесто вымешивать руками до получения однородной массы. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, выложить в нее тесто. Закрывать крышку. Установить программу **ХЛЕБ**, время приготовления **3 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 2 часа до окончания приготовления открыть крышку и тесто посыпать кедровыми орешками, слегка примять. Закрывать крышку. За 1 час до окончания программы открыть крышку и перевернуть хлеб. Закрывать крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с паштетом из куриной печени.

Хлеб белый

Хлеб

рецепт 72

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с – 850 г
- Сахар – 30 г
- Дрожжи сухие – 15 г
- Соль – 10 г
- Масло растительное – 40 мл
- Вода (комнатной температуры) – 500 мл

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи. Не переставая помешивать, влить тонкой струйкой воду и растительное масло. Вымешивать тесто руками, пока оно не перестанет прилипать к стенкам емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, выложить в нее тесто и разровнять. Закрыть крышку. Установить программу **ХЛЕБ**, время приготовления **3 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 1 час до окончания программы открыть крышку и аккуратно перевернуть хлеб. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Готовый хлеб извлечь из чаши и дать ему остыть в течение 30 минут.

Совет: подавайте со сливочным сыром.





Тесто дрожжевое

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с – 600 г
- Сахар – 20 г
- Дрожжи (сухие) – 15 г
- Соль – 5 г
- Масло растительное – 10 мл
- Вода (комнатной температуры) – 300 мл

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи. Продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду. Вымешивать тесто руками, пока оно не перестанет прилипать к стенкам емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом и выложить в нее тесто. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИ-ПОВАР**, температуру **35°C**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: тесто прекрасно подойдет для выпечки пирожков и пиццы.

Бисквит классический

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с – 180 г
- Яйцо – 300 г/6 шт.
- Сахар – 150 г
- Масло сливочное – 10 г
- Разрыхлитель – 5 г

Порядок приготовления

В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены, затем, постоянно помешивая, добавить муку и разрыхлитель. Тщательно вымесить тесто до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить в нее тесто. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: бисквит можно украсить взбитыми сливками и свежими ягодами.

Выпечка

рецепт 74





Шарлотка

Ингредиенты:

- Яблоки – 430 г
- Яйцо – 250 г/5 шт.
- Сахар – 200 г
- Мука пшеничная в/с – 180 г
- Разрыхлитель – 10 г
- Масло сливочное – 10 г
- Корица

Порядок приготовления

Яблоки очистить от семян и нарезать кубиком по 1,5 см. В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавить муку, разрыхлитель, корицу и тщательно перемешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, налить в нее половину теста, затем выложить яблоки и залить оставшимся тестом. Закрывать крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: вместо яблок для начинки можно использовать груши.

Кекс шоколадный

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с – 110 г
- Шоколад черный горький – 60 г
- Яйцо – 200 г/4 шт.
- Сахар – 150 г
- Масло сливочное – 150 г
- Разрыхлитель – 10 г

Порядок приготовления

Шоколад натереть на мелкой терке. Сливочное масло размягчить. В отдельной емкости взбить яйца с сахаром достойкой пены, затем, постоянно помешивая, добавить сливочное масло (140 г), муку, тертый шоколад и разрыхлитель. Тщательно вымесить тесто до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом (10 г) и выложить тесто. Закрывать крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **50 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы.

Совет: готовый кекс можно украсить шоколадным топпингом и свежей мятой.





Кекс медовый

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с – 300 г
- Яйцо – 250 г/5 шт.
- Мед – 240 г
- Масло сливочное – 50 г
- Разрыхлитель – 5 г
- Сахар ванильный – 1 г
- Соль – 1 г

Порядок приготовления

Яйцо взбить с солью до стойкой пены. Не переставая взбивать, добавить мед, разрыхлитель и ванильный сахар. Продолжая помешивать, понемногу добавлять муку. Вымесить тесто до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, вылить в нее тесто. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **50 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: во время приготовления в тесто можно добавить изюм и курагу.

Кекс бананово-ореховый

Выпечка

рецепт 78

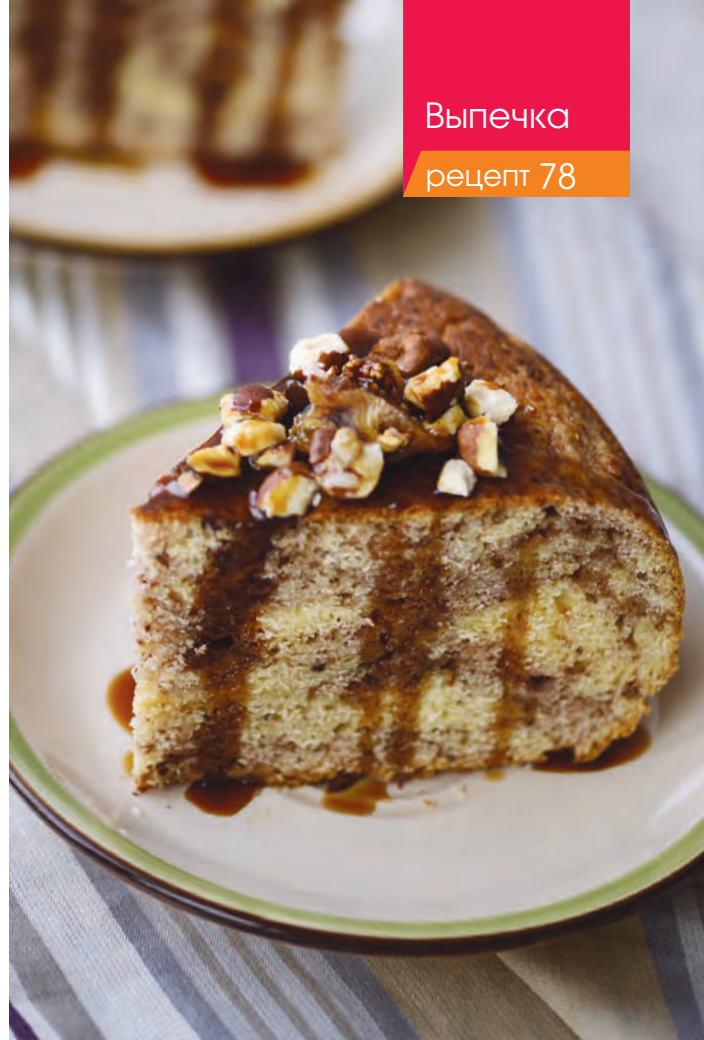
Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с – 560 г
- Бананы – 380 г
- Грецкие орехи – 200 г
- Сахар – 190 г
- Яйцо – 150 г/3 шт.
- Масло сливочное – 150 г
- Разрыхлитель – 20 г

Порядок приготовления

Сливочное масло размягчить. Яйца взбить с сахаром достойкой пены. Постоянно помешивая, добавить сливочное масло (140 г), муку, разрыхлитель. Грецкий орех и банан пропустить через мясорубку, полученную смесь аккуратно вмешать в тесто. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом (10 г), выложить в нее тесто и разровнять. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **1 час 20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 30 минут до окончания программы открыть крышку и аккуратно перевернуть кекс. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: украсьте кекс грецкими орехами.





Творожный пирог

Ингредиенты:

- Творог 9% – 500 г
- Яйцо – 250 г/5 шт.
- Апельсины – 120 г
- Клубника свежая – 50 г
- Сахар – 50 г
- Мука – 40 г
- Масло сливочное – 10 г
- Соль

Порядок приготовления

Апельсины очистить от кожуры. Клубнику и апельсины нарезать ломтиками по 0,3 см. Белки отделить от желтков. В белки добавить соль и взбить миксером до устойчивой пены. В отдельной емкости миксером смешать творог, желтки, сахар и муку до однородной массы. Добавить в смесь взбитые белки, аккуратно перемешать лопаткой. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить на дно половину творожной массы. Сверху выложить слоями апельсины и клубнику. Накрыть начинку оставшейся творожной массой и разровнять. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **50 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: украсьте пирог сахарной пудрой и свежими ягодами.

Пирог с рыбой

Ингредиенты:

- Тесто слоеное свежемороженное – 400 г
- Сайра консервированная – 250 г
- Картофель – 150 г
- Яйцо отварное – 50 г/1 шт.
- Лук зеленый – 50 г
- Масло сливочное – 10 г
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Рыбу размять вилкой. Картофель нарезать тонкими кружками. Яйцо натереть на крупной терке. Лук измельчить ножом. В отдельную емкость выложить рыбу, лук и яйцо, тщательно перемешать. Тесто разделить на две части и раскатать в лепешки толщиной 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить одну лепешку. Сверху равномерно распределить рыбную начинку, затем выложить кружки картофеля, посыпать солью и специями. Накрыть начинку второй лепешкой, защипать края и сделать несколько проколов вилкой. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **1 час 10 мин**. Нажать кнопку «Старт». За 30 минут до окончания программы открыть крышку и аккуратно перевернуть пирог. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: начинку также можно сделать из отварной красной рыбы.





Пицца с салями

Ингредиенты:

- Тесто дрожжевое – 250 г
- Сыр твердый – 60 г
- Помидоры черри – 60 г
- Салями – 40 г
- Паста томатная – 20 г
- Майонез – 20 г
- Оливки – 15 г
- Масло сливочное – 15 г
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Приготовить начинку: салями нарезать тонкой соломкой, помидоры – кружками, оливки – колечками. Сыр натереть на крупной терке. Приготовить соус: в отдельной емкости смешать томатную пасту с майонезом, солью и специями до однородной массы. Тесто раскатать в круг толщиной 0,5 см, диаметром равный дну чаши. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить тесто и смазать его соусом. На тесто равномерно выложить начинку и посыпать сыром. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: в соус для пиццы можно добавить смесь итальянских трав.

Пицца с морепродуктами

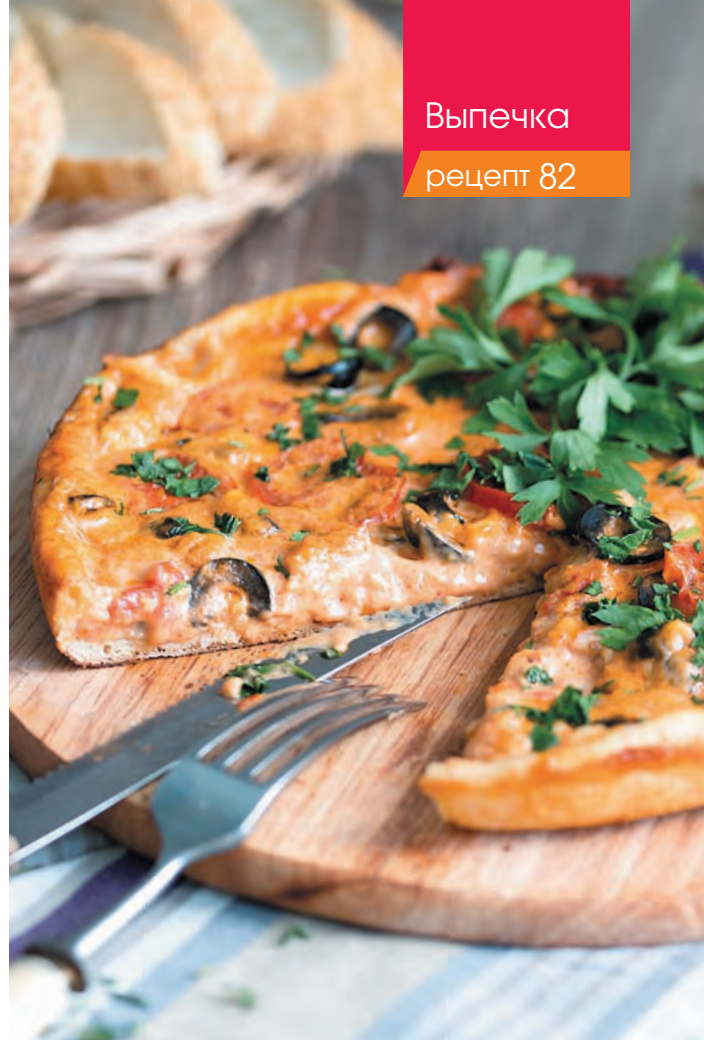
Ингредиенты:

- Тесто дрожжевое – 250 г
- Сыр твердый – 60 г
- Помидоры черри – 60 г
- Коктейль из морепродуктов – 40 г
- Оливки – 15 г
- Паста томатная – 15 г
- Сметана 20% – 15 г
- Масло сливочное – 15 г
- Специи
- Соль

Порядок приготовления

Подготовить начинку: коктейль из морепродуктов разморозить, промыть, откинуть на дуршлаг дать стечь жидкости, помидоры нарезать кружками, оливки – колечками, сыр натереть на крупной терке. Приготовить соус: в отдельной емкости томатную пасту смешать со сметаной, солью и специями до однородной массы. Тесто раскатать в круг толщиной 0,5 см, диаметром равный дну чаши. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить тесто, смазать его соусом. На тесто равномерно выложить начинку и посыпать сыром. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: в соус для пиццы можно добавить орегано и розмарин.





Йогурт классический

Ингредиенты:

- Простокваша 2,5% – 350 мл
- Молоко 3,2% – 300 мл
- Сливки 10% – 300 мл

Порядок приготовления

Молоко, сливки и простоквашу комнатной температуры смешать в отдельной емкости, затем перелить в чашу мультиварки. Закрыть крышку. Установить программу **ЙОГУРТ**, время приготовления **12 часов**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: йогурт можно использовать в качестве легкой заправки для овощных салатов.

Йогурт с клубникой

Ингредиенты:

- Простокваша 2,5% – 350 мл
- Молоко 3,2% – 300 мл
- Сливки 10% – 300 мл
- Клубника – 100 г

Порядок приготовления

Клубнику нарезать кубиками по 0,5 см. Молоко, сливки и простоквашу комнатной температуры смешать в отдельной емкости, затем перелить в чашу мультиварки. Добавить клубнику и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ЙОГУРТ**, время приготовления **12 часов**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: украсьте свежей мятой и клубникой.

Кисломолочные
продукты

рецепт 84





Фондю сырное

Ингредиенты:

- | | |
|-----------------------------|----------------|
| ■ Сыр чеддер – 350 г | ■ Вода – 50 мл |
| ■ Вино сухое белое – 150 мл | ■ Сахар |
| ■ Сливки 22% – 75 мл | ■ Специи |
| ■ Чеснок – 10 г | ■ Соль |
| ■ Крахмал – 10 г | |

Порядок приготовления

Сыр натереть на мелкой терке, чеснок измельчить ножом. В отдельной емкости смешать до однородной массы сливки, воду, крахмал и сахар. В чашу мультиварки налить вино. Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **95°C**, время приготовления **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 5 минут до завершения приготовления открыть крышку и, постоянно помешивая, выложить в вино чеснок и сыр. Не прекращая помешивать, добавить смесь воды, сливок и крахмала. Готовить, постоянно помешивая, до окончания программы.

Совет: подавайте фондю с пшеничными гренками.

Фондю шоколадное

Ингредиенты:

- Шоколад черный горький – 200 г
- Сливки 22% – 200 мл

Порядок приготовления

Плитку шоколада наломать на дольки, выложить в чашу мультиварки и залить сливками. Установить программу **МУЛЬТИ-ПОВАР**, температуру **95°C**, время приготовления **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, постоянно помешивая, до окончания программы.

Совет: чтобы оттенить вкус шоколада, добавьте в фондю немного апельсинового ликера.

Фондю

рецепт 86





Панна котта шоколадная

Ингредиенты:

- Сливки 33% – 400 мл
- Молоко 2,5% – 120 мл
- Шоколад черный горький – 100 г
- Сахар – 50 г
- Желатин листовой – 12 г
- Ванилин – 1 г

Порядок приготовления

Шоколад натереть на мелкой терке. Желатин залить холодной водой на 1 минуту и отжать. В чашу мультиварки налить молоко и сливки, добавить шоколад, сахар, ванилин и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **95°C**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 5 минут до завершения приготовления открыть крышку, добавить желатин и, постоянно помешивая, готовить до окончания программы. Готовую смесь разлить по формочкам и поставить в холодильник на 5–6 часов.

Совет: подавайте с шоколадным топпингом и дроблеными фисташками.

Яблоки медовые

Десерты

рецепт 88

Ингредиенты:

- Яблоки – 300 г
- Мед – 60 г
- Корица молотая

Порядок приготовления

С каждого яблока срезать верхушку и аккуратно, чтобы не повредить стенки плода, вырезать из него сердцевину и мякоть. Яблоки наполнить медом, добавить корицу. Накрыть яблоки «крышками» и выложить в чашу мультиварки так, чтобы мед не вытек. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: в начинку также можно добавить миндаль, фундук и грецкие орехи.





Изюм с курагой в медовом желе

Ингредиенты:

- Мед – 90 г
- Курага – 60 г
- Изюм – 60 г
- Желатин листовой – 12 г
- Сок лимона – 5 мл
- Вода – 330 мл

Порядок приготовления

Курагу и изюм промыть, залить кипятком на 5 минут, откинуть на дуршлаг и дать стечь жидкости. Курагу нарезать кубиками по 0,5 см. Мед растворить в воде, выложить в нее желатин на 30 минут. Затем перемешать до полного растворения желатина. В чашу мультиварки выложить изюм и курагу, залить медовой смесью и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **95°C**, время приготовления **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую смесь разлить по формочкам и поставить в холодильник на 5–6 часов.

Совет: готовый десерт подавайте с дольками свежих фруктов и карамельным топпингом.

Блины на молоке

Ингредиенты:

- Мука пшеничная – 100 г
- Яйцо – 50 г/1 шт.
- Сахар – 20 г
- Молоко – 250 мл
- Масло растительное – 80 мл
- Соль

Порядок приготовления

Муку просеять. В отдельной емкости смешать молоко, яйцо, соль и сахар. Непрерывно помешивая молочную смесь венчиком, добавив в несколько приемов муку и налив масло (50 мл). Вымешивать тесто до консистенции жидкой сметаны, дать тесту настояться 20–30 минут при комнатной температуре. Открыть крышку мультиварки. Поднять ТЭН и закрепить его в верхнем положении, поставить на ТЭН сковороду. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **18 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Сковороду слегка смазать маслом. После начала обратного отсчета налить на сковороду небольшую порцию теста и равномерно распределить его по всей поверхности сковороды. За 17 минут до окончания программы перевернуть блин. За 16 минут до окончания программы снять готовый блин со сковороды, налить следующую порцию теста. Повторить действия с оставшимся тестом. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте блины со сметаной, вареньем или свежими ягодами.





Морс брусничный

Ингредиенты:

- Брусника – 500 г
- Мед – 80 г
- Вода – 2 л

Порядок приготовления

Ягоды промыть. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **100°C**, время приготовления **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: для этого морса лучше всего подойдет цветочный мед.

Напиток фруктовый

Ингредиенты:

- Клубника – 70 г
- Вишня без косточек – 70 г
- Слива без косточек – 70 г
- Черная смородина – 70 г
- Ежевика – 70 г
- Сахар – 210 г
- Вода – 1,6 л

Порядок приготовления

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **100°C**, время приготовления **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: чтобы придать напитку приятный кислый привкус, добавьте в него немного сока цитрусовых.





Компот из сухофруктов

Ингредиенты:

- Сухофрукты – 500 г
- Сахар – 250 г
- Вода – 2 л

Порядок приготовления

Сухофрукты промыть, откинуть на сито и дать стечь жидкости. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **100°C**, время приготовления **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: в компот можно добавить сок лайма.

Глинтвейн

Ингредиенты:

- Вино красное – 700 мл
- Сахар – 100 г
- Изюм – 10 г
- Имбирь – 5 г
- Померанцевая корка – 5 г
- Корица – 5 г
- Кардамон – 5 г
- Гвоздика – 5 г

Порядок приготовления

В чашу мультиварки поместить все ингредиенты, тщательно перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИ-ПОВАР**, температуру **70°C**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: глинтвейн также можно приготовить из виноградного сока.





Лечо

Ингредиенты:

- Перец болгарский – 1,5 кг
- Помидоры – 1,5 кг
- Сахар – 100 г
- Соль – 10 г
- Чеснок – 5 г
- Масло растительное – 100 мл
- Уксус 9% – 3 мл

Порядок приготовления

Помидоры пропустить через мясорубку. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать кубиками по 1,5 см. Чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить масло, сахар, соль, чеснок и уксус, тщательно перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **1 час 30 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». По окончании программы лечо готово к консервации.

Совет: чтобы придать лечо пикантный вкус, во время приготовления добавьте в него чайную ложку хрена.

Лечо по-казански

Консервация

рецепт 96

Ингредиенты:

- Перец болгарский – 1,5 кг
- Помидоры – 1 кг
- Морковь – 200 г
- Чеснок – 50 г
- Петрушка – 15 г
- Укроп – 15 г
- Перец чили (стручок) – 7 г
- Сахар – 100 г
- Масло растительное – 90 мл
- Уксус 9% – 50 мл
- Соль

Порядок приготовления

Помидоры и морковь пропустить через мясорубку. Зелень, чеснок и перец чили измельчить ножом. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать кольцами. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, сахар, уксус и соль, тщательно перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. По окончании программы лечо готово к консервации.

Совет: лечо будет прекрасно сочетаться с тушеными блюдами из мяса и овощей.





Икра кабачковая

Ингредиенты:

- Кабачки – 2 кг
- Морковь – 800 г
- Лук репчатый – 200 г
- Чеснок – 40 г
- Соль – 18 г
- Сахар – 12 г
- Перец черный молотый – 2 г
- Масло растительное – 150 мл
- Уксус 9% – 14 мл

Порядок приготовления

Кабачки очистить от кожицы и семян, нарезать кубиками по 1,5–2 см. Морковь натереть на крупной терке. Лук нарезать полукольцами. Чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки налить масло, выложить лук, морковь и чеснок, тщательно перемешать. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке периодически помешивая до окончания программы. Нажать **«Отмена»**. Выложить в чашу кабачки и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Готовые овощи пропустить через мясорубку. Затем снова выложить овощи в чашу мультиварки, добавить сахар, соль, перец, уксус, тщательно перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. По окончании программы икра готова к консервации.

Совет: подавайте с кукурузной лепешкой.

Маринад для огурцов

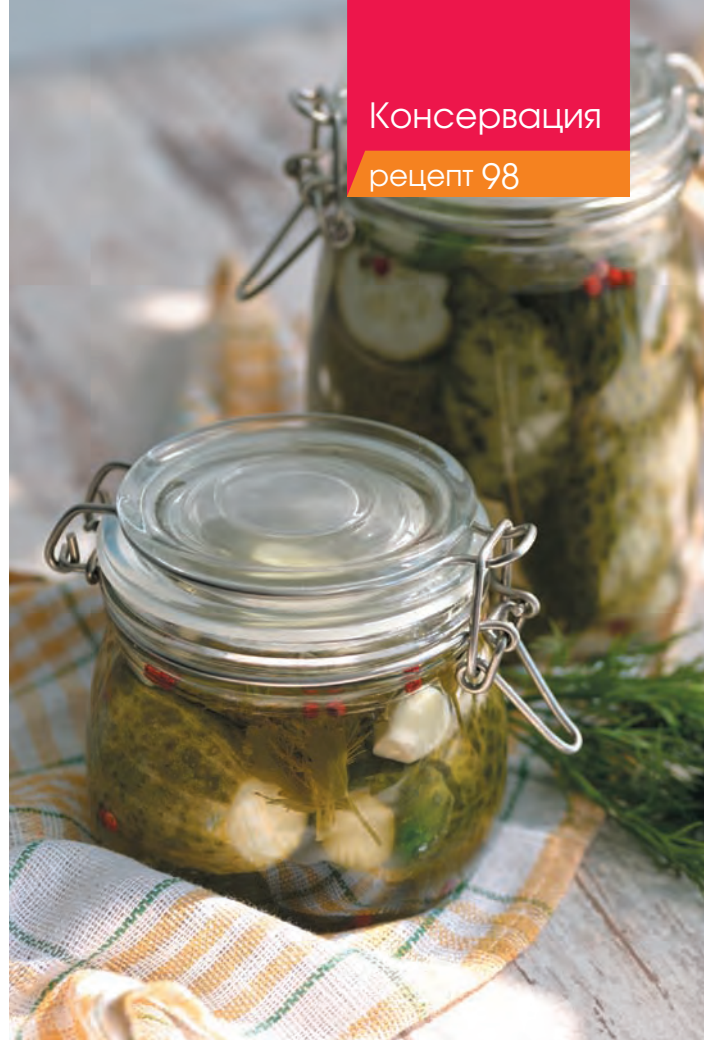
Ингредиенты:

- Вода – 2 л
- Уксус 9% – 200 мл
- Соль – 160 г
- Сахар – 130 г
- Лавровый лист – 2 г
- Перец черный (горошек) – 1,5 г

Порядок приготовления

Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИ-ПОВАР**, температуру **100°C**, время приготовления 1 час. Нажать кнопку **«Старт»**. По окончании программы маринад готов к консервации.

Совет: в одном литре воды растворите 30 г соли и в течение 30 минут вымочите в этом растворе огурцы, чтобы они не потеряли упругость после консервации.



Консервация

рецепт 98



Маринад для помидоров

Ингредиенты:

- Вода – 3 л
- Уксус 9% – 250 мл
- Сахар – 60 г
- Соль – 55 г
- Лавровый лист – 2 г

Порядок приготовления

Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **100°C**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. По окончании программы маринад готов к консервации.

Совет: чтобы помидоры приобрели пикантный вкус, сделайте в них небольшие надрезы и вставьте зубчики чеснока, а на дно банки для консервации уложите веточки укропа.

Грибы маринованные

Ингредиенты:

- Опята свежемороженые – 600 г
- Соль – 40 г
- Сахар – 30 г
- Чеснок – 3 г
- Лавровый лист – 2 г
- Перец черный (горошек) – 2 г
- Перец душистый (горошек) – 2 г
- Гвоздика – 2 г
- Уксус 9% – 200 мл
- Вода – 2 л

Порядок приготовления

Грибы выложить в чашу мультиварки, залить водой (1 л). Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **100°C**, время приготовления **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Открыть крышку и слить из чаши воду. Снова залить грибы водой (1 л), добавить уксус, соль, сахар, лавровый лист, чеснок и специи. Все тщательно перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **100°C**, время приготовления **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до завершения программы. По окончании программы грибы готовы к консервации.

Совет: также в воду можно добавить фенхель и белый перец.

Консервация

рецепт 100





Варенье из лесных ягод

Ингредиенты:

- Лесные ягоды – 800 г
- Сахар – 800 г
- Вода – 250 мл

Порядок приготовления

В чашу мультиварки выложить ягоды, добавить сахар, залить водой и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: за 5 минут до завершения приготовления можно добавить в варенье лимонный сок.



REDMOND

Для самых маленьких

Кормление малыша — целая наука, которую приходится постигать каждой молодой маме. В первые шесть месяцев жизни главным продуктом в рационе ребенка остается грудное молоко, качество которого напрямую зависит от питания мамы. Особенно полезны в этот период блюда, приготовленные на пару без добавления приправ и специй.

До года ребенок должен получать пищу в строго установленные часы. Благодаря функции **«Отложенный старт»** мультиварка **REDMOND RMC-FM4520** поможет вам готовить продукты к нужному времени, тем самым не нарушая рацион малыша.

Ближе к году в детском меню появляются молочные каши, протертые ягоды и фрукты, приготовленные заботливыми мамиными руками. В этом деле точные пропорции и особая тепловая обработка каждого продукта имеют первостепенное значение.

Готовить вкусные и полезные блюда для малыша поможет мультиварка **REDMOND RMC-FM4520**, оснащенная автоматическими программами. Она подарит вам возможность проводить больше времени с ребенком за веселыми и познавательными играми, потому что процесс приготовления в мультиварке очень прост.

Достаточно выложить ингредиенты в чашу и запустить нужную программу. Молочные каши, фруктовое и овощное пюре, блюда на пару и многое другое можно готовить нажатием одной кнопки!

При приготовлении блюд для самых маленьких вместо соли и сахара лучше использовать фруктозный сироп и солевой раствор.

Для приготовления солевого раствора необходимо в 50 мл теплой воды растворить 15 г соли.

Для приготовления фруктозного сиропа необходимо в 50 мл теплой воды растворить 100 г фруктозы.

Стоит учесть, что эти растворы в большом количестве сразу готовить не следует, так как в процессе хранения в них могут появиться бактерии и другие микроорганизмы.

В мультиварке **REDMOND RMC-FM4520** также можно стерилизовать бутылочки и соски, пастеризовать продукты и подогревать детское питание.





Каша манная 5-процентная

Ингредиенты:

- Крупа манная – 20 г
- Масло сливочное – 5 г
- Молоко 2,5% – 200 мл
- Фруктозный сироп – 3 мл
- Вода – 200 мл

Порядок приготовления

Чашу мультиварки смазать сливочным маслом. Выложить в чашу крупу, залить молоком и водой, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу перемешать.

Совет: с четырех месяцев.

Каша рисовая протертая

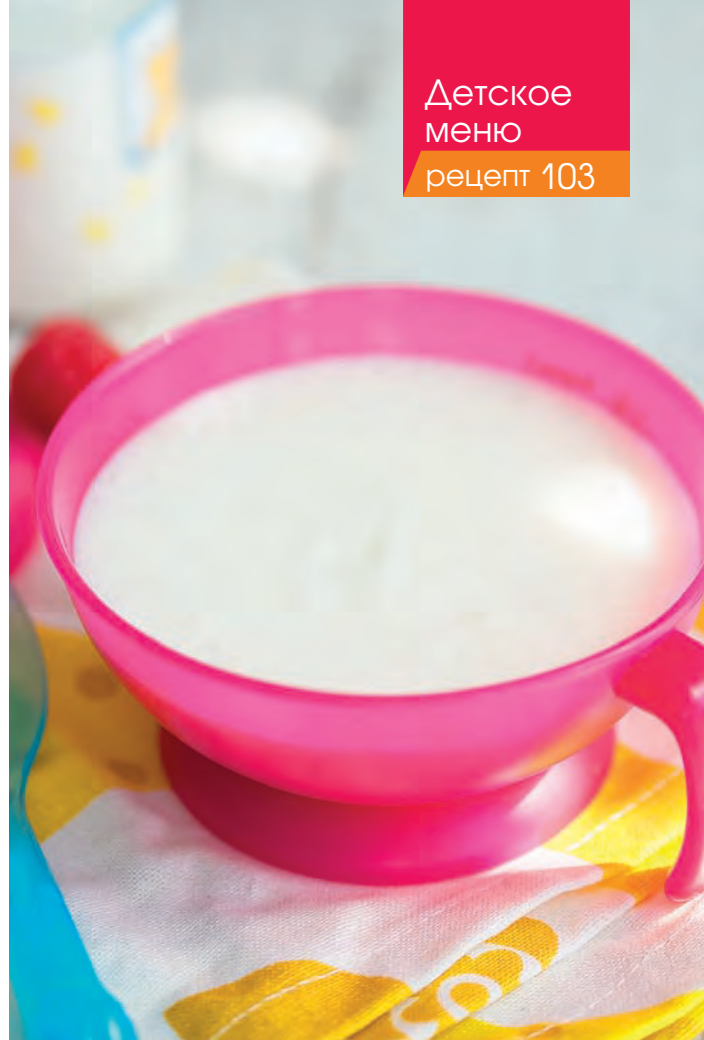
Ингредиенты:

- Рис (нешлифованный) – 30 г
- Масло сливочное – 5 г
- Молоко 2,5% – 100 мл
- Фруктозный сироп – 5 мл
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 250 мл

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом. Выложить в чашу рис, залить молоком и водой, добавить фруктозный сироп и солевой раствор, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.

Совет: с четырех месяцев.





Пюре фруктовое

Ингредиенты:

- Груши – 240 г
- Яблоки зеленые – 240 г
- Фруктозный сироп – 3 мл
- Вода – 600 мл

Порядок приготовления

Фрукты очистить от кожицы, сердцевины и семян, нарезать крупным кубиком. В чашу мультиварки налить воду, установить на чашу контейнер для приготовления на пару, равномерно выложить в него фрукты и полить фруктозным сиропом. Закрыть крышку. Установить программу **НА ПАРУ**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовые фрукты выложить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с четырех месяцев.

Каша гречневая протертая

Ингредиенты:

- Крупа гречневая – 30 г
- Молоко 2,5% – 130 мл
- Фруктозный сироп – 5 мл
- Солевой раствор – 5 мл
- Вода – 200 мл

Порядок приготовления

Крупу промыть до прозрачной воды и выложить в чашу мультиварки. Установить программу **ЖАРКА**, время приготовления **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке периодически помешивая до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Открыть крышку. Залить гречку водой и молоком, добавить солевой раствор и фруктозный сироп, перемешать. Заккрыть крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито, залить получившимся отваром и перемешать.

Совет: с пяти месяцев.





Каша манная на овощном бульоне

Ингредиенты:

- Морковь – 120 г
- Картофель – 110 г
- Крупа манная – 15 г
- Масло сливочное – 5 г
- Соль – 3 г
- Вода – 300 мл

Порядок приготовления

Овощи очистить и замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 0,5 см. Выложить овощи в чашу мультиварки, залить водой и добавить соль. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Овощной бульон процедить. Чашу смазать сливочным маслом, налить в нее бульон, высыпать манку и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.

Каша манная с яблочным пюре

Ингредиенты:

- Яблоки зеленые – 210 г
- Крупа манная – 20 г
- Масло сливочное – 5 г
- Молоко 2,5% – 300 мл
- Фруктозный сироп – 5 мл

Порядок приготовления

Яблоки очистить от кожицы, сердцевины и семян, натереть на мелкой терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее крупу, залить молоком, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 5 минут до завершения приготовления открыть крышку, добавить тертые яблоки и перемешать. Закрывать крышку. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.





Каша из гречневой и рисовой муки

Ингредиенты:

- Мука гречневая – 10 г
- Мука рисовая – 10 г
- Масло сливочное – 5 г
- Молоко 2,5% – 150 мл
- Фруктозный сироп – 5 мл
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 50 мл

Порядок приготовления

В отдельную емкость выложить рисовую и гречневую муку, добавить молоко (50 мл) и перемешать венчиком до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, налить в нее воду и оставшееся молоко, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 5 минут до завершения приготовления открыть крышку, выложить мучную смесь и тщательно перемешать до однородной массы. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.

Пюре рыбное

Ингредиенты:

- Треска (филе) – 150 г
- Молоко 2,5% – 80 мл
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 600 мл

Порядок приготовления

Рыбу очистить от кожи и костей, промыть. В чашу мультиварки налить воду, установить на чашу контейнер для приготовления на пару. В контейнер выложить рыбу и полить солевым раствором. Закрывать крышку. Установить программу **НА ПАРУ**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовую рыбу переложить в отдельную емкость, добавить молоко и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с шести месяцев.





Каша манная на курином бульоне

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 100 г
- Крупа манная – 20 г
- Масло сливочное – 5 г
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 450 мл

Порядок приготовления

Курицу промыть и нарезать кубиками по 1 см. Затем курицу выложить в чашу мультиварки, залить водой и добавить солевой раствор. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Готовый бульон процедить. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, высыпать в нее манку, залить бульоном и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.

Суп-пюре из цветной капусты и кабачка

Ингредиенты:

- Цветная капуста – 100 г
- Кабачки – 100 г
- Масло сливочное – 5 г
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 200 мл

Порядок приготовления

Кабачки очистить от кожицы и семян, нарезать кубиками по 0,5 см. Капусту измельчить ножом. Овощи замочить в холодной воде на 1 час. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее овощи, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовые овощи переложить в отдельную емкость, залить получившимся отваром и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с семи месяцев.





Пюре овощное

Ингредиенты:

- Морковь – 70 г
- Капуста белокочанная – 70 г
- Картофель – 70 г
- Масло сливочное – 5 г
- Фруктозный сироп – 5 мл
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 200 мл

Порядок приготовления

Все овощи замочить в холодной воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 0,5 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее овощи, залить водой, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовые овощи переложить в отдельную емкость, залить получившимся отваром и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с семи месяцев.

Отвар из шиповника

Ингредиенты:

- Плоды шиповника – 20 г
- Вода – 300 мл
- Фруктоза

Порядок приготовления

Плоды шиповника перебрать и промыть. Выложить шиповник в чашу мультиварки, залить водой, добавить фруктозу и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИ-ПОВАР**, температуру **100°**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовому отвару дать настояться 6-8 часов, после чего процедить.

Совет: с семи месяцев.





Каша рисовая с творогом

Ингредиенты:

- Творог – 50 г
- Рис (нешлифованный) – 30 г
- Масло сливочное – 5 г
- Фруктоза – 5 г
- Вода – 300 мл

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее рис, залить водой, добавить фруктозу и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый рис переложить в отдельную емкость, добавить к нему творог и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

Бульон мясной

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 100 г
- Морковь – 10 г
- Лук репчатый – 10 г
- Петрушка – 5 г
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 400 мл

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать мелким кубиком. Овощи промыть, замочить в холодной воде на 1 час, затем нарезать мелким кубиком. Петрушку крупно нарезать ножом. Мясо, овощи и зелень выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Получившийся бульон процедить.

Совет: с восьми месяцев.





Суп-пюре из курицы

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 70 г
- Мука пшеничная в/с – 5 г
- Лук репчатый – 5 г
- Масло сливочное – 5 г
- Молоко 2,5% – 50 мл
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 200 мл

Порядок приготовления

Курицу промыть и вместе с луком дважды пропустить через мясорубку. В отдельную емкость налить молоко и воду, добавить муку и перемешать венчиком до однородной массы. Фарш выложить в чашу мультиварки, залить молочно-мучной смесью, добавить солевой раствор, сливочное масло и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

Суп–пюре из печени

Ингредиенты:

- Овощной отвар – 200 мл
- Печень говяжья – 50 г
- Хлеб белый (без корочки) – 50 г
- Яйцо (желток) – 10 г
- Масло сливочное – 5 г
- Молоко 2,5% – 50 мл
- Солевой раствор – 3 мл

Порядок приготовления

Печень промыть, очистить от пленок, вырезать прожилки. Пропустить печень через мясорубку. Хлеб замочить в молоке на 10 минут, затем пропустить через мясорубку. Печень смешать с хлебом, добавить желток, тщательно перемешать и протереть через сито. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее полученную массу, залить овощным отваром, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и тщательно перемешать венчиком.

Совет: с восьми месяцев.





Суп-пюре картофельный

Ингредиенты:

- Картофель – 200 г
- Масло сливочное – 5 г
- Молоко 2,5% – 100 мл
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 100 мл

Порядок приготовления

Картофель промыть, замочить в холодной воде на 1 час и нарезать кубиками по 0,5 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее картофель, залить молоком и водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый картофель вместе с отваром протереть через сито, перемешать до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

Котлеты на пару

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 180 г
- Хлеб пшеничный – 30 г
- Солевой раствор – 5 мл
- Вода – 660 мл

Порядок приготовления

Хлеб замочить в 60 мл воды на 10 минут. Мясо промыть и вместе с хлебом дважды пропустить через мясорубку. Добавить в фарш солевой раствор, вымесить до однородной массы и сформировать котлеты. В чашу мультиварки налить воду, на чашу установить контейнер для приготовления на пару и выложить в него котлеты. Закрыть крышку. Установить программу **НА ПАРУ**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: с восьми месяцев.





Пюре из индейки

Ингредиенты:

- Индейка (филе) – 100 г
- Горошек зеленый консервированный – 50 г
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 200 мл

Порядок приготовления

С горошка слить жидкость и промыть. Филе промыть и дважды пропустить через мясорубку. Фарш и горошек выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, время приготовления **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый фарш с горошком переложить в отдельную емкость, добавить 50 мл бульона и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с одиннадцати месяцев.



Стерилизация

Пока иммунитет малыша не окреп в достаточной степени, стерилизация поможет полностью защитить его от вредных бактерий. Наиболее эффективными считаются способы стерилизации с помощью воды или пара. В мультиварке **REDMOND RMC-FM4520** можно быстро и эффективно стерилизовать посуду как паровым, так и водяным (медицинским) способом.

Для бутылочек и крупных предметов (водяной способ по принципу автоклава):

1. Бутылочки для кормления наполните водой*, герметично закройте крышками и разместите в чаше. Наполните чашу водой до горловины бутылочек.
2. Установите чашу в мультиварку, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
3. Установите программу **СУП**, время приготовления составляет **40 минут**. Нажмите кнопку **«Старт»**.
4. Выполнение установленной программы приготовления и обратный отсчет времени работы программы начнется после выхода прибора на заданный температурный режим.
5. По завершении программы приготовления раздастся звуковой сигнал. Автоматически включится функция поддержания температуры и загорится индикатор кнопки **«Отмена/Разогрев»**. Отключить функцию можно нажатием кнопки **«Отмена/Разогрев»**.
6. Для отмены введенной программы или прерывания процесса тепловой обработки нажмите кнопку **«Отмена/Разогрев»**.

По окончании работы программы выньте бутылочки из чаши и оставьте их закрытыми. В таком виде они будут стерильны до 12 часов. Перед использованием бутылочек вылейте из них воду.

*Вода должна доходить до горлышка бутылок.

Для сосок и мелких предметов (паровой способ):

1. Мелкие предметы (соски, столовые приборы, прорезыватели и т. д.) разместите в контейнере для приготовления на пару.
2. Залейте в чашу 600–1000 мл воды, установите чашу в мультиварку, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом. Установите контейнер в чашу.
3. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
4. Установите программу **НА ПАРУ**, время приготовления **40 минут**.
5. Нажмите кнопку **«Старт»**. Загорится индикатор кнопки **«Старт»**. Выполнение установленной программы приготовления и обратный отсчет времени работы программы начнется после выхода прибора на заданный температурный режим.
6. По завершении программы приготовления прозвучит звуковой сигнал. Автоматически включится функция поддержания температуры и загорится индикатор кнопки **«Отмена/Разогрев»**. Отключить функцию можно нажатием кнопки **«Отмена/Разогрев»**.
7. Для отмены введенной программы или прерывания процесса тепловой обработки нажмите кнопку **«Отмена/Разогрев»**.

По окончании работы программы все заложенные в контейнер предметы будут простерилизованы.

Пастеризация

Пастеризация — процесс разового нагревания жидких продуктов до 60°C в течение 1 часа либо до температуры 70–80°C на несколько минут. Применяется для обеззараживания продуктов, а также для продления срока их хранения. Пищевая ценность продуктов при пастеризации практически не изменяется, сохраняются все вкусовые качества и ценные компоненты (витамины, ферменты). Пастеризованные продукты необходимо хранить при пониженных температурах не более 24 часов. В мультиварке **REDMOND RMC-FM4520** можно пастеризовать продукты, используя функцию подогрева.

1. Залейте продукт в чашу, но не выше максимального уровня на ее внутренней поверхности. Установите чашу в мультиварку.
2. Убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
3. Нажмите кнопку **«Отмена/Разогрев»**. Время пастеризации продукта зависит от его объема (данные указаны в таблице).
4. По истечении времени пастеризации нажатием кнопки **«Отмена/Разогрев»** отключите функцию поддержания температуры.
5. Для отмены введенной программы или прерывания процесса тепловой обработки нажмите кнопку **«Отмена/Разогрев»**.

По окончании процесса выньте пастеризованный продукт из мультиварки, остудите и храните в холодном месте.

Таблица времен и пастеризации в зависимости от объема жидкости

Объем, л	0,5	1	1,5	2	2,5
Время, мин	15	20	40	50	60