

REDMOND

series multiPRO

Мультиварка
RMC-M4500



120
рецептов

ПРОФЕССИОНАЛ НА ВАШЕЙ КУХНЕ!

REDMOND

series multiPRO



10 АВТОМАТИЧЕСКИХ
ПРОГРАММ

Технология поддержания температуры
готовых блюд в течение 24 часов
Функция отложенного старта

Перед вами — настольная книга шеф-повара. Именно таким статусом вас наградят близкие люди после покупки мультиварки **REDMOND RMC-M4500**. Она поможет готовить изысканные и экзотические блюда, аппетитные изображения которых раньше попадались вам лишь в глянцевых журналах и ресторанных меню. С этого момента блюда, приготовленные вашими руками, всегда будут произведениями кулинарного искусства.

Отличительная особенность мультиварки **REDMOND RMC-M4500** — ее универсальность. Этот компактный прибор заменит целый ряд кухонной техники: плиту, духовой шкаф, пароварку, йогуртницу, фондюшницу. Отныне варить супы, каши и компоты, жарить мясо и рыбу, тушить овощи, готовить на пару и во фритюре, делать выпечку и десерты вы сможете в одной мультиварке. А благодаря чаше с керамическим покрытием Anato® (Корея) вы сможете использовать совсем немного масла или отказаться от него вовсе! Равномерный нагрев керамики позволяет сохранить структуру продуктов, все витамины и полезные вещества. Каждое ваше блюдо будет вкусным и полезным!

Владелец мультиварки — тот, кто ценит свое время. Часы, проводимые у плиты, останутся в прошлом: с этого момента наваристый суп, хорошо прожаренный стейк и другие аппетитные блюда будут готовиться без вашего участия. Выберите рецепт из этой кулинарной книги, выложите ингредиенты в чашу мультиварки, нажмите несколько кнопок и потратите свободное время на любимое занятие. Благодаря автоматическим программам мультиварка подскажет, когда все будет готово.

Каждое блюдо, приготовленное в мультиварке **REDMOND RMC-M4500**, не только вкусное, но и полезное. Приятного аппетита вам и вашим близким!

О МУЛЬТИВАРКАХ **REDMOND**



Мультиварка **REDMOND RMC-M4500** — многофункциональное устройство нового поколения, в котором новейшие разработки в области кухонной техники совмещены с идеей о здоровом питании. С ее помощью вы за короткое время научитесь готовить гастрономические изыски у себя дома. Жарить, тушить, варить, печь, готовить на пару и не только теперь можно в одной компактной мультиварке.

**САЙТ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА REDMOND
В РОССИИ:**

multivarka.pro

- Весь модельный ряд мультиварок и другой бытовой техники **REDMOND**
- Множество рецептов вкусных блюд, включая подробные видеорецепты
- Специальные выпуски телепрограмм о мультиварках **REDMOND**
- Спецпроект «Будь в форме вместе с **REDMOND**»
- Множество интересных статей
- Индивидуальные консультации шеф-повара компании
- Советы по эксплуатации
- Новости, акции и конкурсы
- Информация о новых разработках
- Вся техническая документация, инструкции

Сделать заказ и проконсультироваться со специалистами **REDMOND**:

8-800-200-77-21

Звонок по России бесплатный.

Консультация шеф-повара **REDMOND**
по вопросам приготовления:

8-800-555-77-41

Звонок по России бесплатный.

www.redmond-ig.com



ОГЛАВЛЕНИЕ

Модельный ряд бытовой техники REDMOND	4
Технические характеристики	14
Фотоменю	20
Рекомендации и требования к приготовлению блюд.....	24
Каша.....	26
Супы	32
Вторые блюда	47
Блюда на пару	77
Копчение	84
Гарниры	87
Закуски и салаты	93
Выпечка	98
Десерты	110
Напитки	115
Консервация	121
Детское меню	127
Стерилизация.....	149
Пастеризация.....	151
Таблица калорийности	152

Модельный ряд бытовой техники **REDMOND**

Инженеры компании **REDMOND** тщательно исследуют запросы потребителей и реализуют в новых моделях самые актуальные опции. В широком модельном ряду бытовой техники **REDMOND** мультиварки занимают особое место.

Модельный ряд мультиварок **REDMOND** представлен несколькими линиями, и каждый покупатель сможет выбрать подходящую модель, отвечающую его потребностям, — современные функциональные мультиварки и мультиварки-скороварки, модели для приготовления детского питания, модели для дачи и даже для приготовления еды в автомобиле!

В компании **REDMOND** работает команда профессиональных поваров. Они создают блюда для красочных книг рецептов, входящих в комплект к каждой мультиварке. Процесс приготовления станет легким и творческим занятием.

Модельный ряд бытовой техники **REDMOND** предоставляет широкий выбор в каждом направлении — техника для кухни, для дома, для красоты и здоровья: современные хлебопечи, мясорубки, соковыжималки, чайники, блендеры и кофеварки, утюги, очистители и увлажнители воздуха, парогенераторы и инновационные циклонные пылесосы и другая техника, созданная для решения любой бытовой проблемы. Среди техники для красоты и здоровья широко представлены фены и мультистайлеры как для профессионального, так и для домашнего использования.

Мультиварка **RMC-M270**



- 54 программы приготовления:
 - 27 автоматических программ
 - 27 программ ручной настройки
- Мощность: 800 Вт
- Напряжение: 220–240 В
- Объем чаши: 5 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое
- ЖК-дисплей
- Панель управления на русском языке
- 3D-нагрев
- Съёмный клапан выхода пара
- Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев) — до 12 часов
- Функция предварительного отключения автоподогрева
- Функция отложенного старта — до 24 часов
- Функция разогрева блюд — до 12 часов
- Энергозависимая память
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «200 рецептов» для данной модели

Мультиварка **RMC-250**



- 21 автоматическая программа
- Функция «МАСТЕРШЕФ»:
 - более 1000 настроек на каждой программе
- Потребляемая мощность 860 Вт
- Объем чаши 4 л
- Антипригарное керамическое покрытие чаши Anato® (Корея)
- ЖК-дисплей
- Панель управления на русском языке
- 3D-нагрев (нижний, боковой, верхний)
- Функция поддержания температуры готовых блюд, до 24 часов
- Предварительное отключение функции автоподогрева
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция разогрева блюд
- Съёмный паровой клапан
- Дополнительные возможности: приготовление творога, сыра; расстойка теста, жарка во фритюре, выпечка хлеба; пастеризация, стерилизация, консервация; подогрев детского питания
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «200 рецептов» для данной модели

Мультиварка-скороварка RMC-PM190



- 23 автоматические программы приготовления
- Потребляемая мощность 900 Вт
- Объем чаши 5 л
- Антипригарное керамическое покрытие чаши
- Технология приготовления под давлением/без давления
- Цифровой дисплей
- Панель управления на русском языке
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция поддержания температуры готовых блюд, до 12 часов
- Предварительное отключение автоподогрева
- Функция разогрева блюд
- Звуковой сигнал о готовности продукта
- Дополнительные возможности: жарка во фритюре, расстойка теста, подогрев детского питания
- 4-уровневая система защиты
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «200 рецептов» для данной модели

Мультиварка RMC-M90



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

Мультиварка RMC-M150



- 16 автоматических программ
- Функция «МАСТЕРШЕФ»: более 1000 настроек на каждой программе
- «МУЛЬТИПОВАР» (выбор температуры приготовления в диапазоне 35–180°C с шагом в 5°C)
- Голосовой помощник
- Потребляемая мощность 860 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое Anafoto® (Корея)
- Светодиодный дисплей
- Сенсорная панель управления на русском языке
- 3D-нагрев (нижний, боковой, верхний)
- Отключение звукового сигнала
- Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев, до 24 часов)
- Функция отложенного старта (до 24 часов)
- Предварительное отключение функции автоподогрева
- Функция разогрева блюд (до 24 часов)
- Дополнительные возможности: жарка во фритюре, приготовление и подогрев детского питания, стерилизация, пастеризация, консервация, расстойка теста; приготовление фондю, творога, сыра
- Энергонезависимая память
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «200 рецептов» для данной модели

Мультиварка RMC-M70



- 42 программы приготовления:
 - 16 автоматических программ
 - 26 программ ручной настройки
- «МУЛЬТИПОВАР» (выбор температуры приготовления в диапазоне 35–160°C с шагом в 5°C)
- Потребляемая мощность 860 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое Anafoto® (Корея)
- ЖК-дисплей
- Панель управления на русском языке
- 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
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «200 рецептов» для данной модели

Мультиварка RMC-01



- 7 автоматических программ приготовления: рис/крупы, йогурт, пар, молочная каша, суп/тушение, детское питание, выпечка
- Потребляемая мощность 350 Вт
- Объем чаши 2 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое
- ЖК-дисплей с подсветкой
- Панель управления на русском языке
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция поддержания температуры готовых блюд, до 24 часов
- Функция подогрева блюд
- Дополнительные возможности: приготовление фондю, расстойка теста, выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, подогрев детского питания
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «160 рецептов» для данной модели

Мультиварка-скороварка RMC-M110



- 55 автоматических режимов приготовления
- Режим «ШЕФ-ПОВАР» с ручной регулировкой времени приготовления (от 2 до 99 минут, с шагом в 1 минуту)
- Потребляемая мощность 900 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное Daikin® (Япония)
- Технология приготовления под давлением/без давления
- Светодиодный цифровой дисплей
- Панель управления на русском языке
- Функция поддержания температуры готовых блюд, до 8 часов
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция подогрева блюд
- Дополнительные возможности: стерилизация, консервация, жарка, запекание в фольге, приготовление джемов, варенья, приготовление попкорна, жарка во фритюре
- 4-уровневая система защиты
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «120 рецептов» для данной модели

Мультиварка RMC-02



- 8 автоматических программ приготовления: экспресс, молочная каша, рис/крупы, йогурт, выпечка, суп/тушение, детское питание, на пару
- Потребляемая мощность 400 Вт
- Объем чаши 1,6 л
- Покрытие чаши антипригарное тефлоновое
- ЖК-дисплей с подсветкой
- Панель управления на русском языке
- 3D-нагрев (нижний, боковой, верхний)
- Функция поддержания температуры готовых блюд, до 24 часов
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция разогрева блюд, до 24 часов
- Дополнительные возможности: приготовление и подогрев детского питания, стерилизация, пастеризация, консервирование, расстойка теста, приготовление фондю, творога, сыра
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «120 рецептов» для данной модели

Мультиварка RMC-M60



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

Мультиварка RMC-011



- 7 автоматических программ приготовления: рис/крупы, йогурт, пар, молочная каша, суп/тушение, детское питание, выпечка
- Потребляемая мощность 350 Вт
- Объем чаши 2 л
- Антипригарное керамическое покрытие чаши
- ЖК-дисплей с подсветкой
- Панель управления на русском языке
- Функция поддержания температуры готовых блюд, до 24 часов
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция подогрева блюд
- Дополнительные возможности: приготовление фондю, пастеризация, стерилизация, подогрев детского питания
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «120 рецептов» для данной модели

Мультиварка RMC-M11



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

Мультиварка RMC-M4502



- 34 программы приготовления:
 - 16 автоматических программ
 - 18 программ ручной настройки
- «МУЛЬТИПОВАР» (выбор температуры приготовления в диапазоне 40–160°C с шагом в 20°C)
- Потребляемая мощность 860 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное Daikin® (Япония)
- ЖК-дисплей
- Панель управления на русском языке
- 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
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «120 рецептов» для данной модели

Мультиварка RMC-M10/M20/M30



- 10 автоматических программ приготовления: рис/крупы, плов, жарка, молочная каша/десерты, гречка, суп/бобовые, пар/варка, тушение/холодец, йогурт/тесто, выпечка/хлеб
- Потребляемая мощность 500/800/900 Вт
- Объем чаши 3/5/6 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое Anafat® (Корея)
- Светодиодный цифровой дисплей
- Панель управления на русском языке
- Энергонезависимая память
- Функция поддержания температуры готовых блюд, автоподогрев, до 24 часов
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: приготовление фондю, сыра, творога; выпечка хлеба, пастеризация, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «120 рецептов» для данной модели

Хлебопечь RBM-M1900



- Потребляемая мощность 500 Вт
- Вес выпечки 500/750/1000 г
- Корпус из нержавеющей стали
- Чаша с антипригарным покрытием
- 14 автоматических программ
- Расстойка теста
- Регулируемый цвет корочки
- Дополнительные возможности: варка варенья, компотов, супов, тушение, запекание
- Автоподогрев готовых блюд, до 1 часа
- Энергонезависимая память
- ЖК-дисплей с подсветкой
- Функция отложенного старта, до 13 часов
- Защита от перегрева
- Книга «101 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мясорубка RMG-1205-8



- Мощность 700 Ватт
- Максимальная мощность 2000 Вт
- Функция «Реверс»
- 3 решетки для разных видов фарша
- Насадки для кеббе, кебаба, колбас
- Насадка для отжима сока
- Набор терок и шинковок для овощей и фруктов
- Электронная защита от перегрузки
- Толкатель с отсеком для хранения насадок
- Гарантия 25 месяцев

Соковыжималка RJ-M900



- Мощность 1500 Вт
- Скорость работы до 10 500 об/мин
- 3 скорости работы
- Диаметр загрузочного отверстия 80 мм
- стакан для сока с пеноотсекателем 1,2 л
- Контейнер для мякоти 3 л
- Корпус из нержавеющей стали
- Ножи из нержавеющей стали с титановым покрытием
- Двигатель с ресурсом непрерывной работы более 200 часов
- Уровень шума менее 75 дБ
- Защита от включения при неправильной сборке
- Защита от перегрузки
- 2 фильтра в комплекте
- Книга «75 рецептов» в комплекте
- Гарантия 25 месяцев
- Гарантия на двигатель 5 лет

Хлебопечь RBM-M1902



- Потребляемая мощность 450 Вт
- Вес выпечки 500/750/1000 г
- Корпус из нержавеющей стали
- Чаша с антипригарным покрытием
- 10 автоматических программ
- Расстойка теста
- Регулируемый цвет корочки
- Дополнительные возможности: варка варенья, компотов, супов, тушение, запекание
- Автоподогрев готовых блюд до 1 часа
- Энергонезависимая память
- ЖК-дисплей
- Функция отложенного старта, до 13 часов
- Защита от перегрева
- Книга «101 рецептов» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мясорубка RMG-1203-8



- Мощность 500 Ватт
- Максимальная мощность 3000 Вт
- DC-двигатель с низким уровнем шума
- Функция «Реверс»
- Литой нож из легированной стали
- Лоток для продуктов из нержавеющей стали
- 3 решетки для разных видов фарша
- Насадки для кеббе, кебаба, колбас
- Насадка для отжима сока
- Набор терок и шинковок для овощей и фруктов
- Электронная защита от перегрузки
- Толкатель с отсеком для хранения насадок
- Гарантия 25 месяцев

Соковыжималка RJ-M908



- Мощность 1000 Вт
- Скорость работы до 12 000 об/мин
- 5 скоростей работы
- Импульсный режим
- Диаметр загрузочного отверстия 84 мм
- стакан для сока 0,75 л
- Контейнер для отходов 2 л
- ЖК-дисплей
- Корпус из нержавеющей стали
- Ножи из нержавеющей стали с титановым покрытием
- Низкий уровень шума
- Плавный пуск двигателя
- Защита от включения при неправильной сборке
- Защита от перегрузки
- Книга «75 рецептов» в комплекте
- Гарантия 25 месяцев

Кухонный комбайн RFP-3903



- Мощность 1200 Вт
- Скорость работы 14 000–20 000 об/мин
- Плавная регулировка скорости
- 7 режимов: блендер, миксер, измельчитель, мини-измельчитель, шинковка, крупная терка, мелкая терка
- Универсальная чаша 1250 мл
- Чаша для смешивания 800 мл
- Чаша мини-измельчителя 500 мл
- Лезвие из высококачественной нержавеющей стали
- Металлические насадки: блендер, венчик, 2 терки, шинковка
- Низкий уровень шума
- Гарантия 25 месяцев

Чайник RK-M113



- Мощность 2000 Вт
- Объем 1,7 л
- Корпус из нержавеющей стали
- Дисковый нагревательный элемент
- Вращение на подставке на 360°
- Автоотключение при отсутствии воды
- Съемный фильтр от накипи
- Крышка с прозрачным окошком
- Внутренняя подсветка
- Кнопка открывания крышки
- Контактная группа Strix
- Гарантия 12 месяцев

Термопот RTP-M802



- Максимальная мощность 1200 Вт
- Объем 5 литров
- Поддержание температуры воды 60, 90, 98°C
- Охлаждающий вентилятор
- Режим повторного кипячения
- Режим энергосбережения в темном помещении
- Емкость для воды из нержавеющей стали
- Корпус из нержавеющей стали
- 2 способа автоматической подачи воды
- Автоматическая и ручная блокировка подачи воды
- ЖК-дисплей и шкала уровня воды с подсветкой
- Съемный фильтр от накипи
- Съемный шнур
- Ручка для переноски
- Гарантия 25 месяцев

Погружной блендер RHB-2908



- Мощность 750 Вт
- Скорость работы 12 000–17 500 об/мин
- Плавная регулировка скорости
- Турборежим
- Чаша для измельчения 500 мл
- Чаша для смешивания 600 мл
- Нож из нержавеющей стали
- Металлические насадки: блендер, венчик
- Низкий уровень шума
- Гарантия 12 месяцев

Чайник RK-M114



- Мощность 2000 Вт
- Объем 1,5 л
- Корпус из нержавеющей стали
- Дисковый нагревательный элемент
- Вращение на подставке на 360°
- Автоотключение при отсутствии воды
- Съемный металлический фильтр от накипи
- Подсветка шкалы уровня воды
- Кнопка открывания крышки
- Контактная группа Strix
- Гарантия 25 месяцев

Кофеварка RCM-1503



- Мощность 1150 Вт
- Давление 15 бар
- Съемный резервуар для воды 1 л
- Одновременное приготовление двух чашек эспрессо
- 2 температурных режима
- Возможность приготовления чая, отваров
- Подогрев чашек перед приготовлением
- Насадка для капучино
- Программирование количества воды для кофе
- Индикатор переполнения съемного поддона для капель
- Автоотключение после приготовления
- Итальянская помпа
- Гарантия 25 месяцев

Пылесос RV-308

- Мощность 1600 Вт
- Постоянная мощность всасывания
- Фильтрация: контейнер-мультициклон (8+1), фильтр HEPA H12
- Контейнер для пыли 1,5 л
- Функция компрессора
- Насадки: турбощетка; мини-турбощетка; «пол/ковер»; «2 в 1»; щелевая; для паркета и ламината; фен для домашних животных; для выдува воздуха
- Облегченная металлическая трубка-телескоп с антистатическим покрытием
- Длина шнура 6 м
- Плавный пуск двигателя
- Электронный контроль температуры двигателя
- Автоотключение при перегреве
- Гарантия 4 года



Пылесос RV-S314

- Мощность 1400 Вт
- Постоянная мощность всасывания
- Светодиодная индикация включения
- Фильтрация: контейнер-мультициклон (5+1)
- Контейнер для пыли 1 л
- Насадки: мини-турбощетка; «пол/ковер»; «2 в 1»; щелевая; для паркета и ламината
- Длина шнура 4,5 м
- Регулятор мощности на рукоятке
- Светодиодная индикация включения
- Плавный пуск двигателя
- Электронный контроль температуры двигателя
- Автоотключение при перегреве
- Легкий компактный корпус
- Гарантия 25 месяцев



Пароочиститель RSC-2010

- Мощность 1200 Вт
- Давление 3,5 бара
- Емкость для воды 300 мл
- Сухость пара 90–94%
- Температура пара до 120 °C
- Начало парообразования через 60 секунд
- Непрерывная работа до 30 минут
- Насадки: для направленной подачи пара; для очистки мягкой мебели; для окон; для очистки углов; щетка для металлических поверхностей; нейлоновая щетка; удлинитель; чехлы для очистки тканей
- Возможность использования дезинфицирующего средства (в комплекте)
- Сушка для насадок
- Длина шнура 3,5 м
- Гарантия 25 месяцев



Пылесос RV-309

- Мощность 1800 Вт
- Постоянная мощность всасывания
- Фильтрация: контейнер-мультициклон (8+1), фильтр HEPA H12
- Контейнер для пыли 2 л
- Насадки: турбощетка; «пол/ковер»; «2 в 1»; щелевая; для паркета и ламината; для мягкой мебели
- Длина шнура 5 м
- Механический регулятор воздушного потока на рукоятке
- Электронный контроль температуры двигателя
- Автоотключение при перегреве
- Гарантия 25 месяцев



Пылесос RV-C316

- Мощность 2200 Вт
- Постоянная мощность всасывания
- Фильтрация: двойная циклонная, HEPA-фильтр
- Контейнер для пыли 3 л
- Регулировка мощности всасывания на корпусе
- Насадки: щетка «пол/ковер», «2 в 1»; щелевая насадка
- Металлическая трубка-телескоп
- Длина шнура 5 м
- Защита от перегрузки
- Гарантия 25 месяцев



Утюг RI-C219

- Мощность 2400 Вт
- Регулируемая подача пара до 50 г/мин
- Паровой удар 110 г/мин
- Нанокерамическая подошва улучшенного скольжения
- Разбрызгиватель
- Вертикальное отпаривание
- Светодиодная индикация
- Подсветка корпуса
- Автоотключение в трех положениях
- Защита от протекания
- Функция самоочистки
- Шнур 3 метра с шарнирным креплением
- Гарантия 25 месяцев



Увлажнитель RHF-3306



- Ультразвуковой увлажнитель воздуха
- Мощность 30 Вт (режим «Мягкое увлажнение» — 130 Вт)
- Резервуар для воды 5 л
- Максимальный расход воды 400 мл/ч
- Обслуживаемая площадь до 50 м²
- 3 режима интенсивности увлажнения
- Режим «Мягкое увлажнение»
- Автоматическое поддержание комфортного уровня влажности
- Контроль и индикация уровня влажности
- Возможность ручной регулировки уровня влажности
- Таймер отключения, до 12 часов
- Сенсорное управление, светодиодный дисплей
- Насадка-трубка для эффективного увлажнения
- Окно контроля уровня воды
- Автоотключение при отсутствии воды
- Гарантия 25 месяцев

Увлажнитель RHF-3303



- Ультразвуковой увлажнитель воздуха
- Мощность 30 Вт (с функцией «Теплый пар» — 130 Вт)
- Резервуар для воды 6 л
- Расход воды 300 мл/ч (с функцией «Теплый пар» — 400 мл/ч)
- Обслуживаемая площадь до 45 м²
- Режимы «Теплый пар», «Холодный пар»
- Ионизация воздуха
- Автоматический контроль влажности 40–80%
- Фильтр-картридж для очистки воды
- Двойной распыляющий носик
- Таймер отключения, до 12 часов
- Сенсорное управление, ЖК-дисплей
- Пульт дистанционного управления
- Время непрерывной работы до 20 часов
- Автоотключение при отсутствии воды
- Гигиенический сертификат соответствия ГН и СанПин
- Гарантия 25 месяцев

Воздухоочиститель RAC-3704



- Мощность 78 Вт
- Воздухообмен до 365 м³/час
- Обслуживаемая площадь до 46 м²
- 4 режима очистки
- УФ-лампа
- Фотокаталитический фильтр
- Активный угольный фильтр
- Фильтр из нетканого материала
- Фильтр HEPA H10
- Эффективность очистки от пыли 85%
- Эффективность очистки от бактерий более 90%
- Ионизация воздуха
- Озонирование воздуха
- Уровень шума < 56 Дб
- Электронное управление, ЖК-дисплей
- Пульт дистанционного управления
- Таймер отключения, до 8 часов
- Гарантия 25 месяцев

Утюг RI-C221

- Максимальная мощность 2400 Вт
- Регулируемая подача пара
- Паровой удар 110 г/мин
- Керамическая подошва улучшенного скольжения
- Разбрызгиватель
- Вертикальное отпаривание
- Механическое управление

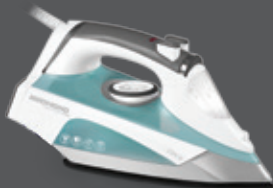
- Светодиодная индикация работы
- Функциональная подсветка корпуса
- Автоотключение в трех положениях
- Защита от протекания
- Функция самоочистки
- Шнур 1,95 метра с шарнирным креплением
- Гарантия 25 месяцев



Утюг RI-C220

- Максимальная мощность 2200 Вт
- Регулируемая подача пара
- Паровой удар
- Керамическая подошва
- Разбрызгиватель
- Вертикальное отпаривание
- Механическое управление

- Светодиодная индикация работы
- Автоотключение в трех положениях
- Защита от протекания
- Функция самоочистки
- Длина шнура 1,8 метра
- Гарантия 25 месяцев



Утюг RI-C218

- Мощность 2400 Вт
- Регулируемая подача пара до 60 г/мин
- Паровой удар 120 г/мин
- Нанокерамическая подошва улучшенного скольжения
- Разбрызгиватель
- Вертикальное отпаривание

- Электронное управление
- Светодиодная индикация
- Функциональная подсветка корпуса
- Автоотключение в трех положениях
- Защита от протекания
- Функция самоочистки
- Шнур 3 метра с шарнирным креплением
- Гарантия 25 месяцев



REDMOND Техника для красоты

Фен RF-515

- Мощность 1800 Вт
- 2 скорости воздушного потока
- 3 температурных режима
- Функция «Холодный воздух»
- Насадки: диффузор, концентратор
- Съемная решетка
- Кольцо для подвешивания
- Складная ручка
- Гарантия 25 месяцев



Фен RF-516

- Мощность 2000 Вт
- 2 скорости воздушного потока
- 3 температурных режима
- Функция «Холодный воздух»
- Ионизация воздуха
- Насадки: диффузор, концентратор
- Съемная решетка
- Кольцо для подвешивания
- Гарантия 25 месяцев



Фен RF-517

- Мощность 2000 Вт
- 2 скорости воздушного потока
- 3 температурных режима
- Функция «Холодный воздух»
- Ионизация воздуха
- Насадки: диффузор, концентратор
- Кольцо для подвешивания
- Гарантия 25 месяцев



Выпрямитель для волос RCI-2307

- Мощность 40 Вт
- Регулировка нагрева 120–220 °C
- 6 температурных режимов
- Нагрев за 30 секунд
- Функция ионизации
- Пластины из нанокерамики
- Светодиодная индикация работы
- Фиксация пластин в закрытом положении
- Замок на ручке
- Шарнирное крепление шнура
- Гарантия 25 месяцев



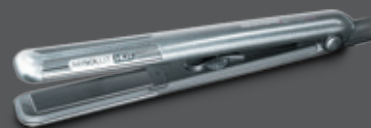
Выпрямитель для волос RCI-2310

- Мощность 35 Вт
- Регулировка нагрева 140–230 °C
- Нагрев за 10 секунд
- Керамические пластины с турмалиновым покрытием
- Функция ионизации
- Автоотключение через 60 минут работы
- Голубой индикатор включения
- Шарнирное крепление шнура
- Гарантия 5 лет



Выпрямитель для волос RCI-2311

- Мощность 35 Вт
- Выпрямление и завивка волос
- Регулировка нагрева 140–230 °C
- Нагрев за 10 секунд
- Автоотключение через 60 минут работы
- Титановое покрытие для тройной защиты волос
- Шнур 3 метра с шарнирным креплением
- Термостойкая сумка
- Гарантия 5 лет



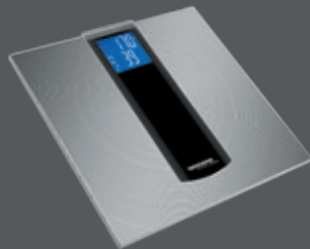
Весы напольные RS-715

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



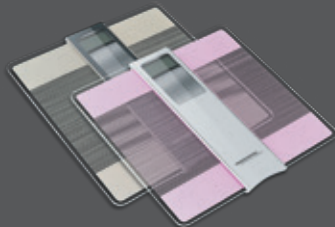
Весы напольные RS-728B

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



Весы напольные RS-719

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



ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

- Мощность: 700 Вт
- Максимальный объем чаши: 5 л
- Чаша с антипригарным керамическим покрытием Anato® (Корея)
- Съёмный паровой клапан
- Тип управления — электронный
- Цифровой светодиодный дисплей
- Виды программ:
 - РИС/КРУПЫ
 - ПЛОВ
 - НА ПАРУ
 - СУП
 - ВАРКА
 - МОЛОЧНАЯ КАША
 - ТУШЕНИЕ
 - ВЫПЕЧКА
 - ЖАРКА
 - ЙОГУРТ
- Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев)
- Функция разогрева блюд
- Функция отложенного старта



• Панель управления
на русском языке

• Цифровой дисплей

ЦВЕТА:



Многоуровневая система защиты

ТЕМПЕРАТУРНЫЙ ДАТЧИК

Датчик контролирует параметры приготовления. В случае превышения допустимой температуры мультиварка отключается.

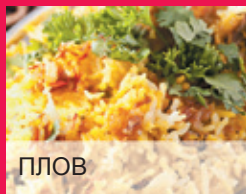
ТЕМПЕРАТУРНЫЙ ПРЕДОХРАНИТЕЛЬ

Предохранитель исключает перегрев прибора и автоматически прерывает электрическую цепь в случае ее неисправности.

10 АВТОМАТИЧЕСКИХ ПРОГРАММ



РИС/КРУПЫ



ПЛОВ



НА ПАРУ



МОЛОЧНАЯ
КАША



ТУШЕНИЕ



СУП



ВАРКА



ВЫПЕЧКА



ЖАРКА

+ ПРОГРАММА ЙОГУРТ



МУЛЬТИВАРКА REDMOND RMC-M4500

Она создана для того, чтобы вы могли реализовать свой кулинарный талант в полном объеме. С этого момента приготовление еды станет для вас приятным и любимым занятием.

С мультиваркой **REDMOND RMC-M4500** вы узнаете, что такое настоящая здоровая пища. На вашем столе появится множество изысканных блюд, которые обогатят ваш рацион. Процесс приготовления в мультиварке **REDMOND RMC-M4500** полностью автоматизирован.

В комплекте с мультиваркой идет чаша с антипригарным покрытием, контейнер-пароварка, черпак, плоская ложка, съемный держатель для ложек и мерный стакан.

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

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

СЪЕМНЫЙ ПАРОВОЙ КЛАПАН

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

ТЕМПЕРАТУРНЫЙ ДАТЧИК

Датчик контролирует параметры приготовления. В случае их отклонения от заданных — 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 поддерживает 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

Стильный дизайн мультиварки **REDMOND RMC-M4500** удачно вписывается практически в любое интерьерное решение. Для еще большего удобства использование **RMC-M4500** оснащена цифровым светодиодным дисплеем и звуковым сигналом.



БАЗОВАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ

Чаша емкостью 5 литров с антипригарным керамическим покрытием Anato® (Корея)



Контейнер-пароварка



Съемный держатель для ложек



Мерный стакан



Плоская ложка и черпак



Дополнительная комплектация

Чтобы сделать приготовление блюд в мультиварке более удобным, вы можете приобрести дополнительную комплектацию (чаша, щипцы и др.). Она подходит не только для REDMOND, но и для большинства мультиварок других производителей.



Чаша для мультиварки
RB-C502

Чаша с антипригарным керамическим покрытием Anato® (Корея). Обладает превосходными антипригарными и теплопроводными свойствами. Позволяет сократить количество масла или отказаться от него вовсе. Возможно использование чаши для хранения продуктов в холодильнике. Можно мыть в посудомоечной машине. Емкость 5 литров.



Чаша для мультиварки
RB-A503

Чаша с антипригарным покрытием Daikin® (Япония). Чаша обладает повышенной устойчивостью к механическим повреждениям, отличными антипригарными и теплопроводными свойствами. Рекомендуется для выпечки, жарки, варки молочных каш. Возможно использование чаши для хранения продуктов и для приготовления блюд в духовом шкафу. Можно мыть в посудомоечной машине. Емкость — 5 литров.



Чаша для мультиварки
RB-S500

Стальная чаша обладает наиболее высокой устойчивостью к механическим повреждениям. Рекомендуется для приготовления различных супов, компотов, варенья и джемов. Подходит для использования блендера, миксера и других кухонных приборов при приготовлении овощных и фруктовых пюре и крем-супов. Можно мыть в посудомоечной машине. Емкость — 5 литров.



Щипцы для мультиварки
RAM-CL1

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.



Баночки для йогурта
RAM-G1

Комплект из четырех стеклянных баночек для йогурта, (объемом 180 мл каждая). Сохраняют натуральные свойства домашнего йогурта. С помощью маркера даты можно указывать срок хранения йогурта или дату его приготовления.

ОПИСАНИЕ НЕКОТОРЫХ ПРОГРАММ



Программа **ЙОГУРТ** — для приготовления йогурта и других кисломолочных продуктов.



Программа **НА ПАРУ** — для приготовления диетических блюд, мантов, парового мяса, птицы, рыбы и др. Это 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 ароматных каш из манки, пшена, риса и других круп на основе молока.



Программа **ПЛОВ** — для приготовления плова из мяса, птицы, рыбы, морепродуктов и фруктов. Кусочки мяса в готовом блюде всегда остаются сочными и мягкими.



Программа **ТУШЕНИЕ** — для приготовления диетических блюд, гарниров, а также холодца и заливного.



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

РЕКОМЕНДАЦИИ ПОВАРОВ



«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».

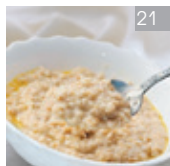


«С появлением на кухне мультиварки можно забыть о капельках жира, которые обычно разлетаются в разные стороны, когда жарешь мясо или рыбу. И вы никогда не почувствуете запаха готовящегося блюда, потому что крышка мультиварки очень герметична. Каждый день вы будете открывать для себя новые положительные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

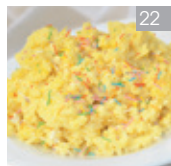
Каши



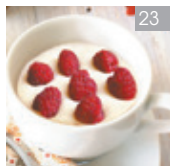
Каша кукурузная



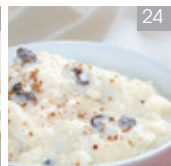
Каша геркулесовая



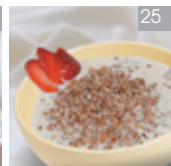
Каша пшеничная



Каша манная



Каша рисовая



Каша гречневая

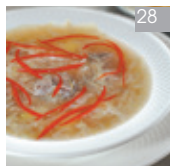
Супы



Борщ



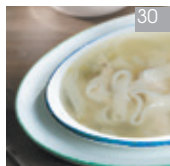
Рассольник



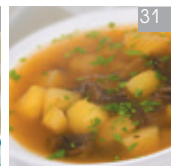
Щи из свежей
капусты



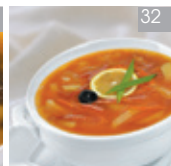
Суп гороховый



Суп-лапша
«Домашний»



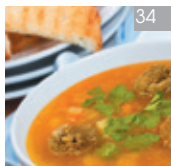
Суп грибной



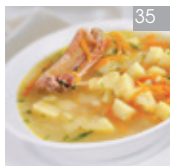
Солянка



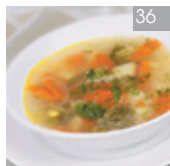
Суп харчо



Суп с
фрикадельками



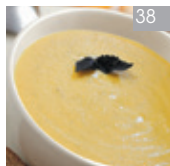
Суп сырный с
копченостями



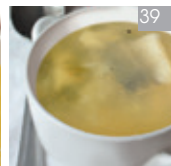
Фитнес-суп
овощной



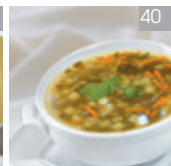
Нежный суп
с рыбой



Крем-суп овощной



Уха



Суп щавелевый

Вторые блюда



Омлет
классический



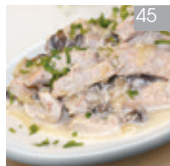
Ragu с мясом



Бигус



Рулька



Свинина в сливках



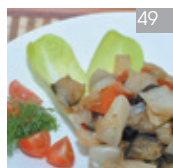
Кальмары
в сметане



Курица со
сливками



Желудки куриные
тушеные



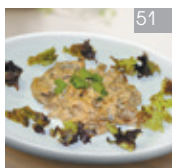
49

Рагу овощное



50

Гуляш по-средиземноморски



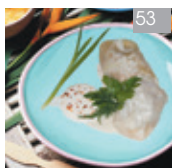
51

Бефстроганов



52

Гуляш из говядины



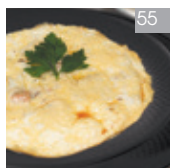
53

Голубцы в сметанном соусе



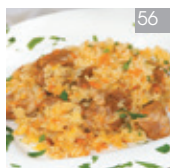
54

Перцы фаршированные



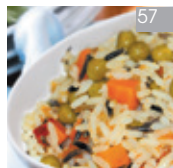
55

Ассорти рыбное



56

Плов со свинойной



57

Плов с овощами



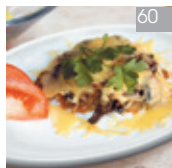
58

Плов с фруктами



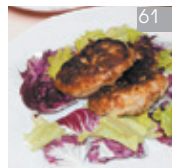
59

Плов с морепродуктами



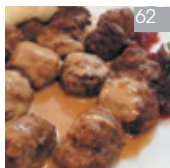
60

Свинина по-французски



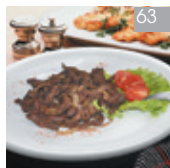
61

Зразы мясные



62

Тефтели в белом соусе



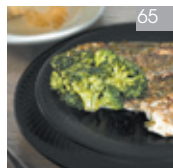
63

Печень жареная с луком



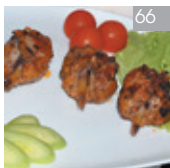
64

Свинные отбивные



65

Тилапия жареная



66

Куриные голени барбекю



67

Картофель жареный



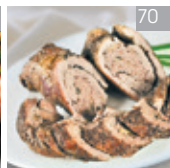
68

Котлеты куриные с сыром



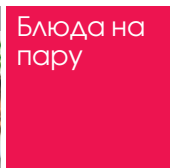
69

Креветки жареные



70

Рулет «Московский»



71

Семга под ореховой корочкой

Блюда на пару



72

Овощи на пару



73

Тилапия на пару



74

Семга на пару



75

Свинина на пару с картофелем



76

Котлеты куриные на пару с рисом



77

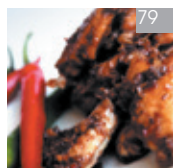
Манты

Копчение



78

Форель копченая



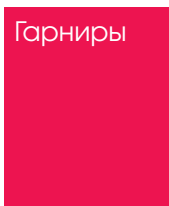
79

Курица копченая

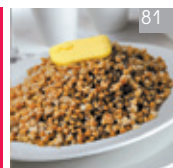


80

Свинина копченая

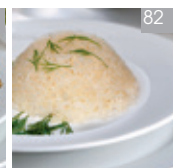


Гарниры

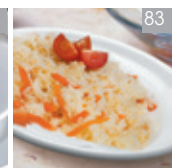


81

Греча рассыпчатая

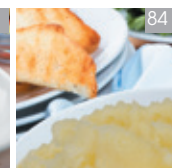


82

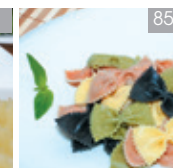
Рис отварной
рассыпчатый

83

Рис для гарнира



84

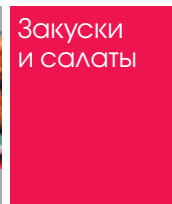
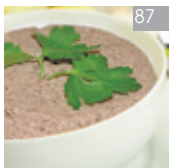
Пюре
картофельное

85

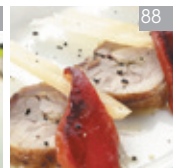
Макароны



86

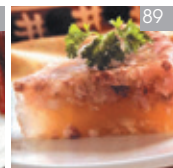
Фасоль красная
отварнаяЗакуски
и салаты

87

Паштет из куриной
печени

88

Буженина



89

Холодец



90

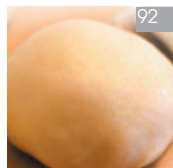
Фондю сырное



91

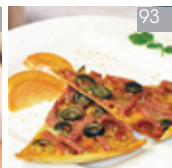
Теплый салат
с креветками

Выпечка



92

Тесто дрожжевое



93

Пицца с саями

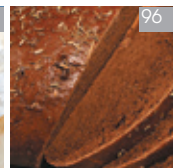


94

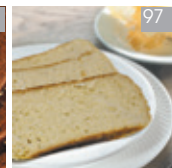
Пицца с
морепродуктами

95

Пирог рыбный

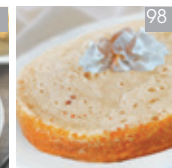


96

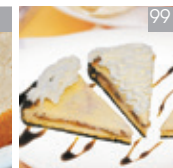
Хлеб
ржано-пшеничный

97

Хлеб белый



98

Шарлотка
с яблоками

99

Творожный пирог



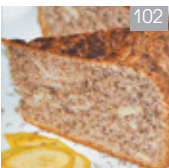
100

Бисквит простой



101

Кекс шоколадный

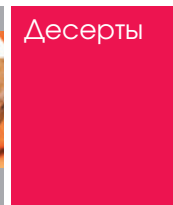


102

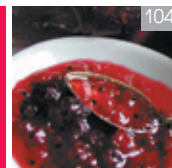
Кекс бананово-
ореховый

103

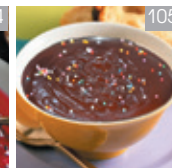
Кекс медовый



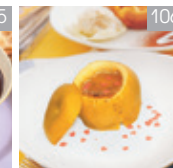
Десерты



104

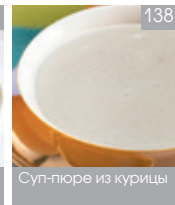
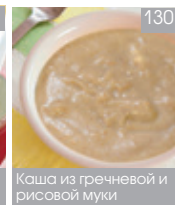
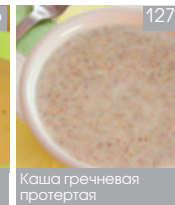
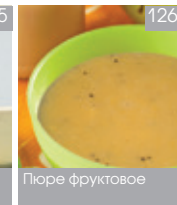
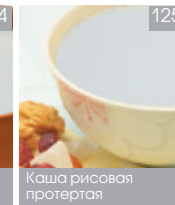
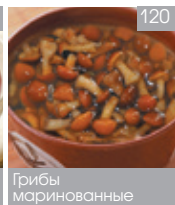
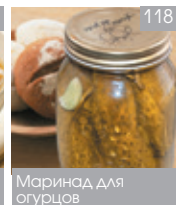
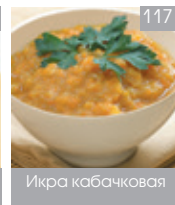
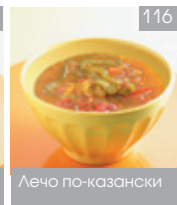
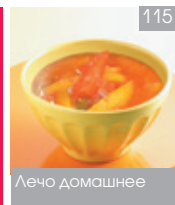
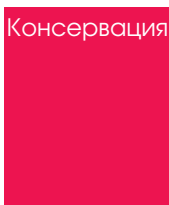
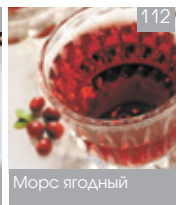
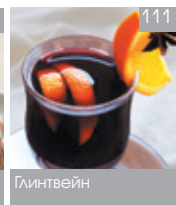
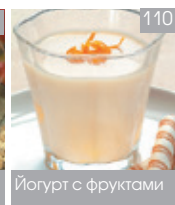
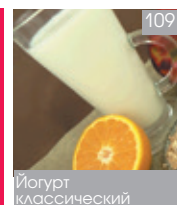
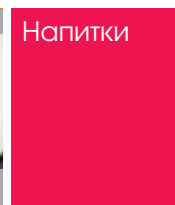
Варенье из лесных
ягод

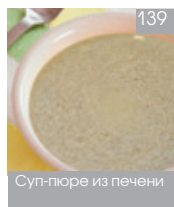
105

Фондю
шоколадное

106

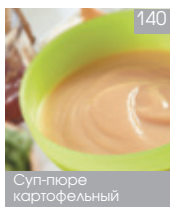
Яблоки медовые





139

Суп-пюре из печени



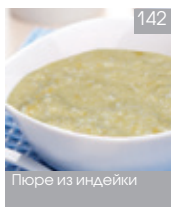
140

Суп-пюре
картофельный



141

Котлеты на пару



142

Пюре из индейки



РЕКОМЕНДАЦИИ И ТРЕБОВАНИЯ К ПРИГОТОВЛЕНИЮ 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 кукурузная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крупу выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: подавайте кашу с вареньем или дольками свежих фруктов.

Каша геркулесовая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5% — 750 мл
- Хлопья овсяные (геркулесовые, №1) — 150 г
- Масло сливочное — 20 г
- Соль, сахар

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Геркулес выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Каши



Совет: добавьте в кашу сухофрукты — она станет насыщеннее и ароматнее.



Совет: подавайте кашу с вареньем или свежими ягодами.

Каша пшенная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крупу промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Каша манная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крупу выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.



Каши

Совет: кашу отлично дополняют свежие ягоды.



Каша рисовая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис и изюм промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: украсьте готовую кашу измельченными грецкими орехами.

Каша гречневая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5% — 500 мл
- Греча (ядрица) — 150 г
- Масло сливочное — 20 г
- Соль, сахар

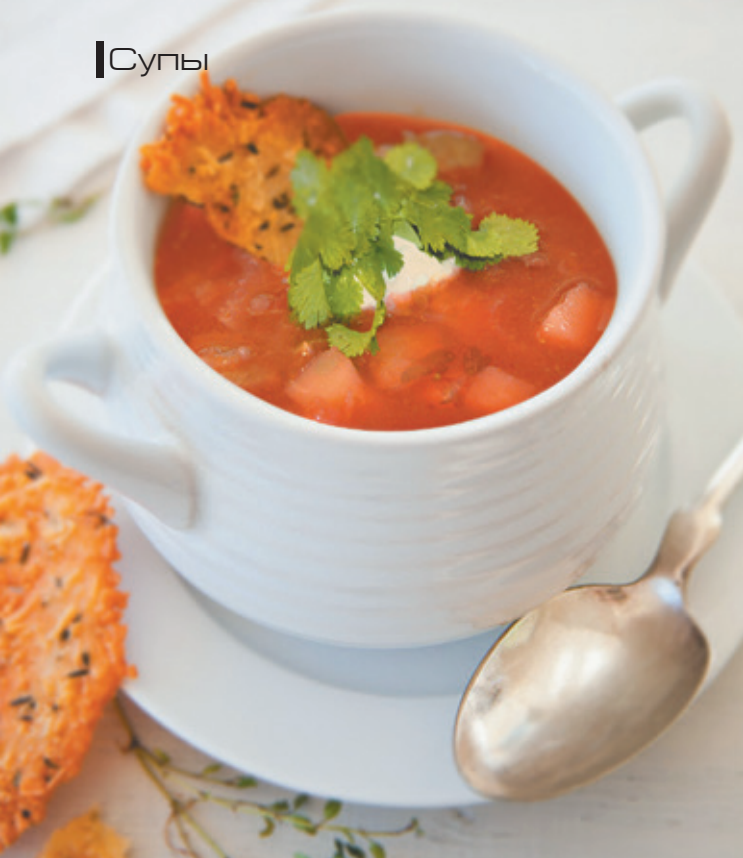
ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Гречу промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Каши



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



Совет: готовый борщ подавайте с чесночными пампушками.

Борщ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- | | |
|--------------------------------|-------------------------|
| ■ Говядина (филе) — 400 г | ■ Томатная паста — 80 г |
| ■ Картофель — 500 г | ■ Чеснок — 10 г |
| ■ Капуста белокочанная — 250 г | ■ Вода — 2 л |
| ■ Свекла — 200 г | ■ Соль, специи |
| ■ Лук репчатый — 100 г | |
| ■ Морковь — 100 г | |

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину промыть. Мясо, лук, свеклу, морковь, капусту и картофель нарезать соломкой 0,5х3 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопки **Час** и **Мин** установить **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

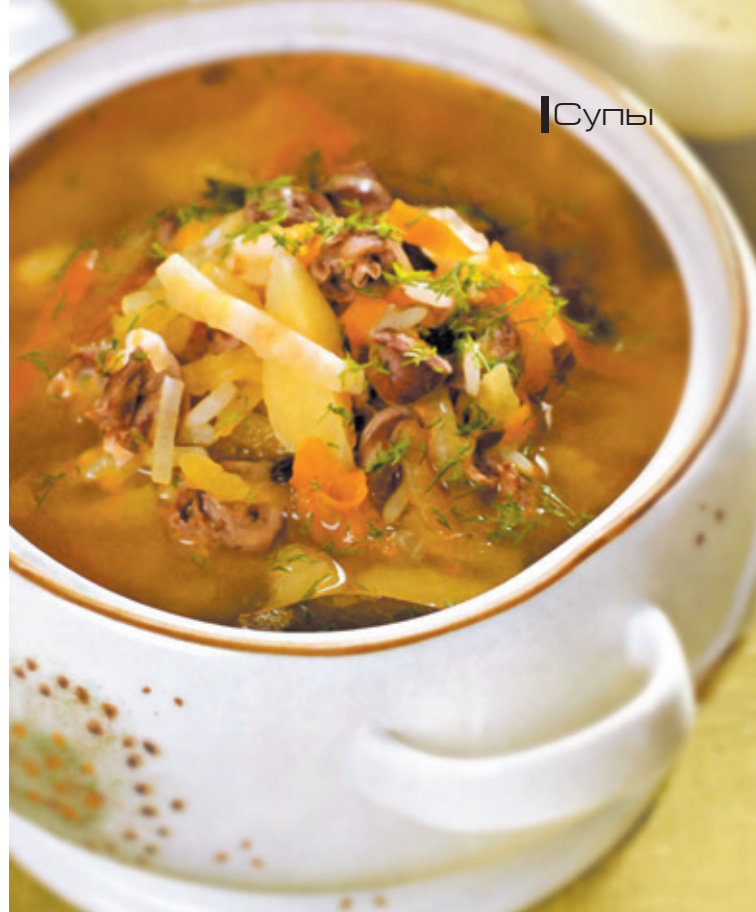
Рассольник

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 250 г
- Крупа перловая — 200 г
- Картофель — 400 г
- Лук репчатый — 130 г
- Огурцы соленые — 100 г
- Морковь — 80 г
- Рассол огуречный — 100 мл
- Томатная паста — 80 г
- Масло растительное — 70 мл
- Вода — 2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину промыть. Мясо и картофель нарезать кубиками по 1,5-2 см. Морковь, лук и огурцы нарезать кубиками по 0,5-1 см. Перловую крупу промыть до прозрачной воды. В чашу мультиварки выложить морковь, лук, огурцы, добавить томатную пасту и растительное масло. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 5 минут до окончания приготовления открыть крышку и перемешать овощи. Добавить рассол и закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Обжаренные овощи выложить на тарелку. В чашу мультиварки выложить мясо, перловую крупу, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 30 минут до окончания приготовления открыть крышку, снять с бульона белковую пенку, добавить картофель и обжаренные овощи. Закрывать крышку и готовить до окончания программы.



Супы

Совет: для того, чтобы придать рассольнику насыщенный аромат, добавьте в него измельченный корень сельдерея.



Совет: подавайте щи со сметаной.

Щи из свежей капусты

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать соломкой, капусту тонко нашинковать, картофель нарезать соломкой 0,3x5 см. Мясо промыть, нарезать кубиками по 1,5-2 см. Морковь и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **5 минут**. Нажать кнопку **Старт** и обжаривать овощи, периодически помешивая, затем выложить овощи на тарелку. В чашу мультиварки выложить мясо, залить водой. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 30 минут до окончания приготовления открыть крышку, снять с бульона белковую пенку, добавить обжаренные овощи, картофель, капусту, соль и специи. Перемешать, закрыть крышку и готовить до окончания программы.

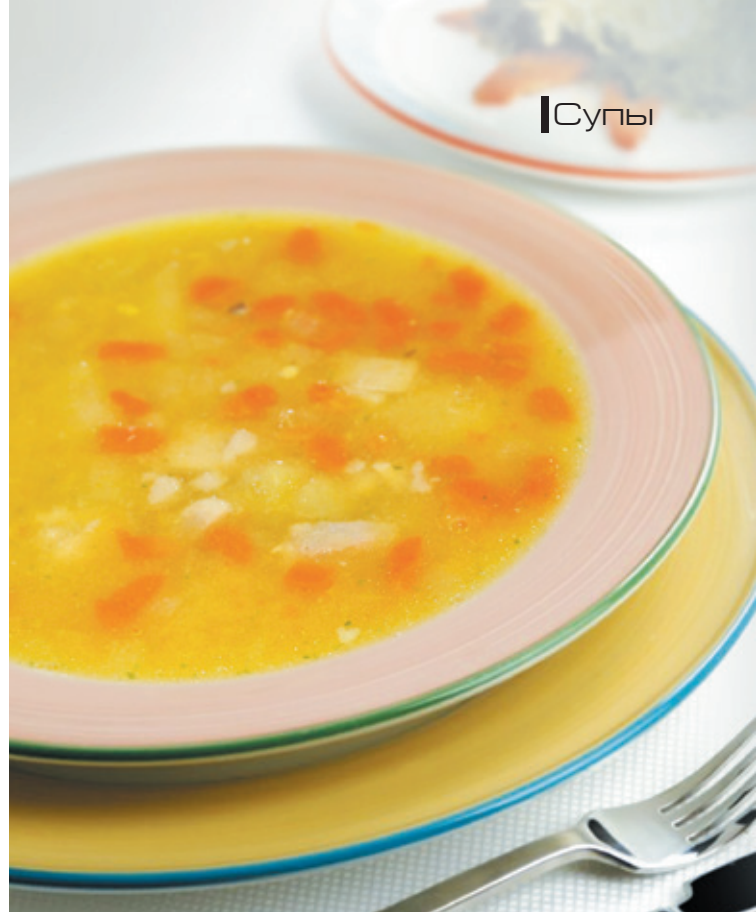
Суп гороховый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Ребрышки свиные (копченые) — 300 г
- Колбаса копченая — 100 г
- Горох (шлифованный целый) — 300 г
- Картофель — 700 г
- Лук репчатый — 200 г
- Морковь — 120 г
- Масло растительное — 30 мл
- Вода — 2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Горох замочить в горячей воде (около 85°C) на 1 час, затем слить с него воду. Ребрышки промыть, отделить друг от друга. Морковь, лук, колбасу и картофель нарезать кубиками 1х1 см. Морковь и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **5 минут**. Нажать кнопку **Старт** и обжаривать овощи, периодически помешивая, затем выложить их на тарелку. Ребра и горох выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **2 часа**. Нажать кнопку **Старт**. За 30 минут до окончания приготовления открыть крышку, добавить колбасу, обжаренные овощи, картофель, соль и специи. Перемешать, закрыть крышку и готовить до окончания программы.



Супы

Совет: гороховый суп подавайте с обжаренными ломтиками бекона и гренками из белого хлеба.



Суп-лапша «Домашний»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе промыть. Куриное мясо и картофель нарезать соломкой 0,8х5 см, лук нарезать тонкой соломкой. Все ингредиенты (кроме лапши) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, за 20 минут до окончания приготовления добавить лапшу, перемешать. Готовить до окончания программы.

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

Суп грибной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 500 г
- Грибы (свежемороженые) — 300 г
- Морковь — 120 г
- Лук репчатый — 100 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Грибы разморозить, промыть, откинуть на сито и дать стечь воде. Картофель, лук и морковь нарезать кубиками 1,5х1,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Супы



Совет: при желании вы можете использовать сушеные грибы.



Солянка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина — 400 г
- Курица копченая — 200 г
- Колбаски охотничьи — 130 г
- Картофель — 560 г
- Морковь — 150 г
- Лук репчатый — 100 г
- Томатная паста — 100 г
- Масло растительное — 100 мл
- Рассол огуречный — 100 мл
- Вода — 2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину промыть. Мясо, лук, морковь, картофель, колбаски и копченую курицу нарезать соломкой по 0,5 см толщиной. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, залить водой, добавить огуречный рассол, томатную пасту, растительное масло, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

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

Суп харчо

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Баранина (филе) — 530 г
- Картофель — 550 г
- Лук репчатый — 200 г
- Рис длиннозерный (пропаренный) — 100 г
- Томатная паста — 80 г
- Чеснок — 15 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Баранину промыть. Мясо, картофель нарезать кубиками по 1,5-2 см, лук — кубиками по 0,5 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.



Супы

Совет: добавьте в готовый суп щепотку шафрана и базилика — блюдо станет более ароматным.

Суп с фрикадельками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фарш домашний — 200 г
- Картофель — 400 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Томатная паста — 50 г
- Масло сливочное — 20 г
- Чеснок — 5 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Из фарша сформировать фрикадельки размером с грецкий орех. Лук, морковь и картофель нарезать кубиками по 1,5-2 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, сливочное масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

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

Суп сырный с копченостями

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Ребрышки свиные (копченые) — 300 г
- Картофель — 400 г
- Морковь — 270 г
- Лук репчатый — 250 г
- Сыр плавленый (сливочный) — 120 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Ребрышки промыть, отделить друг от друга. Картофель нарезать кубиками по 0,5-1 см, морковь натереть на крупной терке, лук нарезать соломкой (примерно 0,5х3 см). Все ингредиенты положить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сыр, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.



Супы

Совет: чтобы придать блюду нотку пикантности, посыпьте суп тертым пармезаном и подавайте с чесночными гренками из белого хлеба.



Фитнес-суп овощной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Капуста брокколи — 100 г
- Цветная капуста — 100 г
- Кукуруза (консервированная) — 50 г
- Лук зеленый — 10 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С кукурузы слить жидкость, морковь нарезать кубиками 0,5х0,5 см, репчатый и зеленый лук измельчить ножом, цветную капусту и брокколи разделить на соцветия. Все ингредиенты (кроме зеленого лука) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. В готовый суп добавить зеленый лук.

Совет: при подаче можно добавить в суп сыр тофу.

Нежный суп с рыбой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга (филе) — 300 г
- Картофель — 200 г
- Кабачок — 60 г
- Лук репчатый — 60 г
- Морковь — 60 г
- Сливки 10% — 100 мл
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, нарезать кубиками по 1,5-2 см. Таким же образом нарезать овощи. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в другую емкость, добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.

| Супы



Совет: готовый суп подавайте с гренками из белого хлеба.



Крем-суп овощной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Капуста брокколи — 200 г
- Цветная капуста — 200 г
- Картофель — 160 г
- Морковь — 60 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель и морковь нарезать кубиками по 1,5-2 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: готовый суп украсьте семечками кунжута.

Уха

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Минтай (филе) — 200 г
- Окунь (филе) — 200 г
- Картофель — 500 г
- Лук репчатый — 100 г
- Вода — 2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, нарезать кубиками по 2 см. Таким же образом нарезать картофель. Лук измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.



Супы

Совет: перед подачей добавьте в уху кусочек сливочного масла.



Суп щавелевый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Вареные яйца разрезать вдоль на 4 части. Говядину промыть. Мясо, лук и картофель нарезать соломкой 0,5х3 см. Щавель нарезать средней соломкой. Овощи и мясо выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрыть крышку, Кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. При подаче добавьте в каждую порцию по дольке вареного яйца.

Совет: вареное яйцо можно заменить сырым взбитым яйцом.

Омлет классический

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 500 г (10 шт.)
- Молоко 2,5% — 500 мл
- Масло сливочное — 30 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яйцо с молоком взбить венчиком до однородной массы, добавить соль, специи и перемешать. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, влить яично-молочную смесь. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопки **Час** и **Мин** установить **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: готовый омлет можно посыпать тертым сыром.



Рагу с мясом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 450 г
- Картофель — 1 кг
- Морковь — 200 г
- Помидоры — 200 г
- Перец болгарский — 200 г
- Лук репчатый — 150 г
- Чеснок — 15 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть. Свинину и овощи нарезать кубиками 2х2 см, зелень и чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить чеснок, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: свинину можно заменить менее жирным мясом (например, говядиной). В этом случае, прежде чем добавлять овощи, мясо следует слегка обжарить.

Бигус

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 400 г
- Капуста белокочанная — 600 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Томатная паста — 100 г
- Вода — 100 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть. Говядину и капусту нарезать соломкой 1х4 см, лук — соломкой 0,5х3 см, морковь натереть на крупной терке. Мясо, лук и морковь выложить в чашу мультиварки. Добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Сверху выложить капусту, посыпать солью и специями. Залить воду, закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопки **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: чтобы сделать вкус блюда более оригинальным, добавьте в бигус обжаренные шампиньоны.



Рулька

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рульку промыть, сделать в ней глубокие надрезы и нашпиговать зубчиками чеснока. Лук измельчить ножом, смешать с солью, специями и базиликом. Полученной смесью натереть рульку и оставить мариноваться в холодильнике на 9 часов. Рульку выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, воду. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **4 часа**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: к рульке подавайте салат из свежих овощей и маринованный лук.

Свинина в сливках

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свинину промыть. Мясо, лук и грибы нарезать соломкой по 0,5 см, чеснок нарезать пластинками. Мясо, грибы и лук выложить в чашу мультиварки, добавить сливки и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: готовое блюдо подавайте с рукколой.



Кальмары в сметане

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Кольца кальмара — 260 г
- Сметана — 220 г
- Помидоры — 160 г
- Морковь — 100 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кальмаров разморозить, промыть. Морковь натереть на крупной терке. Помидоры нарезать соломкой по 0,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

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

Курица со сливками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 440 г
- Сливки 33% — 480 г
- Помидоры — 180 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе курицы промыть. Куриное мясо и помидоры нарезать соломкой по 1-2 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить сливками, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: щепотка карри придаст блюду аппетитный насыщенный цвет.



Желудки куриные тушеные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные желудки — 250 г
- Помидоры — 140 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 70 г
- Перец болгарский — 60 г
- Вода — 150 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Желудки промыть, удалить пленки. Перец очистить от сердцевины и семян. Желудки и овощи нарезать соломкой по 0,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совета: чтобы придать блюду пикантный вкус, вместо воды можно использовать белое сухое вино.

Рагу овощное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель, баклажаны, помидоры и капусту нарезать кубиком 2х2 см, морковь натереть на крупной терке, лук нарезать соломкой. Чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сливочное масло, соль, специи, измельченный чеснок и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: к этому рагу отлично подойдут прованские травы.



Гуляш по-средиземноморски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Минтай (филе) — 300 г
- Перец болгарский — 240 г
- Помидоры — 160 г
- Лук репчатый — 100 г
- Томатная паста — 100 г
- Чеснок — 10 г
- Вода — 150 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, перец очистить от сердцевины и семян. Рыбу, лук, перец и помидоры нарезать кубиками по 2 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи, и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: минтай можно заменить любой другой белой рыбой (кроме щуки).

Бефстроганов

Вторые блюда

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (вырезка) — 300 г
- Сметана 20% — 400 г
- Лук репчатый — 120 г
- Масло сливочное — 30 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать широкими кусками толщиной 1,5-2 см, отбить до толщины 0,5-0,8 см и нарезать брусочками длиной 3-4 см. Лук нарезать соломкой. Сливочное масло, мясо и лук положить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Через 5 минут после начала приготовления открыть крышку и перемешать содержимое. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Открыть крышку, добавить сметану, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт** и готовить до окончания программы.



Совет: к бефстроганову отлично подойдет сложный гарнир из жареных грибов, соленых огурцов и отварного картофеля.



Гуляш из говядины

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину промыть. Мясо и лук нарезать кубиками по 1,5-2 см, чеснок измельчить ножом. Мясо и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи, чеснок, томатную пасту и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **2 часа**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: при желании добавьте в гуляш тмин.

Голубцы в сметанном соусе

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Капустные листья выдержать 5 минут в кипятке (около 95°C), крупные прожилки отбить. Фарш, лук и чеснок пропустить через мясорубку, добавить соль, специи, рис и яйцо, все тщательно перемешать. На каждый капустный лист выложить небольшую порцию фарша и плотно завернуть. Сметану, муку и воду смешать в отдельной посуде до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить сформированные голубцы швом вниз, залить смесью муки, сметаны и воды. Закрыть крышку. **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.



Вторые блюда

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



Перцы фаршированные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фарш домашний — 600 г
- Перец болгарский — 500 г (3 шт.)
- Рис отварной — 150 г
- Вода — 150 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фарш смешать с рисом, добавить соль, специи и перемешать. Перцы очистить от сердцевин и семян, каждый наполнить фаршем. Уложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопки **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

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

Ассорти рыбное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тилапия (филе) — 230 г
- Семга (филе) — 200 г
- Сыр твердый — 100 г
- Сливки 10% — 100 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, нарезать кубиками по 1-1,5 см. Сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты (кроме сыра) выложить в чашу мультиварки. Залить сливками, добавить соль, специи и перемешать. Сверху посыпать сыром. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: украсьте готовое блюдо маслинами и красным базиликом.



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

Плов со свиной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свиная (шейка) — 500 г
- Рис (шлифованный) — 500 г
- Морковь — 200 г
- Лук репчатый — 200 г
- Масло растительное — 70 мл
- Чеснок — 15 г
- Вода — 560 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Мясо промыть и нарезать кубиками по 2-2,5 см. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать тонкой соломкой, чеснок промыть. Мясо, морковь и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Сверху на мясо выложить рис и разровнять. В рис заложить зубчики чеснока, залить водой. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ПЛОВ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Плов с овощами

Вторые блюда

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Перец очистить от сердцевины и семян, нарезать кубиком 1х1 см, морковь нарезать так же, лук-порей нарезать кольцами. С горошка слить жидкость. Все овощи выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Сверху на овощи выложить рис и разровнять, залить водой. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ПЛОВ**. Нажатием кнопки **Час** и **Мин** установить **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.



Совет: чтобы придать плову пикантный вкус, добавьте в него барбарис.



Плов с фруктами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис (пропаренный) — 200 г
- Яблоки — 50 г
- Курага — 50 г
- Апельсин — 50 г
- Изюм — 50 г
- Орехи грецкие — 50 г
- Чернослив — 50 г
- Мед — 40 г
- Вода — 300 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Апельсины очистить от кожуры. Курагу, изюм и чернослив замочить на 5 минут в кипятке, промыть и откинуть на сито, затем нарезать соломкой. Яблоки и апельсины нарезать кубиками 1х1 см, орехи измельчить ножом. В чашу мультиварки ровным слоем выложить фрукты, сухофрукты, орехи и перемешать. Сверху на фрукты выложить рис и разровнять, залить водой. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ПЛОВ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: перед подачей украсьте плов фисташками и орехами кешью.

Плов с морепродуктами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Коктейль из морепродуктов (замороженный) — 300 г
- Рис (шлифованный) — 300 г
- Морковь — 120 г
- Лук репчатый — 100 г
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Морепродукты разморозить, откинуть на сито и дать стечь лишней воде. Лук и морковь нарезать соломкой, выложить в чашу мультиварки, добавить морепродукты, соль, специи и перемешать. Сверху выложить рис и разровнять, залить водой. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ПЛОВ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: коктейль из морепродуктов можно собрать самостоятельно из крабового мяса, мидий, кальмаров и креветок.



Свинина по-французски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (шея) — 430 г
- Помидоры — 100 г
- Сыр твердый — 100 г
- Шампиньоны (свежие) — 30 г
- Масло оливковое — 30 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать на стейки толщиной около 2 см и слегка отбить. Помидоры и грибы нарезать пластинками по 0,5 см. Сыр натереть на крупной терке. В чашу мультиварки налить оливковое масло, на дно выложить мясо, посыпать солью и специями. Сверху выложить помидоры и грибы, посыпать сыром. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопки **Час** и **Мин** установить **8 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: шампиньоны можно заменить опятами или лисичками.

Зразы мясные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фарш домашний — 150 г
- Лук репчатый — 80 г
- Яйцо вареное — 50 г (1 шт.)
- Масло растительное — 50 мл
- Масло сливочное — 20 г
- Хлеб пшеничный — 20 г
- Сухари панировочные — 20 г
- Молоко 2,5% — 10 мл
- Петрушка — 10 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Хлеб замочить в холодной воде на 5 минут и хорошо отжать. В фарш добавить хлеб, молоко, соль, специи и хорошо вымесить до однородной массы. Зелень петрушки измельчить ножом. Вареное яйцо натереть на крупной терке. Лук нарезать тонкой соломкой. В чашу мультиварки выложить сливочное масло и лук. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопка **Час** и **Мин** установить **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Обжаренный лук выложить в отдельную емкость, добавить тертое яйцо, измельченную зелень и перемешать. Котлетную массу сформировать в виде лепешек толщиной примерно 1 см, на середину каждой выложить фарш из лука, зелени и яйца. Затем края лепешек соединить, панировать в сухарях, придать зразам овальную форму. На дно чаши мультиварки налить растительное масло, выложить зразы. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопка **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 10 минут до окончания приготовления открыть крышку, перевернуть зразы, закрыть крышку и готовить до окончания программы.



Совет: готовые зразы можно подать с рассыпчатой гречневой кашей и соусом барбекю.



Тефтели в белом соусе

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Хлеб замочить на 5 минут в холодной воде, хорошо отжать. Фарш с репчатым луком и хлебом пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и молоко. Вымесить до однородной массы и выбить. Из готовой массы сформировать тефтели диаметром 5 см. Сметану, муку и воду смешать в отдельной посуде до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить тефтели и залить смесью муки, сметаны и воды. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: готовые тефтели посыпьте тертым сыром.

Печень жареная с луком

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Печень говяжья — 400 г
- Лук репчатый — 150 г
- Масло растительное
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Печень промыть, удалить прожилки, срезать пленку, вместе с луком нарезать тонкой соломкой. В чашу мультиварки налить растительное масло, на дно выложить лук. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 10 минут до окончания приготовления открыть крышку, добавить печень и перемешать. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы, периодически помешивая.



Вторые блюда

Совет: подавайте с чесночным соусом.

Свинные отбивные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (шея) — 400 г
- Морковь — 160 г
- Томатная паста — 80 г
- Масло растительное — 40 мл
- Горчица — 10 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свинину промыть, нарезать на стейки толщиной 2-2,5 см и отбить до толщины примерно 0,5 см. Морковь натереть на крупной терке, смешать с томатной пастой и горчицей. Мясо натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить растительное масло, на дно выложить мясо, сверху выложить смесь из моркови. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **8 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: для придания блюду острого вкуса можно в смесь из моркови добавить чеснок.

Тилапия жареная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тилапия (филе) — 500 г (3 шт.)
- Масло растительное — 60 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, натереть солью и специями. На дно чаши мультиварки налить растительное масло и уложить филе рыбы. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **7 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: готовую рыбу можно подать с припущенными стеблями спаржи и сливочным соусом.



Куриные голени барбекю

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриная голень — 350 г
- Соус барбекю (с ароматом копчения) — 150 г
- Масло растительное — 50 мл
- Чеснок — 10 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Голени промыть. Чеснок натереть на мелкой терке и смешать с соусом барбекю, добавить соль и специи. Замариновать в соусе голени на 1 час. В чашу мультиварки налить растительное масло и уложить голени. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **14 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 7 минут до окончания приготовления открыть крышку, перевернуть голени и закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте это блюдо с картофелем айдахо и горчичным соусом.

Картофель жареный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 400 г
- Шампиньоны (свежие) — 130 г
- Масло растительное — 60 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать соломкой 0,5х3 см, грибы — ломтиками толщиной 0,5 см. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить грибы и картофель, перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 7 минут до окончания приготовления открыть крышку, перемешать картофель и закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: жареный картофель можно подать как самостоятельное блюдо, так и в качестве гарнира.



Котлеты куриные с сыром

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Сыр натереть на крупной терке, зелень измельчить ножом. Сыр смешать с зеленью и сливочным маслом, добавить соль. Из полученной массы сформировать шарики, поместить в морозилку на 10 минут. Куриное филе промыть, пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и вымесить до однородной массы. Из фарша сформировать лепешки, выложить на каждую сырный шарик, сформировать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях. На дно чаши мультиварки налить растительное масло и выложить котлеты. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 7 минут до окончания приготовления открыть крышку, перевернуть котлеты и закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: на гарнир к котлетам отлично подойдет ризотто.

Креветки жареные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Креветки королевские (свежемороженые) — 600 г
- Масло растительное — 100 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Креветки разморозить, промыть и очистить от панциря таким образом, чтобы остались головы и хвостики, удалить внутренности. На дно чаши мультиварки налить растительное масло и выложить креветки. Добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **6 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 3 минуты до окончания приготовления открыть крышку, перевернуть креветки и закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: к жареным креветкам подавайте сливочно-чесночный, сырный и томатный соусы.



Рулет «Московский»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 450 г
- Шампиньоны (свежие) — 50 г
- Лук репчатый — 50 г
- Масло сливочное — 20 г
- Масло растительное — 20 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свинину промыть, нарезать на стейки толщиной 2-2,5 см, отбить до толщины примерно 0,5 см. Грибы и лук измельчить ножом, смешать со сливочным маслом, солью и специями. На каждый кусок свинины выложить ближе к краю порцию начинки и завернуть в рулет. Чашу мультиварки смазать маслом, выложить на дно рулеты швом вниз. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 10 минут до окончания приготовления открыть крышку, перевернуть рулеты и закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

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

Семга под ореховой корочкой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга (стейк) — 270 г
- Грецкий орех — 15 г
- Кедровый орех — 15 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, натереть солью и специями, орехи измельчить ножом. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него рыбу, посыпать орехами и слегка примять. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **НА ПАРУ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Блюда на пару



Совет: рыба получится более ароматной, если орехи смешать с небольшим количеством апельсиновой цедры.

Блюда на пару



Совет: картофель в этом блюде можно заменить кабачками или баклажанами.

Овощи на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 150 г
- Перец болгарский — 120 г
- Фасоль стручковая — 100 г
- Брокколи (свежемороженая) — 100 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать кубиками по 2 см. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать кубиками по 3 см. В чашу мультиварки залить воду, сверху установить контейнер-пароварку, положить в него все ингредиенты. Добавить брокколи, фасоль, соль, специи, перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **НА ПАРУ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Тилапия на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тилапия (филе) — 150 г
- Морковь — 100 г
- Брокколи (свежемороженая) — 100 г
- Цветная капуста (свежемороженая) — 100 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, натереть солью и специями. Морковь нарезать кружочками толщиной 0,2-0,3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него все ингредиенты. Добавить брокколи, капусту, соль, специи. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **НА ПАРУ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Блюда на пару



Совет: к этому блюду отлично подойдут базилик и майоран.

Блюда на пару



Семга на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга (стейк) — 300 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него рыбу. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **НА ПАРУ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: к этому блюду лучше всего подойдет сливочный соус.

Свинина на пару с картофелем

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 300 г
- Картофель — 500 г
- Горчица — 20 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать на стейки толщиной 2 см, натереть солью, специями, горчицей. Поставить в холодильник на 2 часа. Картофель нарезать кубиками 4х4 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него свинину и картофель. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **НА ПАРУ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Блюда на пару



Совет: подавайте к столу с соусом ткемали.



Котлеты куриные на пару с рисом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 600 г
- Рис шлифованный — 300 г
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 6 г
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, вместе с луком и чесноком пропустить через мясорубку, добавить соль, специи, вымесить фарш, сформировать из него котлеты. Рис промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и перемешать. На чашу установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него котлеты. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **РИС - КРУПЫ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: рис получится золотистым, если в него добавить щепотку карри.

Манты

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

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

Для фарша:

- Говядина (филе) — 300 г
- Свинина (филе) — 300 г
- Яйцо — 100 г (2 шт.)
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 5 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Замесить тесто: в муке сделать небольшое углубление, аккуратно разбить в него яйца, добавить растительное масло, подсоленную воду, перемешать и вымешивать тесто до однородной консистенции. Приготовить фарш: мясо промыть, пропустить с луком и чесноком через мясорубку, добавить яйца, соль, специи и перемешать. Раскатать тесто тонким слоем, вырезать из него кружки. В середину каждого кружка выложить небольшую порцию мясного фарша и круговым движением защипать края теста. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару и выложить в него манты. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **НА ПАРУ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Блюда на пару



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



Форель копченая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Форель (стейк) — 300 г
- «Жидкий дым» — 10 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, натереть солью, специями и «жидким дымом», завернуть в лист фольги, выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте, украсив дольками лайма и авокадо .

Курица копченая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (грудка) — 500 г
- «Жидкий дым» — 13 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, натереть солью, специями и «жидким дымом», завернуть в лист фольги, выложить в чашу мультиварки. Заккрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Копчение



Совет: чтобы придать курице пикантный вкус, добавьте к специям измельченный чеснок.



Свинина копченая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (шея) — 600 г
- «Жидкий дым» — 14 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать на порционные куски, натереть солью, специями и «жидким дымом». Каждый кусок завернуть в лист фольги и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с брусничным и гранатовым соусами.

Греча рассыпчатая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Греча (ядрица) — 260 г
- Масло сливочное — 20 г
- Вода — 600 мл
- Соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крупу промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее гречу, залить водой, добавить соль и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **РИС-КРУПЫ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Гарниры



Совет: при подаче выложите на гречу кусочек сливочного масла.



Рис отварной рассыпчатый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис (шлифованный) — 260 г
- Масло сливочное — 20 г
- Вода — 380 мл
- Соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее промытый рис, залить водой, добавить соль и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **РИС-КРУПЫ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: чтобы придать рису насыщенный золотистый цвет, добавьте в него щепотку куркумы.

Рис для гарнира

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис (шлифованный) — 200 г
- Морковь — 130 г
- Лук репчатый — 50 г
- Оливки — 50 г
- Чеснок — 5 г
- Масло оливковое — 40 мл
- Вода — 270 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды, морковь и чеснок натереть на крупной терке, лук нарезать кубиками по 0,5 см, оливки разрезать пополам. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, налить воду, добавить соль, специи и оливковое масло. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **РИС-КРУПЫ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.



Гарниры

Совет: вкус гарнира станет более насыщенным, если вместо воды использовать мясной бульон или овощной отвар.

Пюре картофельное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель разрезать на шесть частей, выложить в чашу мультиварки, залить молоком и водой, добавить сливочное масло и соль. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: при подаче положите в горячее пюре кусочек сливочного масла и посырьте мелконарезанным укропом.

Макароны

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Макаронные изделия — 240 г
- Масло растительное — 20 мл
- Вода — 1 л
- Соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В чашу мультиварки налить воду, добавить соль и растительное масло. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **18 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 8 минут до окончания приготовления открыть крышку, засыпать макароны, перемешать. Закрывать крышку. Готовить до окончания программы.

Гарниры



Совет: подавайте блюдо, посыпав его тертым сыром.



Фасоль красная отварная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фасоль красная — 500 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фасоль залить кипятком и дать постоять 1 час, затем откинуть на сито и дать стечь воде. Выложить фасоль в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и специи. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: при приготовлении добавьте в фасоль тимьян и розмарин.

Паштет из куриной печени

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Печень куриная — 380 г
- Лук репчатый — 100 г
- Крупа манная — 40 г
- Сливки 10% — 40 мл
- Масло сливочное — 10 г
- Мускатный орех (тертый)
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Куриную печень промыть, вместе с луком дважды пропустить через мясорубку. В полученный фарш добавить сливки, манную крупу, соль, специи, тертый мускатный орех (на кончике ножа) и взбить миксером до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить на дно полученную массу и разровнять. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Закуски и салаты



Совет: из специй рекомендуем использовать базилик и тмин.

Буженина

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, натереть смесью оливкового масла, соли и специй. В мясе сделать надрезы ножом, нашпиговать зубчиками чеснока и поставить в холодильник мариноваться в течение 4-8 часов. Замаринованное мясо выложить в чашу мультиварки. Кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Обжаривать мясо со всех сторон при открытой крышке до окончания программы. Нажать кнопку **Подогрев/Отмена**. Залить в чашу воду, закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: горячую буженину можно подавать с гарниром, охлажденную — в качестве закуски.

Холодец

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Морковь нарезать кружочками, лук — кольцами. Чеснок измельчить ножом. Свиные ножки промыть, выложить в чашу мультиварки, добавить лук, морковь, соль и специи. Залить водой до отметки максимального уровня. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **8 часов**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы, после чего дать остыть. Бульон процедить, отделить мясо от костей. Кусочки мяса разложить по формочкам для холодца, залить бульоном и поставить в холодильник до полного застывания.

Закуски и салаты



Совет: подавайте холодец с горчицей и хреном.



Фондю сырное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сыр чеддер — 350 г
- Вино сухое белое — 150 мл
- Сливки 22% — 75 мл
- Чеснок — 10 г
- Крахмал — 10 г
- Вода — 50 мл
- Сахар
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Сыр натереть на мелкой терке, чеснок измельчить ножом. Сливки, воду, крахмал и сахар смешать в отдельной емкости до однородной массы. В чашу мультиварки налить вино. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 5 минут до окончания приготовления открыть крышку, добавить в вино чеснок, сыр, постоянно помешивая, чтобы получалась однородная масса. Не прекращая помешивать, добавить смесь воды, сливок и крахмала. Помешивать массу венчиком до окончания программы.

Совет: готовое фондю подавайте к столу с французским багетом.

Теплый салат с креветками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Креветки промыть и очистить от панциря, удалить внутренности. Кабачки очистить от кожицы и нарезать кружочками толщиной около 0,5 см. Авокадо очистить от кожуры, вынуть косточку, нарезать кубиками по 1 см. Корень имбиря очистить и натереть на мелкой терке. Помидоры разрезать пополам, базилик измельчить ножом. Листья салата нарвать руками. В отдельной емкости смешать авокадо, помидоры и салат, добавить имбирь, базилик, оливковое масло и перемешать. В чашу мультиварки налить растительное масло, на дно выложить в один слой креветки и кружочки кабачка. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 2 минуты до окончания приготовления открыть крышку, перевернуть кабачки с креветками. Закрыть крышку и готовить до окончания программы. Готовые креветки с кабачком добавить в приготовленную фруктово-овощную смесь и перемешать.

Закуски и салаты



Совет: можно использовать рукколу или любой другой салат.

Тесто дрожжевое

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Мука пшеничная (высший сорт) — 600 г
- Сахар — 20 г
- Дрожжи (сухие) — 15 г
- Соль — 5 г
- Масло растительное — 10 мл
- Вода (комнатной температуры) — 300 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи. Продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду. Месить тесто руками, пока оно не начнет отставать от стенок емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, выложить в нее тесто. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЙОГУРТ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: дрожжевое тесто прекрасно подойдет для выпечки пирогов и пиццы.

Пицца с салями

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тесто дрожжевое (см. рецепт стр. 92) — 250 г
- Сыр твердый — 60 г
- Помидоры черри — 60 г
- Салями — 40 г
- Томатная паста — 20 г
- Майонез — 20 г
- Оливки — 15 г
- Масло сливочное — 15 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Подготовить начинку: салями нарезать тонкой соломкой, помидоры — кружочками, оливки — колечками. Приготовить соус: томатную пасту смешать с майонезом, солью и специями до однородной массы. Дрожжевое тесто раскатать в круг соответственно диаметру чаши толщиной 0,5 см. Сыр натереть на крупной терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить тесто, смазать его соусом, сверху выложить начинку и присыпать сыром. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Выпечка



Совет: в соус можно добавить сушеный базилик — это придаст пикантность вкусу пиццы.



Пицца с морепродуктами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тесто дрожжевое (см. рецепт стр. 92) — 250 г
- Сыр твердый — 60 г
- Помидоры черри — 60 г
- Коктейль из морепродуктов — 40 г
- Оливки — 15 г
- Томатная паста — 15 г
- Сметана 20% — 15 г
- Масло сливочное — 15 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Подготовить начинку: коктейль из морепродуктов разморозить, промыть и откинуть на сито, чтобы стекла вода, помидоры нарезать кружочками, оливки — колечками. Приготовить соус: томатную пасту смешать со сметаной, солью и специями до однородной массы. Дрожжевое тесто раскатать в круг соответственно диаметру чаши толщиной 0,5 см. Сыр натереть на крупной терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить тесто, смазать его соусом, сверху равномерно выложить начинку и посыпать сыром. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй к этой пицце отлично подойдет орегано.

Пирог рыбный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тесто слоеное (свежемороженное) — 400 г
- Сайра (консервированная) — 250 г
- Картофель — 150 г
- Яйцо вареное — 50 г (1 шт.)
- Лук зеленый — 50 г
- Масло сливочное — 10 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Консервированную рыбу размять вилкой, картофель нарезать тонкими кружочками. Яйцо натереть на крупной терке, зеленый лук измельчить ножом, добавить рыбу, все перемешать. Тесто разделить на две части и раскатать толщиной 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить первую часть теста, сверху равномерно распределить рыбную начинку, затем выложить кружочки картофеля, посыпать солью и специями. Накрыть второй частью теста, защипать края и сделать несколько проколов вилкой. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы, после чего нажать кнопку **Отмена**, открыть крышку и перевернуть пирог. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Выпечка



Совет: при желании можно отварить рыбу для начинки самостоятельно.



Совет: готовый хлеб подавайте с ореховой пастой.

Хлеб ржано-пшеничный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Мука пшеничная (высший сорт) — 300 г
- Мука ржаная обдирная — 50 г
- Мука гречневая — 50 г
- Мед — 40 г
- Солод ферментированный — 15 г
- Кедровые орехи — 15 г
- Дрожжи (сухие) — 10 г
- Тмин (зерна) — 5 г
- Масло оливковое — 40 мл
- Масло растительное — 10 мл
- Вода — 280 мл
- Соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Пшеничную муку просеять в отдельную емкость, добавить гречневую и ржаную муку, соль, ферментированный солод, тмин и дрожжи, все перемешать. Не переставая помешивать, влить тонкой струйкой воду комнатной температуры, мед и оливковое масло. Тесто вымесить руками до получения однородной массы. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, выложить в нее тесто. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЙОГУРТ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. После звукового сигнала нажать кнопку **Подогрев/Отмена**. Выложить тесто на доску, обмять, хорошо вымесить. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, в нее выложить тесто, разровнять. Сверху посыпать кедровыми орешками и слегка примять. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЙОГУРТ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. После звукового сигнала нажать кнопку **Подогрев/Отмена**. Не открывая крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Хлеб белый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Мука пшеничная (высший сорт) — 850 г
- Сахар — 30 г
- Дрожжи (сухие) — 15 г
- Соль — 10 г
- Масло растительное — 40 мл
- Вода (комнатной температуры) — 500 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи. Не переставая помешивать, влить тонкой струйкой воду и растительное масло. Месить тесто руками, пока оно не начнет отставать от стенок посуды. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, выложить в нее тесто и разровнять. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЙОГУРТ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. После звукового сигнала нажать кнопку **Подогрев/Отмена**. Не открывая крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. После звукового сигнала нажать кнопку **Подогрев/Отмена**, открыть крышку, аккуратно перевернуть хлеб и закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовый хлеб вынуть из чаши и дать ему остыть в течение 30 минут.

Выпечка



Совет: этот хлеб замечательно подойдет для приготовления тартинков и сэндвичей.



Шарлотка с яблоками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яблоки — 430 г
- Яйцо — 250 г (5 шт.)
- Сахар — 200 г
- Мука пшеничная (высший сорт) — 180 г
- Разрыхлитель — 10 г
- Масло сливочное — 10 г
- Корица

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яблоки очистить от семян, нарезать ломтиками толщиной 0,5 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить яблоки на дно чаши. В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавить муку, разрыхлитель, корицу и тщательно перемешать до однородной массы. Залить яблоки получившимся тестом. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: вместо яблок можно использовать груши.

Творожный пирог

Выпечка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Творог 9% — 500 г
- Яйцо — 250 г (5 шт.)
- Апельсин — 120 г
- Клубника (свежая) — 50 г
- Сахар — 50 г
- Мука — 40 г
- Масло сливочное — 10 г
- Соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Белки отделить от желтков. В белки добавить соль и взбить миксером до устойчивой пены. Апельсин очистить от кожуры и вместе с клубникой нарезать ломтиками примерно по 0,3 см. Творог, желтки, сахар и муку смешать миксером до однородной массы, добавить в нее взбитые белки и аккуратно перемешать лопаткой. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить на дно половину творожной массы. Сверху выложить слоями апельсины и клубнику. Оставшуюся часть массы выложить сверху и разровнять. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.



Совет: вместо апельсинов и клубники можно использовать любые свежие фрукты.



Бисквит простой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 300 г (6 шт.)
- Мука пшеничная (высший сорт) — 180 г
- Сахар — 150 г
- Масло сливочное — 10 г
- Разрыхлитель — 5 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавить муку, разрыхлитель и тщательно перемешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить в нее получившееся тесто. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: украсьте бисквит дольками свежих фруктов и взбитыми сливками.

Кекс шоколадный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 200 г (4 шт.)
- Сахар — 150 г
- Масло сливочное — 150 г
- Мука пшеничная (высший сорт) — 110 г
- Шоколад черный (горький) — 60 г
- Разрыхлитель — 10 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шоколад натереть на мелкой терке, сливочное масло размять. В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавить сливочное масло, муку, тертый шоколад, разрыхлитель и тщательно перемешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить получившееся тесто. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.



Выпечка

Совет: готовый кекс можно украсить шоколадной глазурью.

Кекс бананово-ореховый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Мука пшеничная (высший сорт) — 560 г
- Банан — 380 г
- Грецкий орех — 200 г
- Сахар — 190 г
- Яйцо — 150 г (3 шт.)
- Масло сливочное — 150 г
- Разрыхлитель — 20 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яйца взбить с сахаром до стойкой пены, сливочное масло размягчить. Постоянно помешивая, добавить сливочное масло, муку, разрыхлитель. Грецкий орех и банан пропустить через мясорубку, полученную смесь аккуратно вносить в тесто и перемешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить на дно получившееся тесто и разровнять. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы, после чего нажать кнопку **Отмена**, открыть крышку и аккуратно перевернуть кекс. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: кекс получится более сочным, если его разделить на коржи и пропитать вишневым сиропом.

Кекс медовый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Мука пшеничная (высший сорт) — 300 г
- Яйцо — 250 г (5 шт.)
- Мед — 240 г
- Масло сливочное — 50 г
- Сахар ванильный — 1 г
- Разрыхлитель — 5 г
- Соль — 1 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яйцо взбить с солью до стойкой пены. Не переставая взбивать, добавить мед, разрыхлитель и ванильный сахар. Затем, продолжая мешать, понемногу добавить муку и вымешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, налить в нее тесто. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Выпечка



Совет: перед подачей посыпьте кекс корицей.



Варенье из лесных ягод

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Лесные ягоды (сбор) — 800 г
- Сахар — 800 г
- Вода — 250 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В чашу мультиварки выложить сбор лесных ягод, добавить сахар, залить водой и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: щепотка ванильного сахара или корицы придаст варенью изысканный аромат.

Фондю шоколадное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Шоколад черный (горький) — 200 г
- Сливки 22% — 200 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Плитку шоколада разломать на дольки, выложить в чашу мультиварки и залить сливками. Кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Помешивать массу при открытой крышке до окончания программы.

Десерты



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



Яблоки медовые

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яблоки — 300 г
- Мед — 60 г
- Корица (молотая)

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С яблока срезать верхнюю часть и вырезать из плода сердцевину и мякоть таким образом, чтобы стенки яблока были не тоньше 2 см. В образовавшуюся выемку положить мед и добавить щепотку корицы. Накрыть яблоко верхней частью и положить в чашу мультиварки так, чтобы мед не вытек. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: очищая яблоко от сердцевины, не делайте стенки слишком тонкими, чтобы мед не вытек.

Панна котта шоколадная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шоколад натереть на мелкой терке. Желатин залить холодной водой на 1 минуту и отжать. В чашу мультиварки залить молоко и сливки, добавить тертый шоколад, сахар, ванилин и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 5 минут до окончания приготовления открыть крышку, добавить желатин и, помешивая, готовить до окончания программы. Готовую смесь разлить по формочкам и поставить в холодильник на 5–6 часов для застывания.

Десерты



Совет: подавайте этот десерт с шоколадным топпингом и свежими фруктами.



Изюм с курагой в медовом желе

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Мед — 90 г
- Курага — 60 г
- Изюм — 60 г
- Желатин листовой — 12 г
- Лимон (сок) — 5 г
- Вода — 330 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курагу и изюм промыть, залить кипятком на 5 минут, откинуть на сито и дать стечь воде. Курагу нарезать кубиками 1х1 см. Мед растворить в воде, опустить в нее желатин на 30 минут, после чего перемешать до полного его растворения. В чашу мультиварки выложить изюм и курагу, залить смесью воды с медом и желатином, перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовую смесь разлить по формочкам и поставить в холодильник на 5-6 часов для застывания.

Совет: перед подачей украсьте десерт взбитыми сливками.

Йогурт классический

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Молоко, сливки и простоквашу комнатной температуры смешать в отдельной емкости, затем перелить в чашу мультиварки. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЙОГУРТ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **12 часов**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.



Напитки

Совет: подавайте с ягодным топпингом и дроблеными орехами.



Йогурт с фруктами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Простокваша 2,5% — 350 мл
- Молоко 3,2% — 300 мл
- Сливки 10% — 300 мл
- Яблоки зеленые — 100 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яблоки очистить от семян и сердцевины, нарезать кубиками 1х1 см. Молоко, сливки и простоквашу комнатной температуры смешать в отдельной емкости, затем перелить в чашу мультиварки, добавить яблоки и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ЙОГУРТ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **12 часов**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: вместо яблок можно использовать любые другие фрукты (кроме киви).

Глинтвейн

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В чашу мультиварки выложить все ингредиенты, все тщательно перемешать. Закрывать крышку. Нажать кнопку **Подогрев/Отмена**. Через час повторно нажать ту же кнопку. Глинтвейн готов.

Напитки



Совет: померанцевую корку можно заменить апельсиновой цедрой.

Морс ягодный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Ягоды промыть. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ВАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 30 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: вместо брусники можно использовать любые другие ягоды или ягодный сбор.

Напиток фруктовый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ВАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Напитки



Совет: чтобы напиток получился чуть кисловатым, добавьте в него сок цитрусовых.

Компот из сухофруктов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Сухофрукты промыть, откинуть на сито и дать воде стечь. Поместить сухофрукты в чашу мультиварки, добавить сахар, залить водой и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ВАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Совет: перед тем, как подавать компот, дайте ему настояться.

Лечо домашнее

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Помидоры пропустить через мясорубку. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать дольками шириной 1,5 см. Чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки, добавить масло, сахар, соль, чеснок и уксус. Все тщательно перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы лечо готово к консервации.

Консервация



Совет: для придания лечо пикантного вкуса во время приготовления добавьте в него чайную ложку хрена.



Совет: подавайте лечо к жареному мясу.

Лечо по-казански

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Помидоры и морковь пропустить через мясорубку. Зелень, чеснок, перец чили измельчить ножом. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать кольцами. Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, сахар, уксус и соль. Все тщательно перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопки **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы продукт готов к консервации.

Икра кабачковая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кабачки очистить от кожицы и семян, нарезать кубиками по 1,5-2 см. Морковь натереть на крупной терке. Лук нарезать полукольцами. Чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки налить масло, выложить лук, морковь и чеснок. Все перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Открыть крышку, добавить в чашу кабачки и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Содержимое чаши пропустить через мясорубку, снова выложить в чашу мультиварки, добавить сахар, соль, перец, уксус. Все тщательно перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы икра готова к консервации.

Консервация



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



Совет: перед консервацией в 1 литре воды растворите 30 г соли и вымочите в этом растворе огурцы в течение 30 минут.

Маринад для огурцов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ВАРКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы маринад готов к консервации.

Маринад для помидоров

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты поместить в чашу мультиварки и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы маринад готов к консервации.

Консервация



Совет: чтобы помидоры были более пикантными на вкус, сделайте в них небольшой надрез и вставьте в него зубчик чеснока, на дно банки уложите веточки укропа.



Грибы маринованные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Грибы выложить в чашу мультиварки, залить 1 литром воды. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы нажать кнопку **Подогрев/Отмена**. Открыть крышку, слить из чаши воду. Залить 1 литр воды, добавить уксус, соль, сахар, лавровый лист, черный и душистый перец, гвоздику, чеснок. Все тщательно перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы грибы готовы к консервации.

Совет: если вы маринуете подосиновики, перед варкой вымочите их 8-10 часов в холодной воде, 3-4 раза меняя ее, чтобы из грибов вышла горечь.



ДЕТСКОЕ МЕНЮ

REDMOND

Для самых маленьких

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

До года ребенок должен получать пищу в строго установленные часы. Благодаря функции отложенного старта мультиварка **REDMOND RMC-M4500** поможет вам готовить продукты к нужному времени, тем самым не нарушая режим питания малыша.

Ближе к году в детском меню появляются молочные каши, протертые ягоды, перемолотое мясо, тушеные блюда из овощей и фруктов, приготовленные заботливыми маминими 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 RMC-M4500**, оснащенная автоматическими программами. Она подарит вам возможность проводить больше времени с ребенком за веселыми и по-

знавательными 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 **REDMOND RMC-M4500** можно не только готовить, но и стерилизовать бутылочки. А когда ваш ребенок дорастет до «взрослого» меню, это multifunctional устройство позволит готовить разнообразные блюда для всей семьи.

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

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

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

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







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 молоко и воду, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу перемешать.

Совет: с четырех месяцев.

Каша рисовая протертая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить рис, залить молоко и воду, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.

Детское меню



Совет: с четырех месяцев.



Пюре фруктовое

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фрукты очистить от кожицы и сердцевины с семенами, нарезать кубиками по 3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, равномерно выложить в него фрукты и полить фруктозным сиропом. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **НА ПАРУ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы фрукты переложить в отдельную емкость и 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, выложить в чашу мультиварки. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ВЫПЕЧКА**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы нажать кнопку **Подогрев/Отмена**. Открыть крышку, добавить в чашу фруктозный сироп, солевой раствор, залить воду и молоко. Перемешать, закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито, залить получившимся отваром и перемешать.

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
- Соль — 3 г
- Вода — 300 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Овощи очистить и замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см, выложить в чашу мультиварки. Залить водой, добавить соль. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По окончании программы нажать кнопку **Подогрев/Отмена**. Полученный овощной бульон процедить. Чашу смазать сливочным маслом, залить бульон, высыпать манку и тщательно перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы, после чего кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.

Каша манная с яблочным пюре

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины с семенами, натереть на мелкой терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить крупу, залить молоко, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 5 минут до завершения приготовления открыть крышку, добавить тертое яблоко и тщательно 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
- Масло сливочное — 5 г
- Фруктозный сироп — 5 мл
- 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 налить воду и оставшееся молоко, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 5 минут до завершения приготовления открыть крышку, добавить мучную смесь и тщательно перемешать до однородной массы. Закрыть крышку и готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.

Пюре рыбное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу очистить от кожи и костей, промыть. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него рыбу, полить солевым раствором. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **НА ПАРУ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. По завершении программы рыбу переложить в отдельную емкость, добавить молоко и 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 — 5 г
- Солевой раствор — 3 мл
- Вода — 450 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, нарезать кубиками по 0,5 см, выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Затем нажать кнопку **Подогрев/Отмена**. Полученный бульон процедить. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, засыпать в нее манку, залить бульон и тщательно перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** 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 кожицы и семян, нарезать кубиками по 1 см, капусту измельчить ножом. Овощи замочить в холодной воде на 1 час. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить подготовленные овощи, залить воду, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы, после чего овощи переложить в отдельную емкость, залить получившимся отваром и взбить блендером до однородной массы.

Детское меню



Совет: с семи месяцев.



Пюре овощное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Овощи замочить в холодной воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить подготовленные овощи, залить воду, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы, после чего овощи переложить в отдельную емкость, залить получившимся отваром и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с семи месяцев.

Отвар из шиповника

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Плоды шиповника перебрать и промыть, выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить фруктозу и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопки **Час** и **Мин** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовому отвару дать настояться 6-8 часов, после чего процедить.

Детское меню



Совет: с семи месяцев.



Каша рисовая с творогом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить рис, залить воду, добавить фруктозу и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **МОЛОЧНАЯ КАША**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовый рис переложить в отдельную емкость, добавить к нему творог и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

Бульон мясной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать кубиками по 1 см. Овощи промыть, замочить в холодной воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 0,5-1 см. Петрушку крупно нарезать ножом. Мясо, овощи и зелень выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Получившийся бульон процедить.

Детское меню



Совет: с восьми месяцев.



Суп-пюре из курицы

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 70 г
- Молоко 2,5% — 50 мл
- Мука пшеничная (высший сорт) — 5 г
- Масло сливочное — 5 г
- Лук репчатый — 5 г
- Солевой раствор — 3 мл
- Вода — 200 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе курицы промыть, вместе с луком дважды пропустить через мясорубку. 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. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** 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 говяжья — 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, вырезать прожилки, срезать пленку и пропустить через мясорубку. Хлеб замочить в молоке на 10 минут, затем пропустить через мясорубку. Печень смешать с хлебом, добавить желток, тщательно перемешать и протереть через сито. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее полученную массу, залить овощной отвар, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и тщательно размешать венчиком.

Детское меню



Совет: с восьми месяцев.

Суп-пюре картофельный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель промыть, замочить в холодной воде на 1 час, нарезать кубиками по 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее картофель, залить молоко и воду, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовый картофель вместе с отваром протереть через сито и перемешать до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

Котлеты на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Хлеб замочить в 60 мл воды на 10 минут. Мясо промыть, вместе с хлебом дважды пропустить через мясорубку. Добавить в фарш солевой раствор, вымесить до однородной массы и сформировать котлеты. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку и выложить в него котлеты. Закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **НА ПАРУ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.



Детское меню

Совет: с восьми месяцев.



Пюре из индейки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С горошка слить жидкость и промыть. Филе индейки промыть, дважды пропустить через мясорубку. Фарш и горошек выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**. Нажатием кнопок **Час** и **Мин** установить **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовый фарш с горошком переложить в отдельную емкость, добавить 50 мл бульона и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с одиннадцати месяцев.

Стерилизация

Пока иммунитет малыша не окреп в достаточной степени, стерилизация посуды для питания поможет защитить его от многих вредных бактерий. Наиболее эффективными считаются способы стерилизации с помощью воды (автоклав) или пара. В мультиварке **REDMOND RMC-M4500** можно создать как паровой, так и водяной (медицинский) способы стерилизации, которые являются быстрыми, простыми и эффективными.

Для бутылочек и крупных предметов:

1. Бутылочки для кормления наполните водой, герметично закройте крышками и разместите в чаше. Наполните чашу водой до горловины бутылочек.
2. Установите чашу в мультиварку, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
3. Нажатием кнопки **«МЕНЮ»** выберите программу **«СУП»**, по умолчанию в этой программе время приготовления составляет **60 минут**.
4. Нажмите кнопку **«Старт»**. Выполнение установленной программы приготовления и обратный отсчет времени работы программы начнется после выхода прибора на заданный температурный режим.
5. По завершении программы приготовления раздастся звуковой сигнал. Автоматически включится функция поддержания температуры и загорится индикатор кнопки **«Подогрев/Отмена»**. Отключить функцию можно нажатием кнопки **«Подогрев/Отмена»**.
6. Для отмены введенной программы или прерывания процесса тепловой обработки нажмите кнопку **«Подогрев/Отмена»**.

***Вода должна доходить до горлышка бутылок.**



Для сосок и мелких предметов:

1. Мелкие предметы (соски, столовые приборы, прорезыватели и т. д.) разместите в контейнере для приготовления на пару.
2. Залейте в чашу 600-1000 мл воды, установите чашу в мультиварку, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом. Установите контейнер в чашу.
3. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
4. Нажатием кнопки **«Меню»** выберите программу **«НА ПАРУ»**.
5. Нажатием кнопок **«Час»** и **«Мин»** установите время работы программы **1 час**. По умолчанию в программе **«НА ПАРУ»** время приготовления составляет **30 минут**.
6. Нажмите кнопку **«Старт»**. Загорится индикатор кнопки **«Старт»**. Выполнение установленной программы приготовления и обратный отсчет времени работы программы начнется после выхода прибора на заданный температурный режим.
7. По завершении программы приготовления прозвучит звуковой сигнал. Автоматически включится функция поддержания температуры и загорится индикатор кнопки **«Подогрев/Отмена»**. Отключить функцию можно нажатием кнопки **«Подогрев/Отмена»**.
8. Для отмены введенной программы или прерывания процесса тепловой обработки нажмите кнопку **«Подогрев/Отмена»**.



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

Пастеризация

Пастеризация – процесс разового нагревания жидких продуктов до 60°C в течение 1 часа либо до температуры 70°-80°C на несколько минут. Применяется для обеззараживания продуктов, а также для продления срока их хранения. Пищевая ценность продуктов при пастеризации практически не изменяется, сохраняются все вкусовые качества и ценные компоненты (витамины, ферменты). Пастеризованные продукты необходимо хранить при пониженных температурах не более 24 часов. В мультиварке **REDMOND RMC-M4500** можно пастеризовать продукты, используя функцию подогрева.



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

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

ТАБЛИЦА ВРЕМЕНИ ПАСТЕРИЗАЦИИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ОБЪЕМА ЖИДКОСТИ

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

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 подкопченная	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 пшеничная	11,5	3,3	66,5	348
Кукуруза (консервированная)	2,2	0,4	11,2	58
Курага	5,2	0	55	234
Курица (голень)	25,2	7,4	0	170
Курица (желудок)	21	6,4	0,6	130
Курица копченая	19	9	0	157,4
Курица (крылья)	21,3	11	0	185
Курица (сердце)	12,7	11,5	0,7	157
Курица (филе)	25,2	7,4	0	170
Лапша пшеничная	10	4	54	294
Лимонный сок	0,9	0,1	3	16
Лист салата	1,5	0,2	2,3	17
Листья винограда	0,6	0,6	15,4	70
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
Малоко 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
Маргарин	0,3	82	21	743
Масло оливковое	0	99,8	0	898
Масло растительное	0	99,9	0	899
Масло сливочное	0,5	82,5	0	748
Мед	0,7	0	80,3	314
Минтай	15,9	0,9	0	71,7
Молоко 3,2%	2,8	3,2	4,7	58
Морепродукты	19,9	0,8	1,1	91
Морковь	1,3	0,1	7,2	34
Мука пшеничная	10,3	1,1	68,9	334
Мука ржаная	6,9	1,4	67,3	304
Мука гречневая	13	6,8	64,9	369
Мука рисовая	9	2	79	347
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 соленные	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
Патака	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
Репа	1,5	0	2,2	28
Соус барбекю	0,6	0,7	39,4	166
Сайра (консервированная)	18,3	23,3	0	283
Сахар	0	0	99,8	379
Свекла	1,5	0,1	9,1	42
Свинина (ноги)	23,5	15,6	0	234
Свинина (ребра)	10	52,7	0	514
Свинина (фарш)	10,8	44,3	0	449,2
Свинина (филе)	15	27,2	0	305
Свинина (шея)	13,6	31,9	0	343
Семга	20,8	15,1	0	140
Сельдь	17	8,5	0	145
Сливки 10%	3	10	4	118
Сливки 33%	2,5	33	3	337
Смесь «8 злаков»	8,4	0,9	5,9	245
Сметана 20%	2,8	20	3,2	206

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Соевый соус	2,3	0	43	183
Сухари панировочные	8	9	53	348
Сыр плавленый	24	13,5	0	226
Сыр твердый	23	29	0	360
Сахар ванильный	0	0	94,8	379
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
Яйцо (60 г)	12,7	11,5	0,7	157

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slight shadow on the right side, suggesting it's resting on a surface.

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slight shadow on the right side, suggesting it's resting on a surface.

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

[illegible]

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



REDMOND в социальных сетях:



vk.com/multipro



www.odnoklassniki.ru/multivarkapro



www.facebook.com/redmond.official



www.youtube.com/user/RedmondRussia



redmond-russia.livejournal.com



instagram.com/redmond_multicookers



twitter.com/Redmond_IG

www.multivarka.pro

www.redmond-ig.com

REDMOND Industrial Group LLC, USA

Printed in Finland



Дата выпуска: 17.02.2014