

# REDMOND

series MultiPRO

Мультиварка  
**RMC-M4515**

**101**  
рецепт

ПРОФЕССИОНАЛ НА ВАШЕЙ КУХНЕ !





# REDMOND

## Мультиварки № 1 в России!

**Вы ощутите себя настоящим шеф-поваром с мультиваркой REDMOND RMC-M4515.** Она создана специально для тех, кто ценит свое время и понимает важность здорового питания.

**Мультиварка REDMOND RMC-M4515** по праву займет достойное место на вашей кухне. При простоте использования и разумной цене она заменит целый ряд кухонных приборов: плиту, духовой шкаф, пароварку, фондюшницу и многое другое. Теперь в одной компактной мультиварке вы сможете готовить разнообразные блюда из мяса, птицы, рыбы, морепродуктов, плов, каши, супы, гарниры, закуски, выпечку, варенья, десерты, компоты и даже сыр, творог и фондю!

Процесс приготовления в мультиварке **REDMOND RMC-M4515** полностью автоматизирован. 6 программ функциональны, интуитивно понятны и гарантируют простоту и удобство использования! Возможности мультиварки дополнены функциями отсрочки старта и автоматического подогрева готовых блюд. Дисплей на русском языке обеспечивает легкость управления, а современный дизайн подчеркнет интерьер каждой кухни.

Объема четырехлитровой чаши мультиварки **REDMOND RMC-M4515** достаточно, чтобы приготовить еду для всей семьи. Благодаря небольшому весу и размеру вы сможете без труда взять эту мультиварку с собой на дачу, даже если вы пользуетесь общественным транспортом. Мультиварки **REDMOND RMC-M4515** помогут вам порадовать себя и близких вкусными и полезными блюдами, не затрачивая времени и сил! Отдыхайте, занимайтесь важными делами или любимым хобби, отправляйтесь на прогулку с семьей, а заботы о приготовлении еды возьмет на себя мультиварка **REDMOND RMC-M4515!**

# О МУЛЬТИВАРКАХ **REDMOND**



**Мультиварка REDMOND RMC-M4515** — многофункциональное устройство нового поколения. Реализованные в нем инновационные разработки в области кухонной техники не только обеспечат ваше здоровое питание, но и позволят создать настоящие кулинарные шедевры! Ваши хлопоты на кухне станут незначительными и приятными, а блюда получатся вкусными и полезными.

САЙТ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА REDMOND  
В РОССИИ:

## **multivarka.pro**

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

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**  
Звонок по России бесплатный.

# НОВЫЙ ТЕЛЕПРОЕКТ “ГОТОВИМ в мультиварках REDMOND”

ВСЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ  
ОСОБЕННОСТИ  
мультиварок REDMOND

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

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

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

**КП**  
KPRU



online на сайте **tv.kp.ru**

и в эфире  
ТРИКОЛОР ТВ  
и НТВ-ПЛЮС

В записи на сайте **multivarka.pro**



ШЕФ-ПОВАР





## О ПРОЕКТЕ

# «ГОТОВИМ в мультиварках **REDMOND**»



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

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

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

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

## ЛИЦА ПРОЕКТА

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

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

## ТЕМЫ ПРОЕКТА

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

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

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

online на сайте **tv.kp.ru**

В записи на сайте **multivarka.pro**





## ОГЛАВЛЕНИЕ

---

Модельный ряд мультиварок <b>REDMOND</b> .....	6
Технические характеристики.....	10
Фотоменю.....	17
<b>Рекомендации и требования к процессу приготовления блюд.....</b>	<b>20</b>
Каши.....	21
Супы.....	26
Вторые блюда.....	37
Гарниры.....	68
Блюда на пару.....	73
Сыр и творог.....	79
Закуски и салаты.....	83
Выпечка.....	91
Десерты.....	98
Напитки.....	100
Консервация.....	102
Детское меню.....	106
Стерилизация.....	124
Пастеризация.....	126
Таблица калорийности.....	127

## МОДЕЛЬНЫЙ РЯД МУЛЬТИВАРОК REDMOND

### Мультиварка RMC-M90



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

### Мультиварка RMC-M70



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

### Мультиварка-скороварка RMC-M110



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

### Мультиварка RMC-01



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

## Мультиварка RMC-M4502



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

## Мультиварка RMC-M60



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

## Мультиварка RMC-M50



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

## Мультиварка RMC-M11



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

## Мультиварка RMC-M10



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

## Мультиварка RMC-M20



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

## Мультиварка RMC-M4500



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

## Мультиварка RMC-4503



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

## Мультиварка-скороварка RMC-M4504



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

## Мультиварка RMC-M4505



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

## Мультиварка RMC-M45011



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

## Мультиварка RMC-M45021



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

## ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

- Мощность — 700 Вт
- Напряжение — 220-230 В
- Объем чаши — 4 л
- Покрытие чаши: антипригарное
- ЖК-дисплей:  
светодиодный цифровой
- Панель управления  
на русском языке
- Съёмный паровой клапан
- Функция поддержания температуры  
готовых блюд (автоподогрев)
- Функция отсрочки старта
- Функция разогрева блюд
- 6 автоматических программ: жарка,  
плов, молочная каша/крупы,  
выпечка/пицца, тушение/десерты,  
пар/суп/паста



# 6 АВТОМАТИЧЕСКИХ ПРОГРАММ

ОБЪЕМ ЧАШИ  
4  
литра

С мультиваркой **REDMOND RMC-M4515** приготовление вкусной и полезной пищи станет для вас любимым ежедневным занятием. Благодаря специальным автоматическим программам вам больше не придется следить за процессом приготовления, что значительно экономит ваше время. Рецепты блюд для книги, которую вы держите в руках, разработаны командой профессиональных поваров **REDMOND**, а на дегустацию 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 представительства **REDMOND** в России, — [www.multivarka.pro](http://www.multivarka.pro)





## Возможности мультиварки **REDMOND RMC-M4515**

### **МУЛЬТИВАРКА REDMOND RMC-M4515**

Мультиварка **REDMOND RMC-M4515** создана для того, чтобы вы могли реализовать свой кулинарный талант в полном объеме. Ее функционал отвечает самым высоким запросам, дизайн подчеркнет интерьер любой кухни, а интуитивное управление понятно даже неискушенным пользователям.

Мультиварка **REDMOND RMC-M4515** не требует постоянного присутствия на кухне и незаменима для динамичных современных людей, которым важна каждая минута. Она позволит отказаться от другой громоздкой кухонной техники: электрической плиты, духовки, пароварки, хлебопечи и т. д. В комплект входит чаша с антипригарным покрытием, емкость для приготовления на пару, черпак, плоская ложка и мерный стакан.



**ЖАРКА**



**ПЛОВ**



**МОЛОЧНАЯ КАША**



**ПИЦЦА**



**ТУШЕНИЕ**



**ДЕСЕРТЫ**



**ПАР**



**СУП**



**ПАСТА**

## ОПИСАНИЕ ПРОГРАММ



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



**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ** — для приготовления каш из гречневой, перловой и других круп на молоке и воде, для приготовления рассыпчатых гарниров из самых разных круп.



**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ** — для тушения мяса, рыбы и овощей; для приготовления различных гарниров, а также для сладких блюд – десертов, фруктового пюре, варенья и других.



**ПЛОВ** — для приготовления различных видов плова.



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



**ПАР/СУП/ПАСТА** — для приготовления на пару овощей, рыбы, мяса, мантов, диетических и вегетарианских блюд, варки бульонов, супов, крем-супов и супов-пюре, макарон, а также варки компотов и других напитков.

## ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

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

### СЪЕМНЫЙ ПАРОВОЙ КЛАПАН

Паровой клапан обеспечивает равномерный и безопасный выход пара.

### ФУНКЦИЯ ПОДДЕРЖАНИЯ ТЕМПЕРАТУРЫ ГОТОВЫХ БЛЮД (АВТОПОДОГРЕВ)

Функция включается автоматически по завершении программы приготовления и может поддерживать блюдо теплым в течение 24 часов.

### ФУНКЦИЯ ОТСРОЧКИ СТАРТА

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

### ФУНКЦИЯ РАЗОГРЕВА БЛЮД

Эта функция позволяет использовать мультиварку для разогрева холодных блюд (при этом возможна отсрочка старта).

### СОВРЕМЕННЫЙ ДИЗАЙН

Современный дизайн мультиварки **REDMOND RMC-M4515** подчеркнет интерьерное решение любой кухни. Для еще большего удобства использования мультиварка оснащена светодиодным цифровым дисплеем и панелью управления на русском языке.

## БАЗОВАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ

Чаша с антипригарным покрытием



Контейнер для приготовления на пару



Мерный стакан



Плоская ложка и черпак



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ

Чтобы сделать приготовление блюд в мультиварке более удобным, вы можете приобрести дополнительные аксессуары в интернет-магазине представительства [www.multivarka.pro](http://www.multivarka.pro) или в магазине наших дилеров.



Предназначаются для удобного и безопасного извлечения чаши из мультиварки. Подходят к любым чашам для мультиварок.

Другие аксессуары к мультиваркам, а также весь модельный ряд бытовой техники **REDMOND** на сайте [www.multivarka.pro](http://www.multivarka.pro)

## Таблица программ приготовления (заводские установки)

	Рекомендации по использованию	Время приготовления по умолчанию, мин	Диапазон времени приготовления/ шаг установки	Отложенный старт	Функция автоподогрева
ЖАРКА	Жарка мяса, рыбы, овощей; приготовление гарниров	15 мин	5 мин – 1 час 30 мин/1мин	—	+
ПЛОВ	Приготовление различных сортов плова	1 час	10 мин – 2 часа/ 5 мин	+	+
МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ	Приготовление различных каш на воде и молоке; приготовление гарниров	25 мин	5 мин – 4 часа/ 5 мин	+	+
ВЫПЕЧКА/ ПИЦЦА	Выпечка бисквитов, запеканок, пирогов; приготовление пиццы	1 час	10 мин – 8 часов/ 5 мин	+	+
ТУШЕНИЕ/ ДЕСЕРТЫ	Тушение мяса, рыбы, овощей; приготовление различных блюд, фруктовых пюре, десертов, варенья	1 час	10 мин – 12 часов/ 5 мин	+	+
ПАР/СУП/ПАСТА	Приготовление мясных, рыбных и овощных блюд на пару; приготовление бульонов, супов; варка макарон, сосисок, замороженных полуфабрикатов	40 мин	5 мин – 8 часов/ 5 мин	+	+

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПОВАРОВ



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



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



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



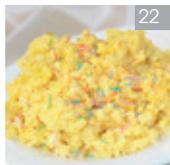
«С появлением на кухне мультиварки можно забыть о капелках жира, которые обычно разлетаются в разные стороны, когда жарить мясо или рыбу. И вы никогда не почувствуете запаха готовящегося блюда, потому что крышка мультиварки очень герметична. Каждый день вы будете открывать для себя новые положительные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

## Каши



21

Каша манная



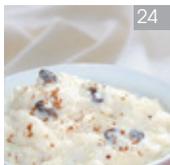
22

Каша пшенная



23

Каша кукурузная



24

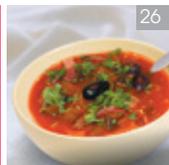
Каша рисовая



25

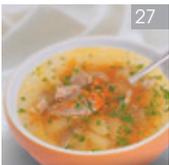
Каша геркулесовая

## Супы



26

Солянка



27

Суп из свинины



28

Суп гороховый



29

Сырнй суп с копченостями



30

Нежный суп с рыбой



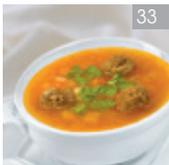
31

Щи



32

Борщ



33

Суп с фрикадельками



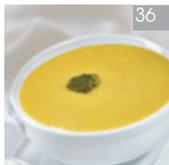
34

Фитнес-суп



35

Суп грибной



36

Крем-суп овощной



## Вторые блюда



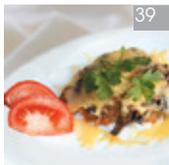
37

Овощное рагу



38

Рагу с мясом



39

Свинина под сыром



40

Свинные наггетсы на шпажках



41

Рулет «Московский»



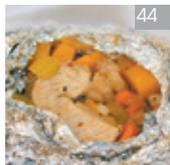
42

Курица со сливками



43

Гуляш по-средиземноморски



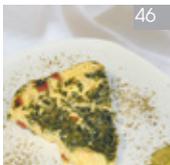
44

Рыба в фольге



45

Картофель с шампиньонами



46

Омлет нежный



47

Говядина копченая



48

Форель копченая



49

Свинина копченая





79

Сыр плавяный



80

Сыр маскарпоне



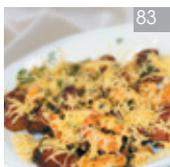
81

Сыр домашний



82

Творог

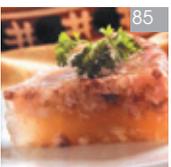
Закуски  
и салаты

83

Креветки  
под сыром

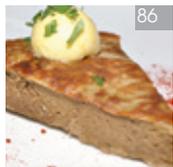
84

Фондо сырное



85

Холодец



86

Суфле из говяжьей  
печени

87

Буженина



88

Паштет  
из куриной печени

89

Салат с креветками  
и авокадо

90

Салат «Нежный»



## Выпечка



91

Пирог рыбный



92

Бисквит



93

Творожная  
запеканка

94

Хлеб белый



95

Хлеб многозерновой  
«Немецкий»

96

Хлеб многозерновой  
«Английский»

97

Творожный пирог



## Десерты



98

Яблоки медовые



99

Яблоки с орехами,  
курагой и чернос.

## Напитки



100

Глнтвейн



101

Компот



## Консервация



102

Маринад  
для помидоров

103

Маринад  
для огурцов

104

Лечо домашнее



105

Икра кабачковая

## Детское меню



108

Каша манная 5-процентная



109

Каша рисовая протертая



110

Каша манная на овощном бульоне



111

Каша манная с яблочным пюре



112

Каша из гречневой и рисовой муки



113

Пюре рыбное



114

Каша манная на курином бульоне



115

Суп-пюре из цветной капусты и кабачка



116

Пюре из смеси овощей



117

Отвар из шиповника



118

Каша рисовая с творогом



119

Бульон мясной



120

Суп-пюре из курицы



121

Суп-пюре из печени



122

Котлеты из мяса



123

Пюре из горошка и индейки

## ВНИМАНИЕ!

### РЕКОМЕНДАЦИИ И ТРЕБОВАНИЯ К ПРОЦЕССУ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

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

# 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. Закрывать крышку, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **10 минут**, готовить до окончания программы. Перемешать до полного растворения комочков.

Каша



Совет: подавайте кашу с орехами.



## 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, нажать кнопку **«МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ»**. Нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **40 минут**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте кашу со свежими ягодами.

# 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, нажать кнопку **«МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ»**. Нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **40 минут**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.



Совет: подавайте кашу с вареньем.



## 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, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

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. Закрыть крышку, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Каша



Совет: по желанию добавьте в кашу сухофрукты.



## Солянка

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину промыть, нарезать вместе с луком, морковью, огурцами, картофелем, колбасками и курицей соломкой 0,5 см. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте солянку 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 2х5 см. Морковь натереть на крупной терке. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы.

Супы



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
- Вода — 2 л
- Соль, специи

### 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 по 1 см, колбасу — соломкой, картофель — брусочками. Морковь и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло. Закрывать крышку, нажать кнопку **«ЖАРКА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **20 минут**. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Обжаренные овощи выложить в отдельную емкость. Ребра и горох выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрывать крышку, нажать кнопку **«ПАР/СУП/ПАСТА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **2 часа**. За 50 минут до завершения приготовления добавить колбасу, картофель, обжаренные овощи, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Совет: гороховый суп подавайте с обжаренными ломтиками бекона.

# 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 нарезать соломкой 0,5х3 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сыр, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы.



Совет: : подавайте с пшеничными  
чесночными гренками.



## Нежный суп с рыбой

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга (филе) — 300 г
- Картофель — 200 г
- Лук репчатый — 60 г
- Морковь — 60 г
- Сливки 10-15% — 100 мл
- Вода — 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. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы. В готовый суп добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.

Совет: подавайте суп с лепешками focaccia.

# Щи

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (суповой набор) — 500 г
- Капуста белокочанная — 350 г
- Картофель — 200 г
- Морковь — 200 г
- Лук репчатый — 250 г
- Масло растительное — 70 мл
- Чеснок — 5 г
- Вода — 2 л
- Свежая зелень
- 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. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ЖАРКА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **5 минут**. Обжаривать, периодически помешивая. Обжаренные овощи выложить на тарелку. В чашу мультиварки выложить мясо, залить водой. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. За 30 минут до завершения приготовления снять с бульона белковую пенку, добавить обжаренные овощи, картофель, капусту, соль и специи. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.



Супы

Совет: подавайте щи со сметаной.



## 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
- Вода — 2 л
- Соль, специи, зелень

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, нарезать вместе с луком, свеклой, морковью, капустой и картофелем соломкой 0,5х3 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час 30 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте борщ с чесночными пампушками.

# Суп с фрикадельками

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Из фарша сформировать фрикадельки размером с грецкий орех. Лук, морковь, картофель нарезать кубиками по 1,5-2 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, сливочное масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**, готовить до окончания программы.



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



## 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 по 0,5 см, репчатый и зеленый лук измельчить ножом, цветную капусту разделить на соцветия. Все ингредиенты (кроме зеленого лука) выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **40 минут**, готовить до окончания программы. Готовый суп посыпать зеленым луком.

Совет: добавьте в суп половинку вареного яйца.

# Суп грибной

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 500 г
- Грибы — 250 г
- Морковь — 120 г
- Лук репчатый — 100 г
- Вода — 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, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. За 40 минут до окончания приготовления снять пенку, добавить овощи и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Супы



Совет: при желании вы можете использовать сушеные грибы. В этом случае их нужно предварительно вымочить в течение 2 часов.



## Крем-суп овощной

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель и морковь нарезать кубиками по 1,5-2 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: готовый суп украсьте семечками кунжута.

# Овощное рагу

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель, баклажаны, помидоры, капусту нарезать кубиками по 2 см, лук и морковь нарезать соломкой 0,5х3см. Чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить масло, соль, специи, чеснок и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», затем нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час 30 минут**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: к этому рагу отлично подойдут прованские травы.



# 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, зелень измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить зелень, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку **«ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **1 час 40 минут**. Готовить до окончания программы.

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

# 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, нажать кнопку «**ЖАРКА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте с картофелем айдахо.



# 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, вместе с луком, кабачком и болгарским перцем нарезать кубиками по 2,5-3 см. Свинину обернуть беконом. Все ингредиенты нанизать на две шпажки в следующем порядке: болгарский перец, кабачок, лук репчатый, свинина в беционе. В чашу мультиварки залить растительное масло, выложить наггетсы, посыпать солью и специями. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ЖАРКА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **18 минут**. За 8 минут до завершения приготовления перевернуть наггетсы. Готовить до окончания программы.

Совет: готовое блюдо подавайте с соусом барбекю или супом гаспачо.

# Рулет «Московский»

Вторые блюда

## 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, разрезать поперек волокон на 3 одинаковых куска и отбить до толщины 0,5 см. Грибы и лук измельчить ножом, смешать со сливочным маслом, солью и специями. В каждый подготовленный кусок мяса завернуть порцию начинки. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить рулеты швом вниз. Нажать кнопку «**ЖАРКА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **18 минут**. За 8 минут до завершения приготовления перевернуть рулеты, закрыть крышку. Готовить до окончания программы.



Совет: подавайте это блюдо с ягодным соусом.



## Курица со сливками

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица — 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, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **45 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: приправьте блюдо майораном и чабрецом.

# 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 воду, соль, специи и перемешать. Нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **35 минут**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: минтай можно заменить любой другой белой рыбой.



# 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 по 2-2,5 см, картофель, морковь и лук — кубиками по 1 см. Все ингредиенты смешать с солью и специями, выложить на двойной лист фольги, аккуратно завернуть и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **40 минут**. Готовить до окончания программы.

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

# 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 1,5-2 см, грибы — дольками, лук — мелкими кубиками. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Зажать крышку, нажать кнопку «**ЖАРКА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**. Готовить до окончания программы, периодически помешивая.

Вторые блюда



Совет: вкус этого блюда подчеркнет приправа фахита.



## Омлет нежный

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 10 шт. (500 г)
- 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-молочной смесью, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **25 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: готовое блюдо посыпьте тертым сыром.

# Говядина копченая

## 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. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте с брусничным соусом.



## Форель копченая

### 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, аккуратно завернуть и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, нажать кнопку **«ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **40 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте, украсив дольками лайма и авокадо.

# Свинина копченая

## 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, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **40 минут**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подавайте с помидорами черри и пряной зеленью.



# Рулька

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рулька свиная — 900 г
- Лук репчатый — 250 г
- Чеснок — 15 г
- Базилик — 5 г
- Вода — 200 мл
- Масло растительное — 20 мл
- Соль, специи

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рульку промыть, сделать в ней глубокие надрезы и нашпиговать зубчиками чеснока. Лук измельчить ножом, смешать с солью, специями и базиликом. Полученной смесью натереть рульку и оставить мариноваться в холодильнике на 9 часов. Рульку выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, воду. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **2 часа**. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте к рульке маринованный лук.

# 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 установить контейнер-пароварку, выложить в него картофель. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. За 10 минут до окончания приготовления добавить зелень и перемешать. Закрыть крышку, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: добавьте в блюдо свежий тимьян.



## 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, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**, готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.

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

# Пельмени

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

### Для теста:

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

### Для фарша:

- Говядина (филе) — 300 г
- Свинина (филе) — 300 г
- Лук репчатый — 100 г
- Яйцо — 2 шт. (100 г)
- Чеснок — 6 г
- Соль, специи
- Вода — 1 л

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Замесить тесто: в муке сделать небольшое углубление, аккуратно выбить в него яйца, добавить растительное масло, подсоленную воду и перемешать. Вымешивать до тех пор, пока тесто не станет однородным. Приготовить фарш: мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и чесноком, добавить яйца, соль, специи и перемешать. Раскатать тесто тонким слоем и вырезать из него небольшие кружки. В середину каждого выложить порцию фарша и слепить пельмени. В чашу мультиварки налить воду. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**. После начала обратного отсчета опустить в кипящую воду пельмени, добавить соль и специи, готовить до окончания программы.

## Вторые блюда



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



## Свинина со сливками

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина — 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 0,5 см, чеснок — пластинками. Мясо, грибы и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, сливки и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**, готовить до окончания программы.

Совет: готовое блюдо подавайте с рукколой.

# Плов

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (филе, шея) — 500 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. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПЛОВ», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы. Готовое блюдо перемешать.



Вторые блюда

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



Совет: подавайте с соусом наполитано.

## Макароны по-флотски

### 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. Лук и фарш выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль и специи. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ЖАРКА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **7 минут**. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы. Выложить фарш и лук в отдельную емкость. В чашу мультиварки налить воду, закрыть крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **10 минут**. После начала обратного отсчета выложить в чашу мультиварки спагетти, добавить растительное масло, соль и специи, перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. После завершения приготовления слить воду из чаши, смешать спагетти с фаршем.

# 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. В чашу мультиварки налить масло и выложить люля-кебаб. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ЖАРКА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **12 минут**. За 6 минут до окончания приготовления перевернуть люля-кебаб, готовить до окончания программы.

## Вторые блюда



Совет: к этому блюду отлично подходит соус ткемали.



Совет: приправьте блюдо прованскими травами.

## 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 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, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**, готовить до окончания программы.

# Перцы фаршированные

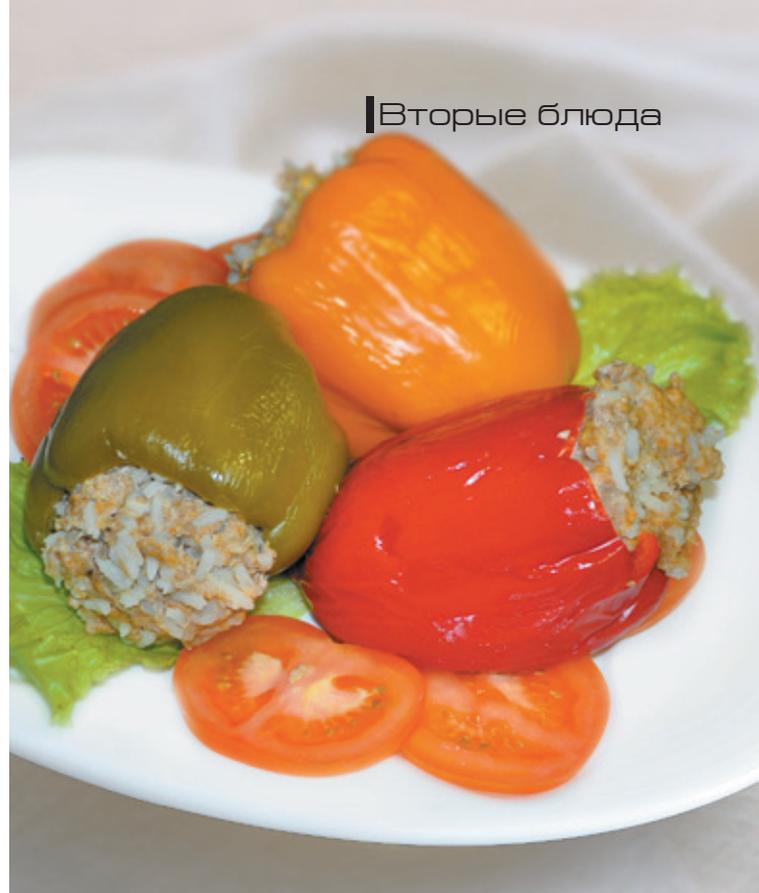
## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 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. Закрыть крышку, нажать кнопку **«ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ»**. Нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **40 минут**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



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



## 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. Сверху равномерно выложить сметану, посыпать солью, специями и сыром. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**, 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. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**, готовить до окончания программы.

Вторые блюда



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



## Рыбное ассорти с сыром

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу промыть, нарезать мелкими кубиками, сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты (кроме сыра) посолить, посыпать специями, перемешать и выложить в чашу мультиварки, посыпать сыром. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: перед подачей украсьте блюдо красным базиликом.

# 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. Закрыть крышку, нажать кнопку «ЖАРКА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **10 минут**. Обжаривать овощи при открытой крышке до окончания программы. Затем гречку выложить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **25 минут**. Готовить до окончания программы.

Вторые блюда



Совет: подservайте со сливочным соусом.



## 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, нажать кнопку «МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: украсьте блюдо ломтиками колбасы чоризо.

# 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 0,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**. Готовить до окончания программы.

## Вторые блюда



Совет: блюдо получится более ароматным, если добавить в него цедру лимона и белый перец.



## 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 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. Нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте на обжаренной мексиканской кукурузной лепешке.

# Куриные крылышки

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Куриные крылышки — 350 г (5 шт.)
- Масло растительное — 60 мл
- Соль, специи

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Куриные крылышки промыть, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить крылышки. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ЖАРКА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**. Готовить до окончания программы, периодически помешивая.

Вторые блюда



Совет: небольшое количество чеснока придаст этому блюду пикантность.



# Картофель жареный

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 200 г
- Масло растительное — 70 мл
- Соль, специи

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать брусочками и обсушить бумажным полотенцем. В чашу мультиварки налить растительное масло. Нажать кнопку «**ЖАРКА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**. После того, как масло раскалится (на дисплее **25 минут**), выложить в чашу мультиварки картофель, добавить соль, специи. Готовить до окончания программы, периодически помешивая.

Совет: готовый картофель подавайте с соусом барбекю.

# Золотой гарнир

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Паприка — 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, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки налить масло, выложить все ингредиенты, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку **«ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ»**. Нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **35 минут**. Готовить до окончания программы.



Совет: это блюдо отлично сочетается с тушеной говядиной.



## 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, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **25 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: блюдо получится насыщенного цвета, если добавить в него куркуму.

# 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, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **10 минут**, после начала обратного отсчета выложить в кипящую воду все ингредиенты, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Готовую лапшу откинуть на дуршлаг.

Гарниры



Совет: посыпьте готовую лапшу тертым сыром пармезан.



## Картофель с сыром и 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, помидоры — крупными кубиками, сыр натереть на терке. Картофель выложить в чашу мультиварки, добавить оливковое масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «ЖАРКА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **25 минут**. Обжаривать картофель, периодически помешивая. За 5 минут до завершения приготовления добавить помидоры, фасоль и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Готовое блюдо посыпать сыром и перемешать.

Совет: этот гарнир отлично подходит к жареной свинине или говядине.

# Манты

Блюда на пару

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

### Для теста:

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

### Для фарша:

- Говядина (филе) — 300 г
- Свинина (филе) — 300 г
- Яйцо — 2 шт. (100 г)
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 6 г
- Соль, специи
- Вода — 1 л

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Замесить тесто: в муке сделать небольшое углубление, аккуратно выбить в него яйца, добавить растительное масло, подсоленную воду и перемешать. Вымешивать до тех пор, пока тесто не станет однородным. Приготовить фарш: мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и чесноком, добавить яйца, соль, специи и перемешать. Раскатать тесто тонким слоем и вырезать из него кружки. 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, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **35 минут**. Готовить до окончания программы.



Совет: манты получатся более сочными, если в фарш добавить половину чайной ложки соевого соуса.



# Голубцы

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Капустные листья выдержать в кипятке (95 °С) 5 минут. Фарш, лук и чеснок пропустить через мясорубку, добавить соль, специи, рис и яйцо, все тщательно перемешать. На каждый капустный лист выложить небольшую порцию фарша и плотно завернуть. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него голубцы швом вниз. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**. Готовить до окончания программы.

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

# Овощи на пару

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель — 150 г
- Болгарский перец — 120 г
- Стручковая фасоль — 100 г
- Брокколи замороженная — 100 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель нарезать кубиками по 2 см, болгарский перец очистить от семян и нарезать кубиками по 3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него все ингредиенты, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**. Готовить до окончания программы.

## Блюда на пару



Совет: подавайте овощи с соусом из оливкового масла, лимонного сока, свежей зелени и чеснока.



## 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 до однородной массы. Из 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. Закрыть крышку, нажать кнопку **«ПАР/СУП/ПАСТА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **25 минут**, готовить до окончания программы.

Совет: рис получится более ароматным, если в воду добавить сушеную зелень.

# Семга на пару с овощами

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Семга (филе) — 250 г
- Болгарский перец — 100 г
- Фасоль стручковая замороженная — 100 г
- Брокколи замороженная — 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, выложить в него все ингредиенты. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**. Готовить до окончания программы.

## Блюда на пару



Совет: подавайте со сливочным соусом.



## Тилапия на пару с овощами

### 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, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**, готовить до окончания программы.

Совет: украсьте блюдо ломтиками лимона.

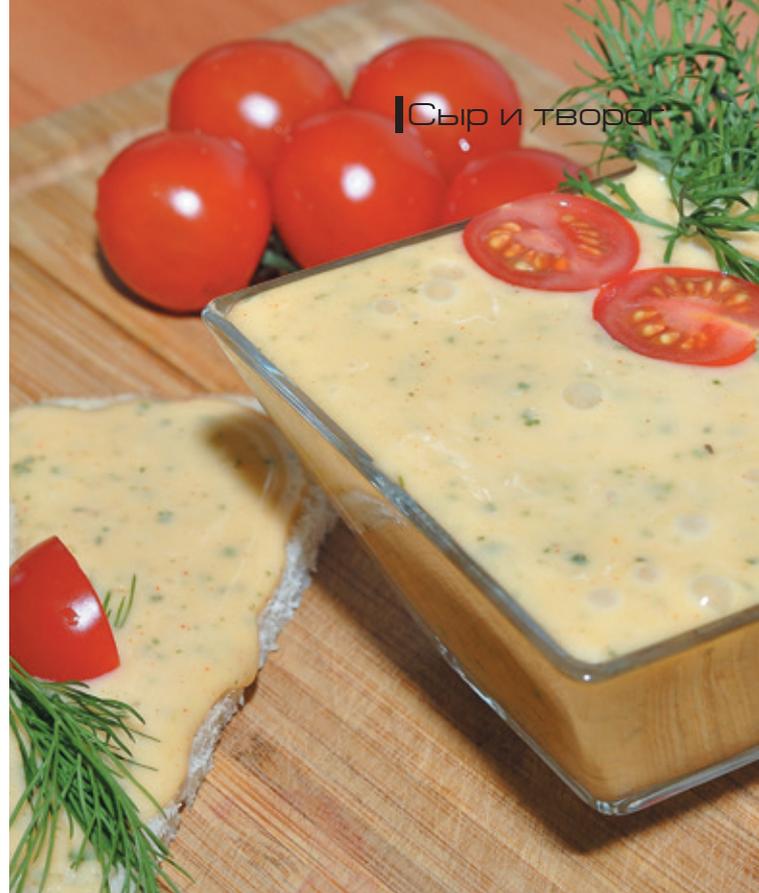
# Сыр плавленный

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Творог 9% — 500 г
- Яйцо куриное — 100 г (2 шт.)
- Масло сливочное — 100 г
- Сода — 5 г
- Соль, специи

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Творог пропустить через мясорубку. В отдельной емкости смешать творог, сливочное масло, яйцо и соду, добавить специи, соль, все перемешать до однородной массы. Получившуюся массу выложить в чашу. Закрыть крышку, нажать кнопку «МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **5 минут**. После начала обратного отсчета открыть крышку и, постоянно помешивая, довести до однородной консистенции. Готовить до окончания программы при открытой крышке, постоянно помешивая. Готовую массу перелить в отдельную емкость и дать остыть.



Сыр и творог

Совет: во время приготовления можно добавить высушенную петрушку и кайенский перец.



## Сыр маскарпоне

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сливки 22% — 300 мл
- Сливки 10% — 300 мл
- Сок лимона — 20 мл
- Соль, специи

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Сливки смешать, залить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **5 минут**. После начала обратного отсчета добавить лимонный сок. Готовить до окончания программы, постоянно помешивая. Готовую массу перелить в отдельную емкость, дать остыть. Марлю сложить в 4 слоя, положить на сито и выложить в него остывшую массу. Подвесить над емкостью на 3–6 часов.

Совет: подавайте этот сыр с ягодным топпингом и виноградом.

# Сыр домашний

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Творог 9% — 1 кг
- Масло сливочное — 130 г
- Яйцо — 100 г (2 шт.)
- Молоко 3,2% — 1 л
- Сода — 10 г
- Специи
- Соль — 10 г

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Творог пропустить через мясорубку, желтки отделить от белков, сливочное масло размягчить. В отдельной емкости смешать сливочное масло, желтки, соду и соль в однородную массу. В чашу мультиварки залить молоко. Закрывать крышку, нажать кнопку «МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**. Готовить до окончания программы. Затем открыть крышку и добавить в молоко творог, перемешать до однородной консистенции. Закрывать крышку и оставить на режиме «Подогрев» на **10 минут**. Затем нажатием кнопки «Подогрев/Отмена» отключить автоподогрев. Чистую марлю смочить в холодной воде, сложить в 2 слоя и застелить ею дуршлаг. Горячую творожную массу перелить в дуршлаг, дать сыворотке полностью стечь. Крепко завязать марлю и подвесить массу над емкостью, чтобы стекла лишняя жидкость. Когда сыворотка стечет, переложить творог в отдельную емкость, смешать со взбитым маслом и желтками в однородную массу. Получившуюся массу выложить в чашу мультиварки, нажать кнопку «МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **10 минут**. Готовить до окончания программы, непрерывно помешивая, пока масса не начнет плавиться и не станет тягучей. Отдельную емкость смазать сливочным маслом, переложить в нее горячую сырную массу, сверху придать легким прессом и убрать в холодильник на 10-12 часов.



Сыр и творог

Совет: подавайте с медом и грецкими орехами. Также этот сыр можно приготовить с сушеной паприкой или ветчиной.

## Сыр и творог



## Творог

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Кефир — 1,2 л

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В чашу залить кефир. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **5 минут**. Готовить до окончания программы. Затем творог откинуть на сито и дать стечь жидкости.

Совет: творог можно подавать с фруктами, вареньем, фруктовым джемом.

# Креветки под сыром

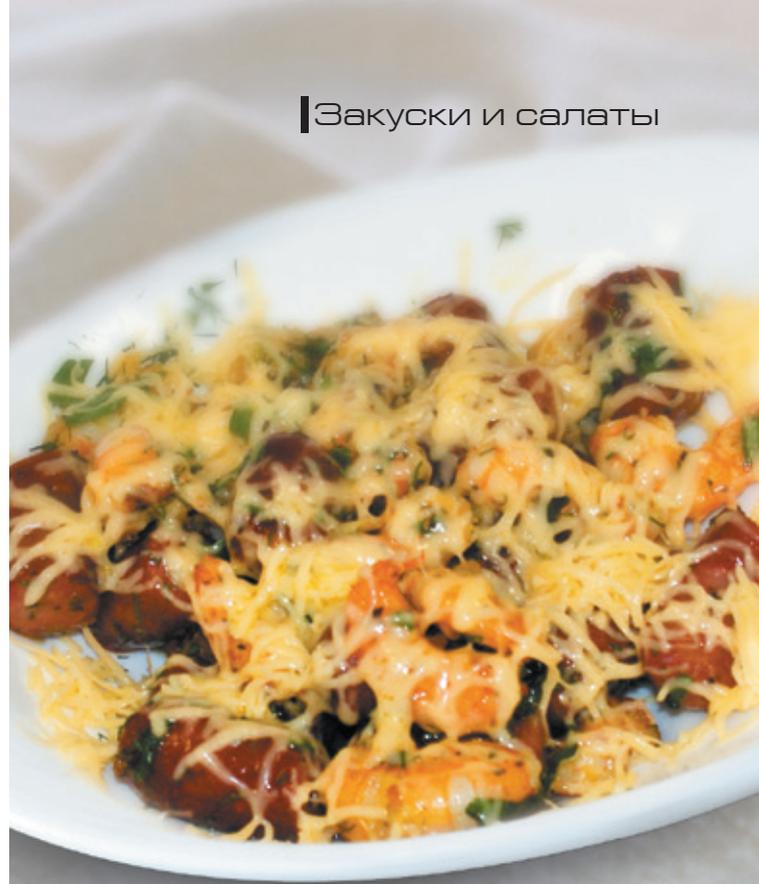
## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 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. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **7 минут**. Готовить до окончания программы.

Закуски и салаты



Совет: из специй к креветкам лучше всего подойдут белый перец и укроп.



## Фондю сырное

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сыр чеддер — 350 г
- Чеснок — 10 г
- Крахмал — 10 г
- Белое вино — 150 мл
- Сливки — 75 мл
- Вода — 50 мл
- Соль, специи
- Сахар — по вкусу

### 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, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **10 минут**. За 5 минут до завершения приготовления добавить в вино сыр и чеснок, помешивая, чтобы получилась однородная масса. За 2 минуты, не прекращая мешать, добавить смесь из сливок и крахмала. Готовить до окончания программы, постоянно помешивая.

Совет: подавайте к столу с сухариками из белого французского хлеба.

# Холодец

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Ножки свиные — 1,2 кг
- Морковь — 300 г
- Лук репчатый — 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, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **4 часа 30 минут**. 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.



Закусочные салаты

Совет: подавайте холодец с горчицей и хреном.



## Суфле из говяжьей печени

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Печень говяжья — 340 г
- Яйцо — 150 г (3 шт.)
- Лук репчатый — 140 г
- Сливки 10% — 80 мл
- Мука пшеничная — 60 г
- 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, выложить в нее массу. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **40 минут**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте суфле с хрустящими хлебцами.

# Буженина

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть, натереть смесью оливкового масла, соли и приправ. В мясе ножом сделать надрезы, нашпиговать зубчиками чеснока и оставить мариноваться в холодильнике в течение 6-8 часов. Затем мясо выложить в чашу мультиварки. Нажать кнопку «**ЖАРКА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**, обжарить мясо со всех сторон при открытой крышке. После обжаривания залить мясо водой. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы.

## Закуски и салаты



Совет: подавайте с клюквенным соусом.



## 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

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, выложить в нее массу. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **25 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй к этому блюду отлично подходит тмин.

# 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. Креветки выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажати-ем кнопки «**Время приготовления**» установить **5 минут**, готовить до окончания программы. Готовые креветки откинуть на дуршлаг, остудить, смешать с остальными ингредиентами, заправить оливковым маслом.

Закуски и салаты



Совет: вместо листьев салата можно использовать рук-  
колу.



## Салат «Нежный»

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Помидоры — 100 г
- Огурцы — 100 г
- Листья салата — 70 г
- Креветки очищенные — 60 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. Креветки выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрыть крышку. Нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **5 минут**. Готовить до окончания программы. Готовые креветки откинуть на дуршлаг и остудить, затем смешать с овощами, сыром и листом салата, посыпать солью и специями, заправить оливковым маслом.

Совет: перед подачей на стол сбрызните салат соком лимона или лайма.

# Пирог рыбный

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сайра консервированная — 250 г
- Тесто дрожжевое слоеное — 500 г
- Картофель — 150 г
- Лук зеленый — 50 г
- Яйцо отварное — 50 г (1 шт.)
- Сливочное масло — 10 г
- Соль, специи

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Консервированную рыбу размять вилкой, картофель нарезать тонкими кружочками, зеленый лук измельчить ножом, яйцо натереть на крупной терке. Тесто разделить на две части и раскатать до толщины 1 см. Смазать сливочным маслом чашу мультиварки, в нее выложить первую часть теста, сверху равномерно распределить рыбу, смешанную с зеленым луком и яйцом, затем картофель, посыпать солью и специями. Накрывать второй частью теста, защипать края, в центре сделать отверстие. Нажать кнопку **«ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **1 час**. Готовить до окончания программы. После нажатием кнопки **«Подогрев/Отмена»** отключить автоподогрев, пирог перевернуть. Закрывать крышку, нажать кнопку **«ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **50 минут**. Готовить до окончания программы.

Выпечка



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



## БИСКВИТ

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо — 5 шт. (250 г)
- 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 в однородную массу. Смазать сливочным маслом чашу мультиварки, в нее перелить тесто. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы. Готовый бисквит оставить в мультиварке на режиме «**Подогрев**» на **15 минут**.

Совет: украсьте бисквит шоколадной глазурью и орехами.

# Творожная запеканка

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Изюм замочить в теплой воде. Белки отделить от желтков, 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, нажать кнопку **«ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **40 минут**. Готовить до окончания программы.

Выпечка



Совет: готовую запеканку подавайте с фруктовым топпингом и ягодами.



## Хлеб белый

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В отдельной емкости смешать теплую воду с солью, сахаром и дрожжами, тщательно перемешать венчиком. Добавить 20 мл растительного масла и муку, замесить крутое тесто. Оставить на расстойку в течение 1 часа в теплом месте. После оставшимся маслом смазать чашу, выложить в нее тесто. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы. Затем открыть крышку, аккуратно перевернуть хлеб и закрыть крышку. Нажатием кнопки «**Подогрев/Отмена**» отключить автоподогрев. Затем нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы. Готовый хлеб вынуть из чаши и дать ему остыть в течение 20 минут.

Совет: этот хлеб отлично подходит для приготовления тартинков и канапе.

# Хлеб многозерновой «Немецкий»

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Смесь мучная  
«Хлеб многозерновой «Немецкий» — 400 г (1 пакет)
- Дрожжи сухие — 6 г (пакетик дрожжей входит в комплект с мучной смесью)
- Вода — 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. Оставить на расстойку в течение 1 часа в теплом месте. После смазать маслом чашу мультиварки и выложить в нее тесто. Закрыть крышку, нажать кнопку **«ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **1 час 10 минут**. Готовить до окончания программы. Готовый хлеб вынуть из чаши и дать ему остыть в течение 30 минут.



Выпечка

Совет: подавайте хлеб с зеленым маслом и сметаной.



## Хлеб многозерновой «Английский»

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Смесь мучная «Хлеб многозерновой «Английский» — 400 г (1 пакет)
- Дрожжи сухие — 6 г (пакетик дрожжей входит в комплект с мучной смесью)
- Вода — 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. Оставить на расстойку в течение 1 часа в теплом месте. После смазать маслом чашу мультиварки, выложить в нее тесто. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час 10 минут**. 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.

# Творожный пирог

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Творог 9% — 650 г
- Сахар — 70 г
- Яйцо — 7 шт. (350 г)
- Клубника свежая — 120 г
- Апельсины — 160 г
- Соль — 6 г
- Масло сливочное — 10 г

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Белки отделить от желтков, 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, нажать кнопку **«ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **55 минут**. Готовить до окончания программы. Готовый пирог оставить в мультиварке на режиме **«Подогрев»** на **15 минут**.



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



## 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, нажать кнопку «**ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: старайтесь делать стенки яблок достаточно плотными, чтобы мед не вытек.

# Яблоки с орехами, курагой и черносливом

## 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, очистить от сердцевины. Каждое яблоко заполнить массой из сухофруктов и выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, нажать кнопку **«ВЫПЕЧКА/ПИЦЦА»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **40 минут**. Готовить до окончания программы.

Десерты



Совет: готовые яблоки полейте медом и украсьте кунжутными семечками.



## 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, нажать кнопку «Подогрев/Отмена», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы.

Совет: при желании померанцевую корку можно заменить апельсиновой.

# 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, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**, готовить до окончания программы.



Напитки

Совет: в компот можно добавить сок цитрусовых фруктов.



## Маринад для помидоров

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сахар — 60 г
- Соль — 55 г
- Лавровый лист — 0,5 г
- Вода — 1 л
- Уксус 9% — 250 мл

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и тщательно перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**. Готовить до окончания программы. Продукт готов к консервации.

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

# Маринад для огурцов

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**. Готовить до окончания программы. Продукт готов к консервации.

Консервация



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



## Лечо домашнее

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Болгарский перец — 1,5 кг
- Помидоры — 1,5 кг
- Сахар — 100 г
- Соль — 12 г
- Чеснок — 5 г
- Подсолнечное масло — 100 мл
- 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 заложить в чашу мультиварки, добавить масло, сахар, соль, уксус, все тщательно перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час 20 минут**. Готовить до окончания программы. Продукт готов к консервации.

Совет: чтобы придать лечо пикантный вкус, во время тушения добавьте чайную ложку хрена.

# Икра кабачковая

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Кабачок — 2 кг
- Морковь — 800 г
- Лук репчатый — 200 г
- Чеснок — 40 г
- Соль — 18 г (3 ч. л.)
- Сахар — 12 г
- Перец черный молотый — 2 г
- Масло растительное — 150 мл
- Уксус 9% — 18 мл (2 ст. л.)

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кабачки очистить от кожуры и семян, нарезать кубиками по 1,5-2 см. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами, чеснок — ломтиками. В чашу мультиварки залить масло и выложить лук, морковь и чеснок, перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ЖАРКА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**. За 10 минут до завершения приготовления открыть крышку и перемешать овощи. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Нажать кнопку «**Подогрев/Отмена**», открыть крышку мультиварки, выложить кабачки, еще раз перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы. Затем содержимое чаши пропустить через мясорубку, снова выложить в чашу, добавить перец, уксус, сахар и соль, тщательно перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**. Готовить до окончания программы. Продукт готов к консервации.



Консервация

Совет: эта икра будет прекрасно сочетаться с блюдами из тушеного мяса и овощей.

# REDMOND

## Для самых маленьких

Кормление малыша — целая наука, которую приходится постигать каждой молодой маме. В первые шесть месяцев жизни главным продуктом в рационе ребенка остается грудное молоко, качество которого напрямую зависит от питания мамы. 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-M4515** поможет вам готовить продукты к нужному времени, тем самым не нарушая рацион малыша.

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

Готовить вкусные и полезные блюда для малыша поможет мультиварка **REDMOND RMC-M4515**, оснащенная автоматическими программами. Она подарит вам возможность проводить больше времени с ребенком за веселыми и познавательными играми, потому что про-

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

В мультиварке можно не только готовить, но и стерилизовать бутылочки.

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

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

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

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





## 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 молоком и водой, добавить сироп и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с четырех месяцев.

# Каша рисовая протертая

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис шлифованный — 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 и воду, добавить сироп, солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку **«МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **25 минут**, готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.

Детское меню



Совет: с четырех месяцев.



## Каша манная на овощном бульоне

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Крупа манная — 15 г
- Морковь — 120 г
- Картофель — 110 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. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**. Готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить, Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее налить бульон, добавить крупу и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**». Нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**. 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, выложить в нее крупу, залить молоком, добавить сироп и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку **«МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ»**, нажатием кнопки **«Время приготовления»** установить **15 минут**. За 5 минут до завершения 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:

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

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рисовую и гречневую муку смешать с молоком (50 мл), перемешать венчиком до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее налить воду и оставшееся молоко, добавить солевой раствор, сироп и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **10 минут**. За 5 минут до завершения приготовления добавить смесь из рисовой и гречневой муки и перемешать до однородной массы. Готовить до окончания программы, постоянно помешивая.

Совет: с шести месяцев.

# Пюре рыбное

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

## ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Рыбу очистить от кожи и костей, промыть. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него рыбу, полить солевым раствором. Закрыть крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**. Готовить до окончания программы. Готовую рыбу переложить в отдельную емкость, добавить молоко и взбить блендером до однородной массы.

Детское меню



Совет: с шести месяцев.



## Каша манная на курином бульоне

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 100 г
- Крупа манная — 20 г
- Масло сливочное — 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, нажать кнопку «**ПАР/СУП/ПАСТА**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **40 минут**. Готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее налить бульон, добавить крупу и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **15 минут**. 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 водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**, 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 водой, добавить сироп, солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **30 минут**. 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

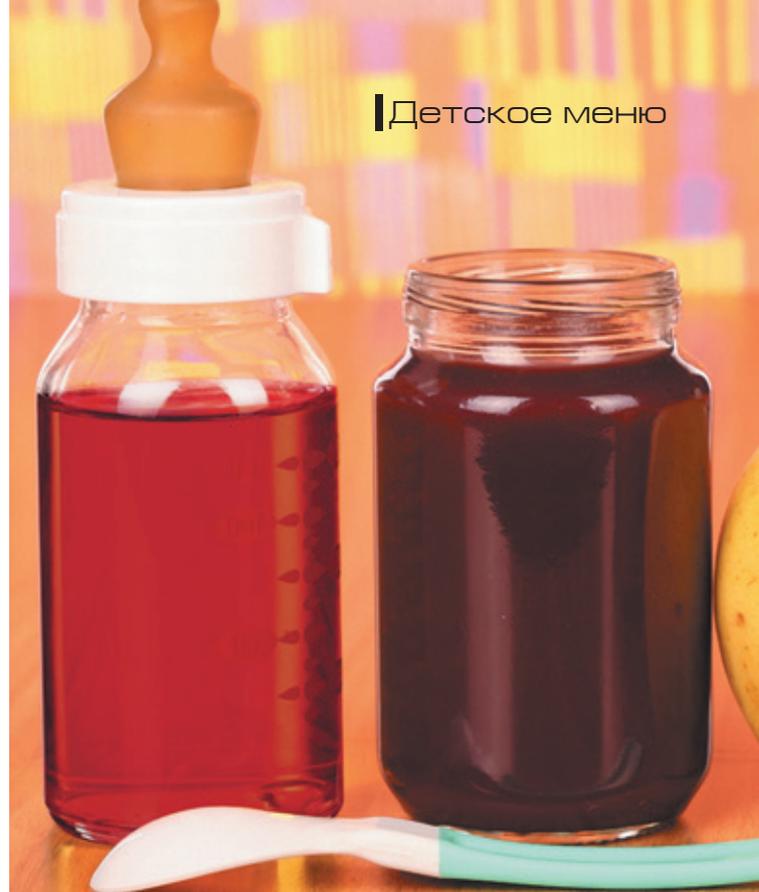
## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 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, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**. Готовить до окончания программы. Готовый отвар оставить на 6-8 часов, затем процедить через марлю.

Детское меню



Совет: с семи месяцев.



## Каша рисовая с творогом

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Творог — 50 г
- Рис шлифованный — 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 водой, добавить фруктозу и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку «**МОЛОЧНАЯ КАША/КРУПЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **25 минут**. 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
- Петрушка — 5 г
- Лук репчатый — 10 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, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажати-ем кнопки «**Время приготовления**» установить **40 минут**. Готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить.

Детское меню



Совет: с восьми месяцев.



## Суп-пюре из курицы

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе) — 70 г
- Мука пшеничная — 5 г
- Лук репчатый — 5 г
- Масло сливочное — 5 г
- Вода — 200 мл
- Молоко 2,5% — 50 мл
- Солевой раствор — 3 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, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **1 час**. Готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

# Суп-пюре из печени

Детское меню

## 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, выложить в нее протертую массу, залить овощным отваром, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **20 минут**. Готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и тщательно перемешать венчиком.



Совет: с восьми месяцев.



## Котлеты из мяса

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе) — 60 г
- Хлеб пшеничный — 10 г
- Вода — 630 мл
- Солевой раствор — 3 мл

### ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Хлеб замочить в воде (30 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 залить воду, сверху установить контейнер-пароварку, выложить в него котлеты. Закрывать крышку, нажать кнопку «ПАР/СУП/ПАСТА», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **40 минут**. Готовить до окончания программы.

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, нажать кнопку «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопки «**Время приготовления**» установить **40 минут**. Готовить до окончания программы. Готовое мясо с горошком переложить в отдельную емкость, добавить 50 мл отвара и взбить блендером до однородной массы.

Детское меню



Совет: с одиннадцати месяцев.

# Стерилизация

Пока иммунитет малыша не окреп в достаточной степени, стерилизация поможет полностью защитить его от вредных бактерий. Наиболее эффективными считаются способы стерилизации с помощью воды или пара. В мультиварке **REDMOND RMC-M4515** можно создать как паровой, так и водяной (медицинский) способ стерилизации, которые являются быстрыми, простыми и эффективными.

## **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 горлышка бутылочек, но не выше максимальной отметки шкалы на внутренней поверхности чаши. Установите чашу в мультиварку, убедитесь, что она плотно соприкасается с нагревательным элементом.
3. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
4. Нажмите кнопку «**Тушение/Десерты**».
5. Установите время стерилизации. По умолчанию в программе «**ТУШЕНИЕ/ДЕСЕРТЫ**» время приготовления составляет 1 час.
6. При необходимости установите время отсрочки старта.

**ВНИМАНИЕ! Если вы прервали ввод установок более чем на 5 секунд, программа будет автоматически запущена с введенными параметрами. При необходимости отмените выполнение программы нажатием кнопки «Подогрев/Отмена» и повторите установку заново.**

7. Через **5 секунд** после окончания ввода данных автоматически начнется выполнение программы приготовления. На дисплее будет отображаться время, оставшееся до окончания ее работы.
8. По завершении программы приготовления прозвучит сигнал и погаснет индикатор выбранной программы. Автоматически включится автоподогрев и загорится индикатор кнопки «**Подогрев/Отмена**». На дисплее будет отображаться прямой отсчет времени работы режима.
9. Для прерывания процесса приготовления, отмены введенной программы или отключения автоподогрева нажмите кнопку «**Подогрев/Отмена**».

### **ДЛЯ СОСОК И МЕЛКИХ ПРЕДМЕТОВ (ПАРОВОЙ СПОСОБ):**

1. Мелкие предметы (соски, детские столовые приборы, прорезыватели и т. д.) равномерно разместите в контейнере для приготовления на пару.
2. Залейте в чашу **600 мл** воды, установите чашу в мультиварку, убедитесь, что она плотно соприкасается с нагревательным элементом. Установите контейнер в чашу.
3. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
4. Нажмите кнопку «**Пар/Суп/Паста**».
5. Установите время стерилизации **40 минут**. По умолчанию в программе «**ПАР/СУП/ ПАСТА**» время приготовления составляет **40 минут**.
6. При необходимости установите время отсрочки старта.

# Пастеризация

**Пастеризация** — это процесс одноразового нагревания продуктов (чаще всего жидких) до 60°C в течение 1 часа либо до температуры 70-80°C 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.

1. Залейте продукт в чашу, но не выше максимальной отметки шкалы на внутренней поверхности чаши.
  2. Установите чашу в мультиварку, убедитесь, что она плотно соприкасается с нагревательным элементом.
  3. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
  4. Нажатием кнопки **«Подогрев/Отмена»** включите функцию разогрева блюд. Начнется прямой отсчет времени работы функции.
  5. Следуйте указаниям по продолжительности пастеризации в зависимости от объема жидкости из таблицы, приведенной ниже.
  6. Для прерывания процесса приготовления или отмены введенной программы нажмите кнопку **«Подогрев/Отмена»**.
- По окончании режима пастеризации выньте готовый продукт из мультиварки, остудите и храните в холодном месте.

**Таблица времени пастеризации в зависимости от объема жидкости**

Объем, л	0,5	1,0	1,5	2,0	2,5	3,0
Время пастеризации	40 мин	55 мин	1 час 5 мин	1 час 10 мин	1 час 20 мин	1 час 30 мин

## Таблица калорийности

	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Авокадо	2	15,3	4,1	169
Аджика	1	3,7	5,8	59
Апельсин	0,9	0,2	8,1	40
Ананас (консервированный)	0,4	0,2	11,5	49
Брусника	0,7	0	8,6	40
Базилик	1,2	0,1	5,1	24
Бальзамический уксус	0,5	0	17	88
Бананы	1,5	0,1	21	89
Баранина (филе)	17	14,4	0	198
Бекон	10	52,7	0	514
Брокколи	4,4	2	5	33
Вино белое сухое	0	0	0,2	66
Вино красное сухое	0,2	0	0,3	64
Ветчина	22,6	20,9	0	279
Виноград	0,6	0,2	16,8	65
Гусь	15,2	39	0	412
Горчица	5,7	6,4	22	162
Гранатовый соус	0	0	62,5	250
Гвоздика	6	20,1	27	323
Геркулес	11	6,2	50	305
Говядина (суловой 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
Дражики	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 белокачанная	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 поджаренная	27,4	24,3	0	326
Колбаски охотничьи	27,4	24,3	0	326

## Таблица калорийности

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

	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
Паточка	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

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

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















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



**REDMOND Industrial Group LLC, USA**  
**[www.multivarka.pro](http://www.multivarka.pro)**  
**[www.redmond-ig.com](http://www.redmond-ig.com)**

**Printed in Finland**



**Дата выпуска: 4.03.2013**