

REDMOND

series MultiPRO

МУЛЬТИВАРКА
RMC-45031

120
рецептов

ПРОФЕССИОНАЛ НА ВАШЕЙ КУХНЕ !



REDMOND

series multiPRO

10 АВТОМАТИЧЕСКИХ
ПРОГРАММ

Шеф-повар — именно такой статус присвоят вам друзья и близкие, отведав блюда, приготовленные вами с помощью мультиварки **REDMOND RMC-M45031**. Она способна готовить любые блюда — от простых до настоящих гастрономических изысков. Отныне любая еда, приготовленная вами, всегда будет произведением кулинарного искусства.

Отличительная особенность мультиварки **REDMOND RMC-M45031** — ее универсальность. Этот компактный прибор заменит целый ряд кухонной техники: плиту, духовой шкаф, пароварку и многое другое. Теперь варить супы, каши и компоты, жарить мясо и рыбу, тушить овощи, готовить на пару, делать выпечку, закуски и десерты вы сможете в одной мультиварке. Она станет незаменимым помощником для тех, кто заботится о своем здоровье, ведь продукты, приготовленные в ней, сохраняют все необходимые витамины и микроэлементы.

Процесс приготовления в мультиварке **REDMOND RMC-M45031** полностью автоматизирован. 10 программ функциональны, интуитивно понятны и гарантируют простоту и удобство использования! Возможности мультиварки дополнены функциями отсрочки старта и автоматического подогрева готового блюда. Дисплей на русском языке обеспечивает легкость управления, а современный дизайн подчеркнет интерьер каждой кухни.

Мультиварка **REDMOND RMC-M45031** поможет вам порадовать себя и близких вкусными и полезными блюдами, не затрачивая времени и сил! Отдыхайте, занимайтесь важными делами или любимым хобби, отправляйтесь на прогулку с семьей, а заботы о приготовлении еды возьмет на себя мультиварка **REDMOND RMC-M45031**!

О МУЛЬТИВАРКАХ **REDMOND**



Мультиварка **REDMOND RMC-M45031** — многофункциональное устройство нового поколения. Реализованные в нем инновационные разработки в области кухонной техники не только обеспечат ваше здоровое питание, но и позволят создать настоящие кулинарные шедевры. Жарить, тушить, варить, печь, готовить блюда на пару, детское питание и многое другое теперь можно в одной компактной мультиварке. Ваши хлопоты на кухне станут незначительными и приятными, а блюда получатся вкусными и полезными.

**САЙТ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА REDMOND
В РОССИИ:**

multivarka.pro

- Множество вкусных рецептов, включая подробные видеорецепты
- Возможность общения с шеф-поваром компании
- Советы по эксплуатации
- Новости, акции и конкурсы
- Информация о новых разработках
- Вся техническая документация, инструкции
- Форум

Служба поддержки пользователей
в России: **8-800-200-77-21**.
Звонок по России бесплатный.

Консультация шеф-повара по вопросам
приготовления: **8-800-555-77-41**.

НОВЫЙ ТЕЛЕПРОЕКТ “ГОТОВИМ в мультиварках **REDMOND**”

ВСЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ
ОСОБЕННОСТИ
мультиварок REDMOND

МНОЖЕСТВО РЕЦЕПТОВ ВКУСНЫХ
БЛЮД РАЗНЫХ КУХОНЬ МИРА
приготовленных именитыми
шеф-поварами

ГОСТИ В СТУДИИ — именитые
повара, известные люди,
владельцы мультиварок REDMOND

Смотрите каждую
субботу в **10:30**
на канале **КП ТВ**

КП
КПРР



online на сайте **tv.kp.ru**

и в эфире
ТРИКОЛОР ТВ
и **НТВ-ПЛЮС**

В записи на сайте **multivarka.pro**





“О ПРОЕКТЕ”



“ГОТОВИМ в мультиварках REDMOND”

Программа «**ГОТОВИМ в мультиварках REDMOND**» создана для того, чтобы предоставить вам самую достоверную информацию. Мы покажем вам, как с помощью мультиварок **REDMOND** приготовить разнообразные блюда — на завтрак, обед и ужин, для праздничного стола, для детского питания, для диетического питания, а также самых разных кухонь мира. Но это не просто кулинарная программа. Это программа о том, как с помощью мультиварок **REDMOND** сделать свою жизнь легче, успешнее, насыщеннее и ярче.

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Мы развеиваем все слухи и предоставим объективные факты о преимуществах мультиварок REDMOND. Мы расскажем о разнообразных мультиварках, представленных в широком модельном ряду REDMOND, — многофункциональных, для дачи, для детского питания, мультиварках-скороварках, — чтобы вы могли выбрать ту, которая подходит именно вам.

Мы создаем эту программу, чтобы дать нашим пользователям интересную исчерпывающую информацию, а также ответить на все вопросы.

ЛИЦА ПРОЕКТА

Компания REDMOND — единственная на российском рынке, в которой работает команда профессиональных поваров, создающих множество рецептов разнообразных блюд для каждой программы каждой мультиварки из широкого модельного ряда. Большинство из них вы найдете в удобных и красивых книгах рецептов, которые идут в комплекте с каждой мультиваркой REDMOND.

В программе «Готовим в мультиварках REDMOND» вы познакомитесь и с нашими шеф-поварами, и со знаменитыми шеф-поварами из России и других стран мира, которые представят в нашей программе блюда национальных кухонь, приготовленные в мультиварках REDMOND.

ТЕМЫ ПРОЕКТА

Вы узнаете о наиболее эффективном использовании мультиварок REDMOND. Как они облегчат жизнь мамам и обеспечат малышей здоровым питанием. Как помогут деловым женщинам и мужчинам полноценно питаться, не отвлекаясь от карьерного роста. Как собрать большую семью у домашнего очага, символом которого станет мультиварка REDMOND.

Какими будут следующие темы программ — зависит от вас! Заходите на сайт multivarka.pro и пишите, что вам больше всего хотелось бы узнать о приготовлении блюд в мультиварках REDMOND!

Смотрите каждую
субботу в **10:30**
на канале **КП ТВ**

online на сайте tv.kp.ru

В записи на сайте **multivarka.pro**





ОГЛАВЛЕНИЕ

Модельный ряд мультиварок REDMOND.....	4
Технические характеристики.....	8
Комплектация.....	11
Фотоменю.....	14
Рекомендации и требования к процессу приготовления блюд.....	18
Каши.....	20
Супы.....	23
Вторые блюда.....	41
Блюда на пару.....	89
Гарниры.....	97
Закуски и салаты.....	101
Десерты.....	105
Выпечка.....	107
Напитки.....	110
Консервация.....	115
Детское меню.....	122
Стерилизация.....	143
Пастеризация.....	145
Таблица калорийности.....	146

МОДЕЛЬНЫЙ РЯД МУЛЬТИВАРОК REDMOND

Мультиварка **RMC-M90**



- Потребляемая мощность 860 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое
- МУЛЬТИПОВАР (выбор температуры приготовления в диапазоне 35-170°C с шагом в 5 °C)
- 45 программ приготовления:
 - 17 автоматических программ
 - 28 программ ручной настройки
- Русифицированный цветной дисплей
- 3D-нагрев (нижний, боковой, верхний)
- Сенсорная панель
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: приготовление йогурта, фондю, расстойка теста, жарка во фритюре, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- Книга «200 рецептов»
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка **RMC-M70**



- Потребляемая мощность 860 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое ANATO® (Корея)
- МУЛЬТИПОВАР (выбор температуры приготовления в диапазоне 35-160°C с шагом в 5°C)
- 42 программы приготовления:
 - 16 автоматических программ
 - 26 программ ручной настройки
- Русифицированный ЖК-дисплей
- 3D-нагрев (нижний, боковой, верхний)
- Функция отложенного старта (до 24 часов, 2 таймера)
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: приготовление йогурта, фондю, расстойка теста, жарка во фритюре, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- Энергонезависимая память
- Книга «200 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка-скороварка **RMC-M110**



- Потребляемая мощность 900 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное
- Технология приготовления под давлением/ без давления
- 55 автоматических режимов приготовления
- Режим «ШЕФ-ПОВАР» с ручной регулировкой времени приготовления (от 2 до 99 минут)
- Светодиодный дисплей
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 8 часов)
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: стерилизация, консервация, жарка, запекание в фольге, приготовление джемов, варенье, приготовление попкорна, жарка во фритюре
- 6-уровневая система защиты
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия: 25 месяцев

Мультиварка **RMC-01**



- Потребляемая мощность 350 Вт
- Объем чаши 2 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое
- 7 автоматических программ приготовления: рис/крупы, йогурт, пар, молочная каша, суп/тушение, детское питание, выпечка
- Русифицированный ЖК-дисплей с подсветкой
- Функция отложенного старта (2 таймера)
- Функция поддержания температуры готовых блюд
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: приготовление йогурта, фондю, расстойка теста, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, подогрев детского питания
- Книга «160 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка RMC-M4502



- Потребляемая мощность 860 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное Teflon® от Du Pont™
- МУЛЬТИПОВАР (выбор температуры приготовления в диапазоне 40-160°C с шагом в 20°C)
- 34 программы приготовления:
 - 16 автоматических программ
 - 18 программ ручной настройки
- Русифицированный ЖК-дисплей
- 3D-нагрев (нижний, боковой, верхний)
- Функция отложенного старта (до 24 часов, 2 таймера)
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Энергонезависимая память
- Дополнительные возможности: приготовление йогурта, фондю, расстойка теста, жарка во фритюре, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка RMC-M60



- Потребляемая мощность 750 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое
- МУЛЬТИПОВАР (выбор температуры приготовления в диапазоне 40-130 °C с шагом в 30 °C)
- 12 программ приготовления:
 - 8 автоматических
 - 4 программы ручной настройки
- ЖК-дисплей
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Ручное отключение функции поддержания температуры готовых блюд
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: приготовление йогурта, творога, сыров, фондю, расстойка теста, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия: 25 месяцев

Мультиварка RMC-M50



- Потребляемая мощность 700 Вт
- Объем чаши 4 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое
- МУЛЬТИПОВАР (выбор температуры приготовления в диапазоне 35-170°C с шагом в 5°C)
- 36 программ приготовления:
 - 8 автоматических программ
 - 28 программ ручной настройки
- ЖК-дисплей с трехцветной функциональной подсветкой
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Энергонезависимая память
- Дополнительные возможности: приготовление йогурта, фондю, расстойка теста, жарка во фритюре, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, подогрев детского питания
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка RMC-M11



- Потребляемая мощность 500 Вт
- Объем чаши 3 л
- Покрытие чаши антипригарное
- 10 автоматических программ приготовления: йогурт, варка на пару, жарка, тушение, рис, выпечка, плов, молочная каша, гречка, суп
- Цифровой светодиодный дисплей
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Энергонезависимая память
- Дополнительные возможности: приготовление фондю, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- Книга «160 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка RMC-M10



- Потребляемая мощность 500 Вт
- Объем чаши 3 л
- Покрытие чаши антипригарное
- 10 автоматических программ приготовления: йогурт, варка на пару, жарка, тушение, рис, выпечка, плов, молочная каша, гречка, суп
- Цифровой светодиодный дисплей
- Энергонезависимая память
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: приготовление фондю, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка RMC-M20



- Потребляемая мощность 800 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное
- 10 автоматических программ приготовления: йогурт, варка на пару, жарка, тушение, рис, выпечка, плов, молочная каша, гречка, суп
- Цифровой светодиодный дисплей
- Энергонезависимая память
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: приготовление фондю, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка RMC-M4500



- Потребляемая мощность 700 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное
- Съемный паровой клапан
- Светодиодный дисплей
- 10 автоматических программ приготовления: рис/крупы, плов, на пару, молочная каша, тушение, суп, варка, выпечка, жарка, йогурт
- Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев)
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Многоуровневая система защиты: температурный датчик, температурный предохранитель
- Дополнительные возможности: расстойка теста, приготовление фондю, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 12 месяцев

Мультиварка RMC-4503



- Потребляемая мощность 800 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное
- 10 автоматических программ приготовления: варка на пару, жарка, тушение, рис, выпечка, плов, молочная каша, гречка, суп, подогрев
- Светодиодный дисплей
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Съемный паровой клапан
- Энергонезависимая память
- Дополнительные возможности: приготовление фондю, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 12 месяцев

Мультиварка-скороварка RMC-M4504



- Потребляемая мощность 900 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное
- Технология приготовления под давлением/ без давления
- 10 автоматических программ приготовления: 5 под давлением, 5 без давления
- Светодиодный дисплей
- Регулировка времени приготовления на всех программах в диапазоне от 5 до 120 минут
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 4 часов)
- Функция отложенного старта (до 9 часов)
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: стерилизация, консервация, запекание в фольге, приготовление джемов, варенья
- 4-уровневая система защиты
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка RMC-M4505



- Потребляемая мощность 500 Вт
- Объем чаши 3 л
- Покрытие чаши антипригарное
- 10 автоматических программ приготовления: варка на пару, жарка, тушение, рис, выпечка, плов, молочная каша, гречка, суп, подогрев
- Светодиодный дисплей
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Съемный паровой клапан
- Энергонезависимая память
- Дополнительные возможности: приготовление фондю, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 12 месяцев

Мультиварка RMC-M45011



- Потребляемая мощность 860 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное Daikin® (Япония)
- МУЛЬТИПОВАР (выбор температуры приготовления в диапазоне 40-160°C с шагом в 20°C)
- 34 программы приготовления:
 - 16 автоматических программ
 - 18 программ ручной настройки
- Русифицированный ЖК-дисплей
- 3D-нагрев (нижний, боковой, верхний)
- Функция отложенного старта (до 24 часов, 2 таймера)
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Энергонезависимая память
- Дополнительные возможности: приготовление йогурта, фондю, расстойка теста, жарка во фритюре, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мультиварка RMC-M45021

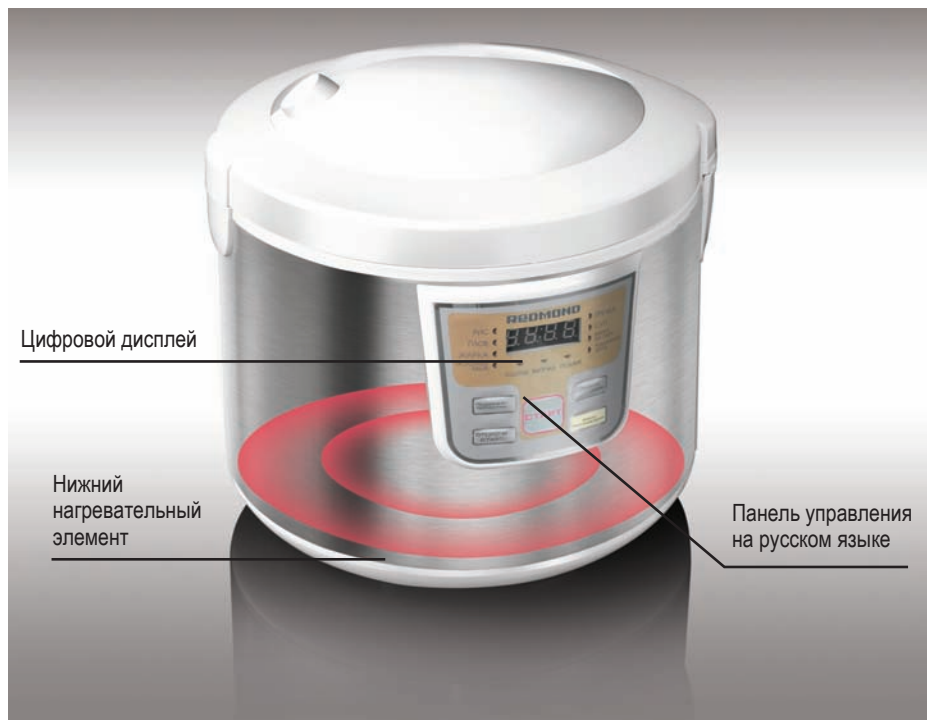


- Потребляемая мощность 860 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое Anato® (Корея)
- МУЛЬТИПОВАР (выбор температуры приготовления в диапазоне 40-160°C с шагом в 20°C)
- 34 программы приготовления:
 - 16 автоматических программ
 - 18 программ ручной настройки
- Русифицированный ЖК-дисплей
- 3D-нагрев (нижний, боковой, верхний)
- Функция отложенного старта (до 24 часов, 2 таймера)
- Функция поддержания температуры готовых блюд (до 24 часов)
- Функция разогрева блюд
- Съемный паровой клапан
- Энергонезависимая память
- Дополнительные возможности: расстойка теста, приготовление йогурта, фондю, жарка во фритюре, выпечка хлеба, приготовление детского питания, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- Книга «120 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

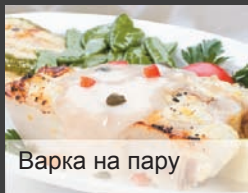
МУЛЬТИВАРКА REDMOND RMC-45031

Технические характеристики

- Мощность 800 Вт
- Максимальный объем чаши 5 л
- Чаша с антипригарным покрытием
- Съёмный паровой клапан
- Тип управления — электронный
- Цифровой дисплей
- Панель управления на русском языке
- Виды программ:
 - рис
 - плов
 - жарка
 - молочная каша
 - гречка
 - суп
 - варка на пару
 - выпечка
 - тушение
 - подогрев
- Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев)
- Функция отложенного старта



10 АВТОМАТИЧЕСКИХ ПРОГРАММ



Барка на пару



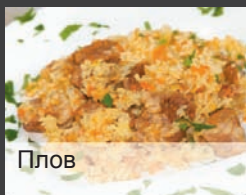
Гречка



Молочная каша



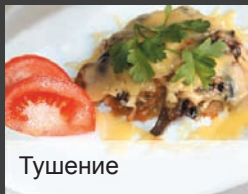
Рис



Плов



Суп



Тушение



Выпечка



Жарка

+ Программа ПОДОГРЕВ



МУЛЬТИВАРКА REDMOND RMC-45031

Мультиварка **REDMOND RMC-M45031** создана для того, чтобы вы могли реализовать свой кулинарный талант в полном объеме. Ее функционал отвечает самым высоким запросам, элегантный дизайн подчеркнет интерьер любой кухни, а интуитивное управление понятно даже неискушенным пользователям.

Мультиварка **REDMOND RMC-M45031** не требует постоянного присутствия на кухне и незаменима для динамичных современных людей, которые ценят каждую минуту. Она позволит отказаться от другой громоздкой кухонной техники: электрической плиты, духовки, пароварки и т. д. В комплект входит чаша с антипригарным покрытием, контейнер-пароварка, черпак, плоская ложка и мерный стакан.

СЪЕМНЫЙ ПАРОВОЙ КЛАПАН

Паровой клапан обеспечивает равномерный и безопасный выход пара, создавая оптимальные условия для приготовления пищи.

ТЕМПЕРАТУРНЫЙ ДАТЧИК

Датчик контролирует параметры приготовления. В случае их отклонения от заданных показателей мультиварка отключается.

ТЕМПЕРАТУРНЫЙ ПРЕДОХРАНИТЕЛЬ

Предохранитель исключает поломку прибора, автоматически разрывая электрическую цепь при превышении заданной температуры.

ФУНКЦИЯ ПОДДЕРЖАНИЯ ТЕМПЕРАТУРЫ ГОТОВЫХ БЛЮД (АВТОПОДОГРЕВ)

Функция запускается автоматически по завершении программы приготовления и может поддерживать постоянную температуру блюда в течение 24 часов.

ОТЛОЖЕННЫЙ СТАРТ

Функция отложенного старта позволяет приготовить блюдо к нужному времени. Полезный завтрак, горячий обед, изысканный ужин — все будет готово точно в срок!

СОВРЕМЕННЫЙ ДИЗАЙН

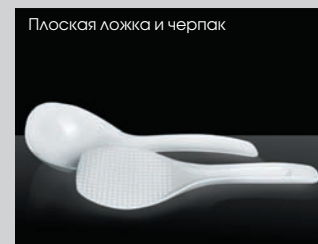
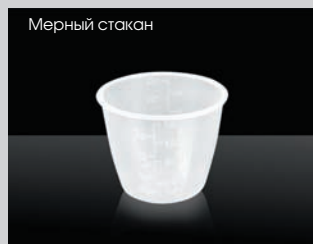
Стремительный дизайн мультиварки **REDMOND RMC-M45031** подчеркнет интерьерное решение любой кухни. Для еще большего удобства использования мультиварка оснащена цветным дисплеем и звуковым сигналом.



ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Уникальные мультиварки **REDMOND** серии **multiPRO** обретают все большую популярность среди ценителей здорового питания во всем мире. Совмещая в себе функции целого ряда бытовой техники, они экономят пространство на любой кухне и личное время своих владельцев. Приготовленные в мультиварке блюда также расширят детский рацион питания и внесут приятное разнообразие в ваше диетическое меню.

БАЗОВАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ

Чтобы сделать приготовление блюд в мультиварке более удобным, вы можете приобрести дополнительные аксессуары в интернет-магазине представительства www.multivarka.pro или в магазине наших дилеров.



RIP-A2 — чаша с антипригарным покрытием Teflon® от компании Du Pont®. Обладает превосходными антипригарными и теплопроводными свойствами. Возможно использование чаши вне мультиварки для хранения продуктов и для приготовления блюд в духовом шкафу при температуре до 260°C. Можно мыть в посудомоечной машине. Емкость — 5 литров.



RIP-C2 — чаша с керамическим покрытием производства компании Anato® (Корея). Обладает повышенной устойчивостью к механическим повреждениям, отличными антипригарными и теплопроводными свойствами, благодаря чему пища не прилипает к поверхности, прожаривается и тушится равномерно в течение всего процесса приготовления. Данная чаша специально разработана для более качественного процесса выпечки, жарки, варки молочных каш. Возможно использование чаши вне мультиварки для хранения продуктов и для приготовления блюд в духовом шкафу. Можно мыть в посудомоечной машине. Емкость — 5 литров.



RIP-S2 — стальная чаша. Обладает повышенной устойчивостью к механическим повреждениям. Рекомендуется для приготовления различных супов, компотов, джемов и варений. Подходит для использования в ней блендера, миксера и других кухонных приборов при приготовлении овощных и фруктовых пюре и крем-супов. Можно мыть в посудомоечной машине. Емкость — 5 литров.



Щипцы подходят для всех типов чаш. Благодаря прорезиненным накладкам щипцы не скользят и не царапают поверхность чаш. Достаточно одного движения, чтобы достать горячую чашу из мультиварки. Складная конструкция щипцов идеально подходит для компактного хранения и транспортировки.

Описание некоторых программ



Программа **ГРЕЧКА** — для приготовления рассыпчатых каш из гречневой и других круп.



Программа **ВАРКА НА ПАРУ** — для приготовления мантов, парового мяса, птицы, рыбы и других диетических блюд. Эта программа оптимальна для тех, кто следит за рационом питания.



Программа **СУП** — для приготовления бульонов, супов, крем-супов и супов-пюре, а также компотов и других напитков.



Программа **ЖАРКА** — для приготовления стейков, бифштексов, отбивных и других мясных, рыбных и овощных блюд.



Программа **МОЛОЧНАЯ КАША** — для приготовления каш из манки, пшена, риса и других круп на молоке. Благодаря инновационным технологиям молоко в мультиварке не выкипает и не пригорает.



Программа **ПЛОВ** — для приготовления плова из мяса, птицы, рыбы, морепродуктов и фруктов.



Программа **ТУШЕНИЕ** — для приготовления диетических блюд из овощей, мяса, рыбы, морепродуктов, а также гарниров, холодца и заливного.



Программа **ВЫПЕЧКА** — для приготовления пирогов, пиццы, бисквитов, кексов, омлетов и суфле. Также позволяет запекать мясо, рыбу, овощи и фрукты.



«Мне очень нравится китайская кухня: много овощей, яичная и рисовая лапша, морепродукты, мясо. И все это сдобрено кисло-сладким соусом или дерзким имбирем. Навероятно эмоциональные блюда... для готовки которых нужна специальная посуда и особый температурный режим. С мультиваркой достаточно нажать пару кнопок, чтобы получить соте из курицы или сычуаньскую хрустящую утку. На выходе блюда ароматные и сочные — словно их приготовил настоящий повар из Китая».



«Мультиварка привлекла мое внимание функцией поддержания температуры готовых блюд. Она позволяет сохранять пищу горячей в течение 24 часов! А это так актуально, когда дома собираются по торжественному случаю. Можно готовить в любое время и оставаться уверенным в том, что к приходу гостей блюдо будет нужной температуры».

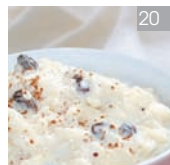


«Для молодой мамы мультиварка — просто находка! Ни одна кастрюля не позволит вам варить молочную кашу и одновременно заниматься другими делами. Разнообразные программы существенно расширяют рацион ребенка. Можно готовить полезную еду на пару, печь пышные кексы, делать паштеты, десерты — и все это каждый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

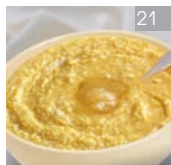


«С появлением на кухне мультиварки можно забыть о каплях жира, которые обычно разлетаются в разные стороны, когда жарешь мясо или рыбу. И вы никогда не почувствуете запаха готовящегося блюда, потому что крышка мультиварки очень герметична. Каждый день вы будете открывать для себя новые положительные стороны обладания этой кухонной техникой».

Кашаи



Каша рисовая
молочная

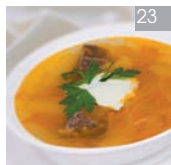


Каша кукурузная



Каша тыквенная
молочная

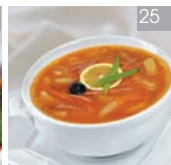
Супы



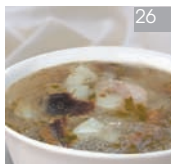
Щи



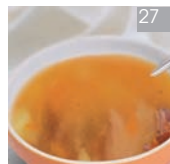
Суп-гуляш острый



Солянка сборная



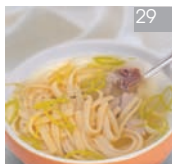
Щи с черносливом



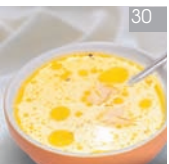
Суп гороховый с копченными ребрышками



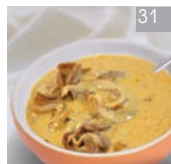
Хаш особый



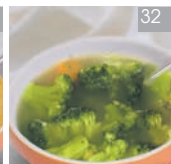
Суп-лапша домашний



Суп сырный



Суп чесночный



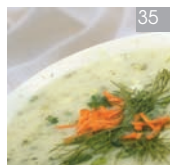
Суп весенний



Уха из красной рыбы



Суп из щуки



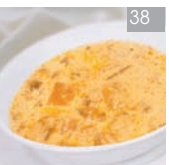
Суп молочный с треской



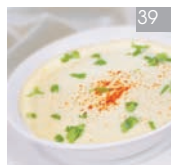
Суп сливочный



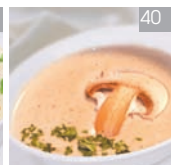
Суп сливочный с креветками



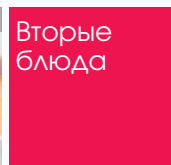
Суп тыквенный



Суп-пюре из лосося



Суп-пюре грибной



Вторые блюда



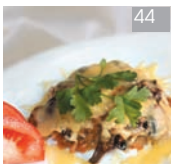
Мясо по-гречески



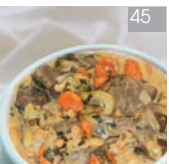
Телятина с яблоками и черносливом



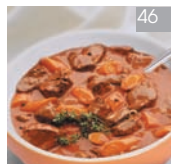
Говядина тушеная



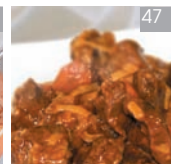
Мясо тушеное с сыром



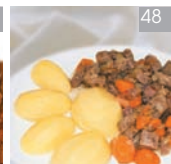
Говядина в сырном соусе



Говядина в соусе болоньезе

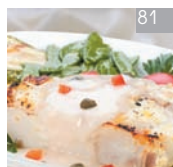


Говядина с лапшой



Жаркое с грибами





81

Карась в сметане



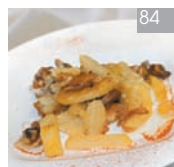
82

Кальмары в сметане



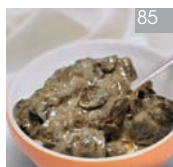
83

Плов с морепродуктами



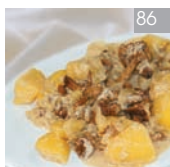
84

Жареный картофель с грибами



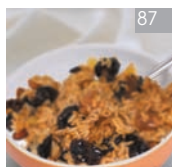
85

Шампиньоны в сметане



86

Грибы лесные



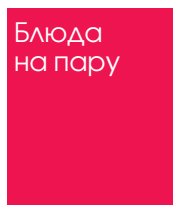
87

Плов фруктовый

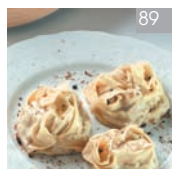


88

Омлет

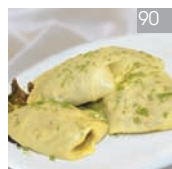


Блюда на пару



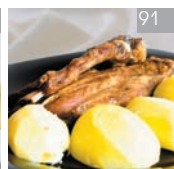
89

Манты



90

Голубцы на пару



91

Свинные ребрышки на пару



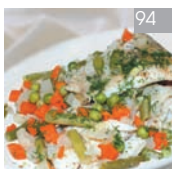
92

Куриные крылышки на пару



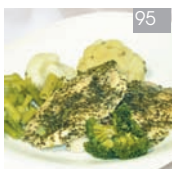
93

Котлеты куриные на пару



94

Треска на пару



95

Щука на пару

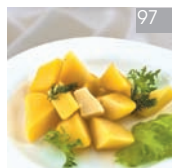


96

Перцы фаршированные



Гарниры



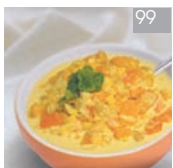
97

Картофель отварной



98

Жареные овощи



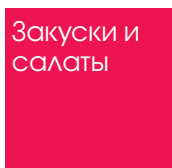
99

Овощи в сливочном соусе



100

Кукуруза по-болгарски

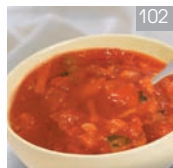


Закуски и салаты



101

Королевские креветки



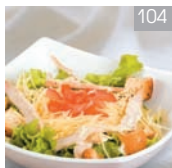
102

Лечо



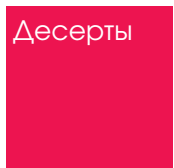
103

Салат «Нежный»

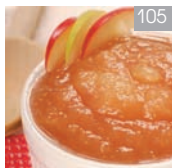


104

Салат «Цезарь» с курицей



Десерты



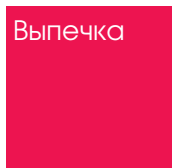
105

Пюре яблочно-апельсиновое



106

Пюре фруктовое



Выпечка



107

Кекс



108

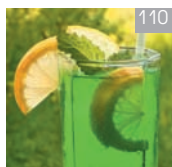
Кекс шоколадный



109

Бисквит молочный

Напитки



110

Напиток «Тархун»



111

Малиновый кисель



112

Компот из свежих
фруктов и ягод



113

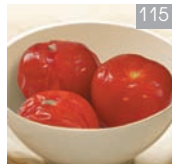
Напиток ягодный



114

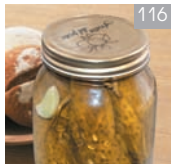
Напиток
освежающий

Консервация



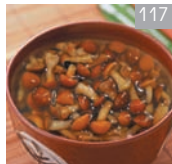
115

Маринад
для помидоров



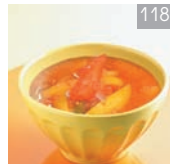
116

Маринад
для огурцов



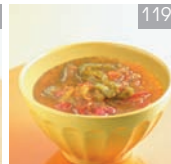
117

Маринад
для грибов



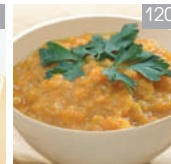
118

Лечо домашнее



119

Лечо
по-казански



120

Икра кабачковая

Детское меню



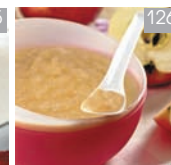
124

Каша манная
5-процентная



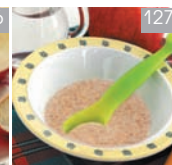
125

Каша рисовая
протертая



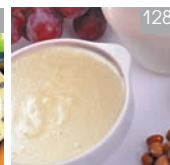
126

Пюре из яблок
и груш



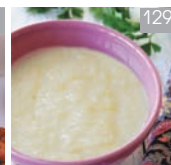
127

Каша гречневая
протертая



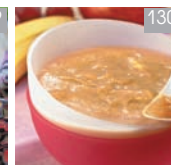
128

Каша манная на
овощном бульоне



129

Каша манная с
яблочным пюре



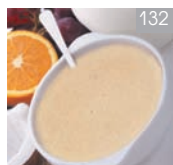
130

Каша из гречневой и
рисовой муки



131

Пюре рыбное



132

Каша манная на
курином бульоне



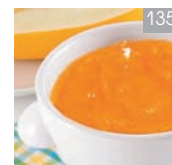
133

Суп-пюре из цветной
капусты и кабачка



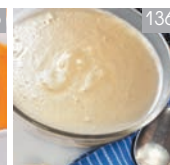
134

Отвар из шиповника



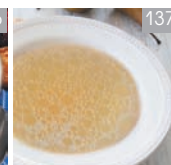
135

Пюре из смеси
овощей



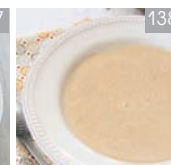
136

Каша рисовая с
творогом



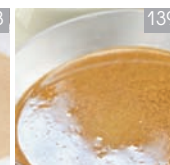
137

Бульон мясной



138

Суп-пюре из курицы



139

Суп-пюре из печени



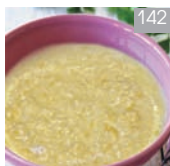
140

Суп картофельный
протертый



141

Котлеты из мяса
паровые



142

Пюре из горошка
и индейки



РЕКОМЕНДАЦИИ И ТРЕБОВАНИЯ К ПРОЦЕССУ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

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





БЛЮДА
ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

Каша рисовая молочная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5% — 650 мл
- Рис шлифованный — 100 г
- Масло сливочное — 50 г
- Сахар, соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоко, добавить масло, сахар, соль и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **33 минуты**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу перемешать.

Совет: добавьте орехи и сухофрукты — каша станет насыщеннее и ароматнее.

Каша кукурузная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5% — 750 мл
- Крупа кукурузная — 150 г
- Масло сливочное — 40 г
- Сахар, соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крупу выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить масло, сахар, соль и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **33 минуты**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу перемешать.

Каши



Совет: подавайте кашу с абрикосовым или персиковым вареньем.



Совет: если добавить в кашу ванильный сахар, она станет более ароматной.

Каша тыквенная молочная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5% — 650 мл
- Тыква — 350 г
- Сливки 33% — 100 мл
- Мед — 30 г
- Масло сливочное — 50 г
- Сахар, соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Очистить тыкву от кожуры, нарезать кубиками по 0,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливки и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **33 минуты**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Щи

Супы

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- | | |
|---------------------------------------|------------------------|
| ■ Говядина
(суповой набор) — 500 г | ■ Лук репчатый — 120 г |
| ■ Капуста белокочанная — 280 г | ■ Чеснок — 3 г |
| ■ Картофель — 200 г | ■ Вода — 1,7 л |
| ■ Морковь — 150 г | ■ Соль, специи |

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину промыть, нарезать на порционные куски по 3 см, капусту и лук нарезать соломкой (как можно тоньше), картофель — соломкой 1х4,5 см, морковь натереть на крупной терке, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Через 20 минут аккуратно снять белковую пенку. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.



Совет: подавайте щи со сметаной.



Суп-гуляш острый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 500 г
- Помидоры — 250 г
- Картофель — 200 г
- Лук репчатый — 200 г
- Цукини — 200 г
- Морковь — 150 г
- Томатная паста — 100 г
- Перец чили красный (стручок) — 10 г
- Чеснок — 8 г
- Вода — 1,2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину промыть, вместе с картофелем, помидорами и цукини нарезать кубиками по 2-2,5 см, морковь и лук — кубиками по 1-1,5 см, перец и чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: готовый суп подавайте с гренками.

Солянка сборная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- | | |
|---------------------------|-----------------------------|
| ■ Говядина (филе) — 150 г | ■ Огуречный рассол — 100 мл |
| ■ Свинина (филе) — 150 г | ■ Томатная паста — 80 г |
| ■ Курица копченая — 150 г | ■ Вода — 1 л |
| ■ Картофель — 150 г | ■ Соль, специи |
| ■ Лук репчатый — 100 г | |
| ■ Морковь — 100 г | |
| ■ Огурцы соленые — 100 г | |

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо и курицу промыть, вместе с картофелем нарезать кубиками по 2 см, морковь, лук и огурцы — кубиками по 0,8-1 см. Морковь, лук, огурцы и томатную пасту выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Кнопкой **Выбор программы** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Время приготовления** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Обжаривать, периодически помешивая в течение 10 минут, затем добавить огуречный рассол. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Кнопкой **Отмена** отменить программу **ПОДДЕРЖАНИЕ ТЕПЛА**. Выложить в чашу мультиварки остальные ингредиенты, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Супы



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



Совет: добавьте в бульон немного рассола от квашеной капусты — вкус щей будет более насыщенным.

Щи с черносливом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 300 г
- Картофель — 200 г
- Капуста квашеная — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Чернослив — 100 г
- Вода — 1 л
- Зелень свежая
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, вместе с картофелем нарезать соломкой 1х4 см, чернослив промыть и нарезать вместе с луком тонкой соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить капусту, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Подавать со свежей зеленью.

Суп гороховый с копчеными ребрышками

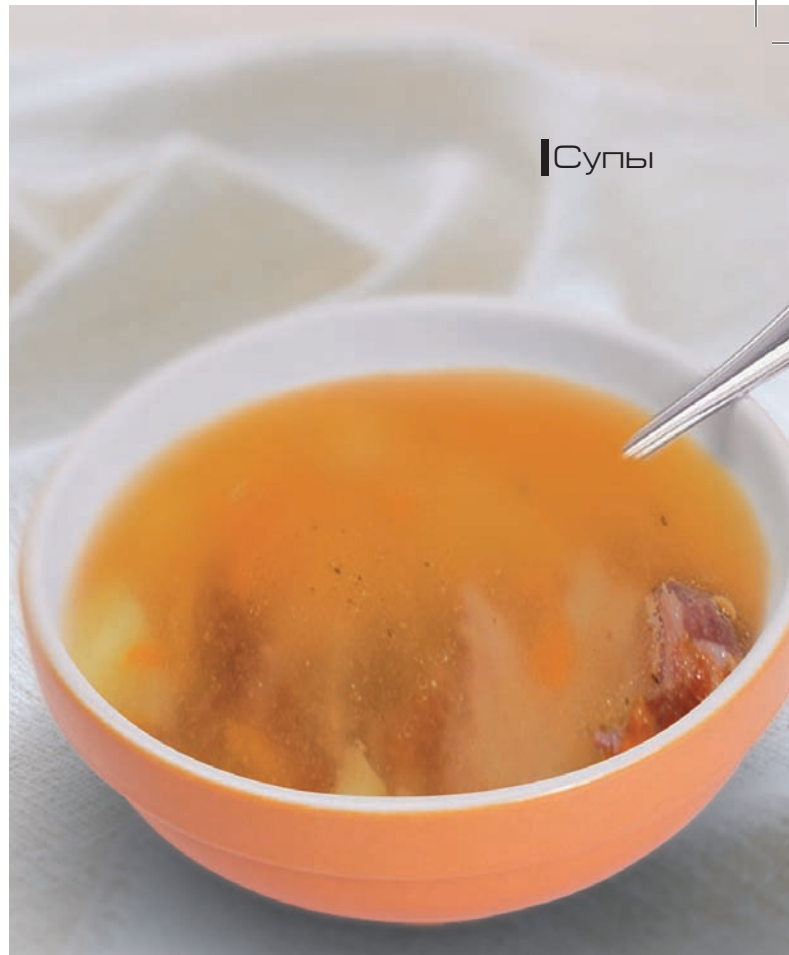
ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Ребра свиные копченые — 300 г
- Горох (шлифованный целый) — 180 г
- Картофель — 200 г
- Морковь — 150 г
- Лук репчатый — 100 г
- Вода — 1-1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Горох замочить в горячей воде (95 °С) на 1 час. Картофель нарезать кубиками по 1-1,5 см, морковь и лук — кубиками по 0,5-0,8 см. Ребра промыть и отделить друг от друга, при необходимости разрубить пополам. С гороха слить воду, все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Супы



Совет: готовый суп подавайте с гренками из белого хлеба.



Совет: подавайте хаш с крупно нарезанной пряной зеленью.

Хаш особый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Баранина (на кости) — 400 г
- Помидоры — 200 г
- Лук репчатый — 120 г
- Морковь — 100 г
- Перец болгарский — 100 г
- Чеснок — 20 г
- Вода — 300 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать на порционные куски весом 70-80 г, помидоры, морковь, перец и лук нарезать кубиками по 2 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **4 часа**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Суп-лапша домашний

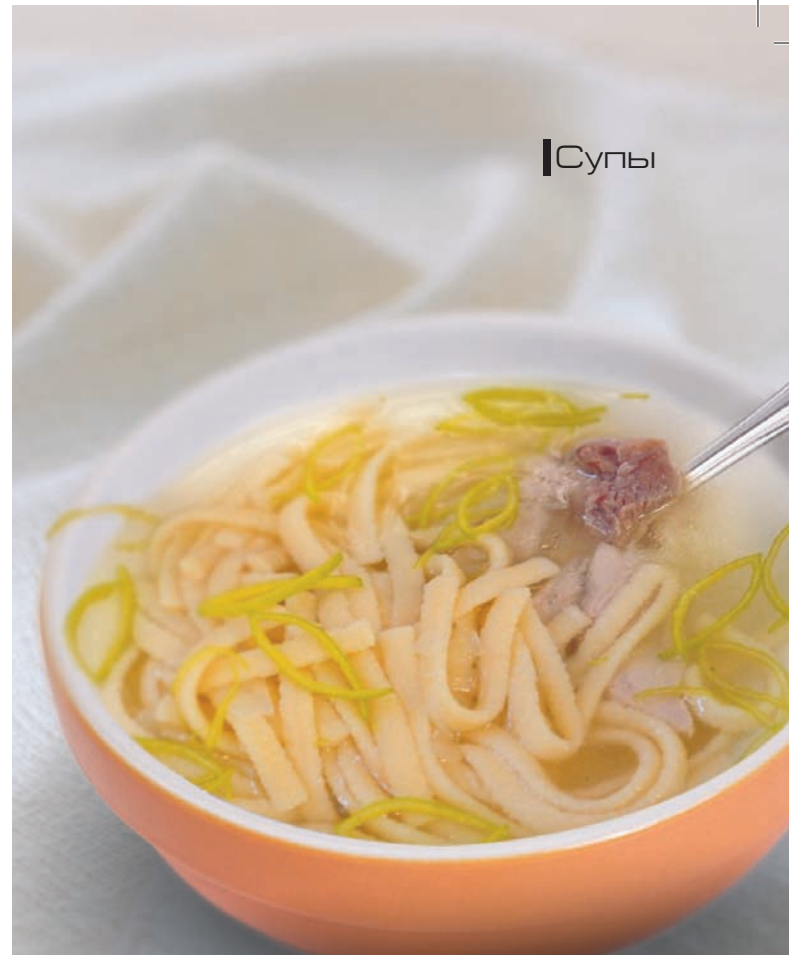
ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 300 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Лапша домашняя — 70 г
- Зелень свежая — 30 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, вместе с морковью и луком нарезать кубиками по 1 см, зелень измельчить ножом. Все ингредиенты (кроме лапши и зелени) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 10 минут до окончания приготовления добавить лапшу и зелень. Закрывать крышку и готовить до окончания программы.

Супы



Совет: если куриное филе заменить на филе индейки, суп получится более диетическим.



Совет: в готовый суп добавьте щепотку сыра пармезан — это сделает его вкус более пикантным.

Суп сырный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 500 г
- Сыр плавленый — 400 г
- Картофель — 300 г
- Морковь — 150 г
- Рис шлифованный — 150 г
- Вода — 1-1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Курицу промыть, нарезать кубиками по 1,5 см, картофель и морковь — кубиками по 1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сыр, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Суп чесночный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица копченая (филе) — 400 г
- Яйцо — 150 г (3 шт.)
- Белое сухое вино — 100 мл
- Чеснок — 6 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, нарезать соломкой 0,5х3 см, чеснок измельчить ножом, яйца взбить до однородной массы. Все ингредиенты (кроме яиц) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить вино, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. В готовый суп при постоянном помешивании влить тонкой струйкой яйца. Закрывать крышку, оставить блюдо на режиме **ПОДДЕРЖАНИЕ ТЕПЛА** на 10 минут.

Супы



Совет: подавайте суп с гренками, обжаренными на чесночном масле и посыпанными тертым сыром.



Суп весенний

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Грудка индейки (филе) — 150 г
- Картофель — 300 г
- Капуста цветная — 200 г
- Капуста брокколи — 200 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе промыть, вместе с картофелем нарезать соломкой 1х4 см, цветную капусту и брокколи разделить на соцветия. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: если заменить картофель на цукини, суп получится более легким.

Уха из красной рыбы

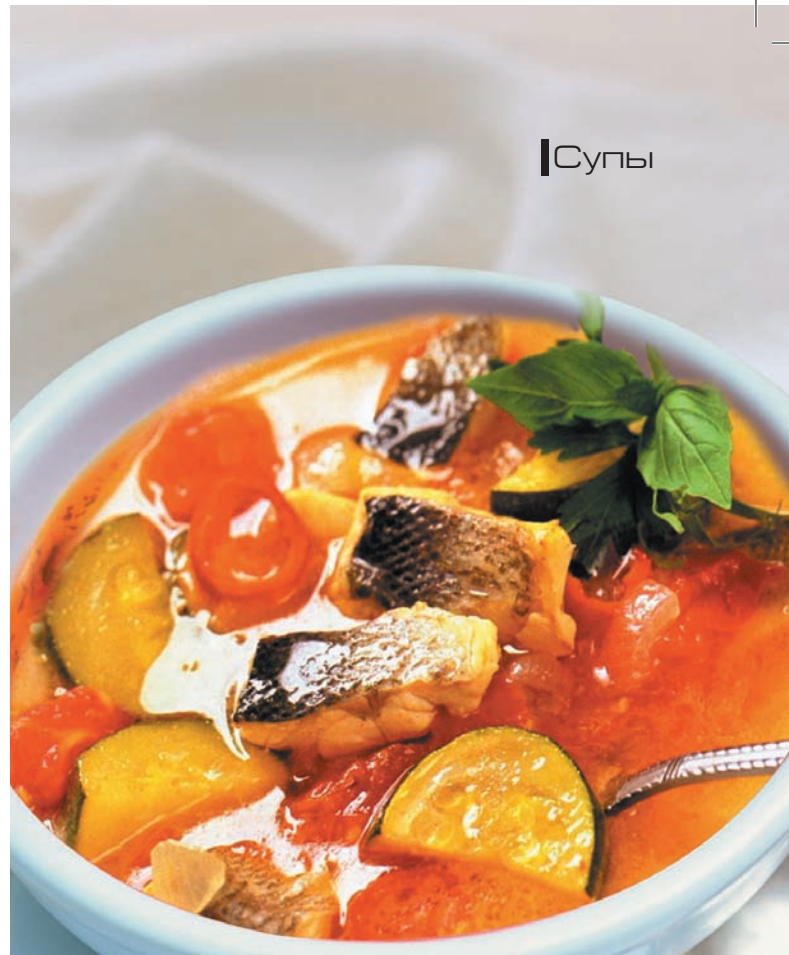
ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Лосось (филе) — 500 г
- Картофель — 200 г
- Цукини — 200 г
- Лук репчатый — 80 г
- Морковь — 80 г
- Томатная паста — 80 г
- Вода — 1-1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу (без костей) промыть, вместе с цукини нарезать кубиками по 2,5 см, картофель — кубиками по 1,5 см, морковь — кубиками по 1 см, лук измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Супы



Совет: для аромата добавьте в суп эстрагон и базилик.

Суп из щуки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Щука (филе) — 350 г
- Картофель — 350 г
- Лук репчатый — 100 г
- Томатная паста — 80 г
- Масло сливочное — 20 г
- Чеснок — 6 г
- Вода — 1-1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу (без кожи и костей) промыть, нарезать кубиками по 2,5 см, картофель — кубиками по 1,5 см, лук и чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, сливочное масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: готовый суп заправить лимонным соком.

Суп молочный с треской

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Треска (филе) — 250 г
- Картофель — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Молоко 2,5% — 350 мл
- Вода — 450 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу (без кожи и костей) промыть, нарезать кубиками по 2 см, картофель — кубиками по 1,5 см, морковь натереть на крупной терке, лук нарезать тонкой соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить молоко, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Супы



Совет: украсьте готовый суп веточками свежей зелени.



Совет: добавьте в суп кусочек сливочного масла, чтобы подчеркнуть вкус блюда.

Суп сливочный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Лосось (филе) — 500 г
- Картофель — 200 г
- Лук репчатый — 80 г
- Морковь — 80 г
- Сливки 2,5% — 100 мл
- Соевый соус — 10 мл
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу (без кожи и костей) промыть, нарезать кубиками по 1,5 см, картофель, лук, морковь — кубиками по 1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сливки, соевый соус, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Суп сливочный с креветками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Креветки салатные (очищенные) — 400 г
- Картофель — 150 г
- Лук репчатый — 80 г
- Кукуруза консервированная — 80 г
- Сливки 15% — 200 мл
- Масло сливочное — 15 г
- Чеснок — 4 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать кубиками по 1,5-2 см, лук и чеснок измельчить ножом, с кукурузы слить жидкость. Креветки разморозить, промыть и дать стечь воде. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость, добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.



Совет: готовый суп украсьте отварными тигровыми креветками и свежей зеленью.

Суп тыквенный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тыква — 400 г
- Лук репчатый — 120 г
- Сливки 33% — 300 г
- Сок апельсина — 120 мл
- Базилик (сушеный) — 4 г
- Вода — 450 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Тыкву очистить от кожуры, нарезать кубиками по 0,5 см, лук измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сливки, сок апельсина, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: готовый суп украсьте кедровыми орешками.

Суп-пюре из лосося

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Лосось (филе) — 300 г
- Картофель — 180 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Сливки 22% — 200 мл
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу (без кожи и костей) промыть, вместе с картофелем, луком и морковью нарезать кубиками по 2 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сливки, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость, добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.

Супы



Совет: к этому супу отлично подойдут белый молотый перец и паприка.



Совет: украсьте суп обжаренными шампиньонами.

Суп-пюре грибной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Шампиньоны свежие — 300 г
- Лук репчатый — 100 г
- Сливки 22% — 200 мл
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Грибы разрезать на четыре части, лук нарезать кубиками по 0,5 см. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость, добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.

Мясо по-гречески

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Телятина (филе) — 380 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Красное сухое вино — 240 мл
- Чеснок — 4 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать кубиками по 2-2,5 см, лук и морковь — кубиками по 1 см, зубчики чеснока разрезать пополам. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить вино, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: на гарнир подавайте отварной картофель или картофельное пюре.

Вторые блюда



Совет: чтобы придать блюду пикантность, добавьте за 10 минут до окончания приготовления 80 мл коньяка.

Телятина с яблоками и черносливом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Телятина (филе) — 380 г
- Яблоки гренни смит — 180 г
- Чернослив — 60 г
- Соус ткемали — 100 мл
- Соус терияки — 80 мл
- Масло оливковое — 20 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 2-2,5 см. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать кубиками по 1,5 см, чернослив разрезать пополам. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соусы, масло, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **2 часа**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Говядина тушеная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 350 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Чеснок — 10 г
- Перец красный стручковый — 10 г
- Белое сухое вино — 300 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 1,5-2 см, лук и морковь — кубиками по 0,5-1 см, чеснок и перец измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить вино, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **2 часа**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: с этим блюдом хорошо сочетаются майоран, орегано, чабер и шалфей.

Вторые блюда



Совет: подавайте с овощной смесью, приготовленной на пару.

Мясо тушеное с сыром

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 350 г
- Сыр твердый — 250 г
- Картофель — 180 г
- Лук репчатый — 80 г
- Майонез 67% — 70 г
- Вода — 180 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 1-1,5 см, лук — кубиками по 0,5-1 см, картофель — кубиками по 2-2,5 см, сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить майонез, воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Говядина в сырном соусе

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 300 г
- Сыр плавленый — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Фасоль белая консервированная — 100 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 1 см, морковь — кружочками толщиной 0,2-0,4 см, лук — кубиками по 0,5 см, с фасоли слить жидкость. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, сыр, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте это блюдо с гарниром из дикого риса.

Вторые блюда



Совет: при подаче посыпьте блюдо тертым сыром пармезан.

Говядина в соусе болоньезе

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 500 г
- Помидоры — 200 г
- Перец болгарский — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Томатная паста — 100 г
- Вода — 300 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 0,5-1 см, помидоры, перец, морковь и лук — кубиками по 0,5-1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Говядина с лапшой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 400 г
- Помидоры — 200 г
- Лук репчатый — 150 г
- Морковь — 100 г
- Лапша пшеничная — 80 г
- Майонез — 50 г
- Чеснок — 10 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, вместе с помидорами, луком и морковью нарезать кубиками по 1 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить лапшу, майонез, воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.

Вторые блюда



Совет: если заменить майонез сметаной, блюдо получится более легким.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо с гарниром из печеного или отварного картофеля.

Жаркое с грибами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 400 г
- Шампиньоны свежие — 180 г
- Морковь — 100 г
- Белое сухое вино — 100 мл
- Соевый соус — 80 мл
- Масло растительное — 40 мл
- Имбирь (корень) — 30 г
- Вода — 150 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 1-1,5 см, морковь — кубиками по 1 см, шампиньоны — дольками, имбирь очистить и измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, масло, вино, соус, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Ассорти мясное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 200 г
- Свинина (филе) — 200 г
- Курица (филе) — 200 г
- Картофель — 200 г
- Томатная паста — 100 г
- Масло растительное — 40 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо и куриное филе промыть и нарезать кубиками по 1,5-2 см, картофель — кубиками по 2 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, масло, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо с маринованным чесноком и черемшой.

Вторые блюда



Совет: к этому блюду отлично подойдут приправы хмели-сунели и кориандр.

Свинина в фольге

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 250 г
- Тыква — 120 г
- Морковь — 80 г
- Стебель сельдерея — 80 г
- Лук репчатый — 80 г
- Перец болгарский — 80 г
- Сок апельсина — 70 мл
- Вода — 150 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать на кусочки весом 40-50 г. Тыкву очистить от кожуры, вместе с морковью, сельдереем, луком и перцем нарезать кубиками по 1 см. Все ингредиенты (кроме воды) выложить на двухслойный лист фольги, добавить соль, специи и полить соком апельсина. Фольгу завернуть, оставив небольшое отверстие сверху. В чашу мультиварки налить воду и выложить свинину с овощами. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **2 часа**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Свинина в апельсиновом соусе

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 400 г
- Апельсины (мякоть) — 100 г
- Курага — 100 г
- Мед — 30 г
- Вода — 150 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 2 см, апельсины — кубиками по 1,5-2 см, курагу нарезать тонкой соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить мед, воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо с гарниром из тушеного картофеля.

Вторые блюда



Совет: при приготовлении добавьте в блюдо веточки тимьяна и розмарина.

Свинина в пиве

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 500 г
- Лук репчатый — 200 г
- Чернослив — 100 г
- Пиво живое — 150 мл
- Масло растительное — 15 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 2-2,5 см, лук — кубиками по 1-1,5 см, чернослив разрезать пополам. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить пиво, масло, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Фасоль со свиной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 450 г
- Фасоль стручковая свежая — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Кинза свежая — 70 г
- Масло оливковое — 60 мл
- Бальзамический уксус — 60 мл
- Аджика — 7 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 2-2,5 см, лук и кинзу измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить масло, аджику, уксус, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: к этому блюду отлично подойдет соус на основе томатов.

Вторые блюда



Совет: по желанию добавьте в блюдо куркуму, майоран, паприку.

Свинина с фасолью и тыквой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 400 г
- Фасоль стручковая свежая — 150 г
- Тыква — 150 г
- Сливки 22% — 150 мл
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Тыкву очистить, мякоть нарезать кубиками 2х2 см. Мясо промыть и нарезать кубиками 2х2 см. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу мультиварки, добавить фасоль, воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. За 20 минут до окончания приготовления добавить сливки и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Свинина с ананасами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 300 г
- Помидоры — 280 г
- Ананасы свежие — 100 г
- Майонез 67% — 100 г
- Сыр твердый — 100 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 2-2,5 см, помидоры — кубиками по 2 см, ананасы — кубиками по 1-1,5 см, сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо с кисло-сладким соусом.

Вторые блюда



Совет: вкус блюда станет насыщеннее, если добавить в него сушеный чеснок, карри и молотый имбирь.

Свинина с овощами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 400 г
- Перец болгарский — 200 г
- Помидоры — 200 г
- Кабачок — 200 г
- Лук репчатый — 150 г
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, вместе с перцем, помидорами, кабачком и луком нарезать кубиками по 2-2,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Плов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 250 г
- Морковь — 250 г
- Рис шлифованный — 200 г
- Лук репчатый — 200 г
- Чеснок — 20 г
- Масло растительное — 20 мл
- Вода — 250 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

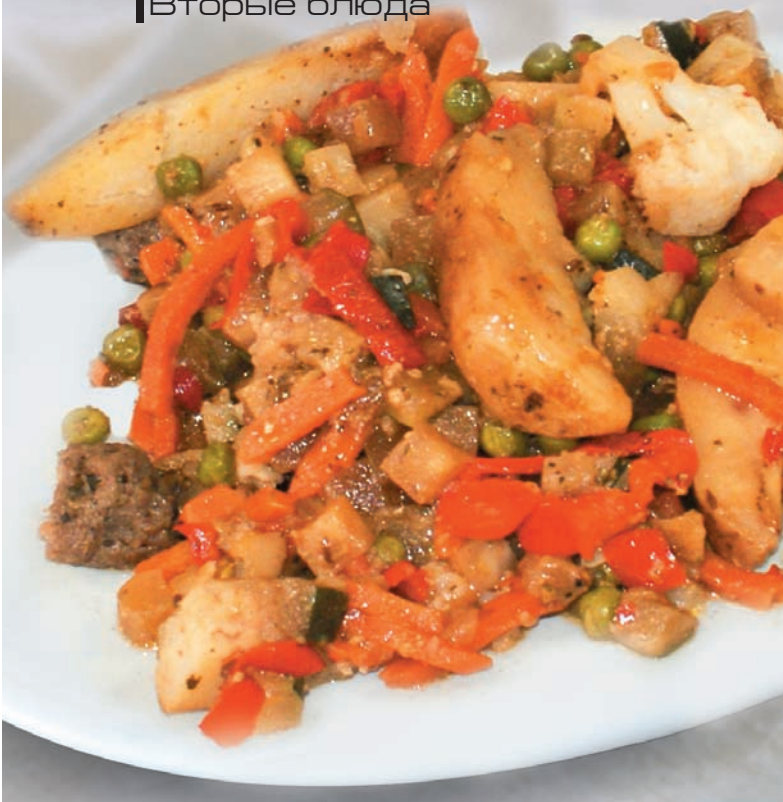
Рис промыть до прозрачной воды. Мясо промыть и нарезать кубиками по 1 см, лук и морковь — соломкой, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки ровным слоем выложить мясо, на него — морковь, лук, посыпать солью и специями. Сверху равномерно распределить рис, залить водой, посыпать чесноком и добавить масло. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ПЛОВ**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый плов перемешать, закрыть крышку и оставить на режиме **ПОДДЕРЖАНИЕ ТЕПЛА** на 30 минут.

Вторые блюда



Совет: блюдо станет пикантным, если добавить в него барбарис.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо с горчичным соусом.

Свинина с картофелем

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 350 г
- Перец болгарский — 200 г
- Помидоры — 150 г
- Картофель — 100 г
- Морковь — 100 г
- Горошек зеленый консервированный — 60 г
- Лук репчатый — 50 г
- Имбирь (корень) — 50 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С горошка слить жидкость, мясо промыть и нарезать кубиками по 1,5-2 см, морковь натереть на крупной терке, картофель нарезать дольками, лук, перец и помидоры — кубиками по 1,5 см, имбирь очистить и измельчить ножом. Все ингредиенты положить в чашу мультиварки, добавить воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Свинина по-деревенски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 400 г
- Капуста белокочанная — 300 г
- Картофель — 200 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Сельдерей (корень) — 60 г
- Лук-порей — 60 г
- Кукуруза консервированная — 50 г
- Чеснок — 10 г
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и нарезать кубиками по 2 см, картофель, сельдерей, морковь, капусту, лук репчатый, лук-порей и чеснок измельчить ножом. С кукурузы слить жидкость. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо со сливочно-чесочным соусом.

Вторые блюда



Рагу охотничье

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Колбаски охотничьи — 350 г
- Кабачки — 200 г
- Помидоры — 150 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Перец болгарский — 100 г
- Фасоль стручковая свежая — 100 г
- Сливки 22% — 150 мл
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Колбаски нарезать кружочками по 1,5-2 см, лук, морковь, перец, кабачки и помидоры — кубиками по 1 см, фасоль разрезать пополам. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, сливки, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: фасоль в этом блюде можно заменить картофелем.

Колбаски с овощами в сливках

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Колбаски охотничьи — 300 г
- Перец болгарский — 200 г
- Фасоль белая консервированная — 100 г
- Помидоры — 100 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 60 г
- Кукуруза консервированная — 60 г
- Горошек зеленый консервированный — 60 г
- Чеснок — 10 г
- Сливки 15-22% — 300 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С кукурузы, фасоли и горошка слить жидкость. Колбаски нарезать кружочками по 1,5-2 см, лук, перец, морковь и помидоры нарезать кубиками по 0,5-1 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сливки, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: наиболее подходящие специи для этого блюда — красный молотый перец и базилик.

Вторые блюда



Совет: если заменить томатную пасту на соус ткемали, то блюдо будет острее.

Овощи с ветчиной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- | | |
|------------------------------------|---|
| ■ Ветчина — 200 г | ■ Томатная паста — 100 г |
| ■ Перец болгарский — 200 г | ■ Горошек зеленый консервированный — 60 г |
| ■ Помидоры — 200 г | ■ Вода — 200 мл |
| ■ Капуста белокочанная — 200 г | ■ Соль, специи |
| ■ Фасоль стручковая свежая — 100 г | |

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С горошка слить жидкость, ветчину, перец, помидоры и капусту нарезать кубиками по 2-2,5 см, фасоль разрезать пополам. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Картофель с беконом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 400 г
- Бекон варено-копченый — 300 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать кубиками по 2,5 см, бекон — кубиками по 1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо с салатом из свежих овощей.

Вторые блюда



Совет: если сбрызнуть готовые голени лимонным соком, блюдо будет более ароматным.

Курица с сыром

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (голени) — 400 г
- Сметана 15-20% — 200 г
- Сыр твердый — 100 г
- Аджика — 10 г
- Масло растительное — 20 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть. Аджику смешать со сметаной, солью и специями. В полученной смеси мариновать курицу в течение 40-50 минут. Сыр натереть на крупной терке. Голени вместе с маринадом выложить в чашу мультиварки, добавить масло, посыпать тертым сыром. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Капуста тушеная с курицей

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 350 г
- Капуста белокочанная — 400 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 60 г
- Томатная паста — 100 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть и нарезать соломкой 0,5х3 см, морковь натереть на крупной терке, лук нашинковать тонкой соломкой, капусту — соломкой шириной 1 см. В чашу мультиварки выложить филе, лук, морковь, томатную пасту, соль, специи и перемешать. Сверху выложить капусту, посыпать солью и специями, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: вкус блюда будет более оригинальным, если добавить в него шампиньоны.

Вторые блюда



Совет: подавайте рагу отдельно как самостоятельное блюдо или с гарниром из риса.

Куриное рагу по-китайски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриная грудка (филе) — 350 г
- Перец болгарский — 200 г
- Кабачок — 200 г
- Помидоры — 150 г
- Баклажаны — 100 г
- Горошек зеленый консервированный — 50 г
- Соус терияки — 30 мл
- Вода — 250 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть и нарезать соломкой 0,8х3 см, перец, кабачок, помидоры и баклажаны — соломкой 1х4 см. С зеленого горошка слить жидкость. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, соус, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Курица с грибами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 300 г
- Шампиньоны — 120 г
- Лук репчатый — 110 г
- Перец болгарский — 110 г
- Стебель сельдерея — 90 г
- Масло растительное — 40 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть и нарезать на кусочки весом 30-40 г, лук, сельдерей и перец — кусочками по 0,5 см, шампиньоны разрезать на четыре части. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Время приготовления** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо с соусом бешамель.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо со сливочно-чесночным соусом.

Курица с гречкой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (голени) — 400 г
- Гречка — 300 г
- Вода — 370 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Гречку промыть до прозрачной воды. Курицу промыть, натереть солью и специями. В чашу мультиварки выложить гречку, добавить соль, специи и воду. Сверху установить контейнер-пароварку и выложить голени. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **РИС-КРУПА**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Рис с курицей

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные бедра (филе) — 200 г
- Рис шлифованный — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Масло растительное — 50 мл
- Вода — 250 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Курицу промыть и нарезать кубиками по 2-2,5 см, морковь натереть на крупной терке, лук нашинковать тонкой соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, масло, соль, специи, **перемешать** и разровнять лопаткой. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **РИС-КРУПА**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: чтобы рис приобрел золотистый оттенок, во время приготовления добавьте в блюдо карри.

Вторые блюда



Совет: украсьте блюдо веточками базилика.

Куриные крылышки маринованные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные крылышки — 400 г
- Помидоры — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Соус терияки — 100 мл
- Аджики — 10 г
- Чеснок — 8 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крылышки промыть. Чеснок измельчить ножом. Аджику смешать с соусом терияки до однородной массы, добавить чеснок. Залить этой смесью крылышки, добавить соль и специи, перемешать, оставить мариноваться на 40 минут. Помидоры и лук нарезать кубиками по 1,5 см. Лук, помидоры и крылышки вместе с маринадом выложить в чашу мультиварки, добавить соус, соль, специи и разровнять лопаткой. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Куриные шейки в сметане

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные шейки — 400 г
- Сметана 15-20% — 400 г
- Лук репчатый — 150 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шейки промыть, разрезать поперек на три равные части, лук нашинковать тонкой соломкой 0,1x2,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сметану, воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте к блюду чесночный багет или ржаной хлеб.

Вторые блюда



Совет: если использовать красную фасоль в остром томатном соусе, блюдо будет более пикантным.

Куриные сердечки с овощами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные сердечки — 300 г
- Перец болгарский — 200 г
- Фасоль красная консервированная — 150 г
- Шампиньоны свежие — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Соус терияки — 100 мл
- Масло оливковое — 30 мл
- Вода — 150 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Сердечки промыть и разрезать вдоль на две части, шампиньоны нарезать дольками, перец — кубиками по 1-1,5 см, лук измельчить ножом. С фасоли слить жидкость. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, соус, масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Плов с куриными сердечками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные сердечки — 250 г
- Рис шлифованный — 200 г
- Морковь — 150 г
- Лук репчатый — 80 г
- Масло растительное — 50 мл
- Чеснок — 20 г
- Вода — 260 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Сердечки промыть, вместе с чесноком разрезать вдоль на две части, лук нашинковать тонкой соломкой, морковь натереть на крупной терке. Сердечки, лук и морковь выложить в чашу мультиварки, добавить масло, соль, специи и перемешать. Сверху выложить рис и разровнять лопаткой. На рис равномерно выложить чеснок, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ПЛОВ**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: чтобы у плова был более насыщенный вкус, добавьте в него зиру и шафран.

Вторые блюда



Совет: вкус блюда подчеркнут базилик, гвоздика, майоран и смесь перцев.

Куриная печень в сливках

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриная печень — 250 г
- Рис шлифованный — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Сливки 33% — 150 мл
- Масло оливковое — 20 мл
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Печень промыть, нарезать кубиками по 1-1,5 см, лук измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, сливки, масло, соль, специи и перемешать. Заккрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Куриные желудки с кукурузой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные желудки — 500 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Кукуруза консервированная — 80 г
- Сливки 10-15% — 230 мл
- Масло оливковое — 20 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Желудки промыть, очистить и нарезать тонкой соломкой 0,5х2,5 см, морковь и лук — кубиками по 0,5 см. С кукурузы слить жидкость. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сливки, масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: смесь из пяти перцев отлично дополнит это блюдо.

Вторые блюда



Совет: добавьте в блюдо базилик — это придаст нотку пикантности.

Индейка с овощами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Индейка (филе) — 300 г
- Морковь — 130 г
- Шампиньоны — 120 г
- Лук репчатый — 80 г
- Масло растительное — 40 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе промыть, нарезать кубиками по 1,5 см, морковь и лук — кубиками по 1 см, шампиньоны разрезать на четыре части. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Время приготовления** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.

Лосось с креветками и помидорами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Лосось (филе) — 200 г
- Креветки салатные (очищенные) — 100 г
- Помидоры — 100 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, вместе с помидорами нарезать кубиками по 2-2,5 см. Креветки разморозить, откинуть на сито и дать стечь воде. Все ингредиенты смешать в отдельной емкости, посыпать солью и специями, поместить в центр двухслойного листа фольги, завернуть края к центру, плотно прижать и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: это блюдо станет ароматнее, если приправить его прованскими травами.

Вторые блюда



Совет: при подаче украсьте блюдо дольками лимона и помидорами черри.

Форель радужная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Форель радужная (тушка) — 500 г (1 шт.)
- Сок лимонный — 60 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, очистить от чешуи, натереть солью и специями, сбрызнуть лимонным соком. Поместить рыбу в центр двухслойного листа фольги размером 40х40 см, края завернуть к центру и плотно прижать, выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Треска в пикантном соусе

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Треска (филе) — 450 г
- Помидоры — 300 г
- Сыр твердый — 100 г
- Лук репчатый — 50 г
- Майонез 67% — 60 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе (без костей и кожи) промыть и нарезать кубиками по 2,5-3 см, помидоры — кубиками по 2-2,5 см, лук нашинковать тонкой соломкой, сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.



Вторые блюда

Совет: при подаче украсьте блюдо оливками, зеленью петрушки и дольками вареного яйца.

Вторые блюда



Совет: готовую рыбу выложить на листья салата, украсить мягким сливочным маслом, используя кондитерский шприц.

Карп запеченный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Карп (тушка) — 500 г
- Помидоры — 50 г
- Лук-порей — 20 г
- Укроп свежий — 10 г
- Петрушка свежая — 10 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу очистить от чешуи и внутренностей, промыть, натереть солью и специями. Помидоры нарезать кубиками по 0,5 см, лук-порей нарезать, зелень измельчить ножом. Овощи смешать с зеленью. Полученной овощной смесью нафаршировать тушку, завернуть ее в двухслойный лист фольги и плотно прижать края, выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Карась в сметане

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Карась (филе) — 300 г
- Сметана 15-20% — 300 г
- Помидоры — 120 г
- Укроп свежий — 20 г
- Петрушка свежая — 20 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе (без костей и кожи) промыть, вместе с помидорами нарезать кубиками по 2,5 см, зелень измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сметану, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: к этому блюду отлично подойдет горчичный соус.

Вторые блюда



Совет: украсьте каперсами и тертым сыром чеддер.

Кальмары в сметане

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Кальмары (кольца) — 400 г
- Лук репчатый — 150 г
- Морковь — 100 г
- Сметана — 400 г
- Укроп свежий — 20 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Лук нарезать тонкой соломкой, морковь натереть на крупной терке, укроп измельчить ножом. В чашу мультиварки выложить кольца кальмара, сверху распределить остальные ингредиенты. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Плов с морепродуктами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Коктейль морской (заморозка) — 300 г
- Рис шлифованный — 200 г
- Морковь — 120 г
- Лук репчатый — 100 г
- Масло растительное — 50 мл
- Вода — 250 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Морковь натереть на крупной терке, лук нашинковать тонкой соломкой. Морской коктейль разморозить, промыть и откинуть на дуршлаг, чтобы стекла лишняя вода. В чашу мультиварки выложить морепродукты, морковь, лук и перемешать. Сверху высыпать рис и разровнять его лопаткой, добавить масло, соль, специи и залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ПЛОВ**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: из приправ используйте кориандр, чеснок, паприку, куркуму и красный молотый перец.

Вторые блюда



Совет: к этому блюду идеально подойдет чесночный или сливочный соус.

Жареный картофель с грибами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 300 г
- Грибы — 80 г
- Масло растительное — 20 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать соломкой 0,5х2,5 см, грибы — дольками. Все ингредиенты (кроме соли и специй) выложить в чашу мультиварки, добавить масло и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Время приготовления** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 7 минут до окончания приготовления добавить соль и специи, перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Шампиньоны в сметане

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Шампиньоны свежие — 300 г
- Сметана 15-20% — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Грибы разрезать на четыре части, лук измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: чтобы блюдо стало более ароматным, за 5 минут до окончания программы добавьте измельченную свежую зелень.

Вторые блюда



Совет: чтобы сделать блюдо более сочным и ароматным, во время приготовления добавьте в него тертую морковь и бекон.

Грибы лесные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Лисички — 200 г
- Грибы белые — 200 г
- Опята — 100 г
- Картофель — 150 г
- Лук репчатый — 80 г
- Сыр твердый — 80 г
- Сметана 15-20% — 300 г
- Масло растительное — 20 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать кубиками по 2-2,5 см, грибы — кубиками по 0,5 см, сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Плов фруктовый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- | | |
|---------------------------|------------------------|
| ■ Рис шлифованный — 200 г | ■ Орехи грецкие — 50 г |
| ■ Яблоки — 50 г | ■ Чернослив — 50 г |
| ■ Курага — 50 г | ■ Мед — 40 г |
| ■ Апельсин — 50 г | ■ Вода — 250 мл |
| ■ Изюм — 50 г | |

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курагу и изюм залить горячей водой (90°) на 5 минут, затем откинуть на дуршлаг. Рис промыть до прозрачной воды, с апельсинов снять кожуру. Курагу и чернослив нарезать соломкой, яблоки и апельсины — кубиками по 0,5 см, орехи измельчить ножом. В чашу мультиварки ровным слоем выложить фрукты, сухофрукты и орехи, перемешать. Сверху равномерно распределить рис и залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ПЛОВ**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. В готовый плов добавить мед, перемешать, закрыть крышку и оставить на режиме **ПОДДЕРЖАНИЕ ТЕПЛА** на **30 минут**.

Вторые блюда



Совет: готовый плов украсьте фисташками и орехами кешью.

Вторые блюда



Совет: вкус омлета станет более пикантным, если добавить в него помидоры, ветчину и шампиньоны.

Омлет

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 450 г (9 шт.)
- Молоко 2,5% — 400 мл
- Масло сливочное
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яйца, молоко, соль и специи взбить венчиком до однородной массы. Чашу мультиварки смазать маслом. Полученную смесь вылить в чашу. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Манты

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

- Мука — 500 г
- Вода — 200 мл
- Яйцо — 120 г (2 шт.)
- Масло растительное — 15 мл
- Соль
- Вода — 700 мл

Для фарша:

- Говядина (филе) — 300 г
- Свинина (филе) — 300 г
- Яйцо — 120 г (2 шт.)
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 6 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Замесить крутое тесто: воду смешать с мукой, яйцами, маслом и солью. Приготовить фарш: мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и чесноком, добавить яйца, соль и специи. Раскатать тесто толщиной 0,3 см и вырезать из него кружки диаметром 8 см. В середину каждого выложить небольшую порцию фарша и круговым движением защипать края теста. В чашу мультиварки налить воду. Контейнер-пароварку смазать растительным маслом, выложить в него манты. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.



Блюда на пару

Совет: манты получатся более сочными, если в фарш добавить немного соевого соуса.

Блюда на пару



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

Голубцы на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 500 г
- Яйцо — 60 г (1 шт.)
- Рис отварной — 120 г
- Лук репчатый — 60 г
- Капуста белокочанная (крупные листья) — 1 кг
- Чеснок — 6 г
- Вода
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, вместе с луком и чесноком пропустить через мясорубку. Добавить рис, яйцо, соль, специи и вымесить фарш. Листья капусты залить кипятком, оставить на 2-3 минуты, затем вынуть и просушить. Крупные прожилки отбить. В каждый лист плотно завернуть порцию фарша. В чашу мультиварки налить воду, установить на нее контейнер-пароварку, выложить в один слой голубцы. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Свинные ребрышки на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинные ребра — 400 г
- Картофель — 200 г
- Чеснок — 10 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Чеснок измельчить ножом. Ребра промыть, отделить друг от друга, каждое натереть солью, специями и чесноком. Картофель разрезать на четыре равные части. В чашу мультиварки налить воду, установить на нее контейнер-пароварку, выложить ребра и картофель. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Блюда на пару



Совет: подавайте к столу с кисло-сладким соусом.



Блюда на пару

Куриные крылышки на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные крылышки — 400 г
- Картофель — 300 г
- Соус ткемали — 10 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель разрезать на четыре равные части. Крылышки промыть, натереть солью и специями, залить соусом и оставить мариноваться на 30 минут. В чашу мультиварки налить воду, установить на нее контейнер-пароварку, выложить крылышки и картофель. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: соус ткемали можно заменить смесью из карри, измельченного чеснока и соли.

Котлеты куриные на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные бедра (филе) — 400 г
- Яйцо — 60 г (1 шт.)
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 6 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе промыть, вместе с чесноком и луком пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, соль, специи, вымесить фарш и сформировать котлеты в форме шайбы толщиной 2-2,5 см. В чашу мультиварки налить воду, установить на нее контейнер-пароварку, выложить котлеты в один слой. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Блюда на пару



Совет: подавайте блюдо с медово-горчичным соусом или соусом барбекю.

Блюда на пару



Совет: вкус блюда получится более изысканным, если приправить его белым перцем и молотым мускатным орехом.

Треска на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Треска (филе) — 300 г
- Перец болгарский — 100 г
- Морковь (мини) — 100 г
- Фасоль стручковая (заморозка) — 100 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе (без кожи и костей) промыть. Фасоль разморозить, дать стечь лишней воде. Перец нарезать кубиками по 0,5 см. В чашу мультиварки налить воду, установить на нее контейнер-пароварку, выложить рыбу и овощи, посыпать солью и специями. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Щука на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Щука (филе) — 400 г
- Фасоль стручковая (заморозка) — 120 г
- Ростки бамбука — 100 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе (без кожи и костей) промыть и нарезать на стейки весом 200 г, каждый натереть солью и специями. Фасоль разморозить, дать стечь воде, ростки откинуть на дуршлаг и промыть. В чашу мультиварки налить воду, установить на нее контейнер-пароварку, выложить все ингредиенты. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Блюда на пару



Совет: готовую рыбу можно сбрызнуть лимонным соком.

Блюда на пару



Совет: выбирайте перцы разных цветов — так блюдо будет выглядеть ярче.

Перцы фаршированные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Перец болгарский — 800 г (4 шт.)
- Фарш — 400 г
- Рис отварной — 150 г
- Вода — 700 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фарш смешать с рисом, посолить и добавить специи. Перцы очистить от сердцевины, нафаршировать и уложить в чашу мультиварки таким образом, чтобы они не заваливались на бок, иначе из перцев вытечет сок. В чашу налить воду. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Картофель отварной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 600 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать кубиками по 4-5 см, выложить в чашу мультиварки и залить водой, добавить соль, специи. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Гарниры



Совет: подавайте с кусочком сливочного масла.



Совет: подавайте овощи с соусом, приготовленном из сметаны, тертого огурца и чеснока.

Жареные овощи

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Стебель сельдерея — 120 г
- Морковь — 120 г
- Перец болгарский — 120 г
- Лук репчатый — 80 г
- Масло растительное — 50 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Овощи нарезать кубиками по 1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить масло, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Время приготовления** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.

Овощи в сливочном соусе

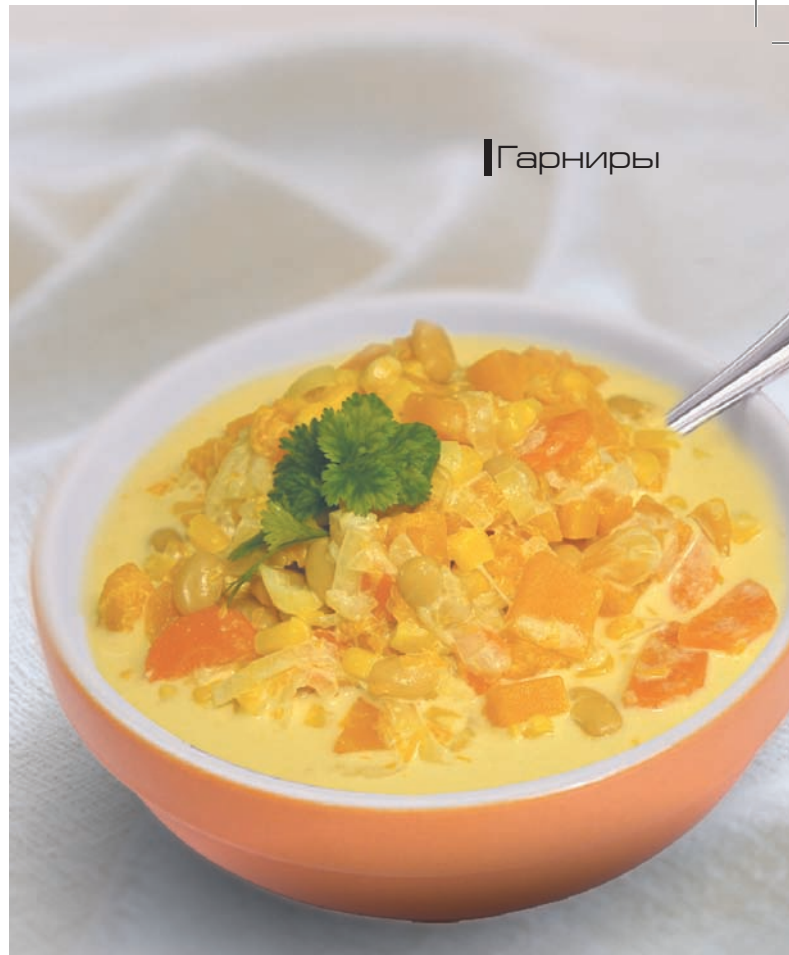
ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Кукуруза консервированная — 150 г
- Фасоль белая консервированная — 150 г
- Лук репчатый — 120 г
- Тыква — 100 г
- Морковь — 100 г
- Сливки 33% — 300 мл
- Вода — 100 мл
- Зелень свежая
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Тыкву очистить от кожицы и нарезать кубиками по 0,5 см, лук и морковь — полукольцами, зелень измельчить ножом. С фасоли и кукурузы слить жидкость. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, сливки, соль, специи. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.

Гарниры



Совет: для приготовления этого блюда используйте сливки жирностью не менее 33%, сливки меньшей жирности могут свернуться.

Гарниры



Совет: это блюдо — отличный легкий гарнир к мясу, рыбе и птице.

Кукуруза по-болгарски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Кукуруза консервированная — 200 г
- Помидоры — 180 г
- Перец болгарский — 150 г
- Кабачки — 150 г
- Масло оливковое — 40 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С кукурузы слить жидкость. Помидоры, перец и кабачки нарезать кубиками по 1,5-2 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить масло, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Королевские креветки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Королевские креветки — 500 г
- Масло сливочное — 80 г
- Чеснок — 6 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Креветки промыть, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Время приготовления** установить **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Закуски и салаты



Совет: закуску идеально дополнят сырный и чесночный соус.

Закуски и салаты



Совет: для остроты добавьте в лечо перец чили.

Лечо

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Помидоры — 200 г
- Лук репчатый — 200 г
- Перец болгарский — 200 г
- Морковь — 100 г
- Цукини — 100 г
- Томатная паста — 100 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Овощи нарезать кубиками по 1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Салат «Нежный»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 300 г
- Сыр твердый — 200 г
- Ананасы консервированные — 200 г
- Сухарики из белого хлеба — 100 г
- Майонез — 100 г
- Листья салата — 100 г
- Масло оливковое — 20 мл
- Сок лимонный — 40 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе промыть и нарезать соломкой 1х3 см. Сыр натереть на мелкой терке, ананасы нарезать кубиками по 1 см, листья салата нарвать руками. Филе выложить в чашу мультиварки, добавить масло, соль и специи. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Время приготовления** установить **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Выложить ингредиенты слоями в следующей последовательности: лист салата, майонез, лимонный сок, ананас, куриное филе, сухарики и тертый сыр.

Закуски и салаты



Совет: при подаче украсьте салат тертым желтком куриного яйца и маслинами.



Совет: в салат можно добавить обжаренный варено-копченый бекон.

Салат «Цезарь» с курицей

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| ■ Куриная грудка (филе) — 150 г | ■ Сухарики из белого хлеба — 30 г |
| ■ Листья салата — 200 г | ■ Масло оливковое — 20 мл |
| ■ Помидоры — 100 г | ■ Соевый соус — 20 мл |
| ■ Перец болгарский — 100 г | ■ Бальзамический уксус — 10 мл |
| ■ Огурцы — 100 г | ■ Соль, специи |
| ■ Сыр твердый — 100 г | |

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе промыть, вместе с помидорами, перцем и огурцами нарезать кубиками по 1 см. Сыр натереть на мелкой терке, листья салата нарвать руками. Филе выложить в чашу мультиварки, добавить масло, соус, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Время приготовления** установить **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы, периодически помешивая. Выложить ингредиенты слоями в следующей последовательности: лист салата, помидоры, огурцы, перец, куриное филе, сухарики и тертый сыр. Салат полить бальзамическим уксусом.

Пюре яблочно-апельсиновое

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яблоки — 300 г
- Апельсины — 300 г
- Сахар — 400 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фрукты очистить от кожуры, выложить в отдельную емкость, засыпать сахаром и оставить на 2-3 часа. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Десерты



Совет: при желании апельсины можно заменить грейпфрутами или мандаринами.



Совет: выбирайте только хорошо вызревшие фрукты — они более сладкие и лучше развариваются.

Пюре фруктовое

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Персики — 200 г
- Апельсины — 200 г
- Ананасы свежие — 200 г
- Бананы — 100 г
- Сливки 22-33% — 180 мл
- Сахар — 40 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фрукты очистить, нарезать кубиками по 1,5-2 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сливки, сахар и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Затем переложить фрукты в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Кекс

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Смесь для кекса — 400 г
- Яйцо — 300 г (5 шт.)
- Молоко 2,5% — 160 мл
- Масло сливочное — 100 г
- Сахар — 150 г
- Цукаты — 30 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яйца с сахаром взбить миксером до густой белой пены. Сливочное масло растопить. Добавить смесь для кекса, молоко, сливочное масло, цукаты и перемешать миксером до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить тесто. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый кекс оставить в мультиварке на 10-15 минут.

Выпечка



Совет: в смесь для кекса можно добавить горсть размягченного изюма.



Совет: подавайте кекс со взбитыми сливками и свежими фруктами.

Кекс шоколадный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 250 г (4 шт.)
- Смесь для кекса — 200 г
- Масло сливочное — 100 г
- Шоколад горький — 100 г
- Сахар — 150 г
- Молоко 2,5% — 20 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шоколад натереть на мелкой терке. Сливочное масло растопить. Яйца с сахаром взбить миксером до густой белой пены. Добавить смесь для кекса, шоколад, сливочное масло, молоко и перемешать миксером до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить тесто. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Старт**. Когда программа завершится, кнопкой **Поддержание тепла/Отмена** отключить режим **ПОДДЕРЖАНИЕ ТЕПЛА** и открыть крышку. Готовый кекс оставить в мультиварке на 10 минут.

Бисквит молочный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 300 г (5 шт.)
- Мука — 180 г
- Сахар — 150 г
- Молоко — 50 мл
- Масло сливочное — 10 г
- Разрыхлитель — 5 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яйца с сахаром взбить миксером до густой белой пены. Добавить муку, разрыхлитель, молоко и перемешать миксером до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить тесто. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Выпечка



Совет: готовый бисквит украсьте шоколадной глазурью и взбитыми сливками.



Напиток «Тархун»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тархун (зелень) — 300 г
- Лимон — 100 г
- Лайм — 100 г
- Сахар — 200 г
- Вода — 1,6 л

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Зелень тархуна нарвать руками. Из лимона и лайма выдавить сок. В чашу мультиварки выложить тархун, добавить сок лимона и лайма, сахар, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, затем кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый напиток процедить и охладить.

Совет: при подаче добавьте в напиток лед, украсьте бокал долькой лимона и веточкой мяты.

Малиновый кисель

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Малина свежая — 800 г
- Крахмал кукурузный — 50 г
- Вода — 1,1 л
- Сахар

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Малину измельчить в блендере, получившуюся массу протереть через сито. Крахмал развести в 100 мл воды. В чашу мультиварки выложить малиновое пюре, добавить сахар, налить 1 литр воды, все перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, затем кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Закрывать крышку, за 5 минут до окончания приготовления открыть крышку и тонкой струйкой при постоянном помешивании залить растворенный в воде крахмал. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Напитки



Совет: при подаче добавьте в кисель свежие ягоды.

Компот из свежих фруктов и ягод

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яблоки — 120 г
- Вишня (без косточек) — 120 г
- Абрикосы — 120 г
- Сахар — 120 г
- Мята — 20 г
- Вода — 1-1,5 л

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

У яблок удалить семечки, у абрикосов — косточки, нарезать фрукты кубиками по 2-2,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сахар и мяту. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: чтобы придать компоту чуть кисловатый вкус, во время приготовления добавьте в него две дольки свежего лайма.

Напиток ягодный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Брусника — 100 г
- Вишня (без косточек) — 100 г
- Черешня — 100 г
- Клубника — 100 г
- Сахар — 150 г
- Вода — 1-1,5 л

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Ягоды откинуть на дуршлаг и промыть под холодной водой. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сахар. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Напитки



Совет: этот напиток можно подавать как горячим, так и охлажденным.

Напиток освежающий

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тархун (зелень) — 100 г
- Базилик (зелень) — 100 г
- Лимон — 100 г
- Сахар (по вкусу)
- Вода — 1-1,5 л

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Лимон нарезать ломтиками. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сахар. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте напиток охлажденным.

Маринад для помидоров

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Вода — 3 л
- Уксус 9% — 250 мл
- Сахар — 60 г
- Соль — 55 г
- Лавровый лист — 0,5 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки, залить водой и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Нажатием кнопки **Выбор программы** установить программу **СУП**. Кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы маринад можно использовать для консервации.

Консервация



Совет: чтобы помидоры были более пикантными на вкус, сделайте в них небольшие надрезы и вставьте зубчики чеснока. На дно банки уложите веточки укропа.

Консервация



Совет: в одном литре воды растворите 30 г соли и в течение 30 минут вымочите в этом растворе огурцы перед тем, как замориновать их.

Маринад для огурцов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки, залить водой и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Нажатием кнопки **Выбор программы** установить программу **СУП**. Кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы маринад можно использовать для консервации.

Маринад для грибов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Вода — 2 л
- Опята (свежезамороженные) — 600 г
- Соль — 46 г
- Сахар — 33 г
- Уксус 9% — 7 мл
- Чеснок — 3 г
- Лавровый лист — 0,5 г
- Перец черный (горошек) — 0,5 г
- Перец душистый (горошек) — 0,5 г
- Гвоздика — 0,5 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Опята поместить в чашу мультиварки, залить 1 литр воды. Закрыть крышку. Нажатием кнопки **Выбор программы** установить программу **СУП**. Кнопкой **Время приготовления** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы осторожно открыть крышку и слить из чаши воду. Залить в чашу 1 литр воды, добавить соль, сахар, лавровый лист, перец-горошек, перец душистый, гвоздику, чеснок, уксус. Все тщательно перемешать. Закрыть крышку. Нажатием кнопки **Выбор программы** установить программу **СУП**. Кнопкой **Время приготовления** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы маринад можно использовать для консервации.

Консервация



Совет: чтобы приготовить подосиновики, перед варкой вымачивайте их в холодной воде 8-10 часов, 3-4 раза меняя воду, чтобы вышла горечь.

Консервация



Совет: для придания лечо пикантного вкуса во время тушения добавьте чайную ложку хрена.

Лечо домашнее

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Перец болгарский — 1 кг
- Помидоры — 1 кг
- Масло растительное — 100 мл
- Сахар — 100 г
- Соль — 10 г
- Чеснок — 20 г
- Уксус 9% — 6 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Помидоры пропустить через мясорубку. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать пластинками шириной 2 см. Чеснок мелко нарезать ножом. Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки, добавить масло, сахар, соль, чеснок и уксус. Все тщательно перемешать. Закрыть крышку. Нажатием кнопки **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы лечо готово к консервации.

Лечо по-казански

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- | | |
|------------------------------|--|
| ■ Перец болгарский — 1 кг | ■ Чеснок — 10 г |
| ■ Помидоры — 500 г | ■ Перец чили красный (стручком) — 10 г |
| ■ Морковь — 100 г | ■ Соль |
| ■ Масло растительное — 75 мл | ■ Петрушка |
| ■ Сахар — 50 г | ■ Укроп |
| ■ Уксус 9% — 35 мл | |

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 поместить в чашу мультиварки, добавить сахар, масло, уксус и соль. Все тщательно перемешать. Закрывать крышку. Нажатием кнопки **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Кнопкой **Время приготовления** установить **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы лечо готово к консервации.

Консервация



Совет: это лечо лучше всего подавать к жареному мясу.

Икра кабачковая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Кабачок — 1,2 кг
- Морковь — 480 г
- Лук репчатый — 120 г
- Масло растительное — 90 мл
- Чеснок — 20 г
- Уксус 9% — 8 мл
- Соль — 10 г
- Сахар — 7 г
- Перец черный (молотый) — 1 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кабачки очистить от кожицы и семян, нарезать кубиками 1,5х2 см. Морковь натереть на крупной терке. Лук нарезать полукольцами. Чеснок нарезать ломтиками. В чашу мультиварки налить масло, выложить лук, морковь и чеснок. Все перемешать. Закрывать крышку. Нажатием кнопки **Выбор программы** установить программу **ЖАРКА**. Кнопкой **Время приготовления** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 10 минут до окончания приготовления осторожно открыть крышку и перемешать овощи. Закрывать крышку и готовить до окончания программы. Затем нажмите кнопку **Поддержание тепла/Отмена**, осторожно откройте крышку, выложите в чашу кабачки, еще раз все перемешайте. Закрыть крышку. Нажатием кнопки **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Затем содержимое чаши пропустить через мясорубку, снова заложить в чашу мультиварки, добавить перец, уксус, сахар и соль. Все тщательно перемешать. Закрывать крышку. Нажатием кнопки **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Кнопкой **Время приготовления** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы продукт готов к консервации.

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



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.

Ее рацион ежедневно должен содержать 180-200 г мяса, 500 мл молока, по 50 г творога, сыра и сливочного масла, 1 яйцо, 500-600 г овощей, 200 г фруктов, 400-500 г хлеба. 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 отложенного старта мультиварка поможет вам готовить продукты к нужному времени, тем самым не нарушая режим питания малыша.

Ближе к году в меню малыша появляются молочные каши, протертые ягоды, перемолотое мясо, тушеные блюда из овощей и фруктов, приготовленные заботливыми мамиными руками. В этом деле точные пропорции и особая тепловая обработка каждого продукта имеют первостепенное значение.

Приготовить вкусные и полезные блюда для малыша поможет мультиварка **REDMOND**, 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!

В мультиварке можно не только готовить вкусные и полезные блюда, но и стерилизовать бутылочки. А когда ваш ребенок дорастет до «взрослого» меню, это многофункциональное устройство позволит готовить разнообразные блюда для всей семьи.

Для придания вкуса блюдам из детского меню используется 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. Желательно это делать по необходимости, так как в процессе хранения в них могут появиться бактерии и другие микроорганизмы.



Каша манная 5-процентная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить крупу, залить молоком и водой, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу перемешать.

Совет: с четырех месяцев.

Каша рисовая протертая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Вода — 200 мл
- Молоко 2,5% — 100 мл
- Рис нешлифованный — 30 г
- Масло сливочное — 5 г
- Фруктозный сироп — 5 мл
- Солевой раствор — 3 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить рис, залить молоком и водой, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.

Детское меню



Совет: с четырех месяцев.

Пюре из яблок и груш

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Груша зеленых сортов — 240 г
- Яблоко зеленых сортов — 240 г
- Фруктозный сироп — 3 мл
- Вода — 600 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фрукты очистить от кожуры и семян, нарезать кубиками по 3 см, в чашу залить воду. Установить в чашу мультиварки контейнер-пароварку, выложить в нее фрукты, налить фруктозный сироп, закрыть крышку. Кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовые фрукты переложить в отдельную емкость, взбить блендером до однородной массы.

Совет: с четырех месяцев.

Каша гречневая протертая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крупу промыть до прозрачной воды, засыпать в чашу мультиварки и закрыть крышку. Кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВЫПЕЧКА**, кнопкой **Время приготовления** установить **20 минут**, нажать кнопку **Старт**. После окончания программы добавить к грече воду, молоко, солевой раствор, фруктозный сироп и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.



Детское меню

Совет: с пяти месяцев.

Каша манная на овощном бульоне

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Овощи очистить и замочить в холодной воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см, выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее перелить бульон, добавить крупу и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.

Каша манная с яблочным пюре

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5% — 150 мл
- Яблоко — 210 г
- Крупа манная — 20 г
- Фруктозный сироп — 5 мл
- Масло сливочное — 5 г
- Вода — 150 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яблоко очистить от кожуры и сердцевины, натереть на мелкой терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить крупу, залить молоко и воду, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 5 минут до окончания приготовления добавить в кашу яблоко и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Детское меню



Совет: с шести месяцев.

Каша из гречневой и рисовой муки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рисовую и гречневую муку смешать с молоком (50 мл), перемешать венчиком до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее перелить воду и оставшееся молоко, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 5 минут до окончания приготовления добавить полученную смесь и перемешать до однородной массы. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.

Пюре рыбное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу очистить от костей и кожи, промыть. В чашу мультиварки налить воды. Установить в чашу мультиварки контейнер-пароварку, выложить в нее рыбу, залить солевым раствором, закрыть крышку. Кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую рыбу переложить в отдельную емкость, добавить молоко, взбить блендером до однородной массы.

Детское меню



Совет: с шести месяцев.

Каша манная на курином бульоне

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 100 г
- Крупа манная — 20 г
- Масло сливочное — 4 г
- Солевой раствор — 3 мл
- Вода — 400 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, нарезать кубиками по 1 см, выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее перелить бульон, добавить крупу и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с семи месяцев.

Суп-пюре из цветной капусты и кабачка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Цветная капуста — 100 г
- Кабачок — 100 г
- Масло сливочное — 5 г
- Солевой раствор — 3 мл
- Вода — 200 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кабачок очистить от кожуры, нарезать кубиками по 1 см, капусту измельчить ножом. Овощи замочить в холодной воде на 1 час. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить овощи, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Детское меню



Совет: с семи месяцев.



Совет: с семи месяцев.

Отвар из шиповника

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Плоды шиповника — 20 г
- Сахар (по вкусу)
- Вода — 300 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Плоды шиповника перебрать и промыть, выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сахар и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый отвар оставить на 6-8 часов, затем процедить через марлю.

Пюре из смеси овощей

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 холодной 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. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовые овощи переложить в отдельную емкость, залить полученным отваром и взбить блендером до однородной массы.

Детское меню



Совет: с восьми месяцев.

Каша рисовая с творогом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис нешлифованный — 30 г
- Вода — 300 мл
- Творог — 50 г
- Масло сливочное — 6 г
- Фруктозный сироп — 5 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды, затем выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить фруктозный сироп, сливочное масло и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый рис переложить в отдельную емкость, залить полученным отваром, 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 холодной воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см, петрушку крупно нарезать ножом. Мясо, овощи и зелень выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить.



Детское меню

Совет: с восьми месяцев.

Суп-пюре из курицы

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе промыть, вместе с луком пропустить через мясорубку два раза. Молоко смешать с водой, добавить муку и размешать венчиком до однородной массы. Фарш выложить в чашу мультиварки, залить молочно-мучной смесью, добавить солевой раствор, сливочное масло и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **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
- Молоко 2,5% — 50 мл
- Яйцо (желток) — 10 г
- Масло сливочное — 5 г
- Солевой раствор — 3 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Печень промыть, очистить от пленки, вырезать желчные протоки 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, в нее выложить протертую массу, залить овощным отваром, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и тщательно перемешать венчиком.



Детское меню

Совет: с восьми месяцев.

Суп картофельный протертый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 200 г
- Молоко 2,5% — 200 мл
- Масло сливочное — 5 г
- Солевой раствор — 3 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель промыть, замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить картофель, залить молоком, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **СУП**, кнопкой **Время приготовления** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый картофель вместе с отваром протереть через сито и перемешать венчиком до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

Котлеты из мяса паровые

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 190 г
- Хлеб пшеничный — 30 г
- Солевой раствор — 5 мл
- Вода — 660 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Хлеб замочить в 60 мл воды на 10 минут. Мясо промыть и вместе с хлебом пропустить через мясорубку. В полученный фарш добавить солевой раствор и перемешать до однородной массы, сформировать котлеты. В чашу залить 600 мл воды. Установить в чашу мультиварки контейнер-пароварку, выложить в нее котлеты, закрыть крышку. Кнопкой **Выбор программы** установить программу **ВАРКА НА ПАРУ**, кнопкой **Время приготовления** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Детское меню



Совет: с восьми месяцев.



Пюре из горошка и индейки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С горошка слить жидкость и промыть. Филе промыть и пропустить через мясорубку. Фарш и горошек выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Выбор программы** установить программу **ТУШЕНИЕ**, кнопкой **Время приготовления** установить **1 час**. 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-4503** можно создать водяной (медицинский) способ стерилизации, который является быстрым, простым и результативным.

Для бутылочек и крупных предметов:

1. Бутылочки для кормления наполните водой, герметично закройте их крышками и разместите в чаше.
2. Наполните чашу водой до уровня максимальной отметки шкалы, расположенной на внутренней поверхности чаши. Установите чашу в мультиварку.
3. Нажатием кнопки **ВЫБОР ПРОГРАММЫ** установите программу **СУП**. Оставьте без изменения время работы по умолчанию (1 час).
4. Нажмите кнопку **СТАРТ**. На дисплее будет отображен обратный отсчет времени.

По окончании работы программы выньте бутылочки из чаши и оставьте их закрытыми. В таком виде они будут стерильны до 12 часов.

*Вода должна доходить до горлышка бутылки.



Для сосок и мелких предметов:

1. Более мелкие предметы (соски, столовые приборы, прорезыватели и т. д.) разместите в контейнере-пароварке.
2. Залейте в чашу 600 мл воды, установите чашу в мультиварку.
3. Установите контейнер-пароварку в чашу.
4. Нажатием кнопки **ВЫБОР ПРОГРАММЫ** установите программу **ВАРКА НА ПАРУ**. Кнопкой **ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ** установите время работы программы на 30 минут.
5. Нажмите кнопку **СТАРТ**. На дисплее будет отображен обратный отсчет времени.

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



Пастеризация

Пастеризация – это процесс однократного нагревания жидких продуктов до 60 °С в течение 1 часа либо до температуры 70-80 °С в течение 30 мин. 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.

1. Залейте продукт в чашу, но не выше максимальной отметки шкалы, расположенной на внутренней поверхности чаши.
2. Нажатием кнопки **ПОДДЕРЖАНИЕ ТЕПЛА/ОТМЕНА** включите режим поддержания тепла.
3. По истечении времени пастеризации нажатием кнопки **ПОДДЕРЖАНИЕ ТЕПЛА/ОТМЕНА** отключите режим поддержания тепла. Храните пастеризованный продукт в холодном месте.



НЕОБХОДИМОЕ ВРЕМЯ ПАСТЕРИЗАЦИИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ОБЪЕМА ПРОДУКТА:

Объем	500 мл	800 мл	1000 мл	1200 мл	1500 мл
Время	35 мин.	50 мин.	1 час 10 мин.	1 час 15 мин.	1 час 20 мин.

Таблица калорийности

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Авокадо	2	15,3	4,1	169
Аджика	1	3,7	5,8	59
Апельсин	0,9	0,2	8,1	40
Ананас (консервированный)	0,4	0,2	11,5	49
Брусника	0,7	0	8,6	40
Базилик	1,2	0,1	5,1	24
Бальзамический уксус	0,5	0	17	88
Бананы	1,5	0,1	21	89
Баранина (филе)	17	14,4	0	198
Бекон	10	52,7	0	514
Брокколи	4,4	2	5	33
Вино белое сухое	0	0	0,2	66
Вино красное сухое	0,2	0	0,3	64
Ветчина	22,6	20,9	0	279
Виноград	0,6	0,2	16,8	65
Гусь	15,2	39	0	412
Горчица	5,7	6,4	22	162
Гранатовый соус	0	0	62,5	250
Гвоздика	6	20,1	27	323
Геркулес	11	6,2	50	305
Говядина (суповой набор)	20,2	2,8	0	106
Говядина (филе)	20,2	2,8	0	106
Горох (сушеный)	20,5	2	48,6	298
Горох (зеленый)	5	0,2	12,8	73
Готовая мучная смесь для кекса	6,9	0,6	79,6	346,8
Гречневая крупа	12,6	3,3	62,1	335
Грибы	2,1	0,7	1	18,7
Груша	0,4	0,3	9,8	42

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Дрожжи	12,7	2,7	0	75,1
Дыня	0,6	0,3	0,6	33
Желатин	87,2	0,4	0,7	355
Жир свиной	0	99,7	0	897
Изюм	1,8	0	7,2	262
Имбирь молотый	1,8	1,8	15,8	80
Индейка (филе)	19,5	22	0	276
Йогурт без добавок	5	1,5	3,5	51
Какао	3,5	2,7	84,5	367
Кунжут	19	48	13,5	562
Кефир	3	0,1	3,8	30
Капуста брюссельская	4,8	0	5,9	43
Капуста квашеная	1,8	0	2,2	19
Клюква сушеная	0,45	1,23	76,67	303
Кукуруза (в початках)	8,3	1,2	71,6	325
Кролик	20,7	9,3	0	148,67
Коньяк	0	0	1,5	240
Кабачок	0,6	0,3	4,9	23
Кальмары	18	14,2	0	110
Капуста белокочанная	1,8	0,1	4,7	27
Капуста цветная	2,5	0,3	4,2	30
Кардамон	10,8	6,7	68,5	311
Киви	1	0,6	10,3	48
Картофель	2	0,4	16,3	80
Кетчуп	1	0	22	105
Клубника	0,8	0,4	6,3	36
Колбаса подкопченнная	27,4	24,3	0	326
Колбаски охотничьи	27,4	24,3	0	326

Таблица калорийности

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Кориандр молотый	1,5	0	5	25
Корица	3,9	3,2	3,2	261
Креветки	17,8	1,1	0	81
Крупа кукурузная	8,3	1,2	71,6	337
Крупа пшенная	11,5	3,3	66,5	348
Кукуруза (консервированная)	2,2	0,4	11,2	58
Курага	5,2	0	55	234
Курица (голень)	25,2	7,4	0	170
Курица (желудок)	21	6,4	0,6	130
Курица копченая	19	9	0	157,4
Курица (крылья)	21,3	11	0	185
Курица (сердце)	12,7	11,5	0,7	157
Курица (филе)	25,2	7,4	0	170
Лапша пшеничная	10	4	54	294
Лимонный сок	0,9	0,1	3	16
Лист салата	1,5	0,2	2,3	17
Листья винограда	0,6	0,6	15,4	70
Лосось (филе)	19,9	13,6	0	201
Лук зеленый	3,7	0,4	8	49
Лук репчатый	1,4	0	9,1	41
Лимон	0,9	0	3,6	31
Лисички	1,6	1,1	1,5	20
Макароны	17,5	47,5	2	505
Молоко сухое	27	24	38,7	479
Мускатный орех	15	20	9	500
Миндаль	18,6	57,7	16,2	645
Мясной бульон	2,5	1,5	0,5	27,5
Майонез	2,8	67	2,6	624

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Манная крупа	10,3	1	67,7	328
Мargarin	0,3	82	21	743
Масло оливковое	0	99,8	0	898
Масло растительное	0	99,9	0	899
Масло сливочное	0,5	82,5	0	748
Мед	0,7	0	80,3	314
Минтай	15,9	0,9	0	71,7
Молоко 3,2%	2,8	3,2	4,7	58
Морепродукты	19,9	0,8	1,1	91
Морковь	1,3	0,1	7,2	34
Мука пшеничная	10,3	1,1	68,9	334
Мука ржаная	6,9	1,4	67,3	304
Мука гречневая	13	6,8	64,9	369
Мука рисовая	9	2	79	347
Мука кукурузная	9,2	2,5	65,2	333
Нектарины	0,9	0,2	11,8	48
Огурцы	0,8	0,1	2,6	14
Огурцы соленые	0,8	0,1	1,6	13
Оливки	1,4	12,7	1,3	123
Орех грецкий	15,6	62	18,3	700
Орех кедровый	12	61	12	629
Окунь	17,6	5,5	0	117
Патока	0	0,3	78	296
Панировочные сухари	13,9	2,5	72,5	372
Персик	0,9	0,1	9,5	43
Пиво	0,3	0	4,6	42
Перепела	21,76	4,53	0	134
Палочки корицы	3,9	3,2	79,8	261

Таблица калорийности

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Паприка	1,3	0	5,3	27
Пекинская капуста	1,2	0,2	3,2	12
Перец болгарский	1,3	0	5,3	27
Перец чили	2	0,2	9,5	40
Перловая крупа	9,3	1,1	66,5	320
Петрушка свежая	3,7	7,6	0,4	47
Печень куриная	20,4	5,9	1,4	140
Помидоры	1,1	0	3,8	20
Разрыхлитель теста	0,2	0	19,6	79,1
Ребра свиные копченые	10	52,7	0	514
Рис	2,4	0,2	24,9	113
Рожь	12,5	1,9	68,5	283
Репка	1,5	0	2,2	28
Соус барбекю	0,6	0,7	39,4	166
Сайра (консервированная)	18,3	23,3	0	283
Сахар	0	0	99,8	379
Свекла	1,5	0,1	9,1	42
Свинина (ноги)	23,5	15,6	0	234
Свинина (ребра)	10	52,7	0	514
Свинина (фарш)	10,8	44,3	0	449,2
Свинина (филе)	15	27,2	0	305
Свинина (шея)	13,6	31,9	0	343
Семга	20,8	15,1	0	140
Сельдь	17	8,5	0	145
Сливки 10%	3	10	4	118
Сливки 33%	2,5	33	3	337
Смесь «8 злаков»	8,4	0,9	5,9	245
Сметана 20%	2,8	20	3,2	206

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Соевый соус	2,3	0	4,3	183
Сухари панировочные	8	9	53	348
Сыр плавленый	24	13,5	0	226
Сыр твердый	23	29	0	360
Сахар ванильный	0	0	94,8	379
Семечки	28	46,7	15,7	600
Сахар коричневый	0	0	99,6	398
Сухое молоко	35,7	0,8	51,2	360
Сельдерей	0	0	2	8
Смородина	1	0,2	7,3	38
Сок ананасовый	0,3	0	13,4	54
Сосиски	12	23	0	252
Солод	10,28	1,84	71,2	361
Сухой эстрагон	1,5	0	5	25
Сыворотка	0,8	0,2	3,5	21,8
Тмин	17,8	33,25	27,85	375
Телятина	20,5	2,4	0	105
Творог	16,7	9	159	9
Тесто дрожжевое	6,8	2,3	48	244
Тесто на воде и муке	10	4	54	294
Тесто слоеное	6	25,9	34,8	400
Тилапия (филе)	20,1	1,7	0	96
Томатная паста	4,8	0	19	99
Тунец	22,7	0,7	0	96
Тыква	1	0,1	4,2	25
Треска (филе)	19	0,6	0	69
Фарш домашний (смешанный)	13,5	31,6	0	343,3
Йогурт (60 г)	12,7	11,5	0,7	157

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ВКУСНО ГОТОВИТЬ — ЛЕГКО!
РЕАЛИЗУЙТЕ КУЛИНАРНЫЙ ПОЛЕТ ВАШЕЙ
ФАНТАЗИИ ВМЕСТЕ С МУЛЬТИВАРКАМИ
REDMOND.



REDMOND Industrial Group LLC, USA
www.multivarka.pro
www.redmond-ig.com

Printed in Finland 

Дата выпуска: 17.01.2013
Номер редакции: 01
Version # 1