

Мультиварка **REDMOND RMC-FM230** — это инновационные технологии будущего, стильный дизайн в сочетании с интуитивно понятным интерфейсом и удобством использования. Расширенный функционал этой модели открывает перед вами поистине бескрайние кулинарные возможности!

В **RMC-FM230** реализованы **23 автоматические программы** и **29 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-FM230** станет незаменимой помощницей для тех, кто заботится о своем здоровье, ведь продукты, приготовленные в ней, сохраняют полезные вещества и микроэлементы!

Мультиварка **REDMOND RMC-FM230** 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 приспосабливаясь к конструкции мультиварки.

В **REDMOND RMC-FM230** включена программа **МУЛЬТИПОВАР**. Она позволяет самостоятельно устанавливать параметры приготовления и готовить в мультиварке блюда по любым рецептам, даже найденным в старинной кулинарной книге или в Интернете. Отныне вы можете экспериментировать и создавать множество уникальных авторских блюд!

Каши

рецепт 1



Каша манная

рецепт 2



Каша гречневая

рецепт 3



Каша геркулесовая

рецепт 4



Каша рисовая

рецепт 5



Каша кукурузная

Супы

рецепт 6



Борщ

рецепт 7



Щи

рецепт 8



Рассольник

рецепт 9



Солянка

рецепт 10



Суп из свинины

рецепт 11



Бульон мясной

рецепт 12



Уха

рецепт 13



Суп грибной

рецепт 14



Суп с фрикадельками

рецепт 15



Суп с домашней лапшой

рецепт 16



Суп гороховый с копченостями

рецепт 17



Крем-суп со шпинатом

рецепт 18



Крем-суп с семгой

рецепт 19



Фитнес-суп овощной

Вторые блюда

рецепт 20



Курица жареная

рецепт 21



Курица со сливками

рецепт 22



Цыпленок с зеленью

рецепт 23



Индейка с овощами и шампиньонами

рецепт 24



Свинина со сливками

рецепт 25



Свинина по-французски

рецепт 26



Свинные отбивные

рецепт 27



Рулька

рецепт 28



Рагу со свининой

рецепт 29



Стейк из говядины

рецепт 30



Гуляш из говядины

рецепт 31



Жаркое с паровым картофелем

рецепт 32



Ассорти рыбное

рецепт 33



Стейк из форели

рецепт 34



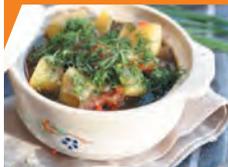
Кальмары фаршированные

рецепт 35



Сибас с овощами

рецепт 36



Овощное рагу

рецепт 37



Фетучини с говядиной

рецепт 38



Лазанья

рецепт 39



Баклажаны с говядиной

рецепт 40



Плов со свинойной

рецепт 41



Яичница

рецепт 42



Манты

рецепт 43



Вареники с творогом

Копчение

рецепт 44



Свинина копченая

рецепт 45



Форель копченая

Блюда во фритюре

рецепт 46



Картофель фри

рецепт 47



Наггетсы куриные

рецепт 48



Креветки во фритюре

Гарниры

рецепт 49



Пюре картофельное

рецепт 50



Картофель жареный
с грибами

рецепт 51



Рис отварной

рецепт 52



Рис с овощами

рецепт 53



Гречка рассыпчатая

рецепт 54



Фасоль красная
отварная

Блюда на пару

рецепт 55



Овощи на пару

рецепт 56



Голубцы

рецепт 57



Котлеты куриные
на пару с рисом

рецепт 58



Свинина на пару
с картофелем

рецепт 59



Семга на пару
с картофелем

рецепт 60



Семга под
ореховой корочкой

Закуски и салаты

рецепт 61



Рулет «Московский»

рецепт 62



Буженина

рецепт 63



Холодец

рецепт 64



Салат «Нежный»

рецепт 65



Теплый салат
с креветками

рецепт 66



Салат с креветками
и авокадо

рецепт 67



Соус ткемали

Хлеб

рецепт 68



Хлеб белый

рецепт 69



Хлеб кукурузный

рецепт 70



Хлеб овсяный

Выпечка

рецепт 71



Лаваш

рецепт 72



Бисквит классический

рецепт 73



Шарлотка

рецепт 74



Кекс шоколадный

рецепт 75



Пирог с рыбой

рецепт 76



Запеканка с беконом

рецепт 77



Запеканка творожная

рецепт 78



Пицца с салями

Кисло-молочные продукты

рецепт 79



Творог

рецепт 80



Сыр домашний

рецепт 81



Сыр плавленый

рецепт 82



Сыр маскарпоне

рецепт 83



Йогурт классический

рецепт 84



Йогурт с клубникой

Фондю

рецепт 85



Фондю сырное

рецепт 86



Фондю шоколадное

Десерты

рецепт 87



Блины на молоке

рецепт 88



Конфеты шоколадные

рецепт 89



Шоколадно-апельсиновый мусс

рецепт 90



Шоколадная панна котта

рецепт 91



Халва арахисовая

Напитки

рецепт 92



Морс брусничный

рецепт 93



Напиток ягодный

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 малиновое

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
картофельный

рецепт 117



Суп-пюре
из курицы

рецепт 118



Суп-пюре
из печени

рецепт 119



Котлеты на пару

рецепт 120



Пюре из индейки



Каши

рецепт 1

Каша манная

Ингредиенты:

- Крупа манная – 30 г
- Молоко 2,5% – 480 мл
- Масло сливочное – 20 г
- Соль
- Сахар

Порядок приготовления

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

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

Каша гречневая

Ингредиенты:

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

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 **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

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



Каши

рецепт 2



Каши

рецепт 3

Каша геркулесовая

Ингредиенты:

- Хлопья овсяные (помол №1) – 100 г
- Молоко 2,5% – 500 мл
- Масло сливочное – 20 г
- Соль
- Сахар

Порядок приготовления

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

Совет: в готовую кашу можно добавить дольки свежих фруктов.

Каша рисовая

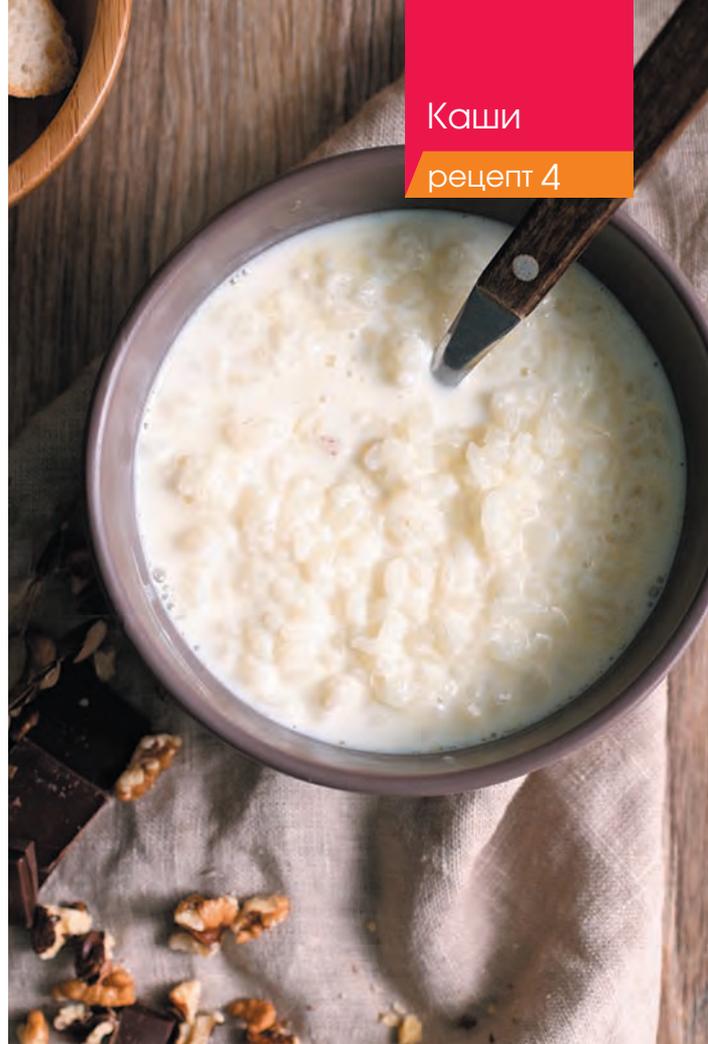
Ингредиенты:

- Рис круглозерный шлифованный – 100 г
- Молоко 2,5% – 500 мл
- Масло сливочное – 20 г
- Соль
- Сахар

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: украсьте готовую кашу грецкими орехами.



Каши
рецепт 4

Каши

рецепт 5



Каша кукурузная

Ингредиенты:

- Крупа кукурузная – 100 г
- Молоко – 750 мл
- Масло сливочное – 20 г
- Соль
- Сахар

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 **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте кашу со свежими ягодами.

Борщ

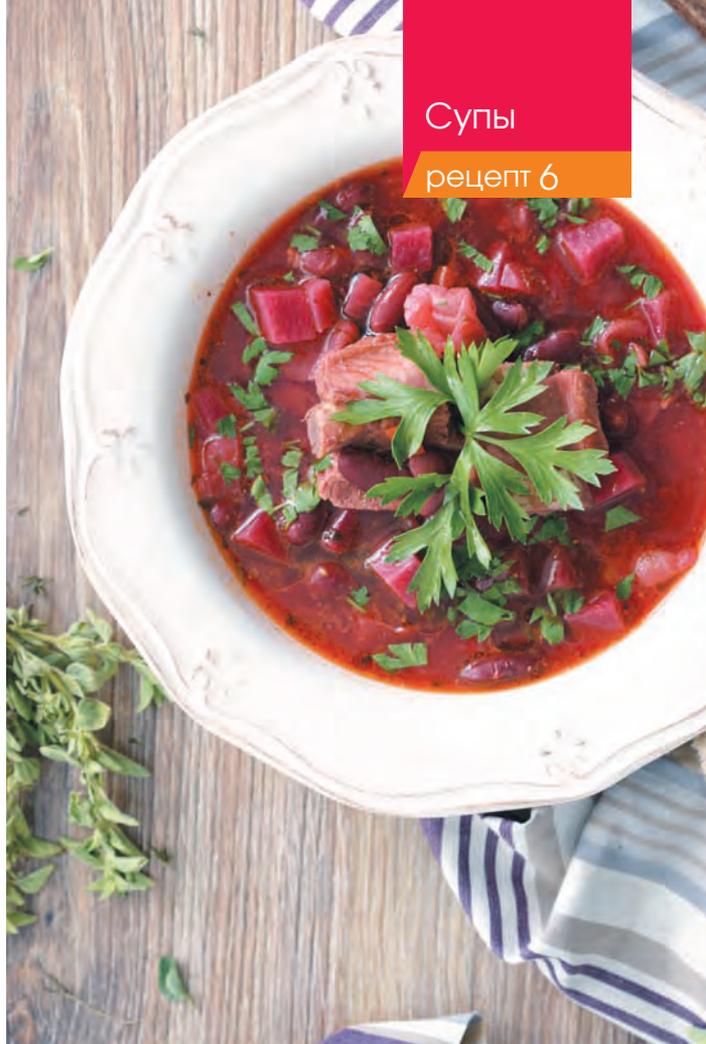
Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 250 г
- Картофель – 300 г
- Свекла – 150 г
- Капуста белокочанная – 150 г
- Лук репчатый – 80 г
- Морковь – 80 г
- Томатная паста – 80 г
- Чеснок – 10 г
- Масло растительное – 50 мл
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Говядину промыть. Мясо, лук, свеклу, морковь, капусту и картофель нарезать средней соломкой, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить лук, морковь и томатную пасту, перемешать. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку **«Отмена»**. Затем в чашу мультиварки к пассированным овощам добавить все оставшиеся ингредиенты и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Мясо»** время **1 час 10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: готовый борщ можно украсить свежей зеленью.



Супы

рецепт 6



Щи

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 400 г
- Капуста белокочанная – 300 г
- Картофель – 150 г
- Морковь – 100 г
- Лук репчатый – 80 г
- Чеснок – 5 г
- Масло растительное – 70 мл
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать кубиками по 2 см. Морковь натереть на крупной терке, капусту мелко нашинковать, картофель и лук нарезать средней соломкой, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки налить масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить морковь, лук и перемешать. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку **«Отмена»**. Обжаренные овощи выложить в отдельную емкость. В чашу мультиварки выложить говядину, залить водой. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Мясо»**, время **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 30 минут до завершения приготовления открыть крышку, снять с бульона белковую пенку, добавить все оставшиеся ингредиенты и перемешать. Закрыть крышку и готовить до окончания программы.

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

Рассольник

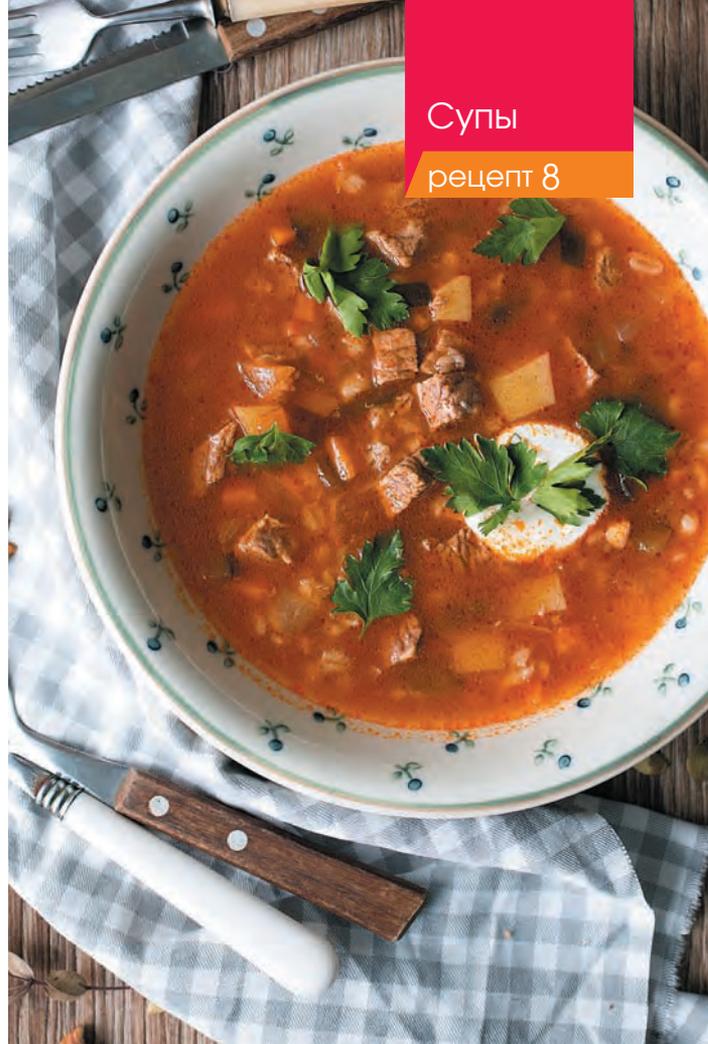
Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 250 г
- Картофель – 300 г
- Лук репчатый – 100 г
- Огурцы соленые – 100 г
- Морковь – 80 г
- Томатная паста – 80 г
- Крупа перловая – 70 г
- Чеснок – 10 г
- Огуречный рассол – 100 мл
- Масло растительное – 70 мл
- Вода – 1,7 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Говядину промыть. Мясо и картофель нарезать кубиками по 1,5 см. Морковь, лук и огурцы нарезать кубиками по 0,5–1 см, чеснок измельчить ножом. Перловую крупу промыть до прозрачной воды. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить морковь, лук, огурцы и томатную пасту, перемешать. Готовить, периодически помешивая. За 5 минут до завершения приготовления добавить огуречный рассол и перемешать. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку **«Отмена»**. Обжаренные овощи выложить в отдельную емкость. В чашу мультиварки выложить мясо, перловую крупу и картофель, залить водой и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Мясо»**, время **1 час 10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 40 минут до завершения приготовления открыть крышку, снять с бульона белковую пенку, добавить обжаренные овощи, чеснок, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

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



Супы

рецепт 8



Солянка

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 300 г
- Курица (копченая) – 200 г
- Колбаски охотничьи – 130 г
- Картофель – 400 г
- Огурцы соленые – 130 г
- Лук репчатый – 170 г
- Томатная паста – 100 г
- Огуречный рассол – 100 мл
- Масло растительное – 70 мл
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо промыть. Мясо, лук, соленые огурцы, картофель, колбаски и курицу нарезать средней соломкой. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Мясо»**, время **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить лук, соленые огурцы, колбаски, курицу и томатную пасту, перемешать. Готовить, периодически помешивая. За 5 минут до завершения времени приготовления добавить огуречный рассол и перемешать. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. В чашу мультиварки добавить все оставшиеся ингредиенты и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Мясо»**, время **1 час 10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

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

Суп из свинины

Ингредиенты:

- Свинина (филе) – 200 г
- Картофель – 300 г
- Морковь – 150 г
- Лук репчатый – 100 г
- Перец болгарский – 100 г
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Свинину промыть, нарезать вместе с картофелем средней соломкой. Лук нарезать мелкой соломкой. Морковь натереть на крупной терке. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Мясо»**, время **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: суп будет более острым и пикантным, если добавить в него немного горчицы.





Бульон мясной

Ингредиенты:

- Говядина на кости — 1 кг
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Петрушка — 5 г
- Соль
- Вода — 3 л

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать крупными кусками. Овощи промыть, разрезать на пополам, петрушку крупно нарезать. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта «Мясо», время **1 час 15 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить.

Совет: подавайте с гренками и свежей зеленью.

Уха

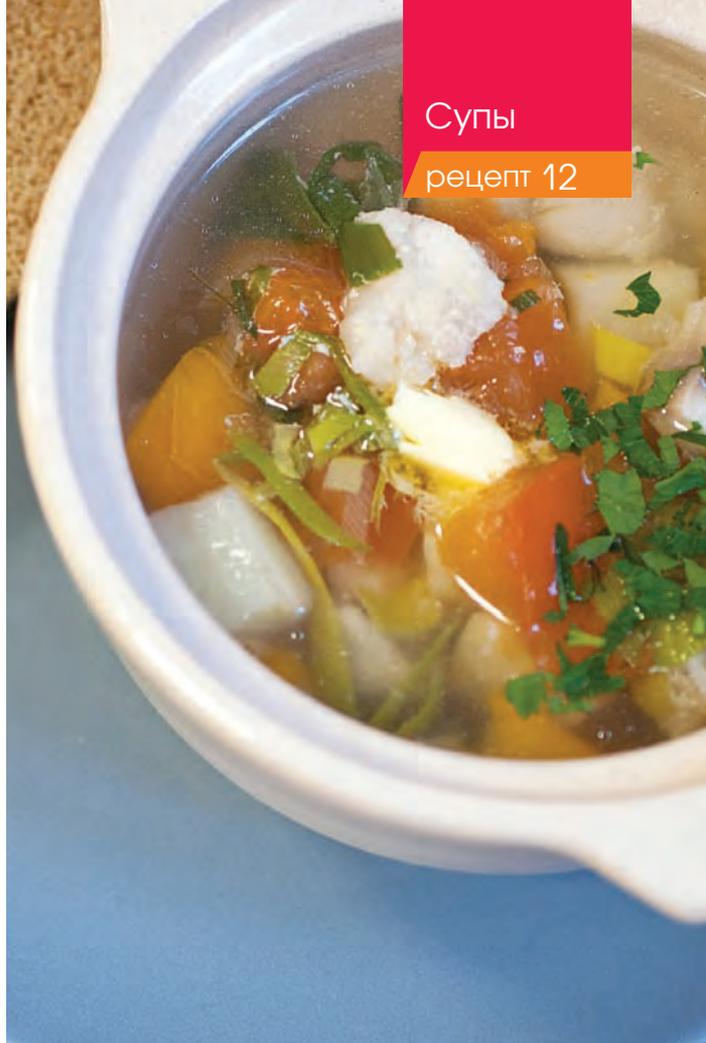
Ингредиенты:

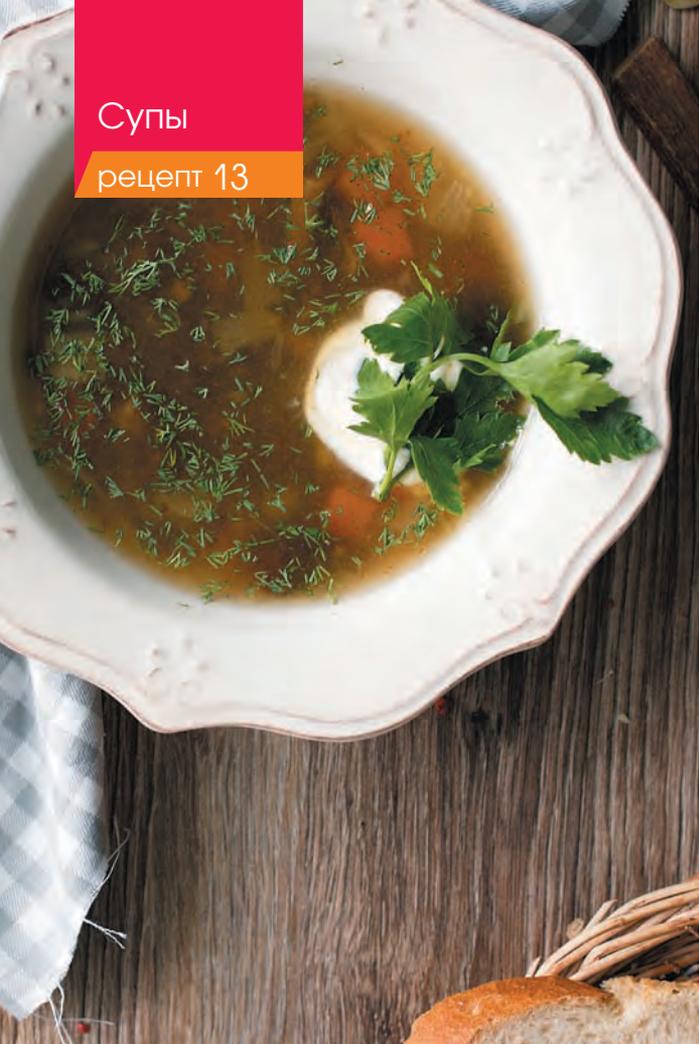
- Судак (филе) – 250 г
- Окунь (филе) – 250 г
- Картофель – 300 г
- Помидоры – 200 г
- Лук-порей – 100 г
- Перец болгарский – 100 г
- Вода – 2 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рыбу промыть, перец очистить от сердцевины и семян. Рыбу, болгарский перец, картофель и помидоры нарезать кубиками по 1 см, лук нарезать средней соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта «**Рыба**», время **50 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:

- Грибы (свежемороженые) – 300 г
- Картофель – 350 г
- Морковь – 100 г
- Лук репчатый – 80 г
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Грибы разморозить, промыть, откинуть на сито и дать стечь воде. Овощи нарезать кубиками по 1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Овощи»**, время **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

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

Суп с фрикадельками

Ингредиенты:

- Фарш домашний – 200 г
- Картофель – 400 г
- Лук репчатый – 100 г
- Морковь – 100 г
- Томатная паста – 50 г
- Чеснок – 5 г
- Масло растительное – 20 г
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Из фарша сформировать фрикадельки размером с грецкий орех. Лук, морковь и картофель нарезать кубиками по 1 см, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки налить масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта «**Овощи**», время **15 минут**. Нажать кнопку «**Старт**», Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить лук, морковь и томатную пасту, перемешать. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку «**Отмена**». В чашу мультиварки добавить картофель, чеснок, воду, соль, специи и перемешать. Выложить фрикадельки. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта «**Мясо**», время **50 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

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





Суп с домашней лапшой

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Филе промыть. Курицу и картофель нарезать средней соломкой, лук — мелкой соломкой. Все ингредиенты (кроме лапши) выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Птица»**, время **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 10 минут до завершения приготовления открыть крышку, добавить лапшу и перемешать. Закрыть крышку, готовить до окончания программы.

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

Суп гороховый с копченостями

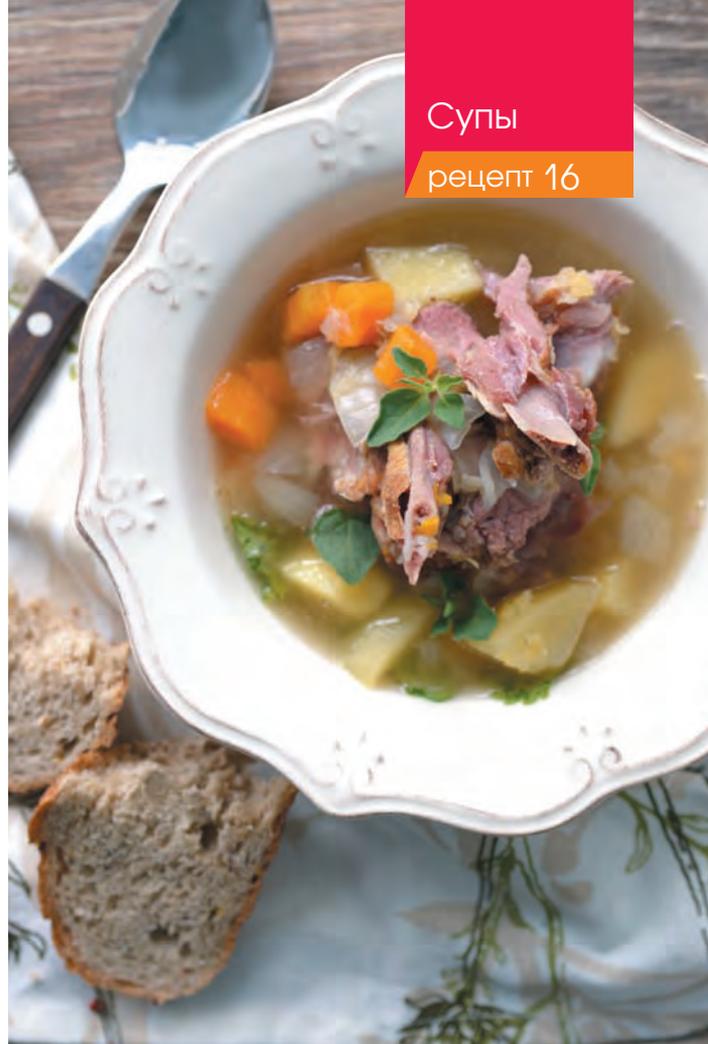
Ингредиенты:

- Ребра свиные (копченые) – 300 г
- Колбаса (копченая) – 100 г
- Картофель – 500 г
- Горох шлифованный целый – 300 г
- Лук репчатый – 150 г
- Морковь – 100 г
- Масло растительное – 30 мл
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Горох замочить в горячей воде (85°C) на 1 час, затем слить воду. Ребра промыть, отделить друг от друга. Морковь, лук, колбасу и картофель нарезать кубиками по 0,7 см. В чашу мультиварки, налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта «Овощи», время **8 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить морковь и лук, перемешать. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку «Отмена». Обжаренные овощи выложить в отдельную емкость. В чашу мультиварки выложить ребра и горох, залить водой. Закрыть крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта «Мясо», время **1 час 20 минут**. Нажать кнопку «Старт». За 40 минут до завершения приготовления открыть крышку, добавить колбасу, картофель, обжаренные овощи, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте готовый суп с обжаренными ломтиками бекона.



Супы

рецепт 16



Крем-суп со шпинатом

Ингредиенты:

- Шпинат (свежемороженный) – 200 г
- Помидоры – 100 г
- Лук репчатый – 100 г
- Масло сливочное – 20 г
- Сливки 10% – 100 мл
- Вода – 300 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Шпинат разморозить и откинуть на дуршлаг. Помидоры и лук нарезать кубиками по 1 см. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта «**Овощи**», время **45 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы. Затем суп перелить в отдельную емкость, добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.

Совет: готовый суп украсьте свежей зеленью.

Крем-суп с семгой

Ингредиенты:

- Семга (филе) – 300 г
- Картофель – 200 г
- Кабачок – 60 г
- Лук репчатый – 60 г
- Морковь – 60 г
- Сливки 10% – 100 мл
- Вода – 800 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рыбу промыть. Семгу и овощи нарезать кубиками по 1,5 см. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Рыба»**, время **45 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Затем 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 18



Фитнес-суп овощной

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

С кукурузы слить жидкость. Картофель, лук и морковь нарезать кубиками по 0,5 см, репчатый и зеленый лук измельчить ножом. Брокколи и цветную капусту разделить на соцветия. Все ингредиенты (кроме зеленого лука) выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта «**Овощи**», время **45 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы. Готовый суп посыпать зеленым луком.

Совет: перед подачей в суп можно добавить сыр тофу.

Курица жареная

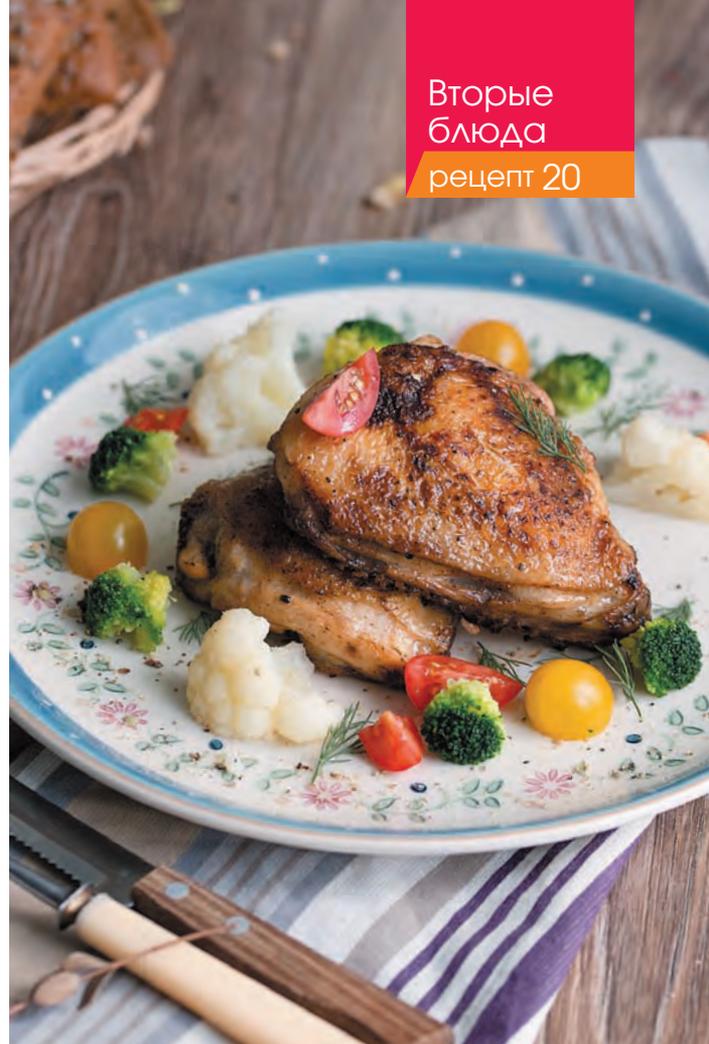
Ингредиенты:

- Курица (голень, бедро) – 400 г
- Лимон – 20 г
- Чеснок – 15 г
- Масло растительное – 60 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Курицу промыть. Из лимона выдавить сок, чеснок натереть на мелкой терке. Курицу натереть смесью лимонного сока, чеснока и специй, поставить в холодильник на 2 часа. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта «Птица», время **22 минуты**. Нажать кнопку «Старт». Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить курицу. Готовить до окончания программы, периодически переворачивая курицу.

Совет: жареную курицу можно подать с овощами на пару и чесночным соусом.





Курица со сливками

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 440 г
- Лук-порей – 60 г
- Сливки 33% – 250 мл
- Молоко – 150 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Курицу промыть и нарезать кубиками по 2 см. Лук нарезать средней соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта «Птица», время **50 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы.

Совет: из специй подойдут майоран и чабрец.

Цыпленок с зеленью

Ингредиенты:

- Цыпленок – 500 г (1 шт.)
- Чеснок – 10 г
- Лук зеленый – 10 г
- Укроп – 10 г
- Петрушка – 10 г
- Кинза – 10 г
- Соевый соус – 70 мл
- Специи

Порядок приготовления

Цыпленка промыть. Зелень и чеснок измельчить ножом, смешать с соевым соусом и специями. Натереть полученной смесью цыпленка и оставить мариноваться в прохладном месте на 20 минут. Затем цыпленка плотно завернуть в 2–3 слоя фольги и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время **1 час 20 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте цыпленка с соусом ткемали.





Индейка с овощами и шампиньонами

Ингредиенты:

- Индейка (филе) – 500 г
- Картофель – 400 г
- Шампиньоны (свежие) – 200 г
- Перец болгарский – 140 г
- Лук репчатый – 120 г
- Морковь – 100 г
- Майонез – 100 г
- Жир куриный – 70 г
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Филе промыть, нарезать кубиками по 1,5 см, шампиньоны нарезать дольками, картофель и болгарский перец нарезать кубиками по 2 см, лук – мелкой соломкой. Морковь натереть на крупной терке, жир нарезать кубиками по 1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта «Птица», время **50 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: из специй подойдут майоран и мускатный орех.

Свинина со сливками

Ингредиенты:

- Свинина (филе) – 560 г
- Лук репчатый – 160 г
- Шампиньоны (свежие) – 100 г
- Чеснок – 12 г
- Сливки 33% – 200 мл
- Молоко – 100 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо промыть. Мясо, лук и грибы нарезать средней соломкой, чеснок — пластинками. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта «**Мясо**», время **1 час**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

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



Вторые
блюда
рецепт 24



Свинина по-французски

Ингредиенты:

- Свинина (шея) – 430 г
- Помидоры – 170 г
- Сыр твердый – 100 г
- Шампиньоны свежие – 70 г
- Масло оливковое – 30 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на стейки толщиной по 2 см и слегка отбить. Помидоры и грибы нарезать пластинками по 0,5 см, сыр натереть на крупной терке. В чашу мультиварки налить оливковое масло, выложить мясо, посыпать его солью и специями. Сверху на мясо выложить помидоры и грибы, посыпать сыром. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **140°C**, время **18 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

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

СВИНЫЕ ОТБИВНЫЕ

Ингредиенты:

- Свинина (шея) – 300 г
- Масло растительное – 40 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на стейки толщиной по 2–2,5 см и отбить до толщины 0,5 см. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта «**Мясо**», время **15 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить мясо. За 7 минут до завершения приготовления перевернуть свинину. Готовить до окончания программы.

Совет: чтобы придать отбивным острый вкус, добавьте в морковную смесь чеснок.





Рулька

Ингредиенты:

- Рулька свиная – 900 г
- Лук репчатый – 120 г
- Чеснок – 15 г
- Базилик – 5 г
- Масло растительное – 50 мл
- Вода – 400 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рульку промыть, сделать в ней глубокие надрезы и нашить 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, налить растительное масло и воду. Закрывать крышку. Установить программу **ТОМЛЕНИЕ**, вид продукта «**Мясо**», время **2 часа**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с маринованным луком и черемшой.

Рагу со свиной

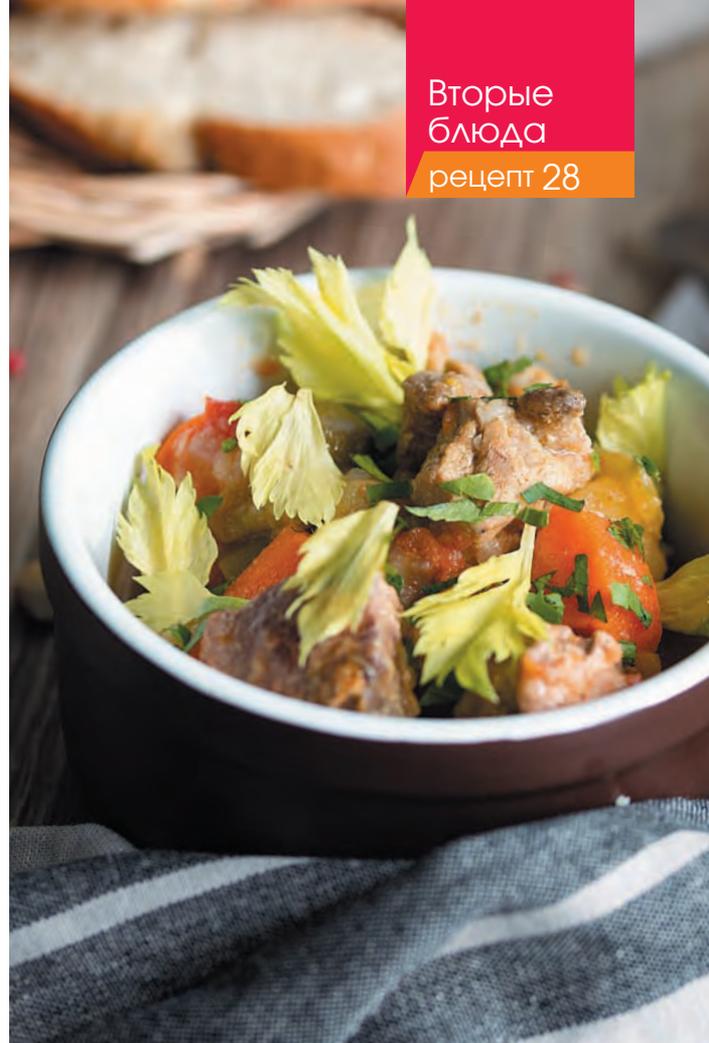
Ингредиенты:

- Свиная (филе) – 400 г
- Картофель – 500 г
- Лук репчатый – 100 г
- Помидоры – 200 г
- Перец болгарский – 200 г
- Морковь – 150 г
- Чеснок – 15 г
- Петрушка – 10 г
- Вода – 50 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

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

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





Стейк из говядины

Ингредиенты:

- Говядина (тонкий край) – 300 г
- Масло растительное – 20 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, обсушить бумажным полотенцем, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта «**Мясо**» время **18 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». После начала обратного отсчета в чашу выложить стейк и закрыть крышку. За 10 минут до завершения приготовления открыть крышку, перевернуть стейк, закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй отлично подойдут кориандр и розмарин.

Гуляш из говядины

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Говядину промыть. Мясо и лук нарезать кубиками по 1,5–2 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта **«Мясо»**, время **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй подойдут тимьян, паприка и майоран.





Жаркое с паровым картофелем

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 500 г
- Картофель – 300 г
- Морковь – 100 г
- Лук репчатый – 80 г
- Имбирь (корень) – 30 г
- Масло растительное – 20 мл
- Вода – 200 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Говядину промыть, нарезать кубиками по 1–1,5 см, лук и морковь – кубиками по 0,5–1 см, имбирь очистить и измельчить ножом. Картофель разрезать вдоль на две равные части. Говядину, лук, морковь и имбирь выложить в чашу мультиварки, добавить воду, растительное масло, соль, специи и перемешать. Сверху установить контейнер для приготовления на пару, равномерно выложить в него картофель. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта **«Мясо»**, время **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: к этому блюду подойдет кисло-сладкий соус.

Ассорти рыбное

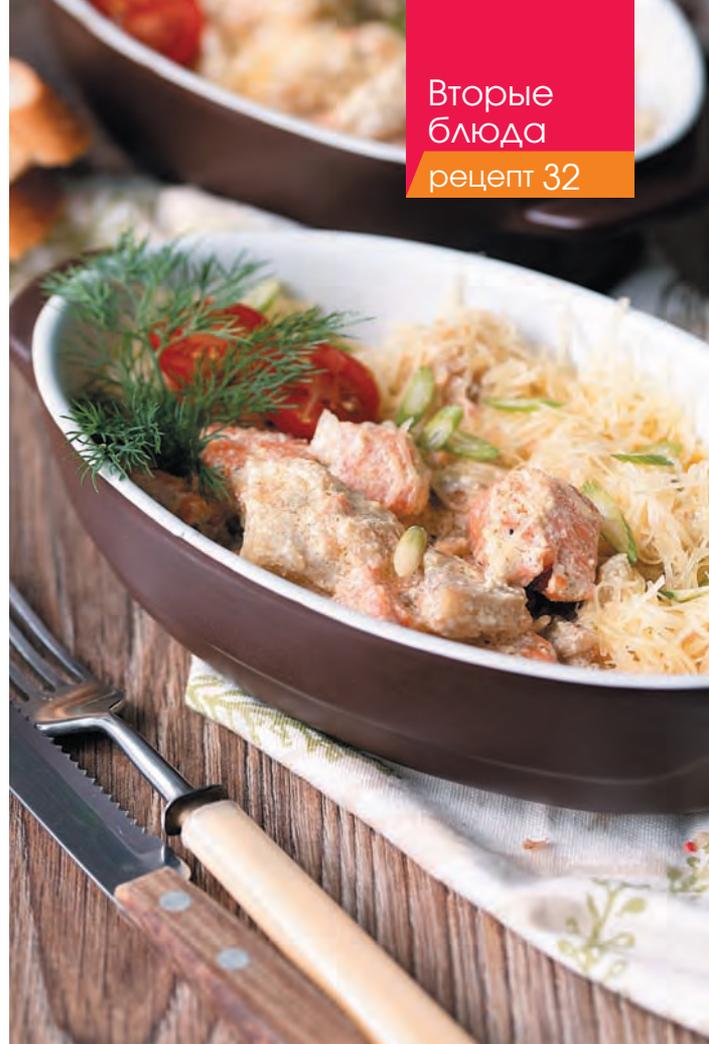
Ингредиенты:

- Тилапия (филе) – 230 г
- Семга (филе) – 200 г
- Шампиньоны – 100 г
- Сыр твердый – 100 г
- Лук порей – 80 г
- Масло сливочное – 30 г
- Сливки 10% – 100 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рыбу промыть и нарезать кубиками по 1,5–2 см, сыр натереть на крупной терке, грибы разрезать на 4 части, лук порей нарезать кольцами толщиной 0,2–0,3 мм. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **15 минут**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу мультиварки выложить сливочное масло, грибы и лук. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. К обжаренным овощам добавить оставшиеся ингредиенты и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта **«Рыба»**, время приготовления **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

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





Стейк из форели

Ингредиенты:

- Форель (стейк) – 280 г
- Масло растительное – 20 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рыбу промыть, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Рыба»**, время **14 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. После начала обратного отсчета в чашу выложить стейк и закрыть крышку. За 7 минут до завершения приготовления открыть крышку, перевернуть стейк и закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с соусом тар-тар.

Фаршированные кальмары

Ингредиенты:

- Кальмары – 300 г (3 шт.)
- Шпинат – 400 г
- Помидоры – 370 г
- Сыр твердый – 15 г
- Орешки кедровые – 15 г
- Бульон рыбный – 100 мл
- Масло растительное – 30 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Кальмары промыть. Сыр натереть на крупной терке, помидоры нарезать кубиками по 0,5 см, шпинат измельчить. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить шпинат и кедровые орешки, перемешать. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы. Готовый шпинат с орешками переложить в отдельную емкость, добавить тертый сыр и перемешать. Нафаршировать кальмары полученной смесью. На дно чаши мультиварки выложить помидоры, сверху выложить кальмары и залить бульоном. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта **«Рыба»**, время **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй подойдут розовый перец и фенхель.



Вторые
блюда
рецепт 34



Сибас с овощами

Ингредиенты:

- Сибас (тушка с головой) – 500 г
- Картофель – 500 г
- Перец болгарский красный – 100 г
- Цуккини – 100 г
- Лимон – 50 г
- Петрушка – 10 г
- Вода – 1 л
- Лавровый лист – 2 шт
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рыбу выпотрошить, очистить от чешуи, отрезать голову, промыть, разделить на филе с кожей и сделать на коже неглубокие продольные надрезы. Картофель нарезать кубиками по 2 см. Перец нарезать крупной соломкой. Цуккини нарезать кружками толщиной 1 см. Из лимона выжать сок. В чашу мультиварки выложить филе сибаса, налить воду и сок лимона, добавить лавровый лист, соль и специи. Сверху установить контейнер для приготовления на пару, в него выложить овощи и посолить. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта **«Рыба»**, время приготовления **35 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с оливками и мини-кукурузой.

Овощное рагу

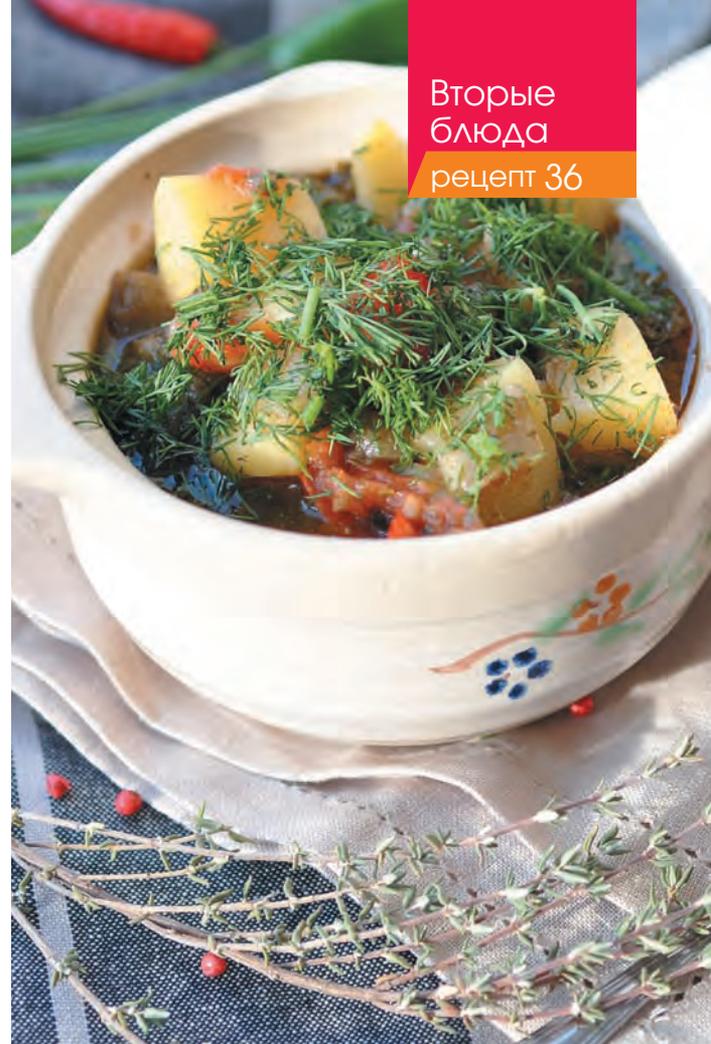
Ингредиенты:

- Картофель – 500 г
- Капуста белокочанная – 350 г
- Баклажаны – 300 г
- Помидоры – 150 г
- Морковь – 150 г
- Лук репчатый – 100 г
- Масло сливочное – 50 г
- Чеснок – 10 г
- Вода – 200 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Картофель, капусту, баклажаны и помидоры нарезать кубиками по 2 см, морковь и лук — кубиками по 1 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта «**Овощи**», время **50 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: вкус блюда подчеркнут прованские травы.





Фетучини с говядиной

Ингредиенты:

- Говядина (вырезка) – 350 г
- Лук репчатый – 200 г
- Помидоры – 150 г
- Морковь – 140 г
- Паста фетучини – 150 г
- Бульон мясной – 150 мл
- Масло оливковое – 50 мл
- Вода – 1 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Говядину промыть, нарезать кубиками по 1,5–3 см, лук — полукольцами, морковь натереть на крупной терке, помидоры нарезать средней соломкой. В чашу мультиварки налить воду, добавить соль и специи. Закрывать крышку. Установить программу **ПАСТА**, время **8 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала в кипящую воду выложить фетучини и перемешать. Закрывать крышку. Готовить до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Готовую пасту откинуть на дуршлаг, налить масло (20 мл) и перемешать. В чашу мультиварки налить оливковое масло (30 мл). Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Мясо»**, время **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить мясо и овощи, добавить соль и специи, перемешать. Готовить, периодически помешивая. За 5 минут до завершения приготовления добавить пасту и бульон, перемешать. Готовить до окончания программы.

Совет: готовое блюдо можно посыпать тертым сыром.

Лазанья

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 300 г
- Томатная паста – 100 г
- Лук репчатый – 80 г
- Сыр твердый – 70 г
- Паста для лазаньи – 70 г (4 листа)
- Яйца – 60 г (1 шт.)
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком. Сыр натереть на крупной терке. Фарш смешать с яйцом, томатной пастой, солью и специями, перемешать до однородной массы. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, в него выложить ингредиенты слоями: лист пасты, фарш, сыр. Повторить 4 раза. Закрывать крышку. Установить программу **ПАР**, вид продукта «Мясо», время **20 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с соусом бешамель.





Баклажаны с говядиной

Ингредиенты:

- Баклажаны – 300 г
- Говядина (филе) – 150 г
- Помидоры – 60 г
- Лук репчатый – 50 г
- Чеснок – 10 г
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Баклажаны разрезать вдоль и удалить семена. Мясо промыть. Говядину, лук, чеснок и помидоры пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и перемешать. Нафаршировать баклажаны полученной смесью и завернуть в фольгу. Выложить баклажаны в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **1 час**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с пряными травами.

Плов со свинойной

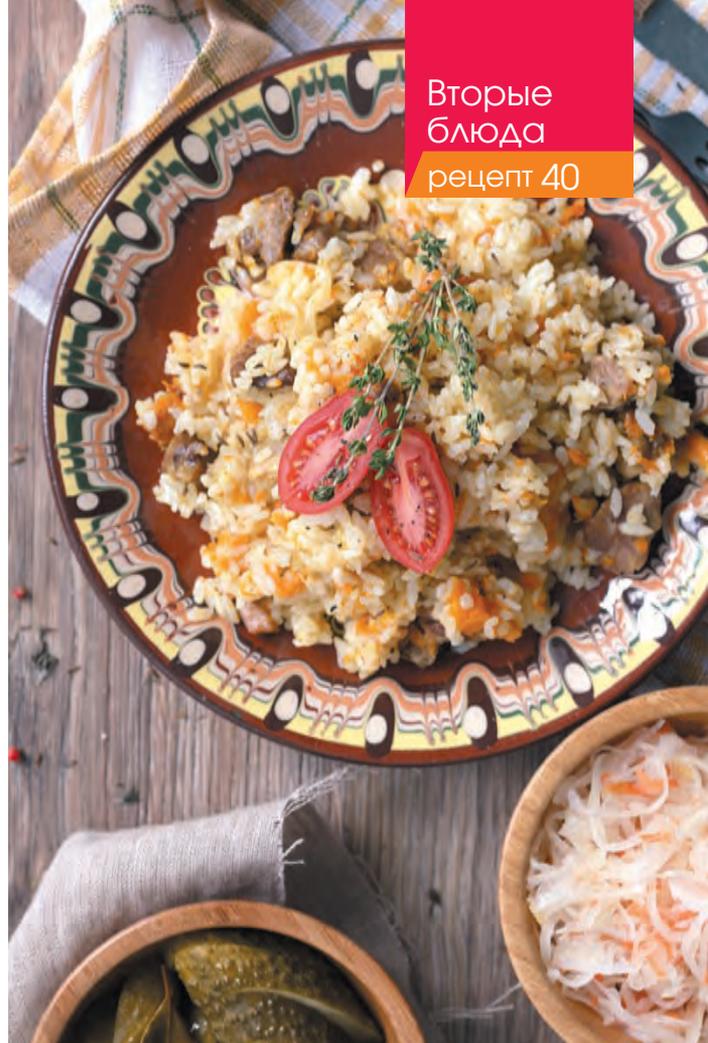
Ингредиенты:

- Свиная (шея) – 300 г
- Рис шлифованный – 260 г
- Морковь – 100 г
- Лук репчатый – 100 г
- Чеснок – 10 г
- Масло растительное – 35 мл
- Вода – 330 мл
- Соль
- Специи

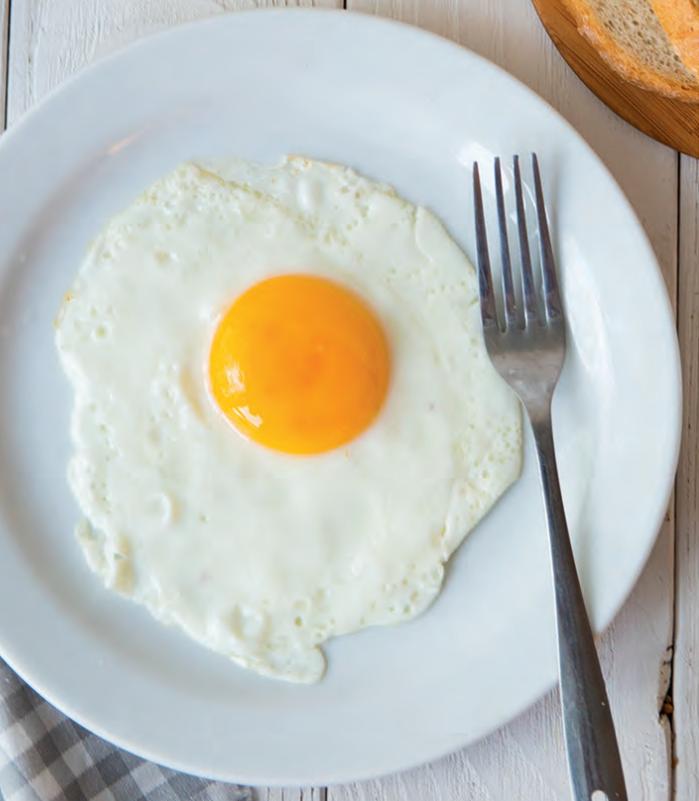
Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды, мясо промыть и нарезать кубиками по 2–2,5 см. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать крупной соломкой, чеснок промыть (можно не чистить). Мясо, морковь, лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Сверху на мясо выложить рис и разровнять, в рис заложить зубчики чеснока, залить водой. Закрывать крышку. Установить программу **ПЛОВ**, время **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.

Совет: чтобы плов получился золотистого цвета, добавьте в него карри.



Вторые
блюда
рецепт 40



Яичница

Ингредиенты:

- Яйца – 2 шт.
- Масло растительное – 10 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

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

Совет: подавайте яичницу с тостами и обжаренным беконом.

Манты

Ингредиенты:

Для теста:

- Мука пшеничная – 500 г
- Яйца – 100 г (2 шт.)
- Масло растительное – 15 мл
- Вода – 200 мл
- Соль

Для фарша:

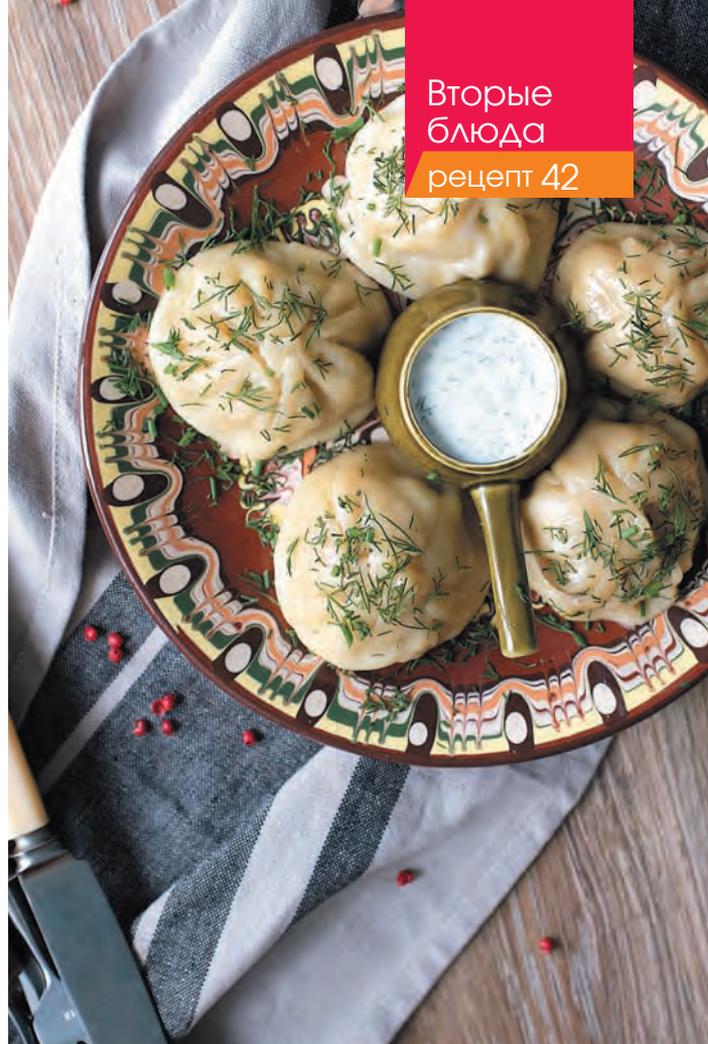
- Говядина (филе) – 300 г
- Свинина (филе) – 300 г
- Яйца – 100 г (2 шт.)
- Лук репчатый – 100 г
- Чеснок – 5 г
- Вода – 1 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Замесить тесто: в муке сделать небольшое углубление, аккуратно вбить в него яйца, добавить растительное масло, подсоленную воду и перемешать. Вымешивать до тех пор, пока тесто не станет однородным. Приготовить фарш: мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и чесноком, добавить яйца, соль, специи и перемешать. Раскатать тесто тонким слоем и вырезать из него кружки диаметром 10 см. В середину каждого выложить небольшую порцию фарша и слепить манты. В чашу мультиварки налить воду. Закрывать крышку. Установить программу **МАНТЫ**, время приготовления **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала открыть крышку и установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него манты. Закрывать крышку. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

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

Вторые
блюда
рецепт 42





Вареники с творогом

Ингредиенты:

Для теста:

- Мука – 90 г
- Вода – 180 мл
- Соль

Для начинки:

- Творог 9% – 220 г
- Сахар

- Вода – 1 л

Порядок приготовления

Творог смешать с сахаром. Замесить тесто: смешать воду с мукой и солью. Раскатать тесто толщиной 0,5 см, нарезать формой на круги диаметром 8 см, выложить в центр каждого небольшую порцию творога. Сформировать вареники. В чашу мультиварки налить воду и закрыть крышку. Установить программу **ПЕЛЬМЕНИ**, время **8 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала открыть крышку, в кипящую воду выложить вареники, перемешать и закрыть крышку. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте со свежими ягодами.

Свинина копченая

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на порционные куски, натереть солью, специями и жидким дымом. Каждый кусок завернуть в лист фольги. Мясо выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время **1 час**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте свинину с соусом барбекю.

Копчение
рецепт 44





Форель копченая

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рыбу промыть, натереть солью, специями и жидким дымом. Рыбу завернуть в лист фольги и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: готовую форель можно украсить дольками апельсина и маслинами.

Картофель фри

Ингредиенты:

- Картофель фри (полуфабрикат) – 200 г
- Масло растительное – 700 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Растительное масло налить в чашу мультиварки, крышку не закрывать. Картофель выложить в корзину для жарки во фритюре. Установить программу **ФРИТЮР**, вид продукта **«Овощи»**, время **7 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После звукового сигнала опустить корзину с картофелем в масло. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с сырным, томатным и грибным соусами.



Блюда во
фритюре
рецепт 46



Куриные наггетсы

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 340 г
- Яйца – 180 г (3 шт.)
- Масло растительное – 700 мл
- Сухари панировочные
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Филе промыть и нарезать кубиками по 2,5–3 см. Яйца взбить венчиком или миксером до однородной массы. Филе посолить и приправить специями, обмакнуть в яйцо и обвалить в панировочных сухарях. Наггетсы выложить в корзину для жарки во фритюре в один слой. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ФРИТЮР**, вид продукта «Птица», время приготовления **10 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить при открытой крышке. После звукового сигнала опустить корзину для жарки с наггетсами в масло. Готовить до окончания программы.

Совет: к блюду подойдут сырный и кисло-сладкий соусы.

Креветки во фритюре

Ингредиенты:

- Креветки тигровые – 160 г
- Яйца – 50 г (1 шт.)
- Масло растительное – 700 мл
- Сухари панировочные
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Креветки промыть, очистить от панциря, оставив хвостик. Яйцо взбить миксером до однородной массы, добавить соль и специи, перемешать. Креветки обмакнуть в яйцо, обвалить в панировочных сухарях. Запанированные креветки выложить в корзину для жарки во фритюре в один слой. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ФРИТЮР**, вид продукта **«Рыба»**, время **7 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После звукового сигнала опустить корзину для жарки с креветками в масло. Готовить до окончания программы при открытой крышке.

Совет: подавайте с дольками лайма.





Пюре картофельное

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Картофель разрезать на 6 частей, выложить в чашу мультиварки, залить молоком и водой, добавить сливочное масло и соль. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Из готового картофеля сделать пюре.

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

Картофель жареный с грибами

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Картофель нарезать средней соломкой, грибы — ломтиками толщиной 0,5 см. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта «**Овощи**», время **20 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить все ингредиенты и перемешать. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы.

Совет: к этому блюду подойдет соус песто.



Гарниры

рецепт 50

Гарниры

рецепт 51



Рис отварной

Ингредиенты:

- Рис пропаренный – 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 промытый рис, залить водой, добавить соль и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ЭКСПРЕСС**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

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

Рис с овощами

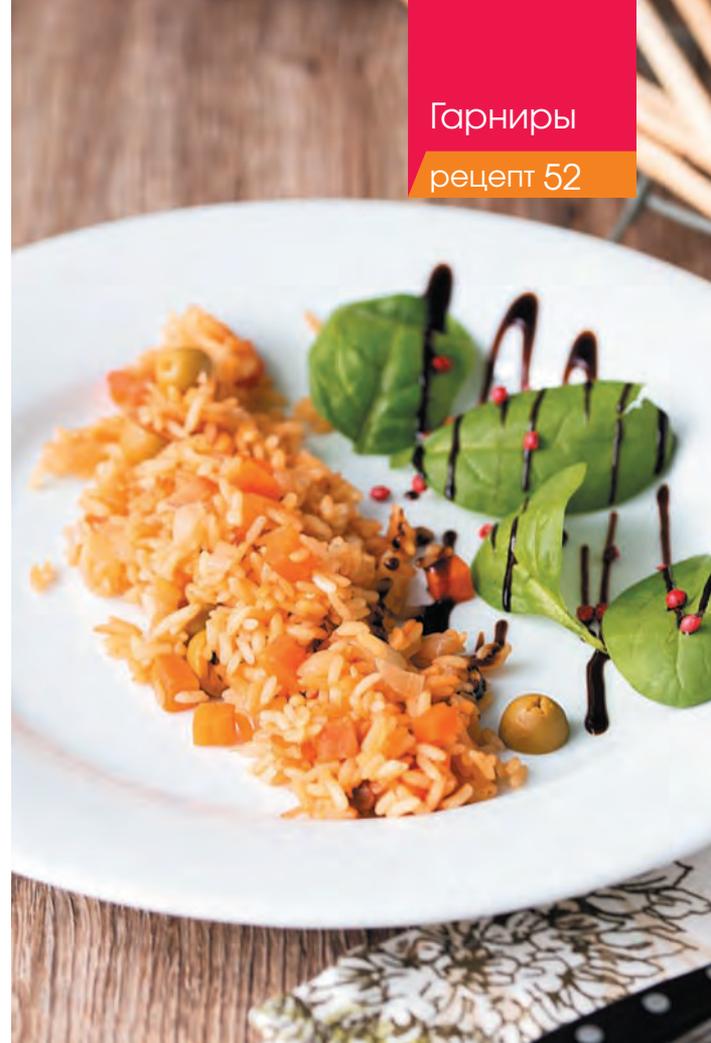
Ингредиенты:

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

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, перемешать и разровнять лопаткой. Закрыть крышку. Установить программу **РИС**, время **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

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





Гарниры

рецепт 53

Гречка рассыпчатая

Ингредиенты:

- Крупа гречневая (ядрица) – 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 крупу, залить водой, добавить соль и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **КРУПЫ**, время **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: в гречку можно добавить обжаренный лук.

Фасоль красная отварная

Гарниры

рецепт 54

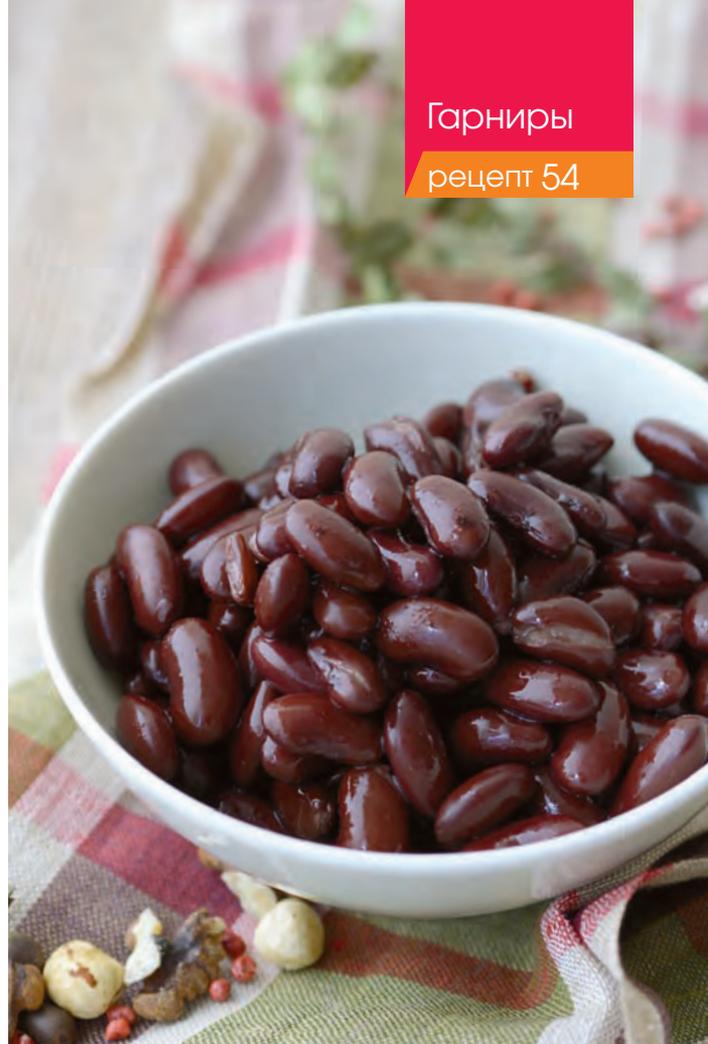
Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Фасоль залить кипятком и оставить на 1 час, затем откинуть на сито и дать стечь жидкости. В чашу мультиварки выложить фасоль, залить водой, добавить соль и специи. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **2 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с жареными грибами.





Овощи на пару

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Картофель нарезать кубиками по 2 см, болгарский перец очистить от семян и сердцевины, нарезать кубиками по 3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него все ингредиенты, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ПАР**, вид продукта **«Овощи»**, время **7 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: блюдо можно заправить соевым соусом.

Голубцы

Ингредиенты:

- Фарш домашний – 400 г
- Капуста белокочанная (листья) – 200 г
- Лук репчатый – 150 г
- Рис отварной – 100 г
- Яйца – 50 г (1 шт.)
- Чеснок – 15 г
- Вода – 1 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Капустные листья выдержать в кипятке (95°C) 5 минут. Фарш, лук и чеснок пропустить через мясорубку, добавить соль, специи, рис и яйцо, все тщательно перемешать. На каждый капустный лист выложить небольшую порцию фарша и плотно завернуть. В чашу мультиварки налить воду, установить контейнер для приготовления на пару. Выложить в контейнер голубцы швом вниз. Закрыть крышку. Установить программу **ПАР**, вид продукта **«Мясо»**, время **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: также можно приготовить начинку из овощей, грибов и отварного риса.



Блюда
на пару
рецепт 56



Котлеты куриные на пару с рисом

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 600 г
- Рис шлифованный – 300 г
- Лук репчатый – 100 г
- Масло сливочное – 10 г
- Чеснок – 6 г
- Вода – 400 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Курицу, лук и чеснок пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и вымесить до однородной массы. Из фарша сформировать котлеты. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить рис, залить водой, добавить соль и перемешать. На чашу установить контейнер для приготовления на пару и выложить в него котлеты. Закрыть крышку. Установить программу **РИС**, время **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте блюдо с томатным соусом.

Свинина с картофелем на пару

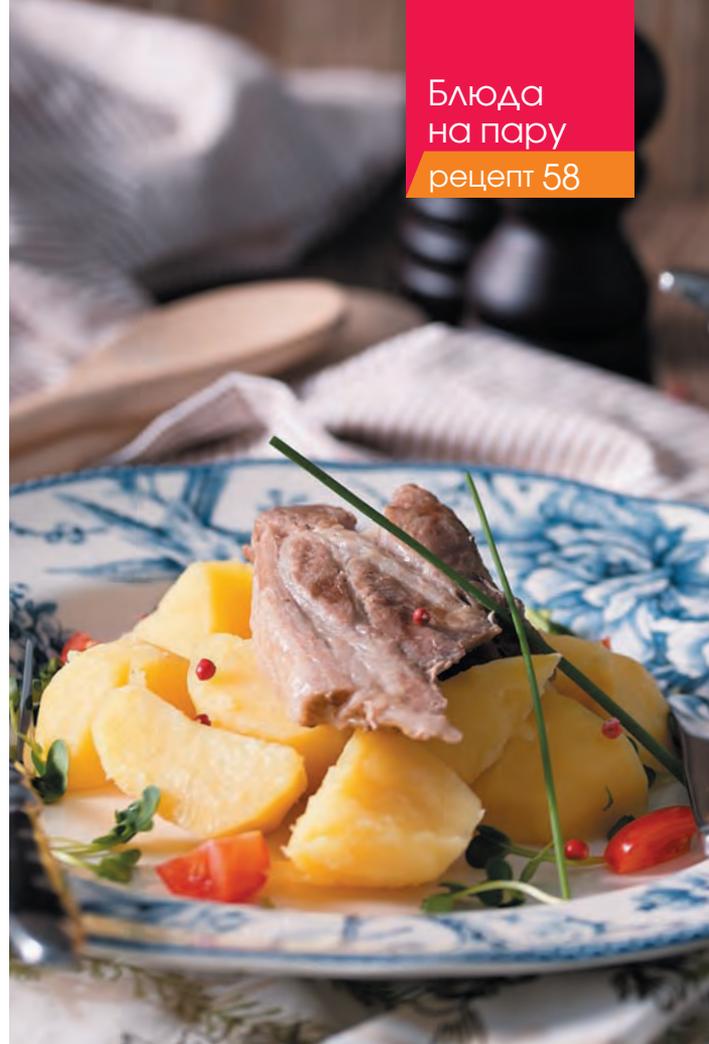
Ингредиенты:

- Свинина (филе) – 300 г
- Картофель – 500 г
- Горчица – 20 г
- Вода – 800 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать стейками толщиной 2 см, натереть солью, специями и горчицей. Поставить в холодильник на 2 часа. Картофель нарезать кубиками по 2 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару и выложить в него свинину и картофель. Закрывать крышку. Установить программу **ПАР**, вид продукта «**Мясо**» время **25 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с горчичным соусом.





Семга на пару с картофелем

Ингредиенты:

- Семга (стейк) – 300 г
- Картофель – 500 г
- Вода – 500 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рыбу (без кожи и костей) промыть, натереть солью и специями. Картофель нарезать кубиками по 2 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него рыбу и картофель. Закрывать крышку. Установить программу **ПАР**, вид продукта **«Рыба»**, время **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: блюдо можно приправить лимонным перцем.

Семга под ореховой корочкой

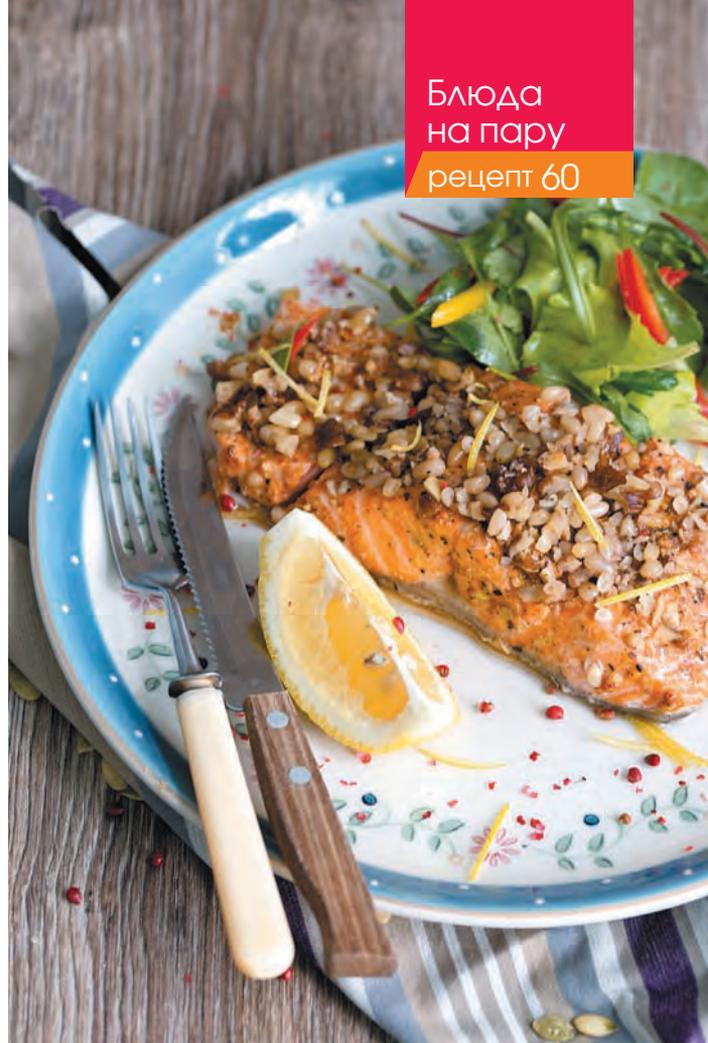
Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рыбу (без кожи и костей) промыть, натереть солью и специями, орехи измельчить ножом. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него рыбу, посыпать орехами и слегка примять. Закрыть крышку. Установить программу **ПАР**, вид продукта «**Рыба**», время **15 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

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





Рулет «Московский»

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Свинину промыть, нарезать на стейки толщиной 2–2,5 см, отбить до толщины 0,5 см. Грибы и лук измельчить ножом, смешать со сливочным маслом, солью и специями. На каждый кусок мяса ближе к краю выложить порцию начинки и завернуть в рулет. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить на дно рулеты швом вниз. Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **150°C**, время **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить, открывая крышку через каждые 5 минут и переворачивая рулеты, до окончания программы.

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

Буженина

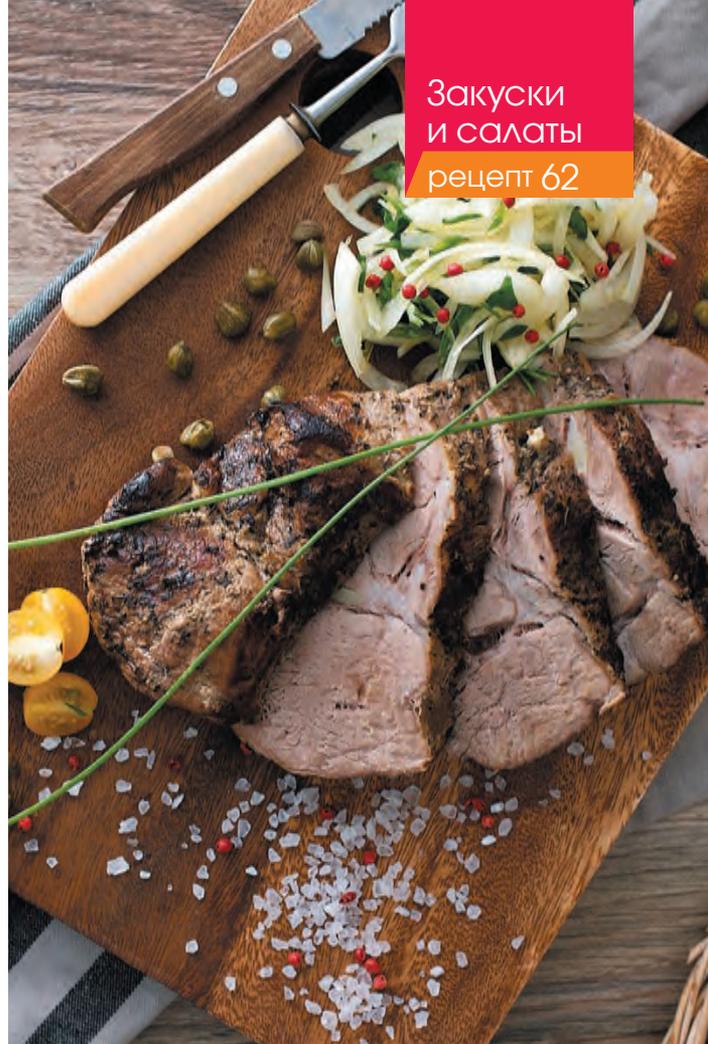
Ингредиенты:

- Свинина (шея) – 700 г
- Чеснок – 10 г
- Имбирь молотый – 1 г
- Кориандр молотый – 1 г
- Базилик – 1 г
- Масло оливковое – 30 мл
- Вода – 250 мл
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть, натереть смесью оливкового масла, соли и специй. В мясе ножом сделать надрезы, нашпиговать зубчиками чеснока и оставить мариноваться в холодильнике в течение 4–8 часов. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Мясо»**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить маринованное мясо. Готовить до окончания программы, периодически переворачивая мясо. Нажать кнопку **«Отмена»**. В чашу мультиварки налить воду. Закрыть крышку. Установить программу **ТОМЛЕНИЕ**, вид продукта **«Мясо»**, время **1 час 30 минут**. 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
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Морковь нарезать дольками, лук — кольцами. Чеснок измельчить ножом. Свиные ножки промыть, выложить в чашу мультиварки, добавить лук, морковь, соль и специи, залить водой до максимальной отметки. Закрывать крышку. Установить программу **ХОЛОДЕЦ**, время **2 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовые свиные ножки остудить, мясо отделить от костей и измельчить ножом. Бульон процедить. Разложить мясо по формам для холодца, залить их бульоном и поставить в холодильник до застывания.

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

Салат «Нежный»

Ингредиенты:

- Курица (грудка) – 180 г
- Кальмары – 140 г (1 шт.)
- Рис отварной – 240 г
- Масло сливочное – 30 г
- Сливки 22% – 70 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Кальмары и курицу промыть, нарезать средней соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **140°C**, время приготовления **18 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: украсьте блюдо мелко нарезанным красным луком.





Теплый салат с креветками

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Креветки промыть, очистить от панциря, оставив хвостик. Цуккини очистить и нарезать кубиками 1 см. Авокадо очистить от кожуры, вынуть косточку, нарезать кубиками по 1 см. Имбирь очистить, натереть на мелкой терке. Помидоры разрезать пополам, базилик измельчить ножом, листья салата нарвать руками. В отдельной емкости смешать авокадо, помидоры, листья салата, добавить тертый корень имбиря, базилик, оливковое масло и перемешать. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта «**Рыба**», время **10 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить креветки и цуккини в один слой. Готовить до окончания программы, периодически переворачивая. На салатную смесь выложить цуккини и украсить креветками. При подаче цуккини и креветки должны быть теплыми.

Совет: готовый салат можно сбрызнуть лимонным соком.

Салат с креветками и авокадо

Ингредиенты:

- Креветки тигровые – 100 г
- Авокадо – 80 г
- Помидоры – 80 г
- Листья салата – 20 г
- Базилик (свежий) – 5 г
- Имбирь (корень) – 2 г
- Масло оливковое – 25 мл

Порядок приготовления

Авокадо очистить от кожуры, вынуть косточку, нарезать кубиками по 1 см. Имбирь очистить и натереть на мелкой терке. Помидоры нарезать кубиками по 1 см, базилик измельчить ножом, салат нарвать руками. В чашу мультиварки налить масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Рыба»**, время приготовления **7 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить креветки. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Креветки остудить, смешать с остальными ингредиентами и добавить оливковое масло.

Совет: подавайте с долькой лайма.





Соус ткемали

Ингредиенты:

- Сливы зеленые – 500 г
- Кинза – 30 г
- Укроп – 30 г
- Петрушка – 30 г
- Чеснок – 30 г
- Аджика – 15 г
- Вода – 500 мл

Порядок приготовления

У слив вынуть косточки, зелень и чеснок измельчить ножом. Сливы выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта «Овощи», время **45 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы. Сливовый отвар перелить в отдельную емкость, сливы перетереть через сито. Зелень и чеснок смешать с протертыми сливами, добавить аджику и перемешать. Густой соус разбавить сливовым отваром до консистенции сметаны.

Совет: чтобы соус получился более острым, при приготовлении можно добавить в него немного чили.

Хлеб белый

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи. Продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду комнатной температуры и растительное масло (30 мл). Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к стенкам емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом (10 мл), выложить тесто и разровнять. Закрывать крышку и снять паровой клапан. Установить программу **ХЛЕБ**, время **3 часа**. Нажать кнопку «**Старт**». За 1 час до завершения приготовления открыть крышку, перевернуть хлеб, закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Готовый хлеб вынуть из чаши и дать ему остыть в течение 30 минут.

Совет: подавайте со сливочным сыром.



Хлеб

рецепт 68



Хлеб кукурузный

Ингредиенты:

- Мука пшеничная – 550 г
- Мука кукурузная – 220 г
- Сахар – 20 г
- Дрожжи – 20 г
- Соль – 10 г
- Молоко – 100 мл
- Масло растительное – 50 мл
- Вода (комнатной температуры) – 320 мл

Порядок приготовления

Кукурузную и пшеничную муку, соль, сахар и дрожжи высыпать в отдельную емкость и перемешать. При постоянном помешивании добавить молоко, растительное масло (40 мл) и воду. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к стенкам емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом (10 мл), выложить тесто и разровнять. Закрывать крышку и снять паровой клапан. Установить программу **ХЛЕБ**, время приготовления **3 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 1 час до завершения приготовления открыть крышку, перевернуть хлеб, закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте этот хлеб с зеленым маслом.

Хлеб овсяный

Хлеб

рецепт 70

Ингредиенты:

- Мука пшеничная – 580 г
- Овсяные хлопья (помол №2) – 100 г
- Семена подсолнечника очищенные – 50 г
- Дрожжи сухие – 20 г
- Сахар – 20 г
- Соль – 10 г
- Масло растительное – 30 мл
- Вода (комнатной температуры) – 420 мл

Порядок приготовления

Муку, овсяные хлопья, сахар, соль, семена подсолнечника и дрожжи высыпать в отдельную емкость и перемешать. При постоянном медленном помешивании добавить растительное масло (20 мл) и воду. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к стенкам емкости. Чашу мультиварки смазать маслом (10 мл), выложить тесто, разровнять. Закрывать крышку и снять паровой клапан. Установить программу **ХЛЕБ**, время приготовления **3 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 1 час до завершения приготовления открыть крышку, перевернуть хлеб, закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с творожным сыром.





Лаваш

Ингредиенты:

- Мука пшеничная (в/с) – 500 г
- Сахар – 25 г
- Дрожжи сухие – 15 г
- Соль – 10 г
- Масло растительное – 10 мл
- Вода – 260 мл

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи, продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду комнатной температуры. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к стенкам емкости. Оставить тесто при комнатной температуре на 45 минут, после чего разделить его на порции по 230–250 г. Взять одну порцию теста и размять руками, формируя круглую лепешку диаметром равную диаметру чаши. Чашу мультиварки смазать маслом, выложить в нее лепешку. Закрывать крышку и снять паровой клапан. Установить программу **ПИЦЦА**, время **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 10 минут до окончания программы открыть крышку и перевернуть лепешку. Закрывать крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте лаваш с разнообразными мясными начинками.

Бисквит классический

Ингредиенты:

- Мука пшеничная – 180 г
- Яйца – 250 г (5 шт.)
- Сахар – 150 г
- Масло сливочное – 10 г
- Разрыхлитель – 2 г

Порядок приготовления

В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавить муку, разрыхлитель и тщательно перемешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, влить получившееся тесто. Закрыть крышку и снять паровой клапан. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. После завершения приготовления оставить бисквит в мультиварке на 15 минут.

Совет: бисквит можно украсить взбитыми сливками и свежими ягодами.



Выпечка
рецепт 72

Выпечка

рецепт 73



Шарлотка

Ингредиенты:

- Мука пшеничная – 180 г
- Яблоки – 300 г
- Яйца – 250 г (5 шт.)
- Сахар – 200 г
- Масло сливочное – 10 г
- Разрыхлитель – 2 г
- Корица – 2 г

Порядок приготовления

Яблоки очистить от семян, нарезать кубиками по 1 см. В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавить муку, разрыхлитель, корицу, яблоки и тщательно перемешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, влить получившееся тесто. Закрывать крышку и снять паровой клапан. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время **1 час 15 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: вместо яблок для начинки можно использовать груши.

Кекс шоколадный

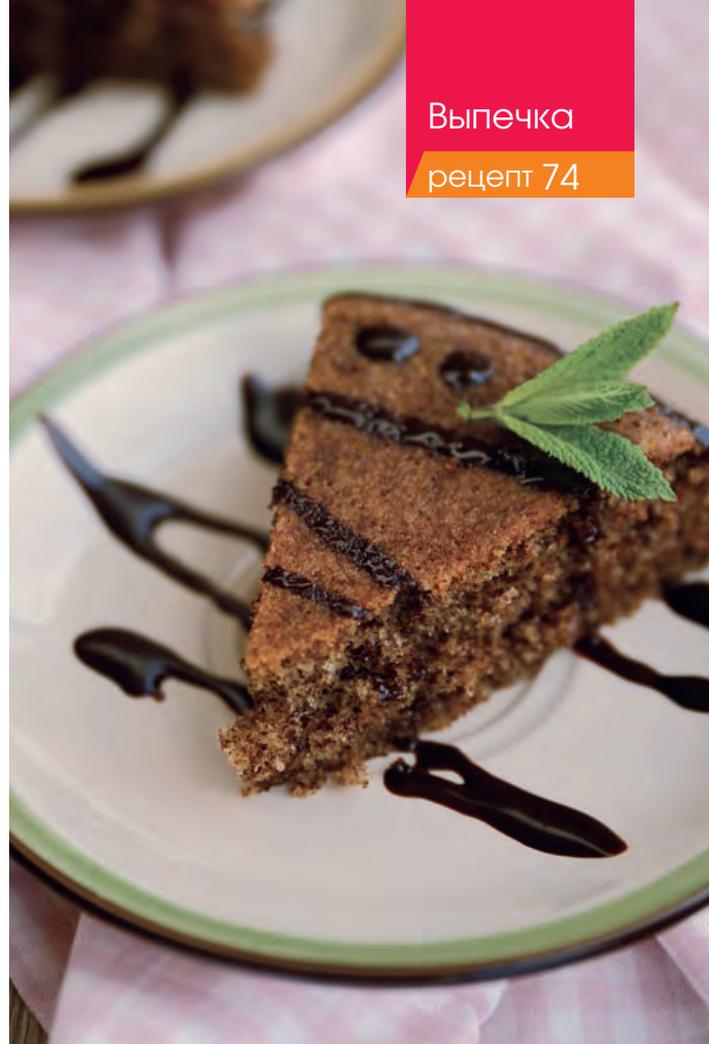
Ингредиенты:

- Мука пшеничная (в/с) – 110 г
- Яйца – 200 г (4 шт.)
- Масло сливочное – 155 г
- Сахар – 150 г
- Шоколад черный горький – 60 г
- Разрыхлитель – 2 г

Порядок приготовления

Шоколад натереть на мелкой терке. В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. При постоянном помешивании добавить размягченное сливочное масло (150 г), муку, разрыхлитель, тертый шоколад и тщательно перемешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом (5 г) и тесто. Закрыть крышку и снять паровой клапан. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время **1 час**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

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





Пирог с рыбой

Ингредиенты:

- Тесто слоеное (заморозка) – 500 г
- Сайра (консервированная) – 250 г
- Картофель – 150 г
- Яйцо отварное – 50 г (1 шт.)
- Лук зеленый – 50 г
- Масло сливочное – 10 г
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Консервированную рыбу размять вилкой, картофель нарезать тонкими кружками, яйцо натереть на крупной терке, зеленый лук измельчить ножом и смешать с рыбой. Тесто разделить на две части, раскатать каждую в круг, равный диаметру чаши и толщиной в 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить первую часть теста, сверху равномерно распределить рыбу с луком, затем выложить картофель, посыпать солью и специями. Накрыть второй частью теста, защипать края и сделать несколько проколов вилкой. Закрыть крышку и снять паровой клапан. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 30 минут до завершения времени приготовления открыть крышку и перевернуть пирог. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: начинку также можно сделать из отварной красной рыбы.

Запеканка с беконом

Выпечка

рецепт 76

Ингредиенты:

- Яйца – 180 г (3 шт.)
- Бекон х/к – 150 г
- Макароны – 150 г
- Масло сливочное – 30 г
- Молоко – 200 мл
- Вода – 1 л
- Панировочные сухари
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

В чашу мультиварки налить воду и закрыть крышку. Установить программу **ПАСТА**, время **8 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала выложить в чашу макароны, перемешать и закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Готовые макароны откинуть на дуршлаг и промыть. Бекон нарезать кубиками по 1 см, смешать с макаронами. Яйца взбить с молоком, солью и специями. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, обсыпать панировочными сухарями, выложить макароны с беконом и залить яично-молочной смесью. Закрыть крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: украсьте блюдо ломтиками бекона.





Запеканка творожная

Ингредиенты:

- Творог 9% – 500 г
- Яйца – 150 г (3 шт.)
- Сахар – 50 г
- Изюм – 50 г
- Крупа манная – 40 г
- Масло сливочное – 10 г
- Соль – 5 г

Порядок приготовления

Изюм замочить в теплой воде, затем откинуть на сито, дать стечь воде. Белки отделить от желтков. В белки добавить соль и взбить до стойкой пены. Изюм, творог, желтки, сахар и манную крупу смешать в отдельной емкости до однородной массы. В творожную массу добавить взбитые белки и аккуратно перемешать. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить творожную массу и разровнять. Закрывать крышку. Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте со сметаной и ягодным топпингом.

Пицца с салями

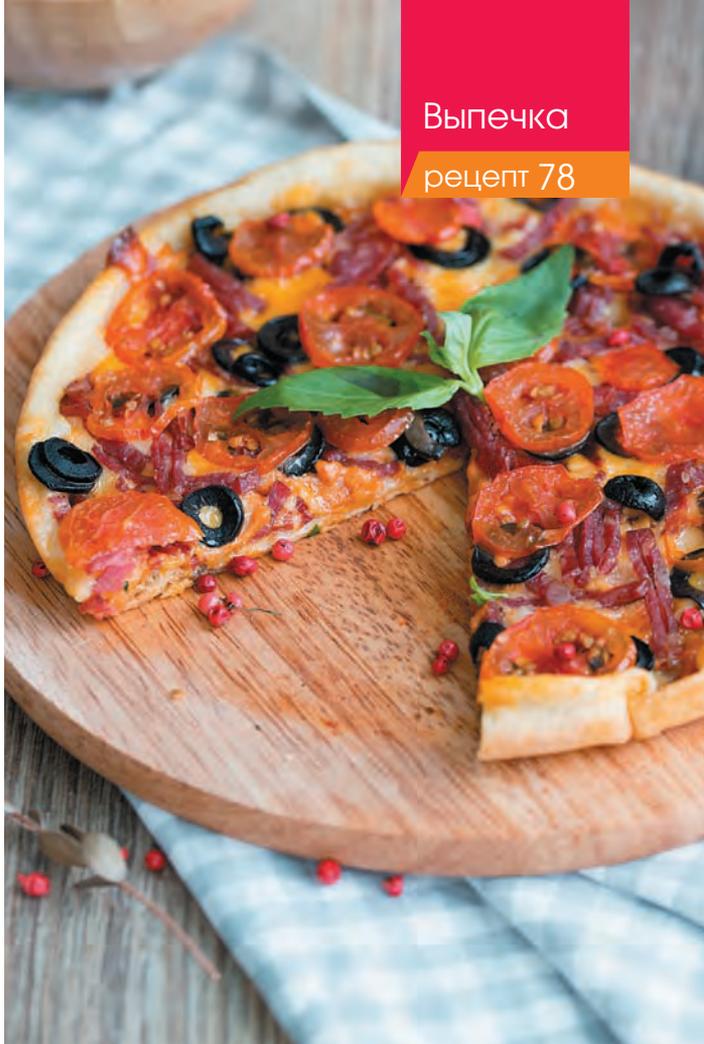
Ингредиенты:

- Тесто дрожжевое – 250 г
- Сыр твердый – 60 г
- Помидоры черри – 60 г
- Колбаса (п/к) – 40 г
- Томатная паста – 20 г
- Майонез – 20 г
- Оливки – 15 г
- Масло сливочное – 15 г
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Приготовить начинку: колбасу нарезать мелкой соломкой, помидоры — кружками, оливки — колечками. Сыр натереть на крупной терке. Приготовить соус: томатную пасту смешать с майонезом, солью и специями до однородной массы. Дрожжевое тесто раскатать в круг, равный диаметру чаши, толщиной 0,5 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить тесто, смазать его соусом, сверху по выложить начинку и посыпать сыром. Закрыть крышку и снять паровой клапан. Установить программу **ПИЦЦА**, время **30 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

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



Выпечка

рецепт 78



Творог

Ингредиенты:

- Кефир – 1,2 л

Порядок приготовления

В чашу мультиварки налить кефир. Закрыть крышку. Установить программу **ТВОРОГ**, время **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. После окончания программы творог откинуть на дуршлаг, слить жидкость.

Совет: перед подачей в творог можно добавить свежие ягоды.

Сыр домашний

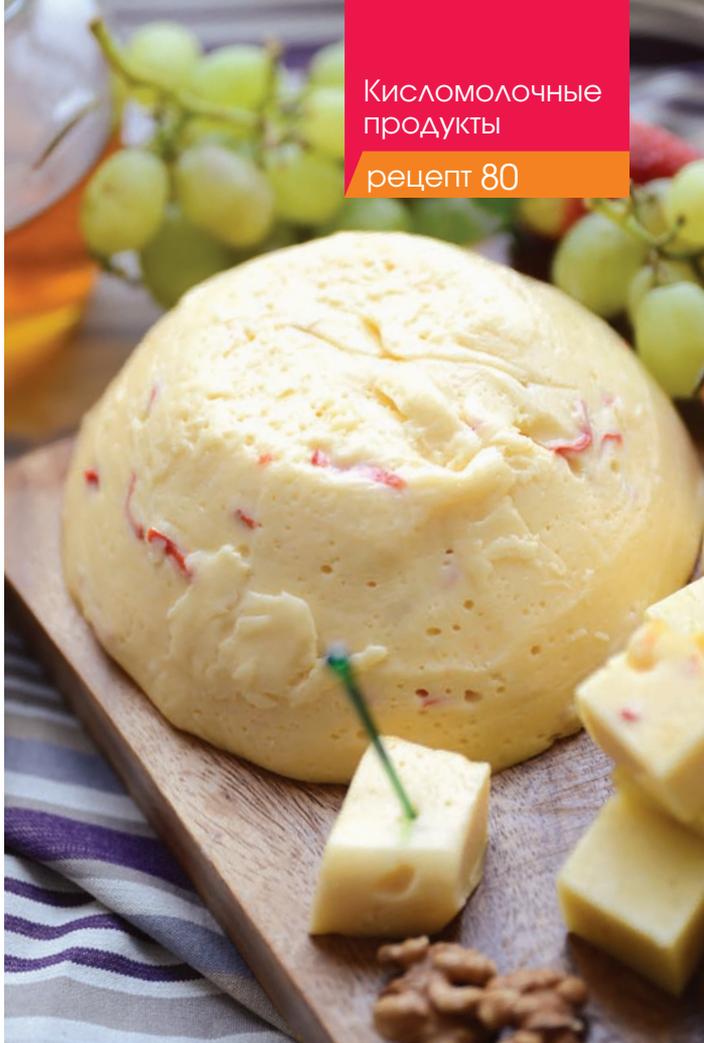
Ингредиенты:

- Творог 9% – 1 кг
- Молоко 3,2% – 1 л
- Масло сливочное – 130 г
- Яйца – 100 г (2 шт.)
- Сода – 10 г
- Соль – 6 г

Порядок приготовления

Творог пропустить через мясорубку. Яйца разбить, отделить желтки от белков. В отдельной емкости смешать размягченное сливочное масло, желтки, соду и соль до однородной массы. В чашу мультиварки налить молоко. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Затем открыть крышку, добавить в молоко творог и перемешать до однородной консистенции. Закрывать крышку. Установить программу «Подогрев» на 10 минут. Затем нажать кнопку **«Отмена»**. Чистую марлю смочить в холодной воде, сложить в два слоя, и застелить ею дуршлаг. Горячую творожную массу перелить в дуршлаг, дать сыворотке стечь. Крепко завязать марлю и подвесить над раковиной. Когда лишняя жидкость полностью стечет, переложить творог в отдельную емкость, смешать с взбитым маслом и желтками до однородной массы. Получившуюся массу выложить в чашу мультиварки. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **80°C**, время **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы, непрерывно помешивая, пока масса не начнет плавиться и не станет тягучей. Нажать кнопку **«Отмена»**. Переложить горячую сырную массу в смазанную сливочным маслом емкость, сверху придавить легким прессом и убрать в холодильник на 10–12 часов.

Совет: подавайте с медом и грецкими орехами.



Кисломолочные
продукты

рецепт 80



Сыр плавеный

Ингредиенты:

- Творог 9% – 500 г
- Масло сливочное – 100 г
- Яйца – 100 г (2 шт.)
- Сода – 5 г
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Творог пропустить через мясорубку. В отдельной емкости смешать творог, сливочное масло, яйцо, соль и соду, добавить специи и перемешать до однородной массы. Получившуюся массу выложить в чашу мультиварки. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **90°C**, время **8 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». При постоянном помешивании довести массу до однородной консистенции. Готовить до окончания программы при открытой крышке, постоянно помешивая. Готовую массу перелить в отдельную емкость и дать остыть.

Совет: подавайте с белым пшеничным хлебом, помидорами черри и зеленью.

Сыр маскарпоне

Ингредиенты:

- Сливки 10% – 300 мл
- Сливки 20% – 300 мл
- Сок лимона – 20 мл

Порядок приготовления

Сливки смешать и налить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **90°C**, время **8 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Когда начнется обратный отсчет, открыть крышку и добавить лимонный сок. Готовить до окончания программы при открытой крышке, непрерывно помешивая. Нажать кнопку **«Отмена»**. Готовую массу перелить в отдельную емкость и дать остыть. Марлю сложить в четыре слоя, положить на сито и выложить в него остывшую массу, затем подвесить над емкостью на 5 часов.

Совет: можно подавать со свежими ягодами или использовать для приготовления десертов.

Кисломолочные
продукты

рецепт 82





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, перелить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Установить программу **ЙОГУРТ**, время **12 часов**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый йогурт поставить в холодильник на 3 часа.

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 1 см. Молоко, сливки и простоквашу комнатной температуры смешать в отдельной емкости, перелить в чашу мультиварки, добавить клубнику и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ЙОГУРТ**, время **12 часов**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый йогурт поставить в холодильник на 3 часа.

Совет: украсьте свежей мятой и клубникой.





Фондю

рецепт 85

Фондю сырное

Ингредиенты:

- Сыр чеддер – 350 г
- Вино белое сухое – 150 мл
- Сливки 22% – 75 мл
- Крахмал – 10 г
- Чеснок – 10 г
- Сок лимонный – 5 мл
- Вода – 50 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Сыр натереть на мелкой терке, чеснок измельчить ножом. Сливки, воду, крахмал и сахар смешать в отдельной емкости до однородной массы. В чашу мультиварки налить вино. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **90°C**, время **12 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. За 9 минут до завершения приготовления добавить сыр и чеснок, постоянно помешивая, до однородной массы. Не прекращая мешать, добавить лимонный сок, соль и специи. Готовить, постоянно помешивая. За 3 минуты до окончания приготовления, не прекращая мешать, добавить смесь сливок и крахмала. Готовить до окончания программы, постоянно помешивая.

Совет: подавайте фондю с пшеничными гренками.

Фондю шоколадное

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Плитку шоколада разломать на дольки, выложить в чашу мультиварки, залить сливками. Установить программу **МУЛЬТИ-ПОВАР**, температура **90°C**, время **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке до окончания программы, периодически помешивая.

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



Фондю

рецепт 86



Блины на молоке

Ингредиенты:

- Молоко – 250 мл
- Мука пшеничная – 100 г
- Яйца – 50 г (1 шт.)
- Сахар – 20 г
- Масло растительное – 80 мл
- Соль

Порядок приготовления

Муку просеять. В отдельной емкости смешать молоко, яйцо, соль и сахар. Постоянно помешивая венчиком, всыпать в несколько приемов муку, влить масло (50 мл), мешать до однородной консистенции жидкой сметаны. Получившееся тесто отставить настаиваться при комнатной температуре в течение 20–30 минут. Открыть крышку мультиварки. Поднять нижний тэн и закрепить его в верхнем положении, сверху на тэн поставить сковороду. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время приготовления **18 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. Сковороду смазать небольшим количеством масла. После начала обратного отсчета налить небольшую порцию теста на разогретую сковороду и равномерно распределить его по всей поверхности. За 17 минут до окончания программы перевернуть блин. За 16 минут до окончания программы выложить блин из сковороды и налить на сковороду новую порцию теста. Повторить действия с оставшимся тестом.

Совет: горячие блины подавайте с фруктовым джемом.

Конфеты шоколадные

Ингредиенты:

- Шоколад темный – 100 г
- Шоколад белый – 100 г
- Миндаль – 20 г

Порядок приготовления

Плитку темного шоколада разломать на дольки, выложить в чашу мультиварки. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **35°C**, время **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы при открытой крышке, периодически помешивая. Топленый шоколад разлить в формы для конфет в следующей последовательности: слой шоколада, миндаль, слой шоколада и дать застыть. Повторить действия с белым шоколадом.

Совет: для начинки также подойдут курага и чернослив.



Десерты
рецепт 88



Шоколадно-апельсиновый мусс

Ингредиенты:

- Шоколад темный (горький) – 200 г
- Яйца – 200 г (4 шт.)
- Сахар – 50 г
- Масло сливочное – 50 г
- Цедра апельсина – 15 г
- Сок апельсиновый – 20 мл

Порядок приготовления

Желтки отделить от белков. Белки взбить с сахаром до стойкой пены, желтки смешать с цедрой и апельсиновым соком до однородной массы. Шоколад разломать на дольки. В чашу мультиварки выложить шоколад и сливочное масло. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **90°C**, время **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Затем нажать кнопку **«Отмена»**, открыть крышку и перемешать шоколадную смесь до однородной консистенции. В отдельной емкости смешать яичную массу с шоколадным соусом, затем полученную смесь добавить к белкам и вновь аккуратно перемешать. Полученную массу разлить по бокалам или формочкам из апельсина и поставить в холодильник до застывания на 2–3 часа.

Совет: украсьте мусс взбитыми сливками.

Панна котта шоколадная

Ингредиенты:

- Сливки 35% – 400 мл
- Молоко 2,5% – 120 мл
- Шоколад темный (горький) – 100 г
- Сахар – 50 г
- Желатин листовой – 12 г
- Ванилин – 1 г

Порядок приготовления

Шоколад натереть на мелкой терке. Желатин замочить в холодной воде на 1 минуту и отжать. В чашу мультиварки налить молоко и сливки, добавить тертый шоколад, сахар, ванилин и перемешать. Установить программу **ДЕСЕРТ**, время приготовления **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы. Затем добавить желатин и перемешать до его полного растворения. Готовую массу разлить по формочкам и убрать в холодильник до застывания на 3–4 часа.

Совет: подавайте с шоколадным топпингом и дроблеными фи-сташками.



Десерты

рецепт 90



Халва арахисовая

Ингредиенты:

- Арахис очищенный – 400 г
- Мука пшеничная – 150 г
- Сахар – 100 г
- Масло сливочное – 100 г
- Вода – 100 мл

Порядок приготовления

Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу мультиварки выложить арахис. Готовить, помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Арахис пересыпать в отдельную емкость и измельчить блендером до однородной массы. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу мультиварки высыпать муку. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку **«Отмена»**. Затем перемешать муку и измельченный арахис в отдельной емкости до однородной массы. В чашу мультиварки налить воду, добавить сахар, перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **130°C**, время **7 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 3 минуты до завершения приготовления открыть крышку, добавить сливочное масло и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Затем добавить сироп в массу из арахиса и муки, тщательно перемешать. Массу разложить в формы и поставить в холодильник на 2 часа.

Совет: часть арахиса можно заменить кунжутными семечками.

Морс брусничный

Ингредиенты:

- Брусника – 500 г
- Мед – 80 г
- Сахар – 50г
- Вода – 2 л

Порядок приготовления

Ягоды промыть. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Оставить морс в чаше мультиварки на 20 минут, после чего процедить.

Совет: для этого морса лучше всего подойдет цветочный мед.





Напиток ягодный

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта «Овощи», время **30 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы.

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

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

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **80°C**, время **20 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

Совет: глинтвейн также можно приготовить из виноградного сока.

Напитки

рецепт 94





Лечо

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Помидоры пропустить через мясорубку. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать дольками шириной 1,5 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта «Овощи», время **1 час**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы.

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

Лечо по-казански

Ингредиенты:

- Перец болгарский — 1,2 кг
- Помидоры — 700 г
- Морковь — 200 г
- Сахар — 100 г
- Чеснок — 50 г
- Петрушка — 15 г
- Укроп — 15 г
- Перец чили — 7 г
- Масло растительное — 90 мл
- Уксус 9% — 50 мл
- Соль

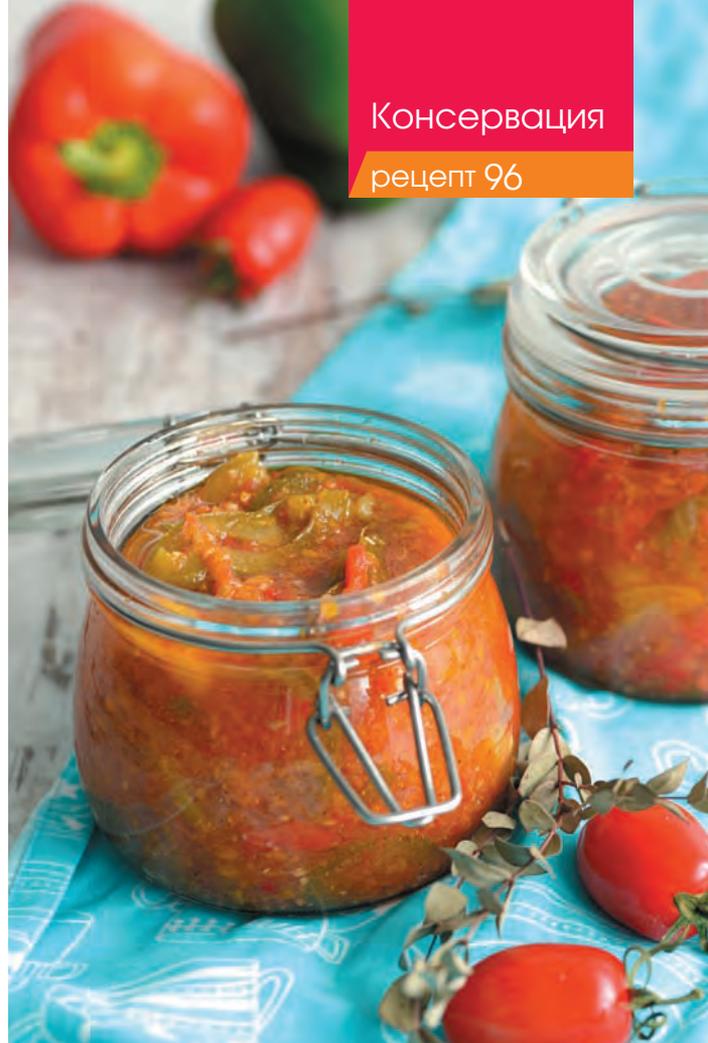
Порядок приготовления

Помидоры и морковь пропустить через мясорубку. Зелень, чеснок, перец чили измельчить ножом. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать кольцами. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта **«Овощи»**, время **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

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

Консервация

рецепт 96





Икра кабачковая

Ингредиенты:

- Кабачки – 1,5 кг
- Морковь – 500 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 кожуры и семян, нарезать кубиками по 1,5–2 см. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки налить растительное масло. Установить программу **ЖАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке. После начала обратного отсчета в чашу выложить лук, морковь, чеснок, и перемешать. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку **«Отмена»**. В чашу мультиварки выложить кабачки и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта **«Овощи»**, время **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Готовые овощи пропустить через мясорубку, выложить в чашу мультиварки, добавить соль, сахар, перец, уксус и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта **«Овощи»**, время **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с кукурузной лепешкой.

Маринад для огурцов

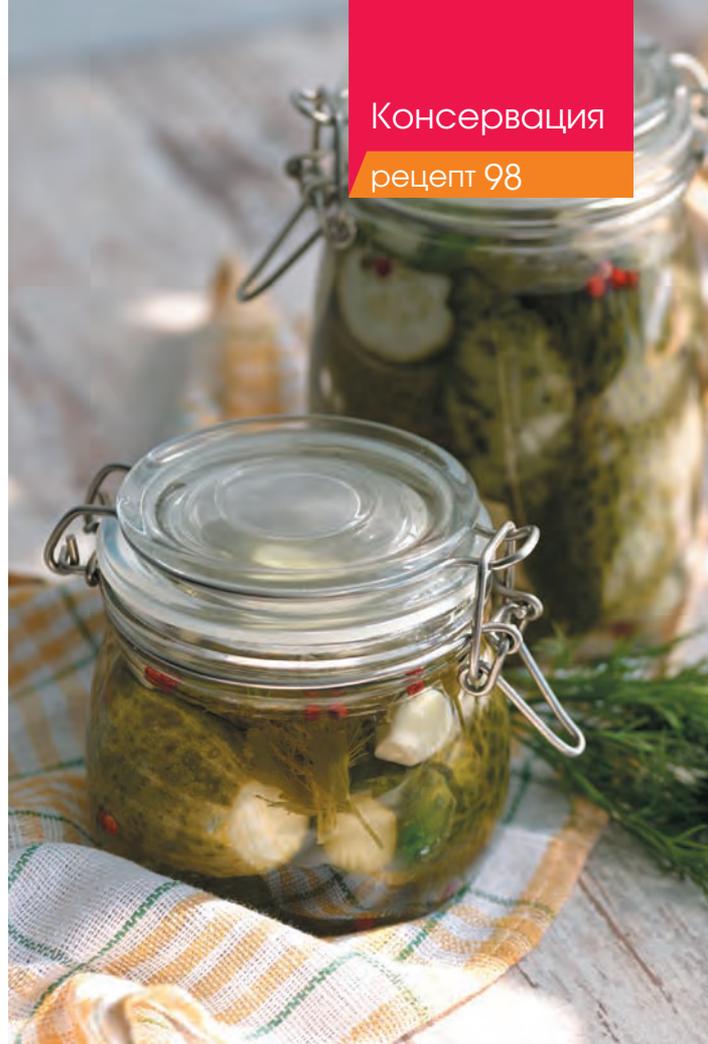
Ингредиенты:

- 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 выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта «Овощи», время **40 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы.

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 выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта «Овощи», время **40 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы.

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
- Вода – 2 л
- Уксус 9% – 200 мл
- 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

Порядок приготовления

Опята выложить в чашу мультиварки и залить водой (1 литр). Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Затем нажать кнопку **«Отмена»**. Открыть крышку, слить из чаши воду. После этого залить в чашу воду (1 литр), добавить соль, сахар, специи, чеснок, уксус и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

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



Консервация

рецепт 100



Консервация

рецепт 101

Варенье из малины

Ингредиенты:

- Малина (с/м) – 800 г
- Сахар – 800 г

Порядок приготовления

В чашу мультиварки выложить ягоды, добавить сахар и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **100°C**, время **1 час**. 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-FM230** 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-FM230**, 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-FM230** также можно стерилизовать бутылочки и соски, пастеризовать продукты и подогревать детское питание.



Каша манная 5-процентная

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить крупу в чашу, налить молоко и воду, добавить сироп и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время **15 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с четырех месяцев.

Каша рисовая протертая

Ингредиенты:

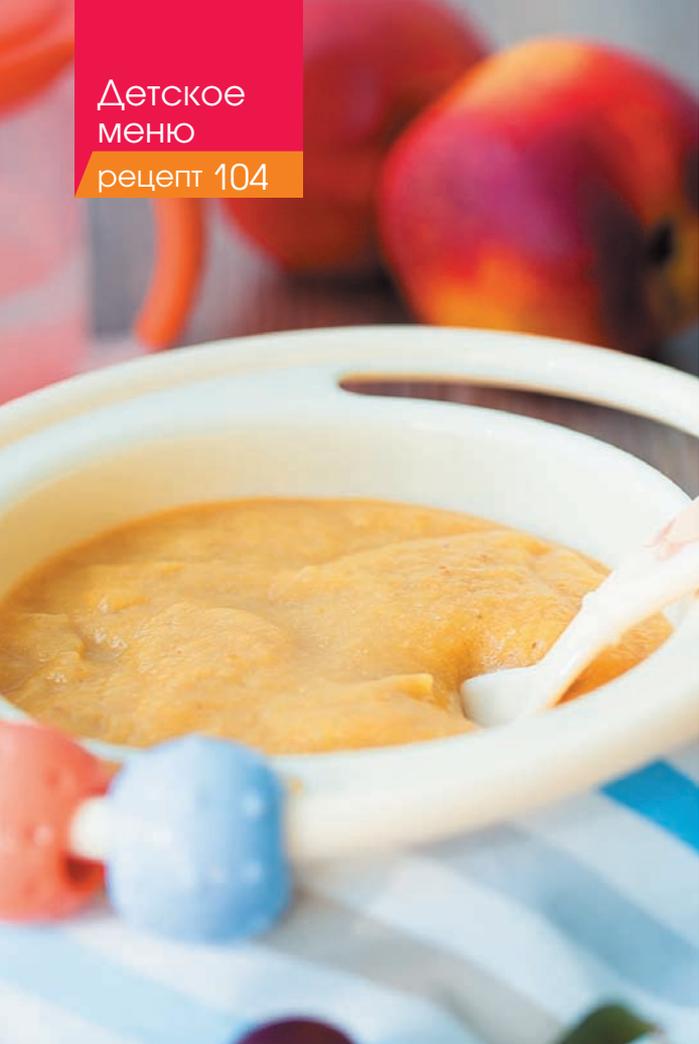
- Рис нешлифованный – 30 г
- Молоко 2,5% – 100 мл
- Масло сливочное – 5 г
- Фруктозный сироп – 5 мл
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 250 мл

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить рис, залить молоком и водой, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время **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 кожуры и сердцевины, нарезать кубиками по 3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару и равномерно выложить в него фрукты. Полить фруктозным сиропом. Установить программу **ПАР**, вид продукта **«Овощи»**, время **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовые фрукты переложить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с четырех месяцев.

Каша гречневая протертая

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Крупу промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки. Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температура **130°C**, время **7 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Затем открыть крышку, крупу перемешать, залить водой и молоком, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и снова перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время **35 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.

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 1 см, выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, налить бульон, добавить крупу и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать и протереть через сито.

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 кожуры и сердцевины, натереть на мелкой терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее крупу, залить молоком, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время **20 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 5 минут до завершения приготовления открыть крышку, добавить яблоко 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

Рисовую и гречневую муку смешать с водой, перемешать венчиком до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, налить молоко, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 5 минут до завершения приготовления открыть крышку, добавить мучную смесь и перемешать до однородной массы. Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.

Пюре рыбное

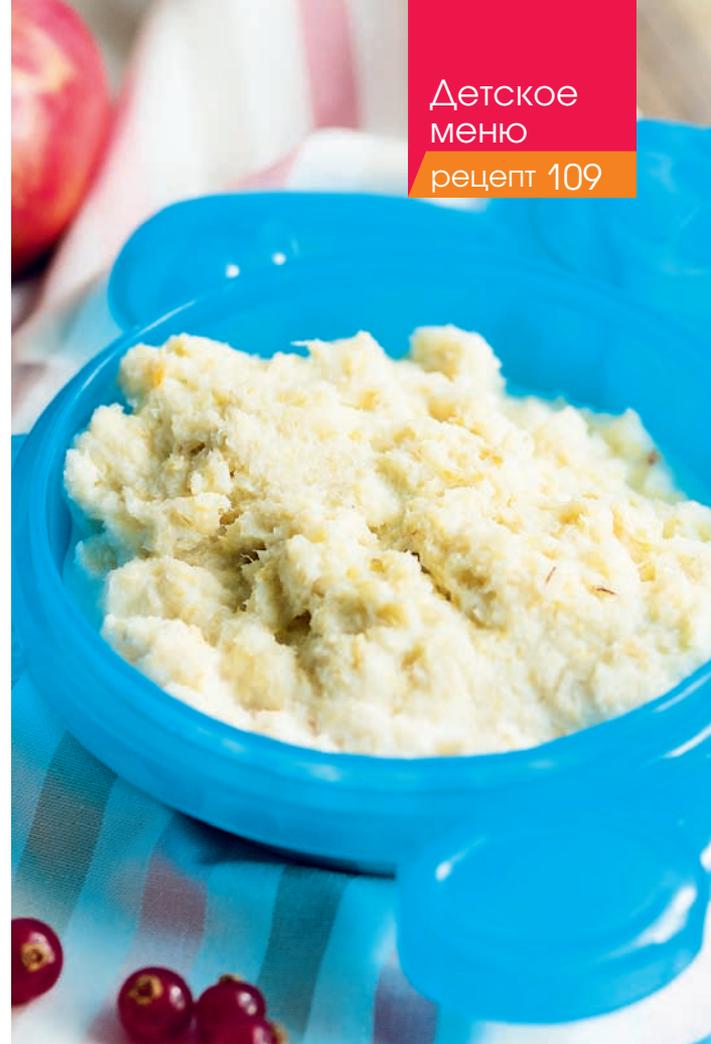
Ингредиенты:

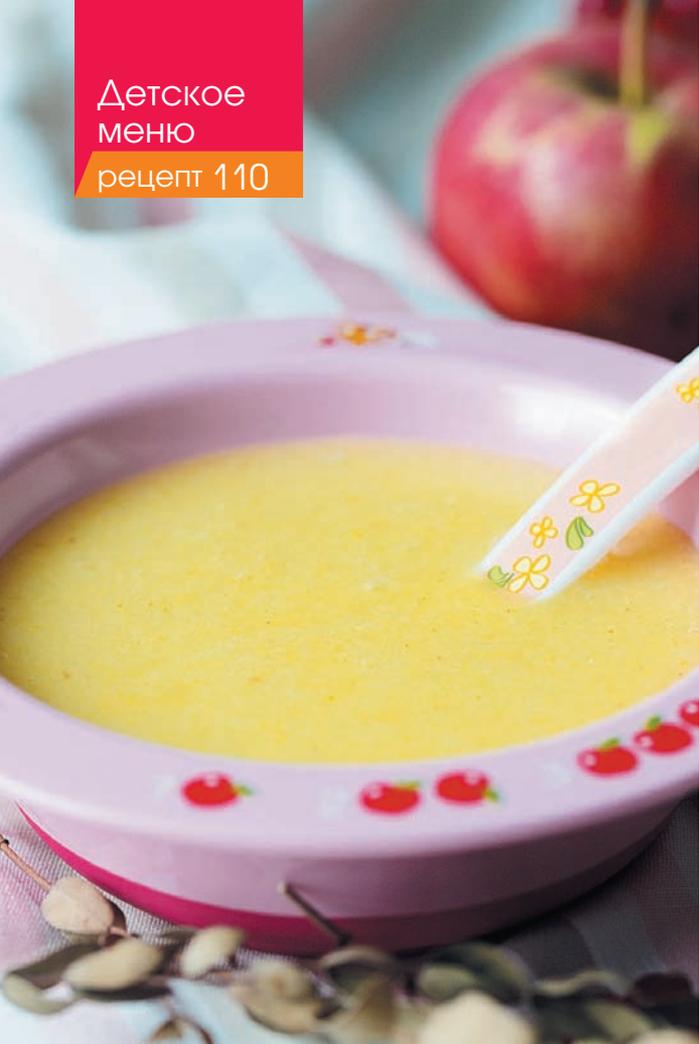
- Треска (филе) – 150 г
- Молоко 2,5% – 80 мл
- Солевой раствор – 3 мл
- Вода – 600 мл

Порядок приготовления

Рыбу очистить от кожи и костей, промыть. Молоко прокипятить. В чашу мультиварки налить воду, установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него рыбу, полить солевым раствором. Закрыть крышку. Установить программу **ПАР**, вид продукта **«Рыба»**, время **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовую рыбу выложить в отдельную емкость, добавить кипяченое 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, нарезать кубиками по 0,5 см, выложить в чашу мультиварки, залить водой и добавить солевой раствор. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта «Птица», время **15 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, налить в нее бульон, добавить крупу и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время **20 минут**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать и протереть через сито.

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

Кабачок очистить от кожуры и семян, нарезать кубиками по 1 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. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Овощи»**, время **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость 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

Овощи замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить овощи, залить водой, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта «Овощи», время **40 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы. Готовые овощи переложить в отдельную емкость, залить полученным 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 в чашу мультиварки, залить водой, добавить фруктозу и перемешать. Закрыть крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта **«Овощи»**, время **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый отвар настаивать 6–8 часов, затем процедить через марлю.

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. Закрыть крышку. Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время **25 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовый рис вместе с отваром переложить в отдельную емкость, добавить 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 кубиками по 1 см. Овощи промыть, замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 0,5–1 см, петрушку крупно нарезать. Мясо, овощи и зелень выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ВАРКА**, вид продукта «Мясо», время **1 час**. Нажать кнопку «Старт». Готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить.

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 воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить картофель, залить молоком и водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта «**Овощи**», время **40 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы. Готовый картофель вместе с отваром протереть через сито.

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. Филе и лук пропустить через мясорубку два раза. Молоко смешать с водой, добавить муку и перемешать венчиком до однородной массы. Фарш выложить в чашу мультиварки, залить молочно-мучной смесью, добавить солевой раствор, сливочное масло и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта **«Птица»**, время **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 телячья – 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, вырезать прожилки, срезать пленку и пропустить 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 протертую массу, залить овощным отваром, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **СУП**, вид продукта «**Мясо**», время **40 минут**. Нажать кнопку «**Старт**». Готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и тщательно перемешать венчиком 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 воде (60 мл) на 10 минут. Мясо промыть. Мясо и хлеб пропустить через мясорубку 2 раза, добавить солевой раствор, вымесить до однородной массы и сформировать котлеты. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару и выложить в него котлеты. Закрывать крышку. Установить программу **ПАР**, вид продукта **«Мясо»**, время **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: с одиннадцати месяцев.



Детское
меню
рецепт 119



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, затем его промыть. Индейку промыть и пропустить через мясорубку 2 раза. Фарш и горошек выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **ТУШЕНИЕ**, вид продукта **«Птица»**, время **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Готовое мясо с горошком переложить в отдельную емкость, добавить 50 мл отвара 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-FM230** 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 **ПАР**, 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-FM230** 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 |