

Перед вами — настольная книга шеф-повара. Именно таким статусом вас наградят близкие люди после покупки мультиварки REDMOND RMC-M45021. 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-M45021 — ее универсальность. Этот компактный прибор оттеснит на дальний план целый ряд кухонной техники. 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.

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

Каждое блюдо, приготовленное в мультиварке REDMOND RMC-M45021, не только вкусное, но и полезное. Приятного аппетита вам и вашим близким!

О МУЛЬТИВАРКАХ REDMOND



Мультиварка REDMOND RMC-M45021 — 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

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

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

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



ОГЛАВЛЕНИЕ

Модельный ряд мультиварок REDMOND.....	4
Описание модели.....	6
Дополнительная комплектация.....	11
Фотоменю.....	13
Рекомендации и требования к процессу приготовления блюд.....	17
Каши.....	18
Супы.....	23
Вторые блюда.....	38
Гарниры.....	71
Блюда на пару.....	77
Копчение.....	82
Закуски и салаты.....	85
Выпечка.....	95
Десерты.....	105
Напитки.....	108
Консервация.....	113
Детское меню.....	120
Стерилизация.....	141
Пастеризация.....	143
Подогрев детского питания.....	144
Таблица калорийности.....	145

Модельный ряд мультиварок REDMOND

С мультиваркой **REDMOND** приготовление вкусной и полезной пищи станет для вас любимым ежедневным занятием. Специальные автоматические программы значительно сократят ваше время на готовку, при этом в каждом продукте сохраняются все витамины и микроэлементы. Рецепты книги, которую вы держите в руках, разработаны профессиональными поварами, а для их «тестирования» были приглашены обычные, неискушенные в кулинарном искусстве люди.

Полезную информацию о мультиварках, новинках и акциях, рецепты разнообразных блюд и кулинарные видеоролики вы сможете найти на официальном сайте, который посвящен мультиваркам **REDMOND** в России, — www.multivarka.pro.

Мультиварка RMC-M4505



- Мощность 500 Вт
- Общий объем чаши — 3 л
- Чаша с антипригарным тефлоновым покрытием
- Съёмный паровой клапан
- Электронный тип управления
- Функция поддержания температуры готовых блюд
- Функция отложенного старта
- 10 автоматических программ:
варка на пару, жарка, тушение, выпечка, рис, плов, молочная каша, гречка, суп, подогрев

Мультиварка RMC-M70



- Мощность 860 Вт
- Общий объем чаши — 5 л
- Чаша с антипригарным керамическим покрытием
- Съёмный паровой клапан
- ЖК-дисплей
- Микропроцессорный тип управления
- Функция поддержания температуры готовых блюд
- Функция отложенного старта
- Выбор вида продукта
- Подогрев
- Отключение автоподогрева
- Выбор температуры приготовления
- Запоминание настроек времени приготовления последнего блюда на каждой программе
- 42 программы — 26 ручной настройки и 16 автоматических: пар (мясо, рыба, овощи), жарка (мясо, рыба, овощи), паста, тушение (мясо, рыба, овощи), рис/крупа, плов, молочная каша, суп, выпечка, мультиповар (диапазон изменения температуры — от 35 до 160 °С)

Мультиварка-скороварка RMC-M4504



- Мощность 900 Вт
- Общий объем чаши — 5 л
- Чаша с антипригарным тефлоновым покрытием
- Съёмный паровой клапан
- Электронный тип управления
- Диапазон установки времени приготовления от 1 до 120 минут
- Функция поддержания температуры готовых блюд
- Функция отложенного старта процесса приготовления
- 5 универсальных программ для приготовления под давлением
- 5 универсальных программ для приготовления без давления
- Подогрев

Мультиварка RMC-M20



- Мощность 800 Вт
- Общий объем чаши — 5 л
- Чаша с антипригарным тефлоновым покрытием
- Съёмный паровой клапан
- Электронный тип управления
- Функция поддержания температуры готовых блюд
- Функция отложенного старта
- 10 автоматических программ: варка на пару, жарка, тушение, выпечка, рис, плов, молочная каша, гречка, суп, йогурт

Мультиварка RMC-4503



- Мощность 800 Вт
- Общий объем чаши — 5 л
- Чаша с антипригарным тефлоновым покрытием
- Съёмный паровой клапан
- Электронный тип управления
- Функция поддержания температуры готовых блюд
- Функция отложенного старта
- 10 автоматических программ: варка на пару, тушение, жарка, выпечка, рис, плов, молочная каша, гречка, суп, подогрев

Мультиварка RMC-M10



- Мощность 500 Вт
- Общий объем чаши — 3 л
- Чаша с антипригарным тефлоновым покрытием
- Съёмный паровой клапан
- Электронный тип управления
- Функция поддержания температуры готовых блюд
- Функция отложенного старта
- 10 автоматических программ: варка на пару, жарка, тушение, выпечка, рис, плов, молочная каша, гречка, суп, йогурт

Мультиварка **RMC-M45021**

Технические характеристики

- Мощность 860 Вт
- Общий объем чаши — 5 л
- Чаша с керамическим покрытием Anato® (Корея)
- Съёмный паровой клапан
- ЖК-дисплей
- Функция поддержания температуры готовых блюд
- Функция отложенного старта
- Подогрев
- Выбор вида продукта
- 34 программы — 18 ручной настройки и 16 автоматических: пар (мясо, рыба, овощи), жарка (мясо, рыба, овощи), паста, тушение, обычная варка, экспресс-варка, каша, выпечка, суп, мультиповар (мясо, рыба, овощи; диапазон изменения температуры — от 40 до 160 °С, диапазон изменения времени — от 5 минут до 12 часов)



верхний
нагревательный
элемент

цифровая панель
управления с
ЖК-дисплеем
на русском языке

боковой
нагревательный
элемент

нижний
нагревательный
элемент

разборная крышка

открытие крышки одним
нажатием

панель управления
на русском языке

программа
МУЛЬТИПОВАР
с возможностью
установки времени
от 5 минут до 12 часов
и температуры
от 40 до 160 °С

34 | **16** АВТОМАТИЧЕСКИХ
ПРОГРАММЫ | ПРОГРАММ
18 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ
ПРОГРАММ



3D
НАГРЕВ

Чаша 5 л

Программа МУЛЬТИПОВАР

Благодаря универсальной программе МУЛЬТИПОВАР, предоставляющей возможность вручную изменять температуру от 40 до 160 °С (шаг изменения — 20 °С) и время приготовления от 5 минут до 12 часов (шаг изменения — 5 минут), вы будете готовить практически любые блюда. МУЛЬТИПОВАР — прекрасная альтернатива автоматическим программам приготовления, которая позволит вам реализовать все кулинарные фантазии, ориентируясь на свой вкус и гастрономические предпочтения.



Дополнительные рекомендации по приготовлению блюд на заданных температурах

Рабочая температура	Рекомендации по использованию
40 °С	Рекомендуется для приготовления йогурта, расстойки теста
60 °С	Рекомендуется для пастеризации и приготовления зеленого чая
80 °С	Рекомендуется для приготовления творога, глинтвейна
100 °С	Рекомендуется для приготовления безе, варенья
120 °С	Рекомендуется для приготовления рульки, тушеного мяса
140 °С	Рекомендуется для копчения, обжаривания готовых блюд (для придания им хрустящей корочки)
160 °С	Рекомендуется для приготовления картофеля фри



Возможности мультиварки REDMOND RMC-M45021

МУЛЬТИВАРКА REDMOND RMC-M45021

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

Мультиварка позволит отказаться от другой громоздкой кухонной техники. Она обладает функциями электрической плиты, духовки, пароварки, хлебопечи, фритюрницы, йогуртницы и т. д. В комплекте с мультиваркой идет чаша с многослойным антипригарным покрытием, емкость для приготовления на пару, корзина для жарки во фритюре, черпак, плоская ложка и мерный стакан.

В мультиварке REDMOND RMC-M45021 предусмотрены 34 специальные программы. Некоторые из них позволяют выбирать вид продукта (мясо, рыба и овощи), менять температуру и время приготовления. Это дает возможность экспериментировать и создавать собственные кулинарные рецепты.



34 ПРОГРАММЫ | **16** АВТОМАТИЧЕСКИХ ПРОГРАММ | **18** ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ

Описание программ



Программа **ВАРКА** — для приготовления молочных каш, плова, гарниров из риса и крупы, а также блюд из риса с мясом, курицей, рыбой или морепродуктами.



Программа **ПАР** — для приготовления диетических блюд, мантов, парового мяса, птицы и рыбы, котлет и гарниров. Эта программа оптимальна для тех, кто следит за рационом питания и предпочитает не использовать пищевые добавки.



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 **МУЛЬТИПОВАР** с диапазоном установки времени приготовления от 5 минут до 12 часов и температуры от 40 до 160 °С. Позволяет задать дополнительно 18 программ.



Программа **ПАСТА** — для приготовления пасты, макарон, лапши,пельменей, вареников, хинкали и других полуфабрикатов из теста с начинкой.



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.

Мультиварки **REDMOND** серии **multiPRO** — эволюция в кухонной технике. Эти многофункциональные и простые в использовании приборы призваны сделать процесс приготовления еды максимально быстрым и удобным, с сохранением витаминов и микроэлементов в каждом продукте. Теперь ваши блюда будут не только вкусными, но и полезными.

ОТЛОЖЕННЫЙ СТАРТ

Эта функция позволяет готовить в любое время дня и ночи: выложите подготовленные ингредиенты в чашу, выберите нужную программу и установите таймер. Горячая и вкусная еда будет готова точно в срок. Отложить процесс приготовления можно на 24 часа.

МОБИЛЬНОСТЬ И УДОБСТВО

В комплекте с мультиваркой идет удобная чаша с антипригарным покрытием. Она легко моется и не впитывает запахи продуктов. Компактная мультиварка **REDMOND RMC-M45021** способна заменить целый ряд кухонной техники, и вам больше не придется пользоваться духовым шкафом, электрической плитой, пароваркой, хлебопечью, фритюрницей и йогуртницей.

ПОДДЕРЖАНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ ГОТОВЫХ БЛЮД

Функция поддержания температуры будет сохранять готовое блюдо горячим в течение 24 часов.

БЕЗОПАСНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

После непредвиденной остановки функция энергонезависимой памяти повторно запускает программу.

СТИЛЬНЫЙ ДИЗАЙН

Простой и изящный корпус мультиварки **REDMOND RMC-M45021**, современный дизайн и плавные формы отлично впишутся практически в любой кухонный интерьер. На лицевой панели расположен ЖК-дисплей с меню на русском языке.

Базовая комплектация

Чаша емкостью 5 литров с керамическим антипригарным покрытием



Контейнер для приготовления на пару



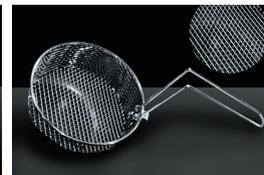
Мерный стакан



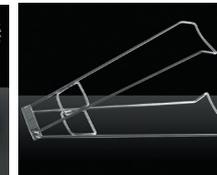
Плоская ложка и черпак



Корзина для жарки



Щипцы для чаши



Дополнительная комплектация

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



Чаша для мультиварки
RIP-A2

Чаша с тефлоновым покрытием Du Pont обладает высокой теплопроводностью и теплоустойчивостью. Покрытие чаши дает возможность использовать минимальное количество масла, что снижает уровень холестерина и делает питание здоровым и полезным. Специальная структура дна чаши предотвращает деформацию изделия и повышает теплопроводность.



Чаша для мультиварки
RIP-C2

Чаша с керамическим покрытием Anato®, изготовленным и протестированным в Корее, способна выдерживать 16 часов непрерывной работы при температуре 1300°C, благодаря чему пища не прилипает к поверхности, прожаривается и тушится равномерно в течение всего процесса приготовления, не теряет своих вкусовых и полезных качеств, а чаша легко моется.



Чаша для мультиварки
RIP-S2

Чаша из высококачественной нержавеющей стали 201. Обладает высокими антикоррозийными свойствами, устойчивостью к воздействию кислот и щелочей, не изменяет вкусовые качества, запах и цвет пищи. Рекомендуется использовать для приготовления супов и других жидких блюд.



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 указать срок хранения йогурта или дату его приготовления.



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



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



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



«С появлением на кухне мультиварки можно забыть о каплях жира, которые обычно разлетаются в разные стороны, когда жарить 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



18

Каша манная



19

Каша пшенная



20

Каша кукурузная



21

Каша рисовая



22

Каша геркулесовая

Супы



23

Суп щавелевый



24

Щи



25

Борщ



26

Рассольник



27

Солянка



28

Суп из свинины



29

Суп гороховый



30

Сырный суп с копченостями



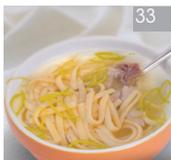
31

Суп с фрикадельками



32

Харчо



33

Суп-лапша домашний



34

Нежный суп с рыбой



35

Фитнес-суп



36

Суп грибной



37

Крем-суп овощной

Вторые блюда



38

Жаркое с паровым картофелем



39

Гуляш по-гречески



40

Мясо по-мексикански



41

Бигус



42

Мясное ассорти



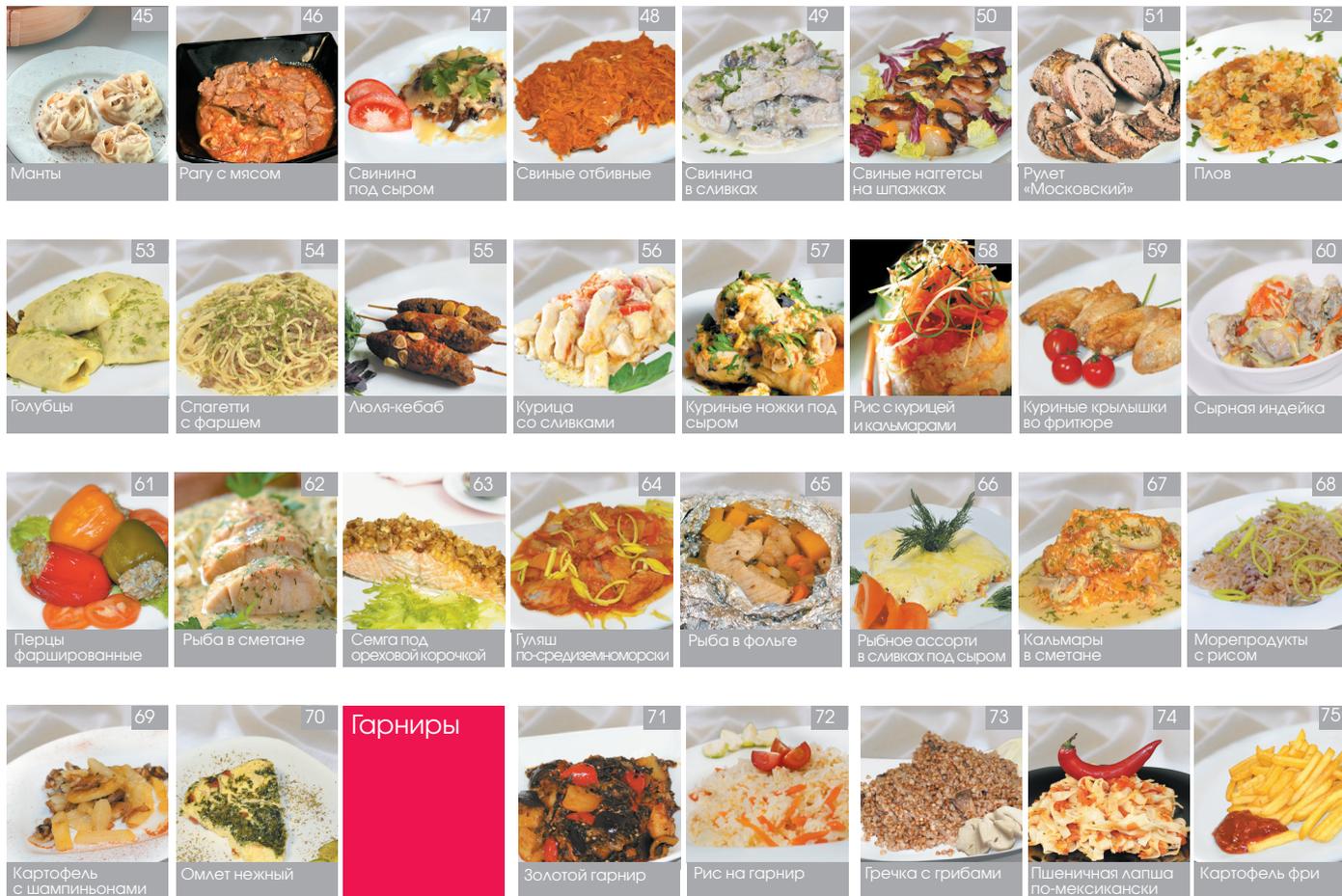
43

Рулька



44

Пельмени





76
Картофель с сыром и стручковой фасолью

Блюда на пару



77
Котлеты на пару с рисом



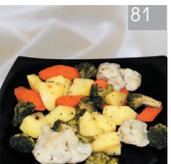
78
Семга на пару



79
Семга на пару с картофелем



80
Тилапия на пару



81
Овощи паровые

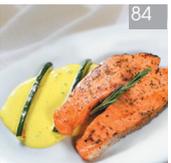
Копчение



82
Говяжья вырезка



83
Свиная вырезка

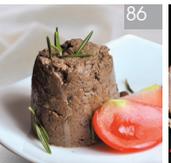


84
Форель

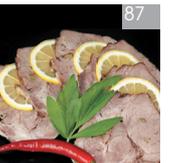
Закуски и салаты



85
Суфле из говяжьей печени



86
Суфле из свинины



87
Буженина



88
Холодец



89
Паштет из куриной печени



90
Креветки под сыром



91
Закуска к пиву



92
Фондо сырное



93
Салат «Нежный»



94
Салат с креветками и авокадо

Выпечка



95
Хлеб белый



96
Хлеб многозерновой «Немецкий»



97
Хлеб многозерновой «Английский»



98
Пирог рыбный



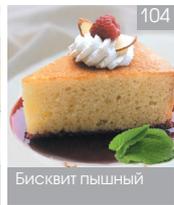
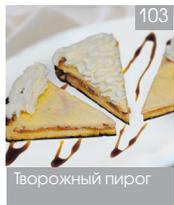
99
Кекс простой



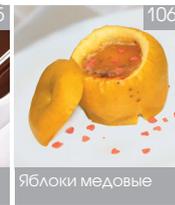
100
Кекс медовый



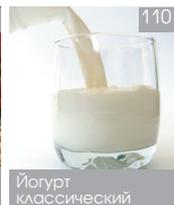
101
Бисквит



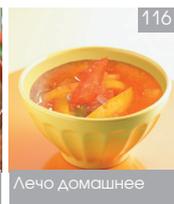
Десерты



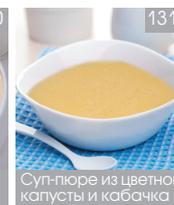
Напитки



Консервация



Детское меню





132
Пюре из смеси овощей

133
Отвар из шиповника

134
Каша рисовая с творогом



135
Бульон мясной

136
Суп-пюре из курицы

137
Суп-пюре из печени



138
Суп картофельный протертый

139
Котлеты из мяса паровые

140
Пюре из горошка и индейки



РЕКОМЕНДАЦИИ И ТРЕБОВАНИЯ К ПРОЦЕССУ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

В рецептах этой книги указан вес очищенных и полностью подготовленных продуктов. Точные пропорции указаны не случайно — их соблюдение поможет вам добиться отличного результата. При отступлении от указанных показателей время, необходимое для приготовления блюда, может меняться. На период приготовления также может влиять географическая зона происхождения, срок производства и степень охлаждения продукта. При неполной готовности следует увеличить время приготовления блюда до необходимого по вашему вкусу.



Каша манная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Крупа манная — 40 г
- Молоко 2,5% — 480 мл
- 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 **Варка** установить программу **КАША**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: подавайте кашу с вареньем или орехами — это прекрасно дополнит ее вкус.

Каша пшенная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крупу промыть, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Каши



Совет: подавайте кашу с вареньем или свежими ягодами.



Совет: подавайте кашу с дольками свежих фруктов.

Каша кукурузная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крупу выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Каша рисовая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис шлифованный — 100 г
- Молоко 2,5% — 650 мл
- Масло сливочное — 20 г
- Изюм — 20 г
- Сахар, соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис и изюм промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Каши



Совет: готовую кашу украсьте измельченными грецкими орехами.

Каша геркулесовая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Геркулес выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

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

Суп щавелевый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Щавель — 300 г
- Картофель — 300 г
- Морковь — 100 г
- Крапива — 100 г
- Лук зеленый — 50 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Щавель, лук и крапиву измельчить ножом, морковь и картофель нарезать соломкой 0,5х3 см. Все ингредиенты (кроме лука) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. В готовый суп добавить измельченный зеленый лук и оставить на режиме **ПОДОГРЕВ** на **5 минут**.

Супы



Совет: при подаче добавьте в суп дольки сваренного яйца.



Совет: подавайте щи со сметаной.

Щи

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (суповой набор) — 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
- Свежая зелень
- Сметана
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать соломкой, капусту тонко нашинковать, картофель нарезать соломкой. 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 **МУЛЬТИ-ПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, обжаривать, периодически помешивая. Обжаренные овощи выложить на тарелку. В чашу мультиварки выложить мясо, залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. За 30 минут до окончания приготовления снять с бульона белковую пенку, добавить обжаренные овощи, картофель, капусту, соль и специи. Закрывать крышку и готовить до окончания программы.

Борщ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (суповой набор) — 400 г
- Картофель — 500 г
- Капуста белокочанная — 250 г
- Свекла — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Томатная паста — 80 г
- Чеснок — 10 г
- Растительное масло
- Вода — 1,5-2 л
- Соль, специи, зелень

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать вместе с луком, свеклой, морковью, капустой и картофелем соломкой 0,5х3 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.



Совет: готовый борщ подавайте с чесночными пампушками.



Совет: чтобы рассольник стал более пряным, добавьте в него измельченный корень сельдерея.

Рассольник

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (суповой набор) — 250 г
- Картофель — 400 г
- Крупа перловая — 230 г
- Лук репчатый — 130 г
- Огурцы соленые — 100 г
- Морковь — 80 г
- Огуречный рассол — 100 мл
- Томатная паста — 80 г
- Масло растительное — 30 мл
- Вода — 1,5-2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать на порционные куски. Картофель нарезать кубиками по 1,5-2 см. Морковь, лук, 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 **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**, обжаривать, периодически помешивая, за 5 минут до окончания приготовления добавить огуречный рассол. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Обжаренные овощи выложить на тарелку. В чашу мультиварки выложить мясо и перловую крупу, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час 50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 30 минут до окончания приготовления снять с бульона белковую пенку, добавить картофель, обжаренные овощи. Закрывать крышку и готовить до окончания программы.

Солянка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 400 г
- Курица копченая — 200 г
- Колбаски охотничьи — 130 г
- Картофель — 560 г
- Морковь — 150 г
- Лук репчатый — 100 г
- Томатная паста — 100 г
- Огурцы маринованные — 100 г
- Масло растительное — 100 мл
- Огуречный рассол — 100 мл
- Вода — 1,5-2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину промыть, нарезать вместе с луком, морковью, картофелем, колбасками и курицей соломкой по 0,5х3 см. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, растительное масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Супы



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



Суп из свинины

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина — 200 г
- Картофель — 400 г
- Морковь — 150 г
- Лук репчатый — 100 г
- Вода — 1,5-2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свинину промыть, нарезать вместе с картофелем и луком соломкой 2x5 см. Морковь натереть на крупной терке. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: цвет блюда получится более насыщенным, если добавить в него 2-3 столовые ложки томатной пасты.

Суп гороховый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Ребра свиные копченые — 300 г
- Колбаса копченая — 100 г
- Картофель — 700 г
- Горох шлифованный целый — 300 г
- Лук репчатый — 200 г
- Морковь — 120 г
- Масло растительное — 30 мл
- Соль, специи
- Вода — 1,5-2 л

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Горох замочить в теплой воде (85 °С) на 1 час, затем слить с него воду. Ребра промыть, отделить друг от друга. Морковь и лук нарезать кубиками 1х1 см, колбасу — соломкой, картофель — брусочками 2х5 см. Морковь и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Овощи**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **5 минут**. Обжаривать, периодически помешивая. Обжаренные овощи выложить в отдельную емкость. Ребра и горох выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **2 часа**. Нажать кнопку **Старт**. За 30 минут до окончания приготовления добавить колбасу, картофель, обжаренные овощи, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Супы



Совет: подавайте к столу с пшеничными гренками.



Сырный суп с копченостями

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Ребра промыть, отделить друг от друга. Картофель нарезать кубиками по 0,5-1 см, морковь натереть на крупной терке, лук порезать мелкой соломкой 0,5х3 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сыр, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: в готовый суп добавьте щепотку тертого сыра пармезан.

Суп с фрикадельками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Из фарша сформировать фрикадельки размером с грецкий орех. Лук, морковь, картофель нарезать кубиками по 1,5-2 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**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Супы



Совет: в готовый суп добавьте кусочек сливочного масла.



Харчо

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Баранина (филе) — 530 г
- Картофель — 550 г
- Лук репчатый — 200 г
- Рис пропаренный — 150 г
- Томатная паста — 80 г
- Чеснок — 16 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Баранину промыть и вместе с картофелем нарезать средними кубиками по 1,5-2 см, лук — мелкими 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**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

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

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

Куриное филе промыть и вместе с картофелем нарезать средней соломкой 0,8x6 см, лук нашинковать тонкой соломкой. Все ингредиенты (кроме лапши) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, за 20 минут до окончания приготовления добавить лапшу и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Супы



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



Нежный суп с рыбой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга (филе) — 300 г
- Картофель — 200 г
- Кабачок — 60 г
- Лук репчатый — 60 г
- Морковь — 60 г
- Сливки 10-15% — 100 мл
- Вода — 1-1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, вместе с овощами нарезать кубиками по 1,5-2 см. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. В готовый суп добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.

Совет: готовый суп подавайте с сырными гренками.

Фитнес-суп

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 — 2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С кукурузы слить жидкость, морковь нарезать кубиками 0,5x0,5 см, репчатый и зеленый лук измельчить ножом, брокколи, цветную капусту разделить на соцветия. Все ингредиенты (кроме зеленого лука) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп посыпать зеленым луком.

Супы



Совет: если картофель заменить на цукини, то суп получится диетическим.



Суп грибной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 500 г
- Грибы — 250 г
- Морковь — 120 г
- Лук репчатый — 100 г
- Вода — 1,5-2 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель, лук и морковь нарезать кубиками. Грибы выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. За 40 минут до окончания приготовления снять пенку, добавить овощи и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Совет: при желании можете использовать сушеные грибы.

Крем-суп овощной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Капуста брокколи — 200 г
- Цветная капуста — 200 г
- Картофель — 160 г
- Морковь — 60 г
- Вода — 1,45 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель и морковь нарезать кубиками по 1,5-2 см. Брокколи и цветную капусту разделить на соцветия. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Супы



Совет: готовый суп украсьте семечками кунжута.

Вторые блюда



Совет: блюдо получится более нежным, если заменить говядину телятиной.

Жаркое с паровым картофелем

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 300 г
- Картофель — 600 г
- Лук репчатый — 160 г
- Морковь — 140 г
- Лук зеленый — 30 г
- Петрушка — 20 г
- Укроп — 20 г
- Корень имбиря — 10 г
- Масло оливковое — 100 мл
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину промыть, нарезать кубиками по 1-1,5 см, репчатый лук и морковь — кубиками по 0,5-1 см, картофель разрезать вдоль на две равные части, имбирь очистить и вместе с зеленью измельчить ножом. Говядину, репчатый лук, морковь и имбирь выложить в чашу мультиварки, добавить воду, оливковое масло, соль, специи, перемешать. Сверху на чашу с мясом установить контейнер-пароварку, выложить в него картофель. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. За 10 минут до окончания приготовления добавить зелень и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Гуляш по-гречески

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 700 г
- Лук репчатый — 200 г
- Чеснок — 2 г
- Томатная паста — 100 г
- Масло оливковое — 70 мл
- Красное сухое вино — 200 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

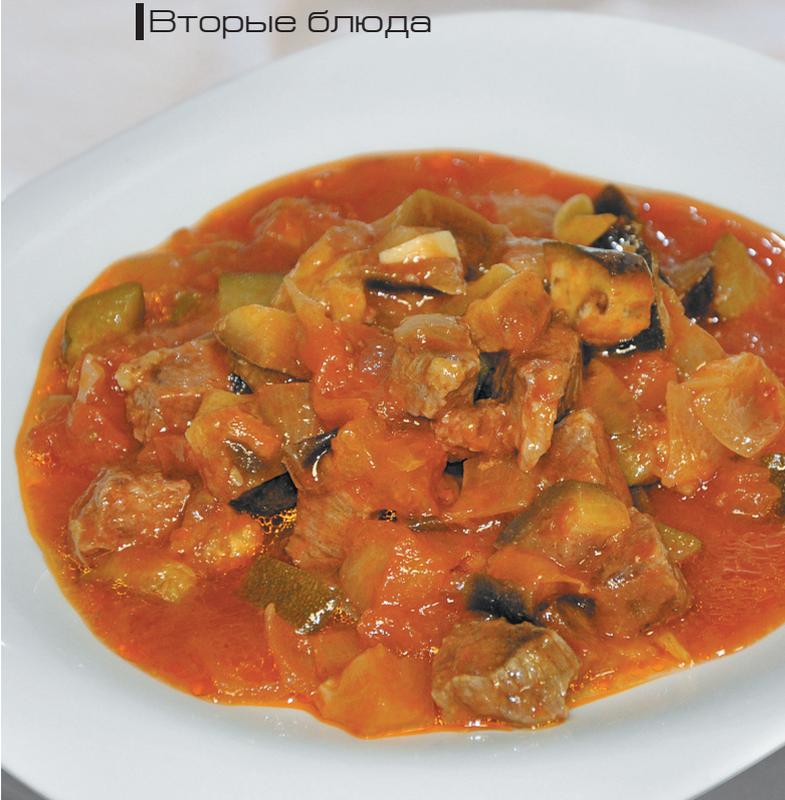
Говядину промыть, вместе с луком нарезать кубиками по 1,5-2 см, чеснок измельчить ножом. Мясо и лук выложить в чашу мультиварки, добавить оливковое масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **2 часа**. Нажать кнопку **Старт**. За 1 час до окончания приготовления добавить томатную пасту, чеснок, вино и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: чтобы блюдо получилось особенно вкусным, используйте только натуральные сухие вина.

Вторые блюда



Совет: готовое блюдо подавайте на мексиканской кукурузной лепешке.

Мясо по-мексикански

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 300 г
- Помидоры — 300 г
- Лук репчатый — 200 г
- Кабачок — 200 г
- Баклажаны — 120 г
- Томатная паста — 100 г
- Зеленый перец чили — 20 г
- Чеснок — 10 г
- Порошок чили — 3 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Перец чили очистить от сердцевины и семян, вместе с чесноком измельчить ножом. Мясо промыть и вместе с остальными овощами нарезать кубиками по 1,5-2 см. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты, добавить порошок чили, томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

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

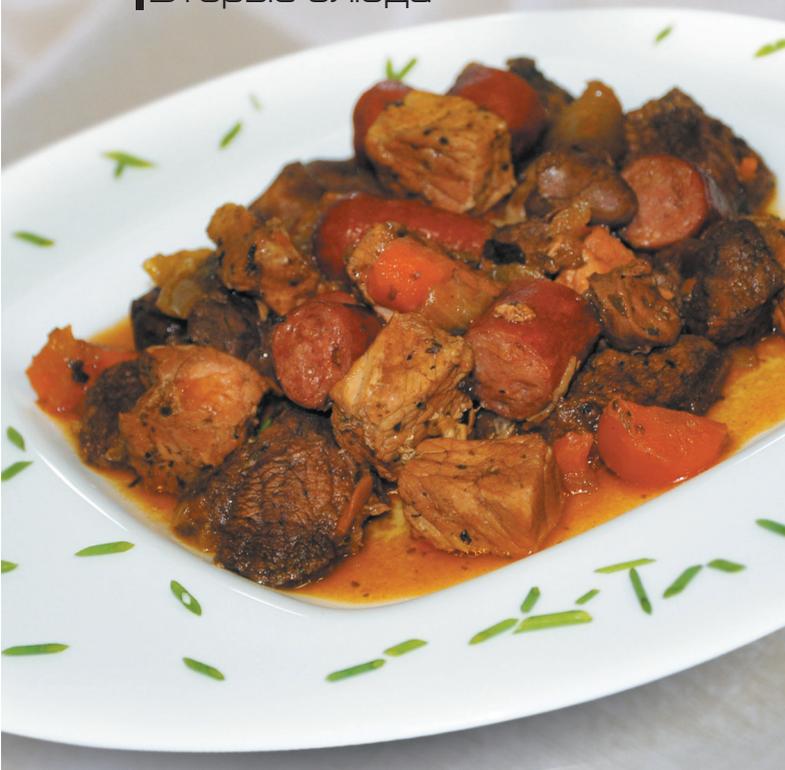
Мясо промыть, вместе с капустой нарезать соломкой 1x4 см, лук — соломкой 0,5x3 см, морковь натереть на крупной терке. Мясо, лук и морковь выложить в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Сверху выложить капусту, посыпать солью и специями, залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.

Вторые блюда



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

Вторые блюда



Совет: блюдо получится более сочным, если при приготовлении добавить в него соевый соус.

Мясное ассорти

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 230 г
- Говядина (филе) — 230 г
- Куриные сердечки — 180 г
- Колбаски охотничьи — 150 г
- Морковь — 230 г
- Лук репчатый — 150 г
- Томатная паста — 120 г
- Бальзамический уксус — 40 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать крупными кубиками по 2,5-3 см, колбаски — по 1,5-2 см, куриные сердечки очистить от сосудов, лук и морковь нарезать кубиками по 1,5-2 см. Все ингредиенты смешать в отдельной емкости, добавить томатную пасту, уксус, соль, специи. Оставить мариноваться на 20 минут, затем выложить в чашу мультиварки, закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **2 часа**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Рулька

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рулька свиная — 900 г
- Лук репчатый — 250 г
- Чеснок — 15 г
- Базилик (зелень) — 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, налить воду. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **2 часа**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



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



Пельмени

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
- Лук репчатый — 100 г
- Яйцо — 100 г (2 шт.)
- Чеснок — 6 г
- Соль, специи

- Вода — 1 л

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Замесить тесто: в муке сделать небольшое углубление, аккуратно вбить в него яйца, добавить растительное масло, воду, соль и перемешать. Вымешивать до тех пор, пока тесто не станет однородным. Приготовить фарш: мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и чесноком, добавить яйца, соль, специи и перемешать. Раскатать тесто тонким слоем и вырезать из него небольшие кружки. В середину каждого выложить порцию фарша и слепить пельмени. В чашу мультиварки налить воду. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАСТА**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**. После звукового сигнала опустить в кипящую воду пельмени, добавить соль и специи. Повторно нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: вместо традиционного мясного фарша можно использовать фарш из семги или другой красной рыбы.

Манты

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

- Мука пшеничная — 500 г
 - Яйцо — 100 г (2 шт.)
 - Масло растительное — 15 мл
 - Вода — 200 мл
 - Соль
-
- Вода — 1 л

Для фарша:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Замесить тесто: в муке сделать небольшое углубление, аккуратно вбить в него яйца, добавить растительное масло, воду, соль и перемешать. Вымешивать до тех пор, пока тесто не станет однородным. Приготовить фарш: мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и чесноком, добавить яйца, соль, специи и перемешать. Раскатать тесто тонким слоем и вырезать из него кружки. В середину каждого выложить небольшую порцию фарша и круговым движением защипать края теста. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него манты. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Мясо**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.



Вторые блюда

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



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

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, вместе с овощами нарезать крупными кубиками, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить чеснок, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Свинина под сыром

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (вырезка) — 400 г
- Помидоры — 100 г
- Сыр твердый — 100 г
- Шампиньоны свежие — 100 г
- Масло растительное
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свинину промыть, нарезать на стейки, отбить до толщины 1 см, натереть солью и специями. Помидоры нарезать кружочками, сыр натереть на терке, грибы измельчить ножом. Мясо выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, грибы, помидоры, сыр. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Мясо**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **8 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: шампиньоны можно заменить на опята и лисички.

Вторые блюда



СВИНЫЕ ОТБИВНЫЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (шейка) — 400 г
- Морковь — 165 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, отбить до толщины 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, выложить на дно мясо, на него — смесь из моркови. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: для остроты добавьте чеснок в смесь из моркови.

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

Мясо промыть, нарезать вместе с луком и грибами соломкой по 0,5 см, чеснок — пластинками. Мясо, грибы и лук выложить в чашу мультиварки, добавить сливки и перемешать. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: используйте сливки жирностью 33% и более — менее жирные могут свернуться.

Вторые блюда



Свинные наггетсы на шпажках

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина — 280 г
- Бекон — 100 г
- Лук репчатый — 40 г
- Кабачок — 40 г
- Перец болгарский — 40 г
- Масло растительное — 50 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свинину промыть, нарезать крупными кубиками по 2,5-3 см и обернуть беконом. Лук, кабачок и болгарский перец нарезать кубиками по 2,5-3 см. Все ингредиенты нанизать на две шпажки в следующей последовательности: болгарский перец, кабачок, лук репчатый, свинина в беконе. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить наггетсы, посыпать солью и специями. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Мясо**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **12 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: готовое блюдо подавайте с соусом барбекю.

Рулет «Московский»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свинину промыть, нарезать на стейки и отбить. Грибы и лук измельчить ножом, смешать со сливочным маслом, солью и специями. В каждый кусок мяса завернуть порцию начинки. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, в нее выложить рулеты швом вниз. Кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, за 20 минут до окончания приготовления рулеты перевернуть. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: блюдо будет сочнее, если лук и шампиньоны предварительно обжарить и приправить их молотым кайенским перцем.

Вторые блюда



Совет: для придания плову золотистого цвета добавьте в него карри.

Плов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (шейка) — 513 г
- Рис (шлифованный) — 500 г
- Морковь — 200 г
- Лук репчатый — 140 г
- Чеснок — 15 г
- Вода — 770 мл
- Масло растительное — 70 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Мясо промыть и нарезать кубиками по 2,5-3 см. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать тонкой соломкой, чеснок измельчить ножом. Мясо, морковь, лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Сверху на мясо выложить рис и разровнять, посолить и залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **Варка** установить программу **ОБЫЧНАЯ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.

Голубцы

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фарш домашний — 400 г
- Рис отварной— 100 г
- Капуста белокочанная (крупные листья) — 200 г
- Лук репчатый — 150 г
- Яйцо — 50 г (1 шт.)
- Чеснок — 12 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Капустные листья выдержать в кипятке (95 °С) 5 минут, крупные прожилки отбить кухонным молотком. Фарш, лук и чеснок пропустить через мясорубку, добавить соль, специи, рис и яйцо, все тщательно перемешать. На каждый капустный лист выложить небольшую порцию фарша и плотно завернуть. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него голубцы швом вниз. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Мясо**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: чтобы голубцы не раскрывались во время тушения, скрепите края капустных листьев зубочистками.

Вторые блюда



Совет: если во время приготовления в фарш добавить томатную пасту, вкус блюда станет более насыщенным.

Спагетти с фаршем

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фарш свиной — 300 г
- Спагетти — 230 г
- Лук репчатый — 150 г
- Масло растительное — 30 мл
- Вода — 800 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Лук нарезать мелкими кубиками по 0,5 см. В чашу мультиварки налить воду, закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАСТА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. После звукового сигнала все ингредиенты выложить в чашу и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. После завершения программы слить воду из чаши.

Люля-кебаб

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Баранина (филе) — 350 г
- Лук репчатый — 85 г
- Масло растительное — 50 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, вместе с луком пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и тщательно перемешать, сформировать четыре колбаски, нанизать на шпажки. В чашу мультиварки налить масло и выложить люля-кебаб. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Мясо**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **12 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 6 минут до окончания приготовления перевернуть люля-кебаб. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте с армянским лавашом.

Вторые блюда



Совет: при подаче посыпьте блюдо тертым сыром.

Курица со сливками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, вместе с помидорами нарезать кубиками по 1,5-2 см, выложить в чашу мультиварки, залить сливками, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Куриные ножки под сыром

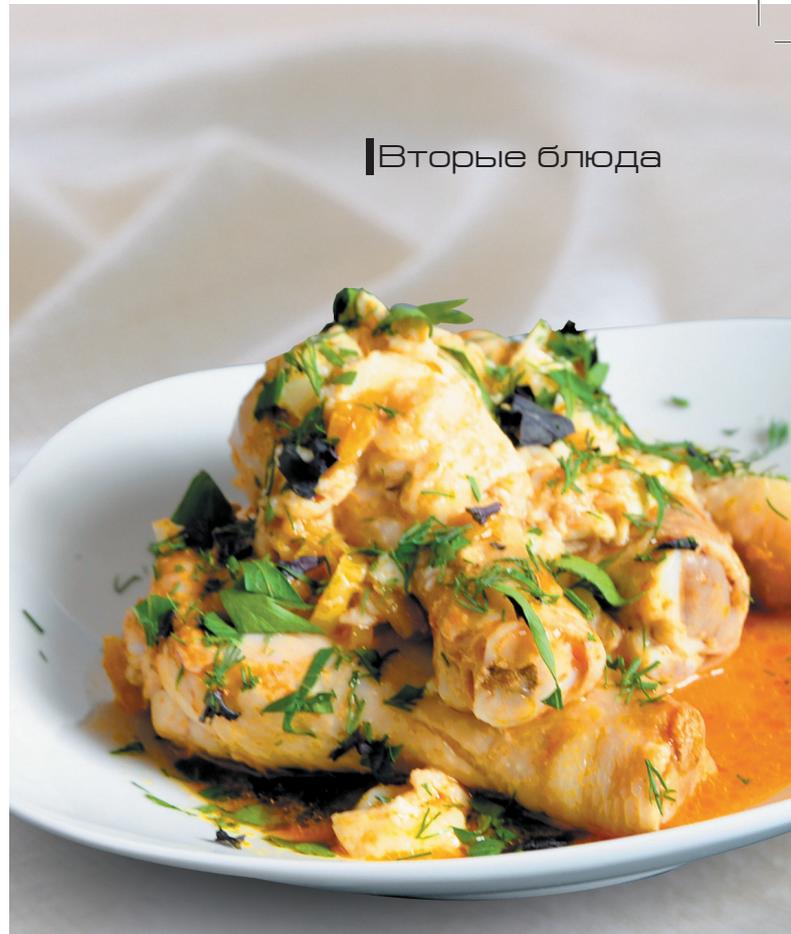
ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (голени) — 350 г
- Сыр — 100 г
- Сметана — 100 г
- Кетчуп — 100 г
- Аджика — 50 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, сыр нарезать квадратными ломтиками, под кожу каждой куриной голени положить по ломтику. Кетчуп, аджику, сметану, соль, специи смешать до однородной массы. Полученным соусом обмазать голени, выложить их в чашу мультиварки, сверху залить оставшимся соусом. Кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте блюдо с отварной кукурузой.



Вторые блюда

Рис с курицей и кальмарами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (грудка) — 180 г
- Кальмары — 140 г
- Рис отварной — 120 г
- Сливки 33% — 170 мл
- Масло сливочное — 30 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, вместе с кальмарами нарезать тонкой соломкой. Курицу и кальмары выложить в чашу мультиварки, добавить сливочное масло, соль, специи. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, обжаривать, периодически помешивая, готовить до окончания программы. Затем добавить сливки, рис и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: готовое блюдо выложите на листья салата, украсьте дольками свежих помидоров.

Куриные крылышки во фритюре

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные крылышки — 350 г (5 шт.)
- Масло растительное — 600 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Куриные крылышки промыть, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить растительное масло. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **160 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **16 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Крылышки выложить в корзину для жарки. В момент начала обратного отсчета (**15 минут**) открыть крышку и установить корзину с крылышками в чашу мультиварки согласно инструкции. Закрыть крышку, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте с сырным и чесночным соусами.

Вторые блюда



Совет: подавайте к блюду сметанный соус с хреном и яблоками.

Сырная индейка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Индейка (филе) — 340 г
- Сыр твердый — 100 г
- Помидоры — 140 г
- Лук репчатый — 70 г
- Масло оливковое — 30 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе промыть, разрезать на 3-4 равные части, помидоры и лук нарезать соломкой по 0,5 см, сыр натереть на крупной терке. В чашу мультиварки налить оливковое масло, на дно выложить индейку, сверху распределить лук и помидоры, посыпать солью, специями и сыром. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Перцы фаршированные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фарш смешать с рисом, добавить соль, специи и перемешать. Перцы очистить от семян и сердцевины, наполнить каждый фаршем, уложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



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

Рыба в сметане

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Минтай (филе) — 400 г
- Сметана 15% — 300 г
- Капуста кольраби — 280 г
- Помидоры — 235 г
- Сыр твердый — 170 г
- Масло оливковое — 30 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, вместе с капустой и помидорами нарезать пластинками по 0,5 см, сыр натереть на крупной терке. В чашу мультиварки налить оливковое масло, выложить ингредиенты слоями в следующей последовательности: кольраби, помидоры, минтай. Верхний слой обмазать сметаной, посыпать солью, специями и сыром. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: минтай можно заменить морским окунем или пангасиусом.

Семга под ореховой корочкой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга (стейки) — 270 г
- Грецкий орех — 15 г
- Кедровый орех — 15 г
- Вода — 1,5 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, слегка примять. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Рыба**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



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

Вторые блюда



Гуляш по-средиземноморски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Минтай (филе) — 300 г
- Перец болгарский — 240 г
- Помидоры — 165 г
- Лук репчатый — 100 г
- Томатная паста — 100 г
- Чеснок — 8 г
- Вода — 150 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, вместе с луком, перцем и помидорами нарезать кубиками по 2 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, воду, соль, специи и перемешать. Кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: для придания блюду пряного аромата при приготовлении добавьте в него веточки тимьяна и розмарина.

Рыба в фольге

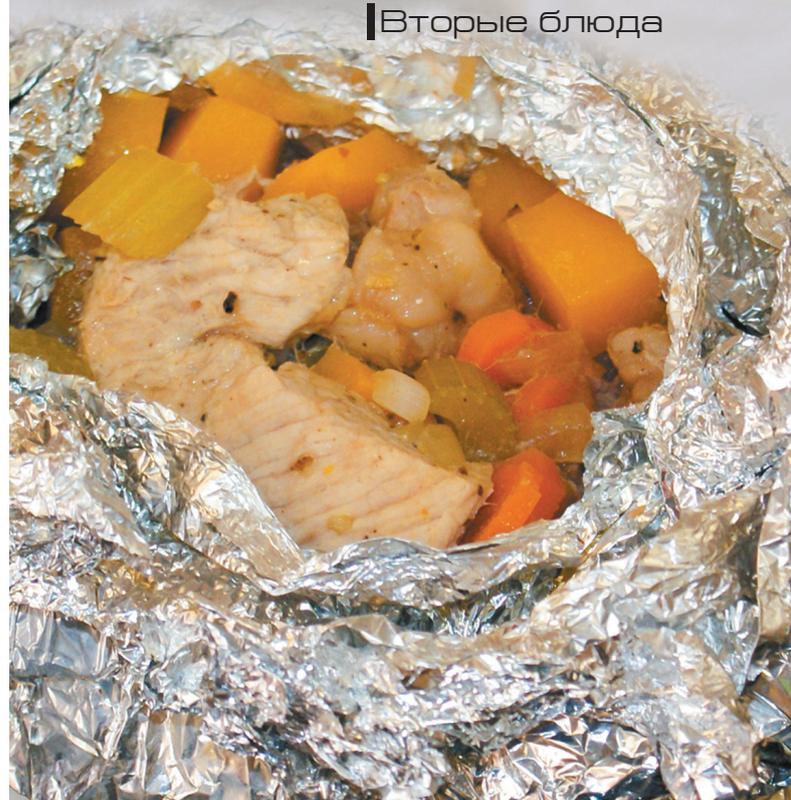
ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Форель (филе) — 280 г
- Картофель — 100 г
- Лук репчатый — 80 г
- Морковь — 80 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, нарезать кубиками 2х2,5 см, картофель, морковь и лук — кубиками 1х1 см. Все ингредиенты смешать с солью и специями, выложить на двойной лист фольги, аккуратно завернуть и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: блюдо получится более сочным, если добавить к рыбе помидоры и очищенные салатные креветки.



Рыбное ассорти в сливках под сыром

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга (филе) — 200 г
- Тилапия — 230 г
- Сливки 10-15% — 100 мл
- Яйцо — 50 г (1 шт.)
- Сыр твердый — 100 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, нарезать мелкими кубиками, сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты (кроме сыра) посолить, добавить специи, перемешать и выложить в чашу мультиварки, посыпать сыром. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: при подаче украсьте блюдо маслинами и красным базиликом.

Кальмары в сметане

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Морковь и 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**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: из специй лучше всего подойдет шафран.



Совет: украсьте блюдо ломтиками колбасы чоризо.

Морепродукты с рисом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Морской коктейль замороженный — 300 г
- Рис шлифованный — 300 г
- Масло оливковое — 30 мл
- Вода — 330 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Морепродукты разморозить, рис промыть до прозрачной воды. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты, добавить воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, программу **Варка** установить программу **ОБЫЧНАЯ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Картофель с шампиньонами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 400 г
- Шампиньоны — 130 г
- Лук репчатый — 50 г
- Масло растительное — 60 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать соломкой по 1,5-2 см, грибы — дольками, лук — мелкими кубиками. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: чтобы придать блюду особенный вкус и аромат, добавьте в него бекон.

Вторые блюда



Совет: измельченная кинза и тертый сыр придадут блюду пикантность.

Омлет нежный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 500 г (10 шт.)
- Молоко — 500 мл
- Колбаски охотничьи — 150 г
- Масло сливочное — 30 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Колбаски нарезать кружочками толщиной 0,5 см, яйца с молоком взбить венчиком до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить колбаски, залить яично-молочную смесь, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Золотой гарнир

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Болгарский перец — 180 г
- Помидоры — 170 г
- Цукини — 160 г
- Лук репчатый — 130 г
- Баклажаны — 70 г
- Чеснок — 20 г
- Масло оливковое — 30 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Овощи нарезать кубиками по 1,5-2 см. В чашу мультиварки налить масло, выложить все ингредиенты, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить **35 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Гарниры



Совет: готовое блюдо украсьте семечками кунжута.

Гарниры



Совет: украсьте блюдо дольками помидоров черри.

Рис на гарнир

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис шлифованный — 200 г
- Морковь — 130 г
- Лук репчатый — 50 г
- Оливки — 50 г
- Чеснок — 4 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, добавить воду, соль, специи, перемешать и разровнять лопаткой. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **ЭКСПРЕСС**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Гречка с грибами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Гречка — 300 г
- Грибы — 100 г
- Лук репчатый — 70 г
- Масло растительное — 20 мл
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Гречку промыть до прозрачной воды. Грибы и лук нарезать кубиками, выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Затем гречку выложить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Гарниры



Совет: украсьте блюдо дольками обжаренных шампиньонов.

Гарниры



Совет: подавайте к блюду сырные лепешки.

Пшеничная лапша по-мексикански

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Лапша пшеничная — 250 г
- Помидоры — 200 г
- Масло оливковое — 60 мл
- Перец чили — 10 г
- Чеснок — 6 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Перец чили и чеснок измельчить ножом, помидоры нарезать кубиками. В чашу мультиварки налить воду, закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАСТА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **8 минут**. Нажать кнопку **Старт**, после звукового сигнала выложить в кипящую воду все ингредиенты, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, нажать повторно кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Картофель фри

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель фри (полуфабрикат) — 200 г
- Масло растительное — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Растительное масло налить в чашу мультиварки, крышку не закрывать. Кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **160 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Когда таймер начнет обратный отсчет времени, на чашу установить корзину для жарки, выложить в нее картофель. Готовить до окончания программы при открытой крышке.

Гарниры



Совет: перед подачей готовый картофель посыпьте солью и подавайте с соусом барбекю.

Гарниры



Картофель с сыром и стручковой фасолью

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 540 г
- Помидоры — 150 г
- Фасоль стручковая — 150 г
- Сыр твердый — 100 г
- Масло оливковое — 100 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать средними кубиками размером 1,5-2 см, помидоры — крупными кубиками 2x2 см, сыр натереть на терке. Картофель выложить в чашу мультиварки, добавить оливковое масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ЖАРКА**, кнопкой **Вид продукта** установить **Овощи**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**, за 5 минут до окончания приготовления добавить помидоры, фасоль и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Готовое блюдо посыпать сыром и перемешать.

Совет: подавайте с салатом лолло rosso.

Котлеты на пару с рисом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе) — 300 г
- Говядина (филе) — 300 г
- Рис шлифованный — 300 г
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 6 г
- Вода — 480 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, вместе с луком и чесноком пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и вымесить. И фарша сформировать котлеты. Рис промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль и перемешать. На чашу установить контейнер-пароварку, выложить в него котлеты. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **ЭКСПРЕСС**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Блюда на пару



Совет: чтобы придать рису яркий аппетитный цвет, при приготовлении добавьте в него карри.

Блюда на пару



Совет: украсьте блюдо тонкими ломтиками лимона.

Семга на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга (филе) — 250 г
- Болгарский перец — 100 г
- Фасоль стручковая (заморозка) — 100 г
- Брокколи (заморозка) — 100 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, натереть солью и специями, болгарский перец очистить от семян, нарезать кубиками по 2-2,5 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, положить в него все ингредиенты. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Рыба**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Семга на пару с картофелем

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга — 300 г
- Картофель — 500 г
- Грибы — 140 г
- Лук репчатый — 100 г
- Сливки 10% — 200 мл
- Масло растительное — 50 мл
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, натереть солью и специями, грибы, лук и картофель нарезать кубиками. Грибы и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, за 3 минуты до окончания приготовления добавить сливки, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Грибы в сливках выложить в отдельную емкость. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него рыбу и картофель. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Рыба**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Блюда на пару



Совет: подавайте блюдо с польским соусом.

Блюда на пару



Совет: к этому блюду отлично подойдут базилик и майоран.

Тилапия на пару

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, натереть солью и специями, морковь нарезать кружочками по 0,2-0,3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него все ингредиенты, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Рыба**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Овощи паровые

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 150 г
- Болгарский перец — 120 г
- Стручковая фасоль — 100 г
- Брокколи (заморозка) — 100 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать кубиками по 2 см, болгарский перец очистить от семян и сердцевины, нарезать кубиками по 3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него все ингредиенты, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**. Кнопкой **Вид продукта** выбрать **Овощи**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Блюда на пару



Совет: чтобы блюдо получилось более легким, замените картофель кабачками.

Копчение



Говяжья вырезка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (вырезка) — 630 г
- «Жидкий дым» — 14 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать на порционные куски, натереть солью, специями и «жидким дымом». Каждый кусок завернуть в лист фольги. Мясо выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с маринованным луком и нарезкой из свежих овощей.

Свиная вырезка

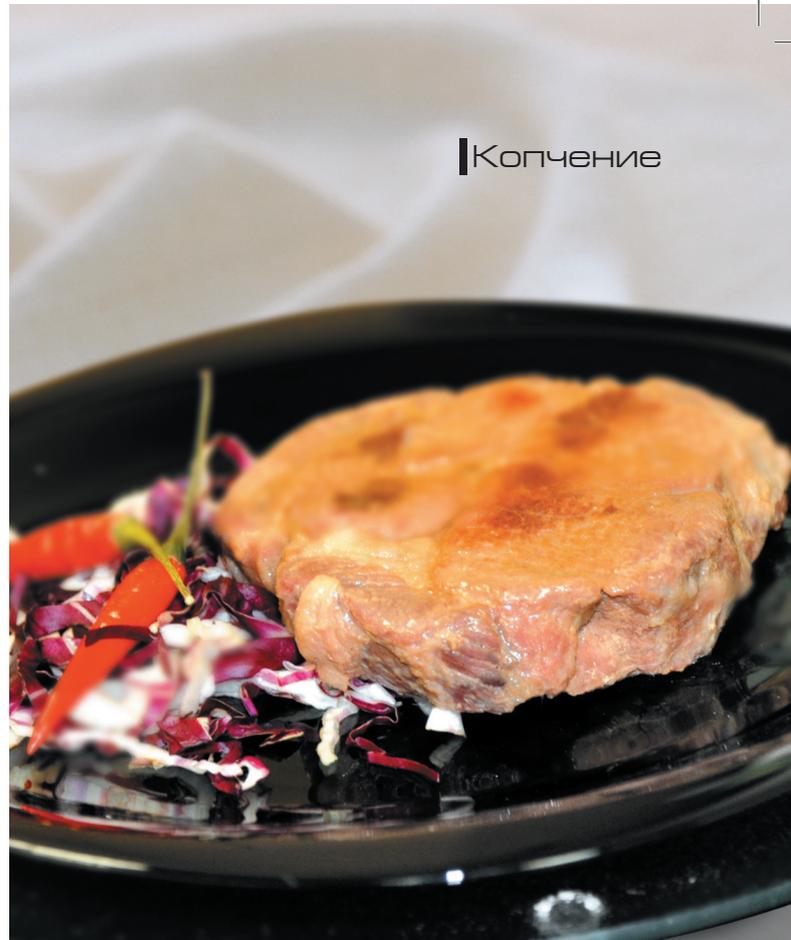
ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать на порционные куски, натереть солью, специями и «жидким дымом». Каждый кусок завернуть в лист фольги. Мясо выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Копчение



Совет: подавайте с брусничным или клюквенным соусом.



Совет: украсьте блюдо дольками авокадо и лайма.

Форель

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, натереть солью и специями. На лист фольги налить «жидкий дым», сверху выложить стейк и аккуратно завернуть. Рыбу выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Суфле из говяжьей печени

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Печень говяжья — 340 г
- Лук репчатый — 140 г
- Яйцо — 150 г (3 шт.)
- Мука пшеничная — 60 г
- Сливки 10% — 80 мл
- Масло сливочное — 10 г
- Разрыхлитель — 4 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Печень и лук пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, добавить яйца, сливки, соль, специи, разрыхлитель, муку и взбить миксером до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить массу. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Закуски и салаты



Совет: подавайте суфле с хрустящими хлебцами.



Суфле из свинины

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фарш свиной — 350 г
- Сливки 10% — 270 мл
- Яйцо — 50 г (1 шт.)
- Масло сливочное
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фарш пропустить через мясорубку дважды, добавить сливки, яйцо, соль, специи и взбить миксером в течение 4-5 минут на средней скорости. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить массу. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте к этому суфле безглютеновый хлеб.

Буженина

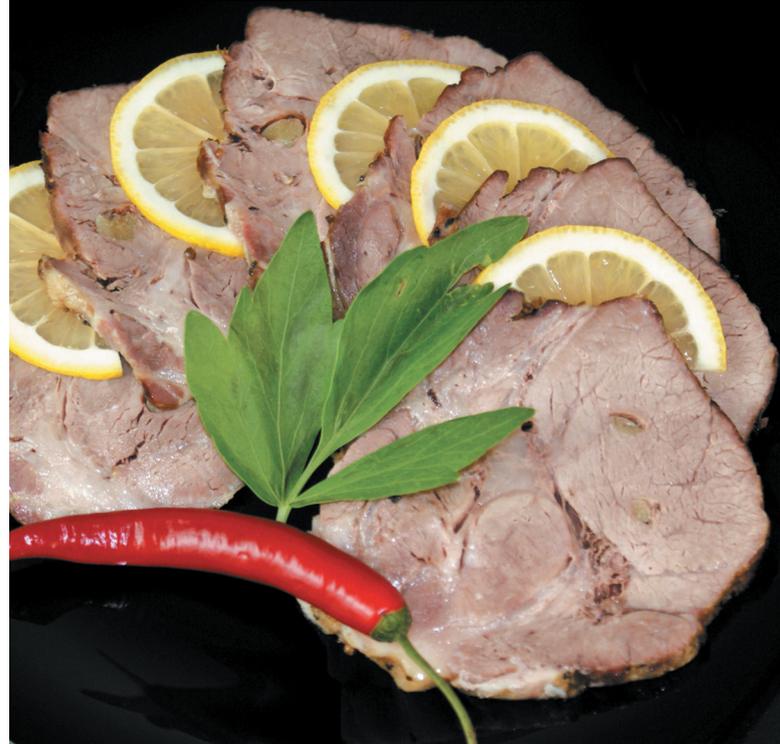
ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (шейка) — 700 г
- Чеснок — 6 г
- Имбирь молотый — 1 г
- Кориандр молотый — 1 г
- Базилик — 1 г
- Масло оливковое — 30 мл
- Вода — 200 мл
- Соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, оливковое масло, соль и приправы смешать. Натереть этой смесью шейку, ножом сделать в ней надрезы, нашпиговать зубчиками чеснока и оставить мариноваться в холодильнике в течение 4-8 часов. Затем мясо выложить в чашу мультиварки. Кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **160 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**, обжарить мясо со всех сторон при открытой крышке, затем кнопкой **Отмена** отключить программу. Залить мясо водой. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Закуски и салаты



Совет: подавайте буженину, нарезав ее на ломтики и украсив каждый долькой лимона.

Закусочный салат



Холодец

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Морковь нарезать дольками, лук — кольцами. Свиные ножки промыть, выложить в чашу мультиварки, добавить овощи, соль и специи, залить водой до максимальной отметки. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **7 часов 30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовые свиные ножки остудить, мясо отделить от костей и измельчить, бульон процедить. Разложить кусочки мяса по формам для холодца, залить их бульоном и поставить в холодильник для застывания.

Совет: подавайте холодец с горчицей и хреном.

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
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Куриную печень промыть, вместе с луком дважды пропустить через мясорубку. В фарш добавить сливки, манную крупу, соль, специи, тертый мускатный орех на кончике ножа и взбить миксером до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить массу. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Закуски и салаты



Совет: к этому паштету отлично подойдут базилик и тмин.



Креветки под сыром

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Креветки салатные замороженные (очищенные) — 200 г
- Помидоры — 125 г
- Сыр твердый — 100 г
- Томатная паста — 70 г
- Лук репчатый — 50 г
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Креветки промыть, сыр натереть на крупной терке, помидоры и лук нарезать кубиками по 0,5-1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **7 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: готовое блюдо приправьте сушеным базиликом.

Закуска к пиву

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Креветки очищенные — 220 г
- Чеснок — 10 г
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Чеснок измельчить ножом. Креветки выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить чеснок, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИ-ПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Закуски и салаты



Совет: подавайте эту закуску с сырным, чесночным и томатным соусами.

Фондю сырное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сыр чеддер — 350 г
- Белое вино — 150 мл
- Сливки — 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. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 5 минут до окончания приготовления добавить в вино сыр и чеснок, постоянно помешивая, чтобы получилась однородная масса. Не прекращая мешать, добавить смесь из сливок и крахмала. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте к столу с пшеничными сухариками.

Салат «Нежный»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Креветки очищенные — 60 г
- Помидоры — 100 г
- Огурцы — 100 г
- Листья салата — 70 г
- Сыр твердый — 50 г
- Масло оливковое — 20 мл
- Вода — 300 мл
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Овощи и сыр нарезать мелкими кубиками, листья салата нарвать руками. Креветок выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **Варка** установить программу **ЭКСПРЕСС**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовых креветок откинуть на дуршлаг и остудить, затем смешать с овощами, сыром и листом салата, посыпать солью и специями, заправить оливковым маслом.

Закуски и салаты



Совет: перед тем как добавлять креветки в салат, сбрызните их лимонным соком.



Совет: можно использовать другие виды салата, например, рукколу.

Салат с креветками и авокадо

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Креветки салатные (очищенные) — 100 г
- Авокадо — 80 г
- Помидоры — 80 г
- Листья салата — 20 г
- Масло оливковое — 5 мл
- Базилик свежий — 3 г
- Корень имбиря — 2 г
- Вода — 1 л

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Авокадо очистить от кожуры, вынуть косточку, нарезать кубиками по 1 см, имбирь очистить и натереть на мелкой терке, помидоры нарезать кубиками по 1 см, базилик измельчить ножом, салат нарвать руками. Креветок выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **ЭКСПРЕСС**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовых креветок откинуть на дуршлаг, остудить, смешать с остальными ингредиентами, заправить оливковым маслом.

Хлеб белый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Мука пшеничная — 850 г
- Соль — 30 г
- Сахар — 30 г
- Дрожжи сухие — 6 г
- Вода (теплая) — 500 мл
- Масло растительное — 40 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В отдельной емкости смешать воду с солью, сахаром и дрожжами, тщательно перемешать венчиком. Добавить 20 мл растительного масла и муку, замесить крутое тесто. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, в нее выложить тесто. Закрыть крышку, кнопкой **Поддержание тепла/Отмена** включить режим **ПОДОГРЕВ** и оставить тесто на расстойку на **1 час**, затем кнопкой **Поддержание тепла/Отмена** отключить режим. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Затем открыть крышку, аккуратно перевернуть хлеб и закрыть крышку. Кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовый хлеб вынуть из чаши и дать ему остыть в течение 20 минут.



Совет: этот хлеб можно использовать как основу для канапе или тартинков.



Хлеб многозерновой «Немецкий»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Смесь мучная «Хлеб многозерновой «Немецкий» — 400 г (1 пакет)
- Дрожжи сухие — 6 г (пакетик дрожжей прилагается в комплекте к смеси)
- Вода (комнатной температуры) — 200 мл
- Масло растительное — 15 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В отдельной емкости смешать мучную смесь с дрожжами, продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду комнатной температуры. Руками месить тесто до тех пор, пока оно не начнет отставать от стенок емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, в нее выложить тесто, разровнять. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **40 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. После звукового сигнала нажать кнопку **Отмена**. Затем кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час 20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовый хлеб вынуть из чаши и дать ему остыть в течение 30 минут.

Совет: подавайте хлеб с зеленым маслом.

Хлеб многозерновой «Английский»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Смесь мучная «Хлеб многозерновой «Английский» — 400 г (1 пакет)
- Дрожжи сухие — 6 г (пакетик дрожжей прилагается в комплекте к смеси)
- Вода (комнатной температуры) — 200 мл
- Масло растительное — 15 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В отдельной емкости смешать мучную смесь с дрожжами, продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду комнатной температуры. Руками месить тесто до тех пор, пока оно не начнет отставать от стенок емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, в нее выложить тесто, разровнять. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **40 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. После звукового сигнала нажать кнопку **Отмена**. Затем кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час 20 минут**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Готовый хлеб вынуть из чаши и дать ему остыть в течение 30 минут.



Совет: подавайте хлеб с паштетом из куриной печени.



Пирог рыбный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Тесто дрожжевое слоеное — 500 г
- Сайра консервированная — 250 г
- Картофель — 150 г
- Сливочное масло
- Соль, специи

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Консервированную рыбу размять вилкой, картофель нарезать тонкими кружочками. Тесто разделить на две части и раскатать толщиной 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить половину теста, сверху равномерно распределить рыбу, затем картофель, посыпать солью и специями. Накрыть второй частью теста, защипать края, в центре сделать несколько отверстий зубочисткой. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **45 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: начинка получится сочнее, если добавить слой пассерованного лука.

Кекс простой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Мука пшеничная — 200 г
- Яйцо — 250 г (5 шт.)
- Маргарин — 200 г
- Сахар — 120 г
- Изюм — 50 г
- Масло сливочное
- Корица

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Изюм выдержать в кипятке в течение 15 минут и просушить салфеткой. Маргарин растопить. Приготовить тесто: яйца взбить с сахаром до пышной белой пены, добавить муку, маргарин и взбить до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно равномерно выложить изюм, залить тесто и посыпать корицей. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **45 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый кекс оставить на режиме **ПОДОГРЕВ** на **15 минут**.



Выпечка

Совет: если в тесто добавить мелко нарезанные сухофрукты, бисквит получится более сочным и сладким.



Кекс медовый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Мука пшеничная — 300 г
- Мед — 240 г
- Сметана 20% — 200 г
- Яйцо — 100 г (2 шт.)
- Масло сливочное — 50 г
- Сахар ванильный — 10 г
- Разрыхлитель теста — 5 г
- Соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яйца взбить до пышной белой пены, не переставая взбивать, добавить мед, сметану, разрыхлитель, соль и сахар. Затем понемногу добавить муку, не переставая помешивать. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее налить тесто. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка** времени, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **45 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый кекс оставить на режиме **ПОДОГРЕВ** на **15 минут**.

Совет: подавайте кекс со взбитыми сливками или сметаной.

Бисквит

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 250 г (5 шт.)
- Мука пшеничная (в/с) — 180 г
- Сахар — 150 г
- Масло сливочное

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яйца с сахаром взбить до густой пышной пены, добавить муку, смешать миксером до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее налить тесто. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **45 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый бисквит оставить в мультиварке на режиме **ПОДОГРЕВ** на **15 минут**.

Выпечка



Совет: украсьте бисквит шоколадной глазурью.



Творожная запеканка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Творог 9% — 500 г
- Сахар — 50 г
- Яйцо — 150 г (3 шт.)
- Крупа манная — 40 г
- Изюм — 50 г
- Соль — 6 г
- Масло сливочное

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Изюм замочить в теплой воде. Белки отделить от желтков. В белки добавить соль и взбить до густой пышной пены. Изюм, творог, желтки, сахар и манную крупу смешать в отдельной емкости до однородной массы. В творожную массу добавить взбитые белки и аккуратно перемешать лопаткой. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить творожную массу, разровнять лопаткой. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: готовую запеканку украсьте свежими ягодами и взбитыми сливками.

Творожный пирог

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Творог 9% — 650 г
- Яйцо — 350 г (7 шт.)
- Апельсины — 160 г
- Клубника свежая — 120 г
- Сахар — 70 г
- Соль — 6 г
- Масло сливочное

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Белки отделить от желтков. В белки добавить соль и взбить миксером до густой пышной пены. Апельсины очистить от кожуры, вместе с клубникой нарезать тонкими ломтиками по 0,3 см. Творог, желтки и сахар смешать миксером до однородной массы. В творожную массу добавить взбитые белки и аккуратно перемешать лопаткой. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить половину творожной массы. Сверху выложить слоями апельсины и клубнику. Оставшуюся часть творожной массы выложить сверху и разровнять лопаткой. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый пирог оставить в мультиварке на режиме **ПОДОГРЕВ** на **15 минут**.

Выпечка



Совет: перед подачей украсьте пирог тертым шоколадом, кокосовой стружкой и сахарной пудрой.



БИСКВИТ ПЫШНЫЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 200 г (4 шт.)
- Сахар — 200 г
- Мука — 200 г
- Масло сливочное — 100 г
- Сода — 1 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яйца взбить с сахаром до пышной белой пены. Сливочное масло растопить. Затем, не переставая помешивать, понемногу добавить муку, соду и сливочное масло, взбить миксером до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее налить тесто. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ВЫПЕЧКА**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с ягодным топингом и веточкой мяты.

Фондю шоколадное

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Плитку шоколада разломать на дольки. В чашу мультиварки выложить шоколад, залить сливками. Кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **5 минут**. Нажать кнопку **Старт**, помешивать содержимое при открытой крышке до окончания программы.

Десерты



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



Совет: очищая яблоки от сердцевины, не делайте стенки слишком тонкими — мед может вытечь.

Яблоки медовые

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яблоки — 300 г
- Мед — 60 г
- Корица — 0,02 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яблоки очистить от сердцевины, в образовавшуюся выемку выложить мед и корицу. Яблоки уложить в чашу мультиварки таким образом, чтобы мед не вытек. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **45 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Яблоки с орехами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яблоки — 300 г
- Курага — 3 г
- Чернослив — 3 г
- Орехи кедровые — 3 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курагу, чернослив и орехи измельчить ножом и перемешать. У яблок срезать верхушки, удалить сердцевинки. Каждое яблоко заполнить массой из сухофруктов и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **100 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Десерты



Совет: готовые яблоки полейте медом и украсьте кунжутными семечками.

КОМПОТ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сахар — 300 г
- Яблоко — 190 г
- Клубника — 100 г
- Черника — 100 г
- Вода — 2 л

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яблоки нарезать крупными кубиками, выложить в чашу мультиварки, добавить клубнику, чернику, сахар, залить водой и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: напиток получится с кислинкой, если добавить в него сок цитрусовых фруктов.

Ряженка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко топленое — 1 л
- Сметана 20% — 350 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В чашу мультиварки налить топленое молоко, добавить сметану и перемешать до однородной массы. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **40°C**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **10 часов**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. После завершения программы готовую ряженку тщательно перемешать, процедить через сито, перелить в стеклянную емкость и убрать в холодильник на 2 часа.



Совет: при подаче добавьте в ряженку измельченные орехи кешью.



Йогурт классический

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5% (комнатной температуры) — 350 мл
- Сливки 10% — 350 мл
- Закваска (простокваша 1%) — 300 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты залить в чашу мультиварки, тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **40 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **8 часов**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. После звукового сигнала кнопкой **Отмена** отключить режим **ПОДОГРЕВ**. Готовый йогурт перелить в стеклянную емкость и поставить на 3 часа в холодильник.

Совет: подавайте с ягодным топингом.

Йогурт с фруктами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5% (комнатной температуры) — 350 мл
- Сливки 10% — 350 мл
- Закваска (простокваша 1%) — 300 мл
- Яблоки зеленые — 100 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Яблоки очистить от сердцевины, нарезать на мелкие кубики по 0,5 см. Молоко комнатной температуры смешать с закваской, добавить яблоки, перемешать. Подготовленную смесь налить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **40 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **12 часов**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы, после звукового сигнала кнопкой **Отмена** отключить режим **ПОДОГРЕВ**. Готовый йогурт перелить в стеклянную емкость и поставить на 3 часа в холодильник.



Напитки

Совет: вместо яблок можно использовать любые другие фрукты.



Глинтвейн

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Вино красное — 700 мл
- Сахар — 100 г
- Изюм — 10 г
- Гвоздика — 7 г
- Имбирь — 5 г
- Померанцевая корка — 5 г
- Корица — 5 г
- Кардамон — 5 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Изюм и имбирь выложить в чашу мультиварки, залить вином, добавить сахар, померанцевую корку, корицу, кардамон, гвоздику и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **80 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.

Совет: при подаче украсьте бокал долькой апельсина.

Маринад для помидоров

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Вода — 1 л
- Уксус — 250 мл
- Сахар — 60 г
- Соль — 55 г
- Лавровый лист — 0,5 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Маринад готов к консервации.



Консервация

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

Консервация



Совет: в одном литре воды растворить 30 г соли и в течение 30 минут вымочить в этом растворе огурцы.

Маринад для огурцов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, нажатием кнопки **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Маринад готов к консервации.

Маринад для грибов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Опята (свежемороженые) — 600 г
- Соль — 40 г
- Сахар — 30 г
- Уксус 9% — 7 мл
- Лавровый лист — 0,5 г
- Перец черный горошком — 0,5 г
- Перец душистый — 0,5 г
- Гвоздика — 0,5 г
- Чеснок — 3 г
- Вода — 2 л

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Опята выложить в чашу мультиварки, залить 1 литром воды. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, нажатием кнопки **Время приготовления** установить **50 минут**, нажать кнопку **Старт**. После окончания программы открыть крышку и слить воду, затем залить в чашу 1 литр воды, добавить в грибы соль, сахар, лавровый лист, перец горошком, перец душистый, гвоздику, чеснок, уксус. Все тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** выбрать программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, нажатием кнопки **Время приготовления** установить **50 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Маринад готов к консервации.



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

Консервация



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

Лечо домашнее

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Болгарский перец — 1,5 кг
- Помидоры — 1,5 кг
- Подсолнечное масло — 100 мл
- Сахар — 100 г
- Соль — 12 г
- Чеснок — 5 г
- Уксус 9% — 3 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Помидоры пропустить через мясорубку. Болгарские перцы очистить от сердцевины, семян, нарезать дольками шириной 2 см. Чеснок мелко нарезать ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить масло, сахар, соль, уксус, все тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**. Нажать кнопку **Установка времени**, нажатием кнопки **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**. Готовить до окончания программы. Лечо готово к консервации.

Лечо по-казански

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Болгарский перец — 1,5 кг
- Помидоры — 1 кг
- Морковь — 200 г
- Чеснок — 50 г
- Сахар — 100 г
- Петрушка — 15 г
- Укроп — 15 г
- Острый перец чили — 7 г
- Масло растительное — 90 мл
- Уксус 9% — 50 мл
- Соль

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Помидоры и морковь пропустить через мясорубку. Укроп, петрушку, чеснок, перец чили измельчить ножом. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать кольцами. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, сахар, масло и уксус, все тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**. Нажать кнопку **Установка времени**, нажатием кнопки **Время приготовления** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Лечо готово к консервации.

Консервация



Совет: это блюдо отлично подойдет к жареному мясу.

Консервация



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

Икра кабачковая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Кабачок — 2 кг
- Морковь — 800 г
- Лук репчатый — 200 г
- Масло растительное — 150 мл
- Чеснок — 40 г
- Перец черный молотый — 2 г
- Уксус 9% — 2 ст. л.
- Сахар — 12 г
- Соль — 3 ч. л.

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кабачки очистить от кожуры и семян, нарезать на кубики размером 1,5-2 см. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами, чеснок - ломтиками. В чашу мультиварки налить растительное масло, в нее выложить лук, морковь и чеснок и перемешать, закрыть крышку. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ЖАРКА**, нажать кнопку **Установка времени**, нажатием кнопки **Время приготовления** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, за 10 минут до окончания приготовления открыть крышку и перемешать овощи. Затем закрыть крышку и готовить до окончания программы. Нажать кнопку **Поддержание тепла — Отмена**, открыть крышку мультиварки, выложить кабачки, еще раз перемешать, затем закрыть крышку мультиварки. Кнопкой **Меню** выбрать программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, кнопкой **Время** установить **1 час**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Затем содержимое чаши пропустить через мясорубку, снова выложить в чашу, добавить перец, уксус, сахар и соль, все тщательно перемешать. Закрывать крышку мультиварки, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**. Нажать кнопку **Установка времени**, нажатием кнопки **Время приготовления** установить **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Икра готова к консервации.



REDMOND

Для самых маленьких

Кормление малыша — целая наука, которую приходится постигать каждой молодой маме. В первые шесть месяцев жизни главным продуктом в рационе ребенка остается грудное молоко, качество которого напрямую зависит от питания мамы. Ее рацион ежедневно должен содержать 180-200 г мяса, 500 мл молока, по 50 г творога, сыра и сливочного масла, 1 яйцо, 500-600 г овощей, 200 г фруктов, 400-500 г хлеба. Особенно полезны в этот период блюда, приготовленные на пару без добавления приправ и специй.

До года ребенок должен получать пищу в строго установленные часы. Благодаря функции **Отложенный старт** мультиварка **REDMOND RMC-M45021** поможет вам приготовить продукты к нужному времени, тем самым не нарушая рацион малыша.

Очень полезны для вскармливания детей раннего возраста кисломолочные продукты. Содержащиеся в них ферменты и молочная кислота стимулируют секрецию желудочного сока, нежно створаживают белки молока и тем самым улучшают процессы пищеварения. Кисломолочные продукты нивелируют брожение в кишечнике, подавляя и вытесняя патогенную микрофлору.

Программы мультиварки позволяют готовить в домашних условиях натуральный йогурт и ряженку, а значит, у вас не будет необходимости кормить ребенка покупными кисломолочными продуктами.

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

Готовить вкусные и полезные блюда для малыша поможет мультиварка **REDMOND RMC-M45021**, оснащенная автоматическими программами. Она подарит вам возможность проводить больше времени с ребенком за веселыми и познавательными играми, потому что процесс приготовления в мультиварке очень прост. Достаточно выложить ингредиенты в чашу и запустить нужную программу. Молочные каши, фруктовое и овощное пюре, йогурт, блюда на пару и многое другое можно готовить нажатием одной кнопки!

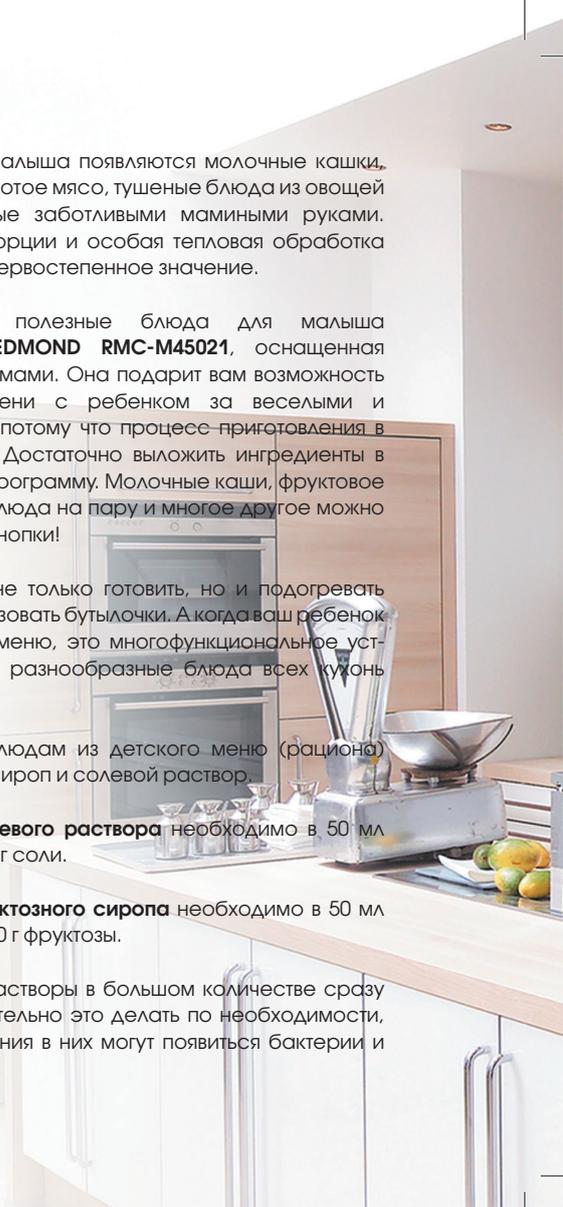
В мультиварке можно не только готовить, но и подогревать детское питание и стерилизовать бутылочки. А когда ваш ребенок дорастет до «взрослого» меню, это многофункциональное устройство позволит готовить разнообразные блюда всех кухонь мира.

Для придания вкуса блюдам из детского меню (рациона) используется фруктозный сироп и солевой раствор.

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

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

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



Каша манная 5-процентная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить крупу, залить молоко, воду, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с четырех месяцев.

Каша рисовая протертая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить рис, залить молоко, воду, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.



Совет: с четырех месяцев.



Пюре из яблок и груш

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Фрукты очистить от кожуры и сердцевины, нарезать кубиками по 3 см. В чашу мультиварки налить воды, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него фрукты, полить сиропом. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Овощи**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовые фрукты переложить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с четырех месяцев.

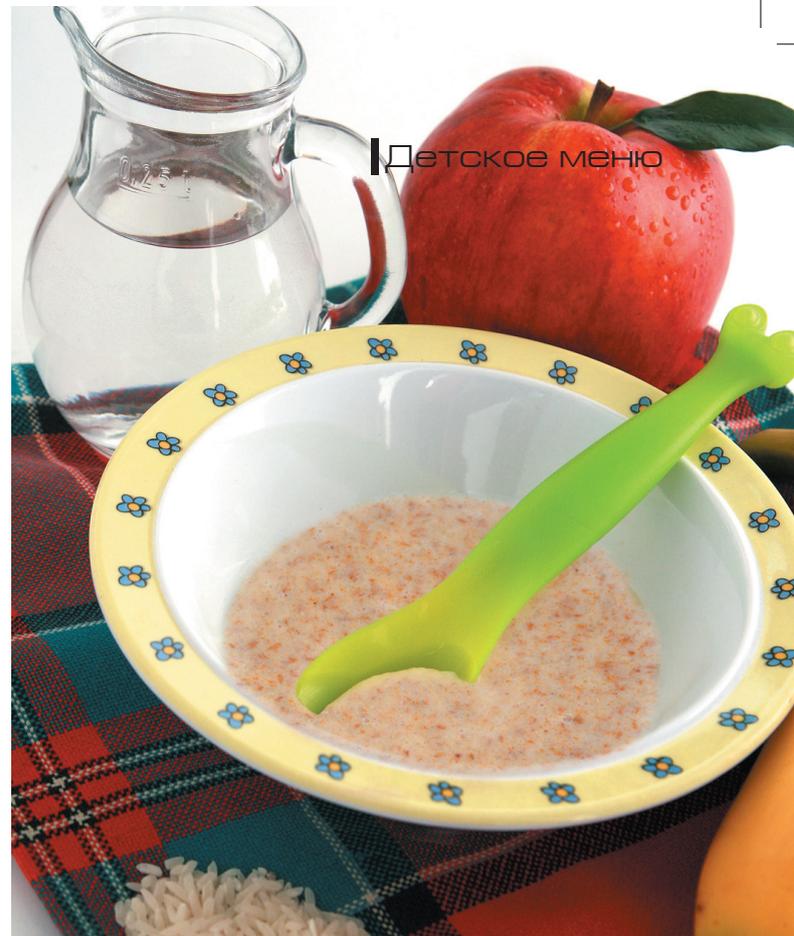
Каша гречневая протертая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крупу промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, кнопкой **Температура** установить **120 °С**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **20 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Затем открыть крышку, крупу перемешать, залить водой и молоком, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и снова перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.



Совет: с пяти месяцев.

Каша манная на овощном бульоне

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

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

Совет: с шести месяцев.

Каша манная с яблочным пюре

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5% — 300 мл
- Яблоко зеленых сортов — 210 г
- Крупа манная — 20 г
- Фруктозный сироп — 5 мл
- Масло сливочное — 5 г

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

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

Детское меню



Совет: с шести месяцев.

Каша из гречневой и рисовой муки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рисовую и гречневую муку смешать с водой, перемешать венчиком до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее налить воду и молоко, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **10 минут**. Нажать кнопку **Старт**. За 5 минут до окончания приготовления добавить смесь из рисовой и гречневой муки и перемешать до однородной массы. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

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 воды, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него рыбу, полить солевым раствором. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Рыба**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую рыбу переложить в отдельную емкость, добавить молоко и взбить блендером до однородной массы.



Совет: с шести месяцев.

Каша манная на курином бульоне

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 100 г
- Крупа манная — 20 г
- Масло сливочное — 4 г
- Солевой раствор — 3 мл
- Вода — 450 мл

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу промыть, нарезать кубиками по 0,5 см, выложить в чашу мультиварки, залить водой и добавить солевой раствор. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее налить бульон, добавить крупу и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **15 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с семи месяцев.

Суп-пюре из цветной капусты и кабачка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кабачок очистить от кожуры, нарезать кубиками по 1 см, капусту измельчить ножом. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить овощи, залить воду, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Детское меню



Совет: с семи месяцев.

Пюре из смеси овощей

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Овощи замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить овощи, залить воду, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовые овощи переложить в отдельную емкость, залить полученным отваром и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с семи месяцев.

Отвар из шиповника

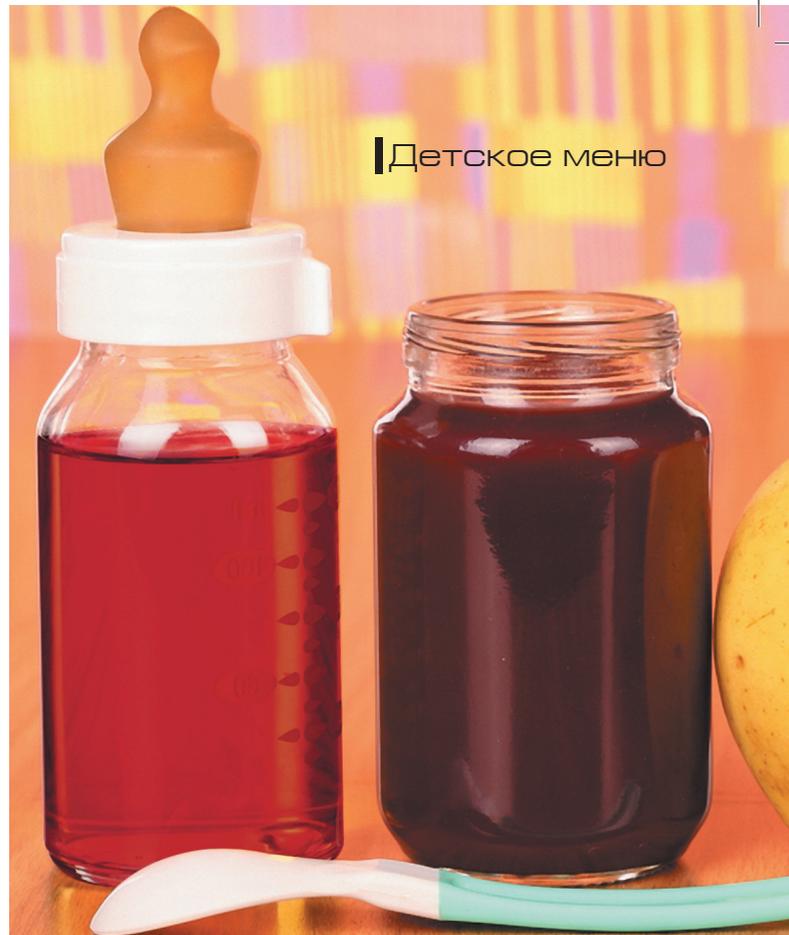
ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

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

Детское меню



Совет: с семи месяцев.



Детское меню

Каша рисовая с творогом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Творог — 50 г
- Рис нешлифованный — 30 г
- Масло сливочное — 6 г
- Фруктоза — 4 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. Закрывать крышку, кнопкой **Варка** установить программу **КАША**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **25 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый рис вместе с отваром переложить в отдельную емкость, добавить творог и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

Бульон мясной

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать кубиками по 1 см. Овощи промыть, замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 0,5-1 см, петрушку крупно нарезать ножом. Мясо, овощи и зелень выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить.

Детское меню



Совет: с восьми месяцев.

Суп-пюре из курицы

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, вместе с луком пропустить через мясорубку два раза. Молоко смешать с водой, добавить муку и размешать венчиком до однородной массы. Фарш выложить в чашу мультиварки, залить молочно-мучной смесью, добавить солевой раствор, сливочное масло и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **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:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Печень промыть, вырезать желчные протоки и пропустить через мясорубку. Хлеб замочить в молоке на 10 минут, затем пропустить через мясорубку. Печень смешать с хлебом, добавить желток, тщательно перемешать и протереть через сито. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить протертую массу, залить овощной отвар, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и тщательно перемешать венчиком.

Детское меню



Совет: с восьми месяцев.

Суп картофельный протертый

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель промыть, замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить картофель, залить молоко и воду, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **СУП**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **30 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовый картофель вместе с отваром протереть через сито.

Совет: с восьми месяцев.

Котлеты из мяса паровые

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Хлеб замочить в воде (60 мл) на 10 минут. Мясо промыть, пропустить вместе с хлебом через мясорубку, добавить солевой раствор, вымесить до однородной массы и сформировать котлеты. В чашу мультиварки налить воды, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него котлеты. Закрыть крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ПАР**, кнопкой **Вид продукта** выбрать **Мясо**. Нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы.



Детское меню

Совет: с восьми месяцев.



Пюре из горошка и индейки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

С горошка слить жидкость и промыть. Мясо промыть и пропустить через мясорубку. Фарш и горошек выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **Меню** установить программу **ТУШЕНИЕ**, нажать кнопку **Установка времени**, затем нажатием кнопки **Время приготовления** установить мигающий индикатор на **40 минут**. Нажать кнопку **Старт**, готовить до окончания программы. Готовое мясо с горошком переложить в отдельную емкость, добавить 50 мл отвара и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с одиннадцати месяцев.

Стерилизация

Пока иммунитет малыша не окреп в достаточной степени, стерилизация поможет полностью защитить его от особенно вредных молочных бактерий. Наиболее эффективными считаются способы стерилизации с помощью воды или пара. В мультиварке **REDMOND RMC-M45021** можно создать как паровой, так и водяной (медицинский) способ стерилизации, которые являются быстрыми, простыми и эффективными, без добавления химических средств.

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

1. Бутылочки для кормления наполните водой, герметично закройте крышками и разместите в чаше.
2. Наполните чашу водой до максимальной отметки шкалы, расположенной на внутренней поверхности чаши.
3. Установите чашу в мультиварку, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом.
4. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
5. Нажатием кнопки **Меню** выберите программу **ПАР**.
6. Нажатием кнопки **Вид продукта** выберите **Мясо**, по умолчанию будет установлено время работы программы **40 минут**.
7. Нажмите кнопку **Старт**. Загорится индикатор кнопки **Старт**. Выполнение установленной программы и обратный отсчет времени ее работы начнется после выхода прибора на заданный температурный режим.
8. По завершении программы раздастся звуковой сигнал и включится режим автоподогрева.
9. Для прерывания процесса приготовления, отмены введенной программы или отключения режима автоподогрева нажмите кнопку **Отмена**.

По окончании работы программы выньте бутылочки из чаши и оставьте их закрытыми. В таком виде они будут стерильны до 12 часов. При необходимости вылейте воду из бутылочки и используйте ее по назначению.



Стерилизация

Для сосок и мелких предметов
(паровой способ):



1. Мелкие предметы (соски, столовые приборы, прорезыватели и т. д.) разместите в контейнере-пароварке.
2. Установите контейнер-пароварку в чашу.
3. Залейте в чашу 700-1 000 мл воды, установите чашу в мультиварку, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом.
4. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
5. Нажатием кнопки **Меню** установите программу **ПАР**.
6. Нажатием кнопки **Вид продукта** выберите **Рыба**, будет установлено по умолчанию время приготовления **15 минут**.
7. Нажмите кнопку **Старт**. Загорится индикатор кнопки **Старт**. Выполнение установленной программы и обратный отсчет времени ее работы начнется после выхода прибора на заданный температурный режим.
8. По завершении программы раздастся звуковой сигнал и включится режим автоподогрева.
9. Для прерывания процесса приготовления, отмены введенной программы или отключения режима автоподогрева нажмите кнопку **Отмена**.

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

Пастеризация

Пастеризация — это процесс одноразового нагревания жидких продуктов до 60 °С в течение 1 часа либо до температуры 70-80 °С в течение 30 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-M45021** можно пастеризовать продукты на программе **МУЛЬТИПОВАР**.

1. Залейте продукт в чашу, но не выше максимальной отметки шкалы, расположенной на внутренней поверхности чаши.
2. Установите чашу в мультиварку, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом.
3. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
4. Нажатием кнопки **Меню** установите программу **МУЛЬТИПОВАР**.
5. Нажатием кнопки **Температура** установите **80 °С**. Температура программы **МУЛЬТИПОВАР** по умолчанию **160 °С**.
6. Кнопками **Установка времени** и **Время приготовления** установите время пастеризации **30 минут**.
7. 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.
8. По завершении программы раздастся звуковой сигнал и включится режим автоподогрева блюда.
9. Для прерывания процесса приготовления или отмены введенной программы нажмите кнопку **Отмена**.

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



Подогрев детского питания



В мультиварке **REDMOND RMC-M45021** можно создать эффект водяной бани. Это быстрый и безопасный способ равномерно подогреть молочную смесь или баночки с детским питанием до комфортной для ребенка температуры.

1. Залейте в чашу 2 литра воды, разместите в чаше емкости с продуктом.
2. Установите чашу в мультиварку, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом.
3. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
4. Нажатием кнопки **Меню** установите программу **МУЛЬТИПОВАР**.
5. Нажатием кнопки **Температура** установите **40 °С**. Температура программы **МУЛЬТИПОВАР** по умолчанию **160 °С**.
6. Кнопками **Установка времени** и **Время приготовления** установите желаемое время работы программы. Минимальное время разогрева продукта до 37-39 °С составляет 20 минут.
7. Нажмите кнопку **Старт**. Загорится индикатор кнопки **Старт**.
8. Обратный отсчет времени работы программы начнется автоматически после выхода мультиварки на рабочий режим. По завершении работы программы кнопкой **Отмена** отключите автоподогрев.
9. Для прерывания процесса приготовления или отмены введенной программы нажмите кнопку **Отмена**.

Перед употреблением обязательно встряхните емкость с подогретым продуктом!

Внимание: не рекомендуется подогревать молоко или детское питание в микроволновой печи, так как неравномерный нагрев продукта может разрушить некоторые витамины, а также привести к ожогам во время кормления.

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

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

Таблица калорийности

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Кориандр молотый	1,5	0	5	25
Корица	3,9	3,2	3,2	261
Креветки	17,8	1,1	0	81
Крупа кукурузная	8,3	1,2	71,6	337
Крупа 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
Макаронны	17,5	47,5	2	505
Молоко сухое	27	24	38,7	479
Мускатный орех	15	20	9	500
Миндаль	18,6	57,7	16,2	645
Мясной бульон	2,5	1,5	0,5	27,5
Майонез	2,8	67	2,6	624

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Манная крупа	10,3	1	67,7	328
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 соленые	0,8	0,1	1,6	13
Оливки	1,4	12,7	1,3	123
Орех грецкий	15,6	62	18,3	700
Орех кедровый	12	61	12	629
Окунь	17,6	5,5	0	117
Патока	0	0,3	78	296
Панировочные сухари	13,9	2,5	72,5	372
Персик	0,9	0,1	9,5	43
Пиво	0,3	0	4,6	42
Перепела	21,76	4,53	0	134
Палочки корицы	3,9	3,2	79,8	261

Таблица калорийности

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

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Соевый соус	2,3	0	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
Семенчи	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
Смарадина	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

