

REDMOND

series MultiPRO

МУЛЬТИВАРКА

RMC-M90

200
рецептов



ПРОФЕССИОНАЛ НА ВАШЕЙ КУХНЕ !

series multiPRO



17 АВТОМАТИЧЕСКИХ ПРОГРАММ

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

МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ

«ГОТОВИМ С REDMOND»

Более 3000 рецептов

лучших блюд, которые можно приготовить в мультиварках **REDMOND**: наваристые супы, сочные стейки, изысканные салаты, хрустящие блюда во фритюре, томленные каши и нежнейшие рагу, а также утонченные десерты, ароматная выпечка, настоящий домашний хлеб, молочные каши, гарниры, йогурты, творог, сыры и многое другое!



Приложение работает на телефонах и планшетах с операционными системами Android, iOS



МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ

«ГОТОВИМ С REDMOND»

Пользоваться приложением очень легко. Доступные ингредиенты, четкие указания по их подготовке и порядку приготовления, удобная рубрикация по видам блюд, красочные фотографии и советы от профессиональных поваров **REDMOND** помогут вам подобрать блюдо на любой вкус!



Выбор своей мультиварки

Лучшие рецепты для каждой модели!



Выбор блюд по ингредиентам

Разнообразные блюда из любимых продуктов



Выбор калорийности блюда

Самая вкусная диета!



Сохранение избранных рецептов

Создавайте свою кулинарную книгу



Выбор времени приготовления

Планируйте свой день!

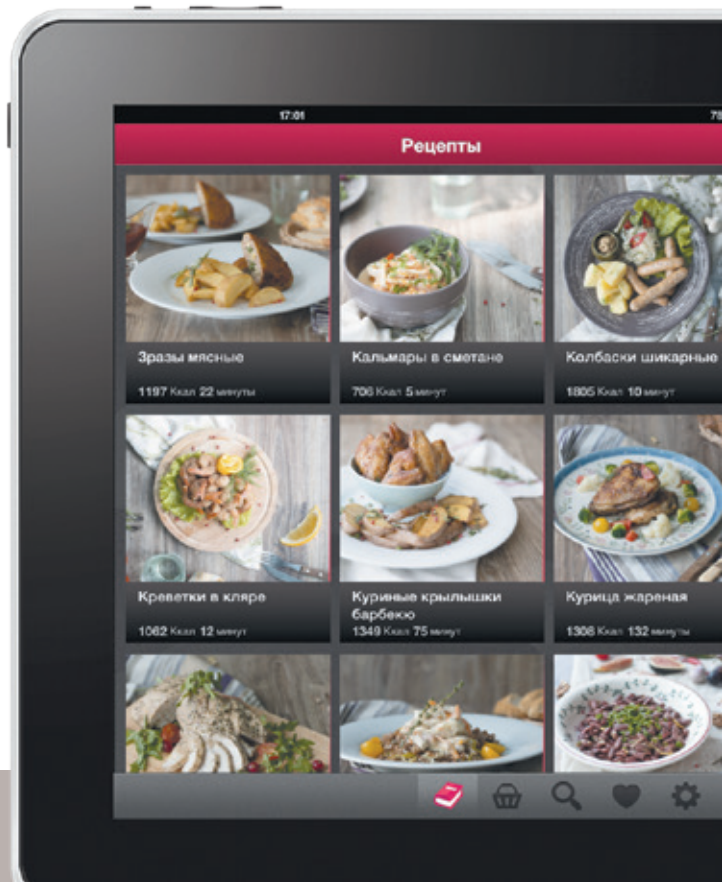


Составление списка покупок

Ваш правильный выбор!

Наслаждайтесь вкусом лучших блюд и свободным временем, а готовить будет мультиварка **REDMOND**. Приятного аппетита!

Вкусно готовить – легко!



Шеф-повар — именно такой статус присвоят вам друзья и близкие, отведав блюда, приготовленные вами с помощью мультиварки **REDMOND RMC-M90**. Она способна готовить практически все — от простых блюд до настоящих гастрономических изысков. Отныне любая еда, приготовленная вами, всегда будет произведением кулинарного искусства.

Отличительная особенность мультиварки **REDMOND RMC-M90** — ее универсальность. Этот компактный прибор заменит целый ряд кухонной техники: плиту, духовку, пароварку, фритюрницу, йогуртницу, фондюшницу и т. п. Теперь варить супы, каши и компоты, жарить мясо и рыбу, тушить овощи, готовить на пару, делать выпечку, закуски и десерты вы сможете в одной мультиварке. Она станет незаменимой помощницей для тех, кто заботится о своем здоровье, ведь продукты, приготовленные в ней, сохраняют все необходимые вещества и микроэлементы.

Функционал мультиварки **REDMOND RMC-M90** отвечает самым высоким запросам, а стремительный дизайн подчеркнет интерьер любой кухни. В этой модели **45 программ**. Помимо популярных — «**ТУШЕНИЕ**», «**ЖАРКА**», «**ПАР**» и других — инженеры **REDMOND** разработали новые уникальные программы. Неповторимый вкус вашим блюдам придаст реализованный в этой мультиварке **ЭФФЕКТ РУССКОЙ ПЕЧИ**. В **RMC-M90** впервые — программы «**ХЛЕБ**» и «**ТОМЛЕНИЕ**». Программа «**ДЕСЕРТЫ**» незаменима во время праздников. Эти и многие другие функции **RMC-M90** помогут вам создать кулинарные шедевры, не затрачивая времени и сил!

Отдыхайте, занимайтесь любимым хобби, отправляйтесь на прогулку с семьей, а заботы о приготовлении еды возьмет на себя мультиварка **REDMOND RMC-M90**!

О МУЛЬТИВАРКАХ **REDMOND**



Мультиварка **REDMOND RMC-M90** — многофункциональное устройство нового поколения, в котором новейшие разработки в сфере кухонной техники совмещены с идеей здорового питания. С ее помощью вы за короткое время научитесь готовить настоящие гастрономические изыски. Жарить, тушить, варить, печь, готовить блюда на пару, йогурт, домашний хлеб, детское питание и многое другое теперь можно в одной компактной мультиварке.

**САЙТ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА REDMOND
В РОССИИ:**

multivarka.pro

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

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

8-800-200-77-21

Звонок по России бесплатный.

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

8-800-555-77-41

Звонок по России бесплатный.

www.redmond.company



ОГЛАВЛЕНИЕ

Модельный ряд бытовой техники REDMOND	8
Технические характеристики.....	18
Рекомендации поваров REDMOND	24
Таблица калорийности.....	25
Рекомендации и требования к процессу приготовления блюд.....	29
Фотоменю.....	30
Рецепты.....	42
Для самых маленьких.....	224
Стерилизация.....	246
Пастеризация.....	248
Подогрев детского питания.....	249

Модельный ряд бытовой техники **REDMOND**

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

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

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

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

Мультиварка **RMC-ИH300**



- 52 программы приготовления:
 - 24 автоматических программы
 - 28 программ ручной настройки
- МУЛЬТИПОВАР: выбор температуры приготовления в диапазоне 35–170°C с шагом в 5°C
- Потребляемая мощность: 1250 Вт
- Объем чаши 4 л
- Чаша с многослойным антипригарным покрытием
- Индукционный тип нагрева
- Русифицированный ЖК-дисплей
- Панель управления на русском языке
- 3D-нагрев (нижний, боковой, верхний)
- Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев), до 12 часов
- Предварительное отключение функции автоподогрева
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция разогрева блюд
- Съемный паровой клапан
- Дополнительные возможности: приготовление творога, сыра, йогурта, фондю; расстойка теста, жарка во фритюре, выпечка хлеба; пастеризация, стерилизация, консервация; подогрев детского питания
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «200 рецептов» для данной модели

Мультиварка **RMC-250**



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

Мультиварка-скороварка RMC-PM190



- 23 автоматические программы приготовления
- Потребляемая мощность 900 Вт
- Объем чаши 5 л
- Антипригарное керамическое покрытие чаши
- Готовит под давлением:
 - в 2 раза быстрее
 - сохраняет все витамины и полезные вещества
- Цифровой дисплей
- Панель управления на русском языке
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция поддержания температуры готовых блюд, до 12 часов
- Предварительное отключение автоподогрева
- Функция разогрева блюд
- Звуковой сигнал о готовности продукта
- Дополнительные возможности: жарка во фритюре, расстойка теста, подогрев детского питания
- 4-уровневая система защиты
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «200 рецептов» для данной модели

Мультиварка-скороварка RMC-PM330



- 15 программ приготовления
- Готовит под давлением:
 - в 2 раза быстрее
 - сохраняет все витамины и полезные вещества
- Потребляемая мощность 900 Вт
- Объем чаши 4 л
- Антипригарное керамическое покрытие чаши Anato® (Корея)
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев), до 12 часов
- Предварительное отключение автоподогрева
- Функция разогрева
- Съемный клапан выхода пара
- Дополнительные возможности: приготовление фондю, творога, сыра, жарка во фритюре, выпечка хлеба, стерилизация, консервация, подогрев детского питания
- 4-уровневая система защиты
- Гарантия 25 месяцев
- Книга «100 рецептов» для данной модели

Мультиварка RMC-M150



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

Мультиварка RMC-M70



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

Мультиварка RMC-01



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

Мультиварка RMC-02



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

Мультиварка-скороварка RMC-M110



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

Мультиварка RMC-011



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

Мультиварка RMC-M4502



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

Мультиварка RMC-M60



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

Мультиварка RMC-M4500



- 10 автоматических программ приготовления: рис/крупы, плов, на пару, молочная каша, тушение, суп, варка, выпечка, жарка, йогурт
- Потребляемая мощность 700 Вт
- Объем чаши 5 л
- Покрытие чаши антипригарное керамическое Anato® (Корея)
- Светодиодный цифровой дисплей
- Панель управления на русском языке
- Функция поддержания температуры готовых блюд, до 24 часов
- Функция отложенного старта, до 24 часов
- Функция разогрева блюд
- Дополнительные возможности: расстойка теста, приготовление фондю, выпечка хлеба, консервация, пастеризация, стерилизация
- Гарантия 12 месяцев
- Книга «120 рецептов» для данной модели

Мультиварка RMC-M10/M20/M30



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

REDMOND Техника для кухни

Хлебопечь RBM-M1900



- Потребляемая мощность 500 Вт
- Вес выпечки 500/750/1000 г
- Корпус из нержавеющей стали
- Чаша с антипригарным покрытием
- 14 автоматических программ
- Расстойка теста
- Регулируемый цвет корочки
- Дополнительные возможности: варка варенья, компотов, супов, тушение, запекание
- Автоподогрев готовых блюд, до 1 часа
- Энергонезависимая память
- ЖК-дисплей
- Функция отложенного старта, до 15 часов
- Защита от перегрева
- Книга «101 рецепт» для данной модели
- Гарантия 25 месяцев

Мясорубка RMG-1205-8



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

Соковыжималка RJ-M900



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

Хлебопечь RBM-M1902



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

Мясорубка RMG-1203-8



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

Соковыжималка RJ-M908



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

Кухонный комбайн RFP-3903



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

Чайник RK-M113



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

Термопот RTP-M802



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

Погружной блендер RHB-2908



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

Чайник RK-M114



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

Кофеварка RCM-1503



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

REDMOND Техника для дома

Пылесос RV-308

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



Пылесос RV-S314

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



Пароочиститель RSC-2010

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



Пылесос RV-309

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



Пылесос RV-C316

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



Утюг RI-C219

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



Увлажнитель RHF-3306



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

Увлажнитель RHF-3303



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

Воздухоочиститель RAC-3704



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

Утюг RI-C221

- Максимальная мощность 2400 Вт
- Регулируемая подача пара
- Паровой удар 110 г/мин
- Керамическая подошва улучшенного скольжения
- Разбрызгиватель
- Вертикальное отпаривание
- Механическое управление
- Светодиодная индикация работы
- Функциональная подсветка корпуса
- Автоотключение в трех положениях
- Защита от протекания
- Функция самоочистки
- Шнур 1,95 метра с шарнирным креплением
- Гарантия 25 месяцев



Утюг RI-C220

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



Утюг RI-C218

- Мощность 2400 Вт
- Регулируемая подача пара до 60 г/мин
- Паровой удар 120 г/мин
- Нанокерамическая подошва улучшенного скольжения
- Разбрызгиватель
- Вертикальное отпаривание
- Электронное управление
- Светодиодная индикация
- Функциональная подсветка корпуса
- Автоотключение в трех положениях
- Защита от протекания
- Функция самоочистки
- Шнур 3 метра с шарнирным креплением
- Гарантия 25 месяцев



REDMOND Техника для красоты

Фен RF-515

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



Фен RF-516

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



Фен RF-517

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



Выпрямитель для волос RCI-2307

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



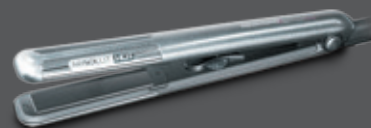
Выпрямитель для волос RCI-2310

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



Выпрямитель для волос RCI-2311

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



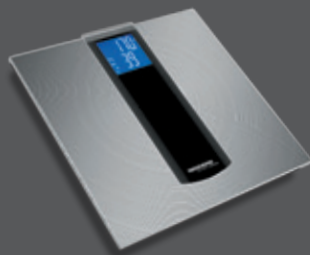
Весы напольные RS-715

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



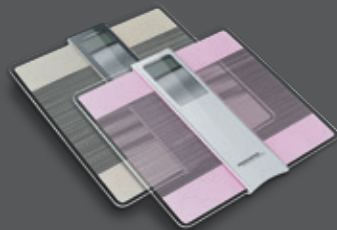
Весы напольные RS-728B

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



Весы напольные RS-719

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



Технические характеристики **REDMOND RMC-M90**

- 45 программ приготовления:
 - 17 автоматических программы
 - 28 программ ручной настройки
- МУЛЬТИПОВАР: выбор температуры приготовления от 35°C до 170°C с шагом 5°C
- Мощность: 860 Вт
- Напряжение: 220–230 В
- Объем чаши: 5 л
- Покрытие чаши: антипригарное керамическое Anato® (Корея)
- ЖК-дисплей: цветной, светодиодный, руссифицированный
- Сенсорная панель управления
- Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев), до 24 часов
- Предварительное отключение автоподогрева
- Функция разогрева блюд, до 24 часов
- Функция отложенного старта, до 24 часов



Функциональные особенности

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

Съемный паровой клапан

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

Функция предварительного отключения автоподогрева

Эта инновационная функция очень важна, если блюдо готовится на низких температурах и его не требуется подогревать (например, йогурт или тесто), если вы боитесь оставлять детей одних с работающей мультиваркой или хотите уменьшить расход электроэнергии.

Функция поддержания температуры готовых блюд (автоподогрев)

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

Отложенный старт

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

Современный дизайн

Стремительный дизайн мультиварки **REDMOND RMC-M90** подчеркнет интерьерное решение любой кухни. Для еще большего удобства использования мультиварка оснащена цветным светодиодным ЖК-дисплеем с сенсорной панелью управления.

Базовая комплектация

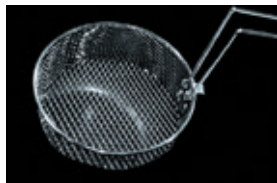
Чаша с керамическим покрытием Anato® (Корея) и удобными ненагревающими ручками из специального пластика



Контейнер для приготовления на пару



Корзина для жарки во фритюре



Мерный стакан



Плоская ложка и черпак



Дополнительная комплектация

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



Чаша с антипригарным покрытием подойдет к мультиваркам **REDMOND** и мультиваркам других брендов соответствующего объема. Антипригарное покрытие дает возможность готовить с минимальным количеством масла. Высокое качество материала позволяет мыть чаши как под краном, так и в посудомоечной машине и использовать их как для приготовления в мультиварке и духовом шкафу, так и для хранения готовых блюд в холодильнике.



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



Уникальное устройство, предназначенное для приготовления домашней ветчины, рулетов, буженины и других натуральных деликатесов из мяса, птицы или рыбы с добавлением различных специй и наполнителей. Принцип работы прибора заключается в сдавливании ингредиентов внутри пресс-формы при одновременной варке или запекании.



Комплект баночек для йогурта. Четыре стеклянные баночки (объемом 180 мл каждая) сохраняют натуральные свойства домашнего йогурта. С помощью маркера даты можно указывать срок хранения йогурта или дату его приготовления.

Возможности REDMOND RMC-M90



СУПЫ



ВАРКА



ЙОГУРТ



МОЛОЧНЫЕ
КАШИ



БЛЮДА
НА ПАРУ



ВЫПЕЧКА



ПИЦЦА



ТУШЕНИЕ



МАКАРОНЫ



КРУПЫ



ХЛЕБ



ЖАРКА



ТОМЛЕНИЕ



ПЛОВ



ДЕСЕРТЫ



МУЛЬТИПОВАР



Мультиварка REDMOND RMC-M90

Мультиварка **REDMOND RMC-M90** создана для того, чтобы вы могли реализовать свой кулинарный талант в полном объеме. Ее функционал отвечает самым высоким запросам, стремительный дизайн подчеркнет интерьер любой кухни, а интуитивное управление понятно даже неискушенным пользователям.

Мультиварка **REDMOND RMC-M90** не требует постоянного присутствия на кухне и незаменима для динамичных современных людей, которым ценна каждая минута. Благодаря программе «**МУЛЬТИПОВАР**» ваша кухня превратится в творческую мастерскую! Возможность самостоятельно выбирать параметры приготовления позволяет готовить в мультиварке блюда по любым рецептам, даже найденным в Интернете или в старинной кулинарной книге.

Описание некоторых программ



Программа **«КРУПЫ»** — для приготовления рассыпчатых каш из гречневой, перловой и других круп.



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



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



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



Программа **«МОЛОЧНАЯ КАША»** — для приготовления ароматных каш из манки, пшени, риса и других круп на основе молока.



Программа **«ПИЦЦА»** — для приготовления пиццы с разнообразными начинками из колбас, мяса, птицы, морепродуктов, сыра и овощей.



Программа **«ТОМЛЕНИЕ»** — для приготовления томленых супов и каш, холодца и настоящей тушенки.



Программа **«ДЕСЕРТЫ»** — для приготовления разнообразных сладких блюд: медовых яблок, каталонского крема, варенья, помадок, анушапура, чамчарака и многих других.



Программа «МУЛЬТИПОВАР»

Владельцы мультиварок **REDMOND RMC-M90** могут реализовать свои творческие способности и создавать новые кулинарные шедевры у себя на кухне благодаря уникальной программе «**МУЛЬТИПОВАР**».

Она позволяет самостоятельно устанавливать параметры приготовления и готовить в мультиварке блюда по любым рецептам — отныне вы можете экспериментировать и создавать множество уникальных авторских блюд!

Диапазон установки температуры в программе составляет **35 °C – 170 °C** с шагом изменения в **5 °C**.

Диапазон установки времени приготовления — от **5 минут до 15 часов** с шагом изменения в **1 минуту** (для интервала до **1 часа**) или в **5 минут** (для интервала **более 1 часа**).

Рекомендации поваров REDMOND



«Мне очень нравится национальные кухни различных стран мира — жгучая испанская, изысканная итальянская, утонченная японская... Невероятно эмоциональные блюда... для приготовления которых нужна специальная посуда и особый температурный режим. С мультиваркой достаточно нажать пару кнопок, чтобы сделать соте из курицы или сычуаньскую хрустящую утку. Блюда получаются ароматными и сочными — словно их приготовил настоящий шеф-повар».



«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 для личного времени».



«Мультиварка — это настоящая находка для тех, у кого мало места на кухне! Один прибор может и варить, и жарить, и готовить на пару, и печь, и делать различные десерты. Мультиварка актуальна и для тех, кто строит свой загородный дом. Прибор позволит сэкономить на техническом оборудовании кухни и приобретении посуды для приготовления пищи. Вы получаете целую кухню при выборе одной мультиварки».

Таблица калорийности

Продукт	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
Ветчина	22,6	20,9	0	279
Виноград	0,6	0,2	16,8	65
Гусь	15,2	39	0	412
Горчица	5,7	6,4	22	162
Гранатовый соус	0	0	62,5	250
Гвоздика	6	20,1	27	323
Геркулес	11	6,2	50	305
Говядина (суповой набор)	20,2	2,8	0	106
Говядина (филе)	20,2	2,8	0	106
Горох (сушеный)	20,5	2	48,6	298

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
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
Груша	0,4	0,3	9,8	42
Дрожжи	12,7	2,7	0	75,1
Дыня	0,6	0,3	0,6	33
Желатин	87,2	0,4	0,7	355
Жир свиной	0	99,7	0	897
Изюм	1,8	0	7,2	262
Имбирь молотый	1,8	1,8	15,8	80
Индейка (филе)	19,5	22	0	276
Йогурт без добавок	5	1,5	3,5	51
Какао	3,5	2,7	84,5	367
Кунжут	19	48	13,5	562
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
Кабачок	0,6	0,3	4,9	23
Кальмары	18	14,2	0	110

Таблица калорийности

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Капуста белокочанная	1,8	0,1	4,7	27
Капуста цветная	2,5	0,3	4,2	30
Кардамон	10,8	6,7	68,5	311
Киви	1	0,6	10,3	48
Картофель	2	0,4	16,3	80
Кетчуп	1	0	22	105
Клубника	0,8	0,4	6,3	36
Колбаса подкопченнная	27,4	24,3	0	326
Колбаски охотничьи	27,4	24,3	0	326
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 пшениная	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

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
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
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

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Минтай	15,9	0,9	0	71,7
Молоко 3,2%	2,8	3,2	4,7	58
Морепродукты	19,9	0,8	1,1	91
Морковь	1,3	0,1	7,2	34
Мука пшеничная	10,3	1,1	68,9	334
Мука ржаная	6,9	1,4	67,3	304
Мука гречневая	13	6,8	64,9	369
Мука рисовая	9	2	79	347
Мука кукурузная	9,2	2,5	65,2	333
Нектарины	0,9	0,2	11,8	48
Огурцы	0,8	0,1	2,6	14
Огурцы соленые	0,8	0,1	1,6	13
Оливки	1,4	12,7	1,3	123
Орех грецкий	15,6	62	18,3	700
Орех кедровый	12	61	12	629
Окунь	17,6	5,5	0	117
Патока	0	0,3	78	296
Панировочные сухари	13,9	2,5	72,5	372
Персик	0,9	0,1	9,5	43
Перепела	21,76	4,53	0	134
Палочки корицы	3,9	3,2	79,8	261
Паприка	1,3	0	5,3	27

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

Таблица калорийности

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
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
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
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

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
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



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 блюд может меняться. На период приготовления также может влиять географическая зона, срок производства и степень охлаждения продукта. При неполной готовности следует увеличить время приготовления блюда до необходимого по вашему вкусу.

Если в ходе приготовления у вас возникли вопросы, обратитесь к разделу **«Советы по приготовлению»** руководства по эксплуатации к данной мультиварке. В этом разделе приведены основные ошибки, допускаемые при приготовлении пищи в мультиварке, которые порой могут привести к неудовлетворительному результату, а также рассмотрены возможные причины его возникновения и пути устранения.

В случае, если вы не найдете ответа на возникшие вопросы в книге рецептов и руководстве по эксплуатации, вы можете позвонить по телефонам, приведенным на стр. 4, и получить консультацию специалистов или шеф-повара компании **REDMOND**.

Каши

рецепт 1



Каша ячневая

рецепт 2



Каша пшенная

рецепт 3



Каша кукурузная

рецепт 4



Каша гречневая

рецепт 5



Каша рисовая
с изюмом

рецепт 6



Каша геркулесовая

рецепт 7



Каша тыквенная

Супы

рецепт 8



Щи

рецепт 9



Борщ

рецепт 10



Рассольник

рецепт 11



Солянка

рецепт 12



Суп с фрикадельками

рецепт 13



Суп из свинины

рецепт 14



Суп сырный
с колбасками

рецепт 15



Харчо

рецепт 16



Суп с домашней
лапшой

рецепт 17



Уха

рецепт 18



Крем-суп с семгой

рецепт 19



Суп грибной

рецепт 20



Суп томатный

рецепт 21



Суп щавелевый

рецепт 22



Суп фасолевый

рецепт 23



Похлебка
с чечевицей

рецепт 24



Суп-пюре
с мясом

рецепт 25



Суп-пюре
из белой фасоли

рецепт 26



Крем-суп
овощной

рецепт 27



Крем-суп
с тыквой

рецепт 28



Крем-суп
со шпинатом

рецепт 29



Крем-суп луковый
со сметаной

Вторые
блюда

рецепт 30



Жаркое с паровым
картофелем

рецепт 31



Мясо с фасолью

рецепт 32



Баклажаны
с говядиной

рецепт 33



Мясо с грибами
и сельдереем

рецепт 34



Гуляш из говядины

рецепт 35



Говядина
по-мексикански

рецепт 36



Бигус

рецепт 37



Ассорти мясное

рецепт 38



Рулька

рецепт 39



Рагу со свиной

рецепт 40



Свинина с грибами

рецепт 41



Свинина с овощами

рецепт 42



Мясо
по-французски

рецепт 43



Отбивные из свинины

рецепт 44



Свинина со сливками

рецепт 45



Свинные наггетсы
на шпажках

рецепт 46



Плов со свиной

рецепт 47



Быстрый завтрак

рецепт 48



Запеканка с беконом

рецепт 49



Хаш особый

рецепт 50



Стейк из баранины

рецепт 51



Рагу из баранины

рецепт 52



Бозбаш острый

рецепт 53



Баранина
по-памирски

рецепт 54



Пастынер с тыквой

рецепт 55



Кролик тушеный

рецепт 56



Курица с овощами

рецепт 57



Куриное филе
с аджикой

рецепт 58



Куриные крылышки
с аджикой

рецепт 59



Курица со сливками

рецепт 60



Курица
по-табасарски

рецепт 61



Цыпленок с зеленью

рецепт 62



Рис с курицей

рецепт 63



Курица
с апельсинами

рецепт 64



Доро ват

рецепт 65



Чахохбили с фасолью

рецепт 66



Наггетсы куриные

рецепт 67



Куриные голени и
крылышки с овощами

рецепт 68



Куриные крылышки
во фритюре

рецепт 69



Желудки куриные
тушеные

рецепт 70



Индейка жареная
с соусом барбекю

рецепт 71



Индейка с сыром
и овощами

рецепт 72



Индейка
в винном соусе

рецепт 73



Индейка с медом

рецепт 74



Индейка
с картофелем

рецепт 75



Индейка с лисичками

рецепт 76



Утка с сельдереем

рецепт 77



Перепела
фаршированные

рецепт 78



Люля-кебаб

рецепт 79



Перцы
фаршированные

рецепт 80



Фетучини
с говядиной

рецепт 81



Макароны
по-флотски

рецепт 82



Лазанья

рецепт 83



Куриные котлеты
с сыром

рецепт 84



Манты

рецепт 85



Хинкали

рецепт 86



Судак жареный

рецепт 87



Стейк из семги

рецепт 88



Форель
в собственном соку

рецепт 89



Форель
фаршированная
с сыром

рецепт 90



Форель с картофелем
и сыром

рецепт 91



Семга с белой
фасолью и сливками

рецепт 92



Царская лососина

рецепт 93



Лосось в фольге

рецепт 94



Буглама рыбная

рецепт 95



Семга под ореховой
корочкой

рецепт 96



Гуляш
по-средиземноморски

рецепт 97



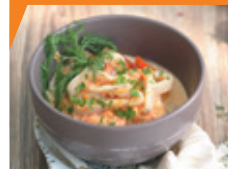
Рыба в фольге

рецепт 98



Рыбное ассорти

рецепт 99



Кальмары в сметане

рецепт 100



Морепродукты
с рисом

рецепт 101



Картофель
с шампиньонами

рецепт 102



Картофель
под шубой

рецепт 103



Картофель,
запеченный в фольге

рецепт 104



Картофельная
запеканка с овощами

рецепт 105



Картофель
с баклажанами

рецепт 106



Картофель с сыром
и стручковой
фасолью

рецепт 107



Драники

рецепт 108



Аджапсандали

рецепт 109



Долма

рецепт 110



Баклажаны
с орехами

рецепт 111



Лобio из
красной фасоли

рецепт 112



Сытный завтрак

рецепт 113



Запеканка творожная
с макаронами

рецепт 114



Вареники с творогом

рецепт 115



Вареники с вишней

Копчение

рецепт 116



Форель копченая

рецепт 117



Говядина копченая

рецепт 118



Свинина копченая

Гарниры

рецепт 119



Картофель фри

рецепт 120



Сладкий картофель

рецепт 121



Золотой гарнир

рецепт 122



Овощное рагу

рецепт 123



Рис с овощами

рецепт 124



Сладкий рис
с кукурузой
и яблоками

Блюда на пару

рецепт 125



Говядина на пару

рецепт 126



Котлеты куриные
на пару с рисом

рецепт 127



Индейка на пару
с овощами

рецепт 128



Семга на пару

рецепт 129



Судак на пару

рецепт 130



Тилапия на пару

рецепт 131



Овощи на пару

рецепт 132



Голубцы

Сыры

рецепт 133



Сыр домашний

рецепт 134



Сыр плавный

Закуски и салаты

рецепт 135



Фондю сырное

рецепт 136



Буженина

рецепт 137



Суфле из печени

рецепт 138



Форшмак

рецепт 139



Креветки
под сыром

рецепт 140



Орешки гороховые

рецепт 141



Салат «Нежный»

рецепт 142



Салат с креветками
и авокадо

рецепт 143



Холодец

рецепт 144



Соус ткемали

Хлеб

рецепт 145



Хлеб многозерновой
«Английский»

рецепт 146



Хлеб многозерновой
«Немецкий»

рецепт 147



Хлеб
ржано-пшеничный

рецепт 148



Хлеб белый

рецепт 149



Хлеб кукурузный

рецепт 150



Хлеб овсяный

Выпечка

рецепт 151



Тесто дрожжевое

рецепт 152



Пицца мясная

рецепт 153



Пицца
с морепродуктами

рецепт 154



Пицца овощная

рецепт 155



Кекс шоколадный

рецепт 156



Бисквит классический

рецепт 157



Шарлотка с яблоками

рецепт 158



Запеканка творожная

рецепт 159



Пирог творожный

Десерты

рецепт 160



Шоколадная помадка

рецепт 161



Варенье из ревеня

рецепт 162



Варенье
из баклажанов

рецепт 163



Варенье
из инжира

рецепт 164



Яблоки медовые

рецепт 165



Фондю шоколадное

рецепт 166



Шоколадно-
апельсиновый мусс

рецепт 167



Панна котта

рецепт 168



Йогурт классический

рецепт 169



Йогурт с фруктами

рецепт 170



Творог

Напитки

рецепт 171



Напиток фруктовый

рецепт 172



Компот из кураги

рецепт 173



Морс брусничный

рецепт 174



Пунш лимонный

рецепт 175



Глинтвейн

Консервация

рецепт 176



Лечо домашнее

рецепт 177



Лечо по-казански

рецепт 178



Икра кабачковая

рецепт 179



Маринад
для огурцов

рецепт 180



Маринад
для помидоров

рецепт 181



Грибы маринованные

Детское меню

рецепт 182



Каша манная
5-процентная

рецепт 183



Каша рисовая
протертая

рецепт 184



Каша гречневая
протертая

рецепт 185



Пюре фруктовое

рецепт 186



Каша манная
на овощном бульоне

рецепт 187



Каша манная
с яблочным пюре

рецепт 188



Каша из гречневой
и рисовой муки

рецепт 189



Пюре рыбное

рецепт 190



Каша манная
на курином бульоне

рецепт 191



Суп-пюре из цветной
капусты и кабачка

рецепт 192



Пюре овощное

рецепт 193



Отвар из шиповника

рецепт 194



Каша рисовая
с творогом

рецепт 195



Бульон мясной

рецепт 196



Суп-пюре
картофельный

рецепт 197



Суп-пюре
из курицы

рецепт 198



Суп-пюре
из печени

рецепт 199



Котлеты на пару

рецепт 200



Пюре из индейки



Каша ячневая

Ингредиенты:

- Молоко (2,5%) — 650 мл
- Крупа ячневая — 100 г
- Сливочное масло — 20 г
- Соль, сахар

Порядок приготовления

Крупу промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **35 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: в готовую кашу выложить кусочек сливочного масла.

Каша пшенная

Ингредиенты:

- Молоко (2,5%) — 650 мл
- Пшено — 100 г
- Сливочное масло — 20 г
- Соль, сахар

Порядок приготовления

Крупу промыть, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте кашу с дольками свежих фруктов.



Каши

рецепт 2



Каша кукурузная

Ингредиенты:

- Молоко (2,5%) — 650 мл
- Крупа кукурузная — 100 г
- Сливочное масло — 20 г
- Соль, сахар

Порядок приготовления

Крупу выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**, кнопками **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: украсьте кашу свежими ягодами.

Каша гречневая

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Крупу промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**, кнопками **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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



Каши

рецепт 4



Каша рисовая с изюмом

Ингредиенты:

- Молоко (2,5%) — 650 мл
- Рис круглозерный (шлифованный) — 100 г
- Изюм — 20 г
- Сливочное масло — 20 г
- Соль, сахар

Порядок приготовления

Рис и изюм промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой «Меню» установить программу «МОЛОЧНАЯ КАША», кнопками «Час», «Мин» установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «Старт», готовить до окончания программы.

Совет: каша станет ароматнее, если перед подачей добавить щепотку корицы.

Каша геркулесовая

Ингредиенты:

- Молоко (2,5%) — 750 мл
- Геркулес (помол № 1) — 150 г
- Сливочное масло — 20 г
- Соль, сахар

Порядок приготовления

Геркулес выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**, кнопками **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: в готовую кашу можно добавить дольки свежих фруктов и дробленые орехи





Каша тыквенная

Ингредиенты:

- Молоко (2,5%) — 700 мл
- Тыква — 300 г
- Сливочное масло — 20 г
- Соль, сахар

Порядок приготовления

Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать кубиками по 1,5 см, выложить в чашу мультиварки, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**. Кнопками **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: добавьте в кашу цветочный мед — это дополнит ее вкус.

Щи

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать соломкой, капусту тонко нашинковать, картофель нарезать соломкой 0,5×3 см, чеснок измельчить ножом. Мясо промыть, нарезать кубиками по 1,5–2 см. Морковь и лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **130°C**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **10 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**, обжаривать, периодически помешивая. Обжаренные овощи выложить на тарелку. В чашу мультиварки выложить мясо, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. За 1 час до окончания приготовления добавить обжаренные овощи, картофель, капусту, измельченный чеснок, соль и специи, перемешать. Закрыть крышку и готовить до окончания программы.

Совет: подавайте к столу со сметаной.



Супы

рецепт 8



Борщ

Ингредиенты:

- Картофель — 500 г
- Говядина (филе) — 400 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

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать вместе с луком, свеклой, морковью, капустой и картофелем соломкой 0,5×3 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте борщ с чесночными пампушками.

Рассольник

Ингредиенты:

- Картофель — 400 г
- Говядина (филе) — 250 г
- Перловая крупа — 200 г
- Лук репчатый — 130 г
- Огурцы соленые — 100 г
- Огуречный рассол — 100 мл
- Томатная паста — 80 г
- Морковь — 80 г
- Масло растительное — 70 мл
- Вода — 2 л
- Соль, специи

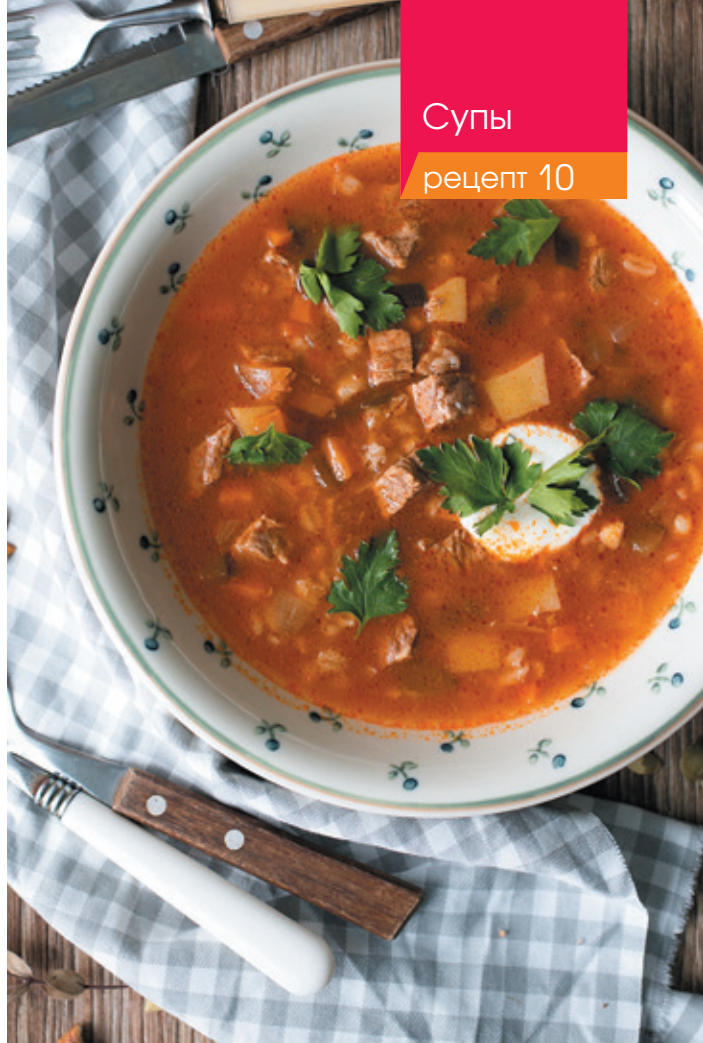
Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать вместе с картофелем кубиками по 1,5–2 см. Морковь, лук, огурцы нарезать кубиками по 0,5–1 см. Перловую крупу промыть до прозрачной воды. В чашу мультиварки выложить морковь, лук, огурцы, добавить томатную пасту и растительное масло. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**МУЛЬТИПОВАР**», кнопкой «**Температура**» установить **130 °С**, нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**». Обжаривать, периодически помешивая. За 5 минут до окончания приготовления добавить огуречный рассол. Закрыть крышку, готовить до окончания программы. Обжаренные овощи выложить на тарелку. В чашу мультиварки выложить мясо и перловую крупу, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**СУП**». Нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **1 час 50 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**». За 50 минут до окончания приготовления снять с бульона белковую пенку, добавить картофель, обжаренные овощи. Закрыть крышку и готовить до окончания программы.

Совет: чтобы придать рассольнику пряный аромат, добавьте в него измельченный корень сельдерея.

Супы

рецепт 10





Солянка

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Говядину промыть, нарезать мясо, лук, морковь, картофель, колбаски и курицу соломкой по 0,5 см. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, залить водой, добавить огуречный рассол, томатную пасту, растительное масло, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час 30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Суп с фрикадельками

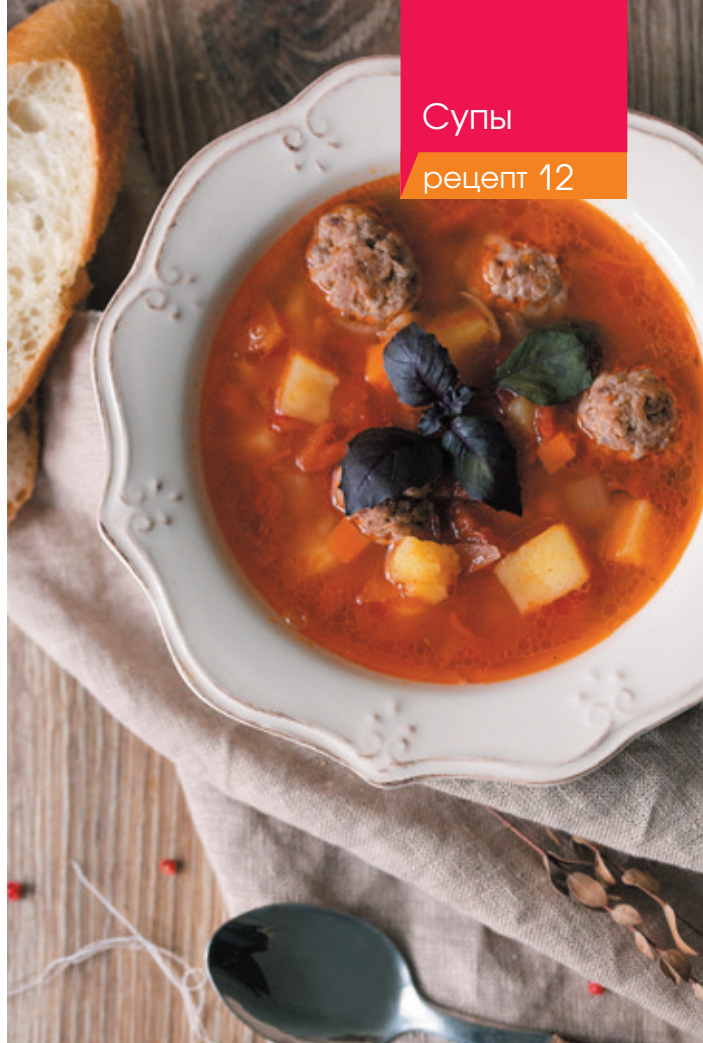
Ингредиенты:

- Картофель — 400 г
- Фарш домашний — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Томатная паста — 50 г
- Сливочное масло — 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. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, залить водой, добавить томатную пасту, сливочное масло, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час 30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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



Супы

рецепт 12



Суп из свинины

Ингредиенты:

- Свинина (филе) — 200 г
- Картофель — 300 г
- Морковь — 150 г
- Лук репчатый — 100 г
- Вода — 2 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Свинину промыть, нарезать вместе с картофелем соломкой 2×5 см. Лук нарезать соломкой 0,5×3 см. Морковь натереть на крупной терке. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час 30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: в суп можно добавить чайную ложку горчицы, это придаст блюду остроту и пикантность.

Сырный суп с копченостями

Супы

рецепт 14

Ингредиенты:

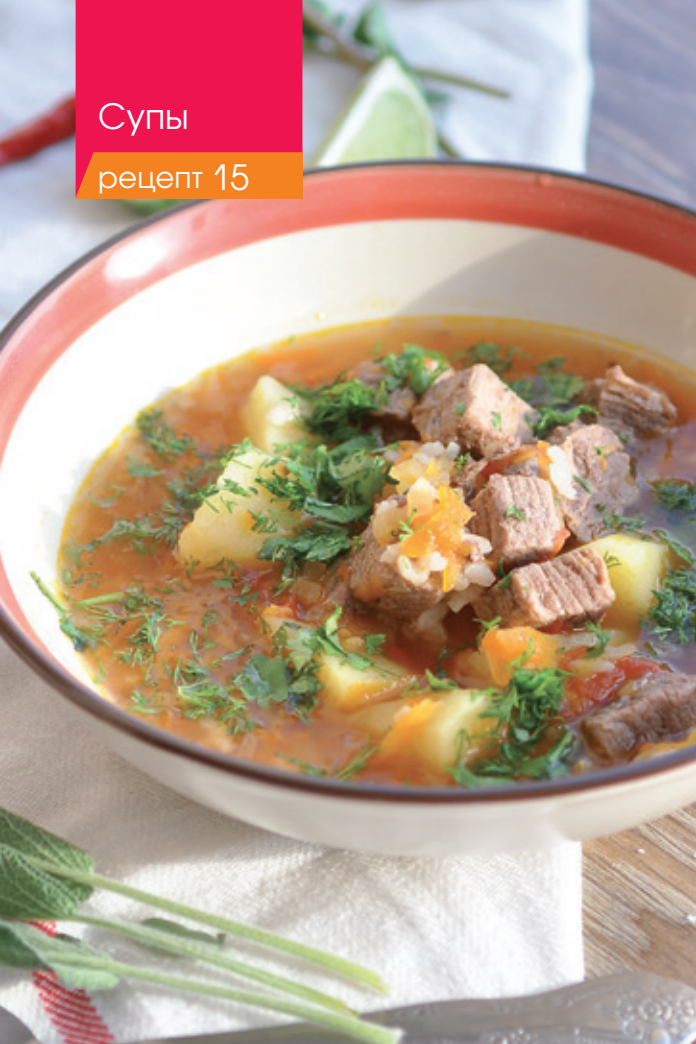
- Картофель — 400 г
- Ребра свиные (копченые) — 300 г
- Морковь — 270 г
- Лук репчатый — 250 г
- Сыр плавленый (сливочный) — 120 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Ребра промыть, отделить друг от друга. Картофель нарезать кубиками по 0,5–1 см, морковь натереть на крупной терке, лук нарезать мелкой соломкой 0,5×3 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: готовый сырный суп подавайте с чесночными гренками из белого хлеба.





Харчо

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Баранину промыть и вместе с картофелем нарезать средними кубиками по 1,5–2 см, лук нарезать мелкими кубиками по 0,5 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, соль, специи, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**СУП**», нажатием кнопки «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **1 час 30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы.

Совет: чтобы харчо получилось ароматнее, добавьте в него шафран и базилик.

Суп-лапша домашний

Супы

рецепт 16

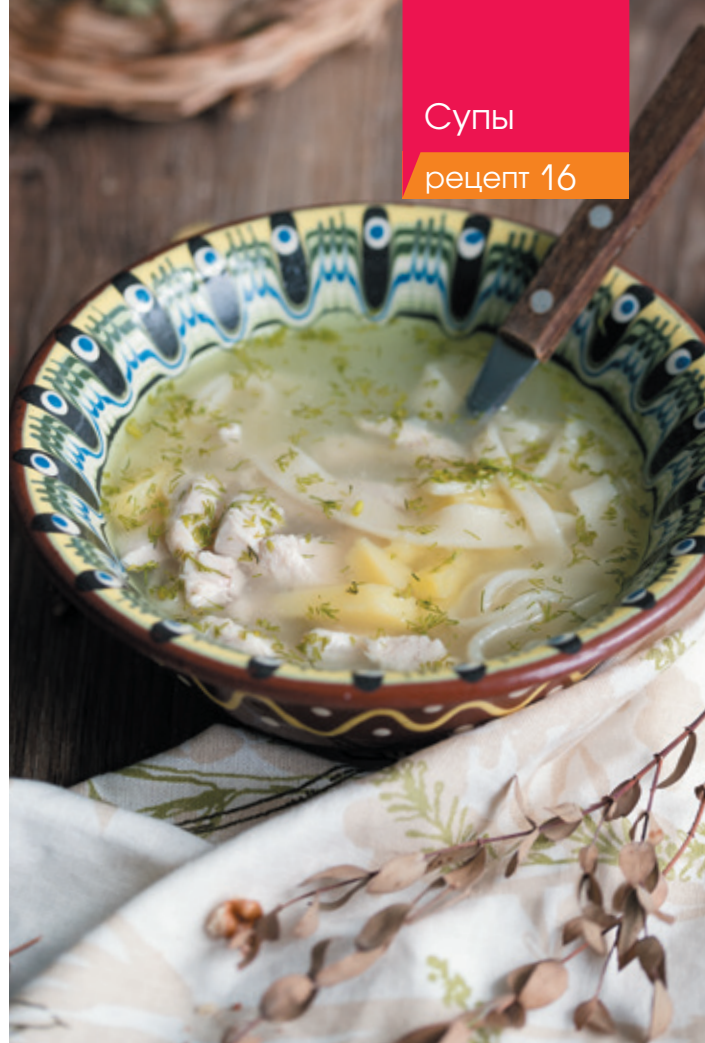
Ингредиенты:

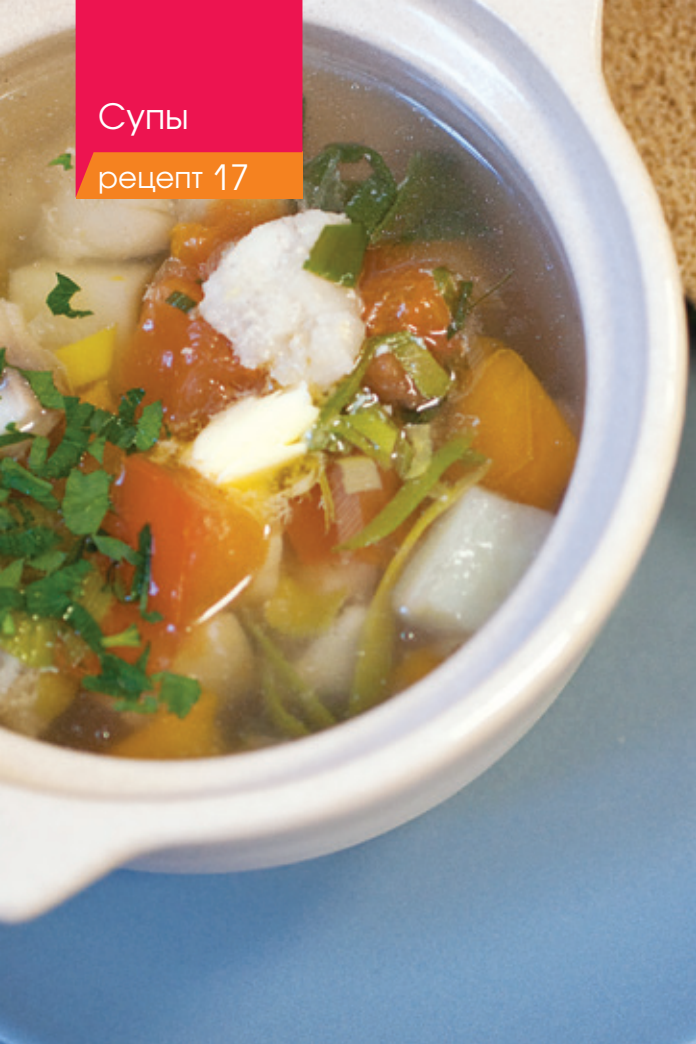
- Курица (филе) — 200 г
- Картофель — 200 г
- Лапша домашняя — 190 г
- Лук репчатый — 100 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Куриное филе промыть и вместе с картофелем нарезать средней соломкой 0,8×5 см, лук нашинковать тонкой соломкой. Все ингредиенты (кроме лапши) выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи, залить водой и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час 20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, за 20 минут до окончания приготовления добавить лапшу и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Совет: щепотка карри придаст супу насыщенный вкус и пряный аромат





Уха

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рыбу промыть и нарезать вместе с картофелем кубиками по 2 см, лук измельчить ножом. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: перед подачей добавьте в уху кусочек сливочного масла.

Крем-суп с семгой

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

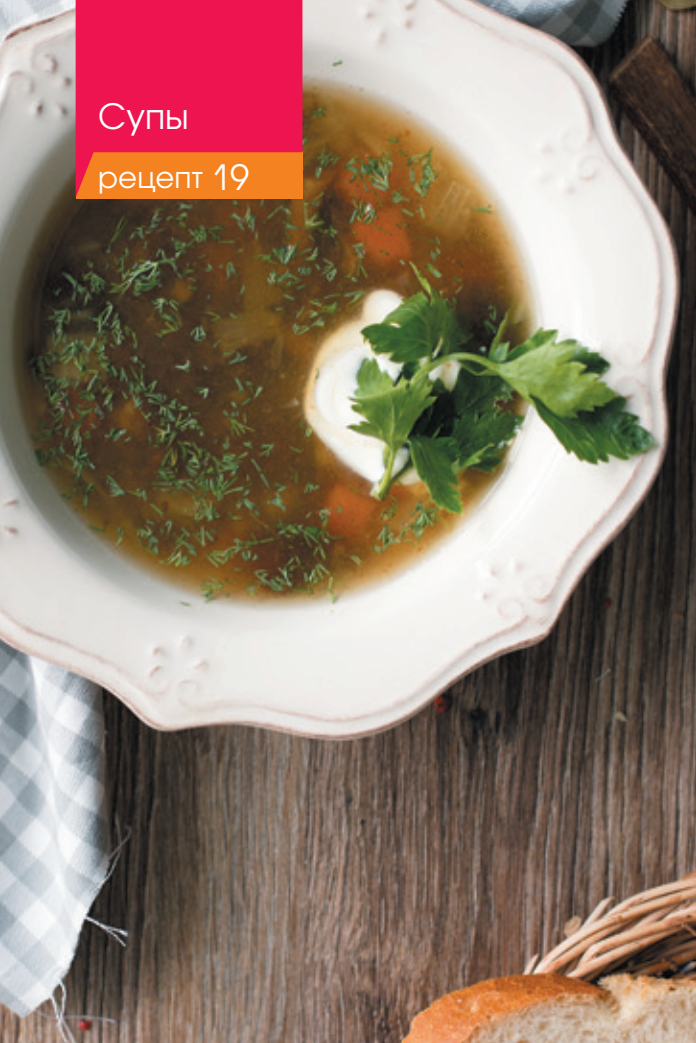
Рыбу промыть, вместе с овощами нарезать кубиками по 1,5–2 см. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты (кроме сливок), добавить соль, специи, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. В готовый суп добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.

Совет: готовый суп подавайте с пшеничными гренками.

Супы

рецепт 18





Суп грибной

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Грибы разморозить, промыть, откинуть на сито и дать жидкости стечь. Картофель, лук и морковь нарезать кубиками 1,5×1,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль и специи, залить водой и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: при желании вы можете использовать сушеные грибы.

Суп томатный

Ингредиенты:

- Помидоры — 500 г
- Лук репчатый — 80 г
- Перец болгарский — 80 г
- Томатная паста — 70 г
- Оливковое масло — 30 мл
- Имбирь (корень) — 10 г
- Аджика — 5 г
- Вода — 600 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Имбирь очистить и нарезать вместе с овощами средними кубиками по 1,5–2 см. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, оливковое масло, аджику, соль и специи, залить водой, все тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый суп взбить блендером до однородной массы.

Совет: подавайте к томатному супу отварные креветки или бекон.

Супы

рецепт 20





Суп щавелевый

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Вареные яйца разрезать вдоль на 4 части. Мясо промыть, вместе с луком и картофелем нарезать средней соломкой, щавель нарезать соломкой. Выложить все ингредиенты (кроме вареного яйца) в чашу мультиварки, добавить соль, специи, залить водой и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. При подаче в каждую порцию добавить дольку вареного яйца.

Совет: вареное яйцо можно заменить сырым взбитым яйцом.

Суп фаселевый

Ингредиенты:

- Картофель — 600 г
- Фасоль красная консервированная — 200 г
- Морковь — 200 г
- Лук репчатый — 150 г
- Растительное масло — 30 мл
- Петрушка свежая — 10 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Лук нашинковать соломкой, морковь натереть на крупной терке, картофель нарезать средней соломкой, петрушку измельчить ножом, фасоль откинуть на дуршлаг. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить лук и морковь. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **5 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. К пассированным овощам добавить картофель, петрушку, фасоль, соль, специи, залить водой, перемешать. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час 30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: если добавить аджику, вкус и цвет супа получится более насыщенными.

Супы

рецепт 22





Похлебка с чечевицей

Ингредиенты:

- Картофель — 300 г
- Чечевица — 200 г
- Морковь — 180 г
- Лук репчатый — 150 г
- Стебель сельдерея — 70 г
- Лимонный сок — 50 мл
- Чеснок — 20 г
- Вода — 1 л

Порядок приготовления

Чечевицу промыть до прозрачной воды. Лук и картофель нарезать кубиками 1×1 см, морковь натереть на крупной терке, сельдерей и чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки выложить лук, картофель, чечевицу, сельдерей, морковь, чеснок, добавить лимонный сок, соль и специи. Залить водой и закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый суп взбить блендером до однородной массы.

Совет: подавайте с веточкой базилика.

Суп-пюре с мясом

Ингредиенты:

- Фарш говяжий — 300 г
- Картофель — 200 г
- Помидоры — 180 г
- Перловая крупа — 100 г
- Вода — 900 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Овощи нарезать средними кубиками по 1,5–2 см. Перловую крупу промыть. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи, залить водой и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТОМЛЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый суп взбить блендером до однородной массы.

Совет: перед подачей украсьте суп кунжутными семечками.

Супы

рецепт 24





Суп-пюре из белой фасоли

Ингредиенты:

- Фасоль белая консервированная — 240 г
- Лук репчатый — 100 г
- Сливочное масло — 50 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Лук измельчить ножом, фасоль откинуть на дуршлаг. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**СУП**», нажатием кнопки «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы. Готовый суп взбить блендером до однородной массы.

Совет: подавайте суп со свежей кинзой, укропом и перцем чили.

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. Цветную капусту и брокколи разделить на соцветия. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый суп взбить блендером до однородной массы.

Совет: приправьте готовый суп паприкой.

Супы

рецепт 26





Крем-суп с тыквой

Ингредиенты:

- Тыква — 800 г
- Сливки (22%) — 600 мл
- Апельсины — 300 г
- Лук репчатый — 100 г
- Растительное масло — 30 мл
- Карри — 1 г
- Вода — 600 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Из апельсинов выдавить сок, тыкву очистить от кожуры и нарезать кубиками по 2 см. Лук измельчить ножом. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. В готовый суп добавить сливки и взбить блендером до однородной массы.

Совет: в готовый суп добавьте щепотку корицы.

Крем-суп со шпинатом

Ингредиенты:

- Шпинат (свежемороженный) — 200 г
- Помидоры — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Сливки (10%) — 100 мл
- Сливочное масло — 20 г
- Вода — 300 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Шпинат разморозить и откинуть на дуршлаг. Помидоры и лук нарезать кубиками по 1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи и залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый суп взбить блендером до однородной массы.

Совет: украсьте крем-суп ломтиками болгарского перца.



Супы

рецепт 28



Крем-суп луковый со сметаной

Ингредиенты:

- Сметана — 400 г
- Лист салата — 150 г
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 10 г
- Растительное масло — 10 мл
- Вода — 100 мл
- Розмарин — 1 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Лук и чеснок измельчить ножом, листья салата нарвать руками. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сметану, масло, соль, специи и залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажать кнопку **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый суп взбить блендером до однородной массы.

Совет: подавайте суп с сухариками из белого французского багета и грецкими орехами.

Жаркое с паровым картофелем

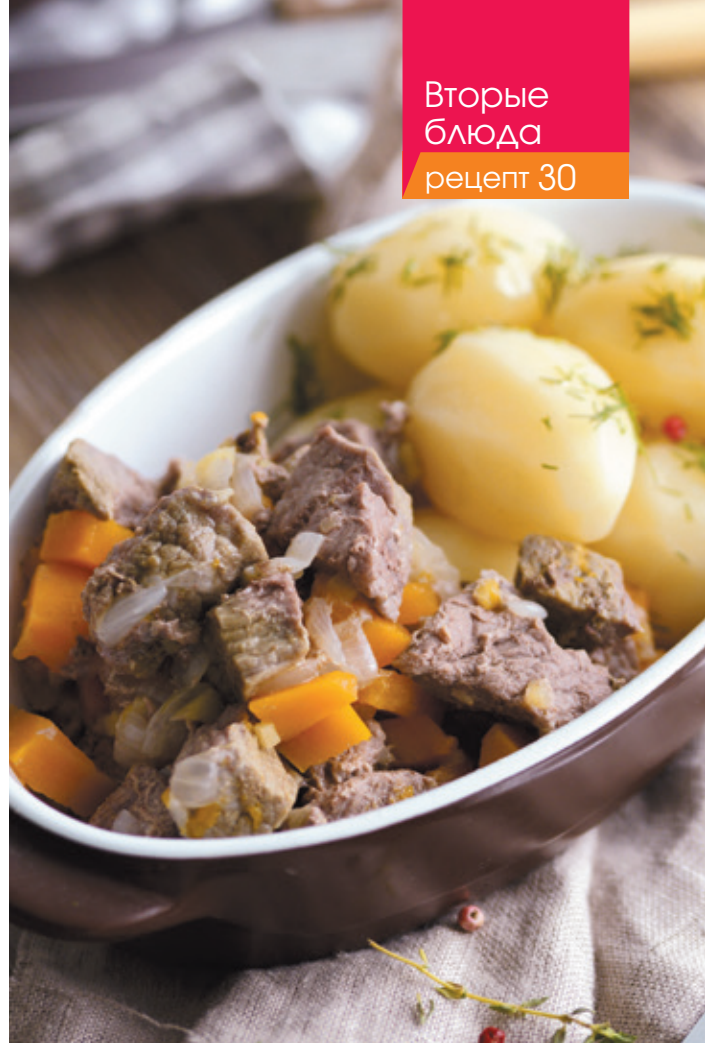
Ингредиенты:

- Говядина (филе) — 320 г
- Картофель — 300 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 80 г
- Имбирь — 30 г
- Масло растительное — 20 мл
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Говядину промыть, нарезать кубиками по 1–1,5 см, лук и морковь — по 0,5–1 см, имбирь очистить и измельчить ножом. Картофель разрезать вдоль на две равные части. Говядину, лук, морковь и имбирь выложить в чашу мультиварки, добавить воду, растительное масло, соль, специи, перемешать. Сверху на чашу с мясом установить контейнер для приготовления на пару. В емкость равномерно выложить картофель. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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





Мясо с фасолью

Ингредиенты:

- Говядина — 500 г
- Фасоль стручковая — 300 г
- Лук репчатый — 230 г
- Кинза — 20 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть и нарезать кубиками 1,5×1,5 см, лук, кинзу измельчить ножом. В чашу мультиварки выложить мясо, добавить фасоль, лук, кинзу, соль, специи, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час 20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: говядину можно заменить бараньей корейкой.

Баклажаны с мясом

Ингредиенты:

- Баклажаны — 300 г
- Говядина (филе) — 150 г
- Помидоры — 60 г
- Чеснок — 60 г
- Лук репчатый — 50 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Баклажаны разрезать вдоль и удалить семена. Мясо промыть, вместе с луком, чесноком и помидорами пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и перемешать. Нафаршировать баклажаны полученной смесью и завернуть в фольгу. Выложить в чашу мультиварки, закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **45 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте баклажаны с соусом ткемали.

Вторые
блюда
рецепт 32





Мясо с имбирем и сельдереем

Ингредиенты:

- Говядина (филе) — 600 г
- Шампиньоны свежие — 140 г
- Сельдерей (корень) — 20 г
- Имбирь (корень) — 20 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать кубиками по 1 см, грибы — дольками, имбирь и сельдерей измельчить ножом. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты, добавить воду, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: при подаче блюдо приправьте паприкой.

Гуляш из говядины

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Говядину промыть, вместе с луком нарезать кубиками по 1,5–2 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, растительное масло, соль, специи, воду и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: из специй к этому блюду подойдут паприка, тимьян и майоран.





Мясо по-мексикански

Ингредиенты:

- Говядина (филе) — 320 г
- Помидоры — 350 г
- Кабачок — 220 г
- Лук репчатый — 200 г
- Баклажаны — 200 г
- Томатная паста — 100 г
- Масло растительное — 20 мл
- Зеленый перец чили — 15 г
- Чеснок — 10 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Перец чили очистить от семян, вместе с чесноком измельчить ножом. Мясо промыть и нарезать с овощами кубиками по 1,5–2 см. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты, добавить растительное масло, томатную пасту, соль, специи и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: готовое блюдо подавайте на обжаренной мексиканской кукурузной лепешке.

Бигус

Ингредиенты:

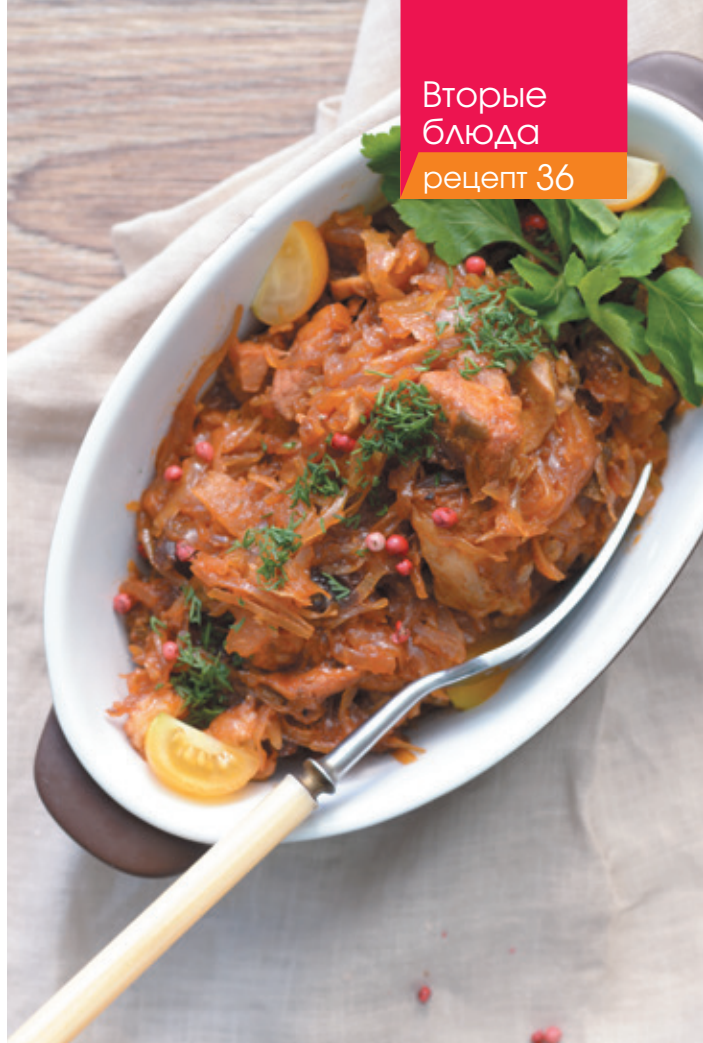
- Говядина (филе) — 400 г
- Капуста белокочанная — 600 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Томатная паста — 100 г
- Вода — 100 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть. Капусту и говядину нарезать соломкой 1×4 см, лук — соломкой 0,5×3 см, морковь натереть на крупной терке. Выложить ингредиенты в чашу мультиварки: мясо, лук, морковь, томатная паста, соль, специи. Все перемешать, сверху выложить капусту, посыпать солью и специями, добавить воду. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: вкус блюда станет более оригинальным, если добавить в бигус обжаренные шампиньоны.

Вторые
блюда
рецепт 36





Мясное ассорти

Ингредиенты:

- Свинина (филе) — 230 г
- Говядина (филе) — 230 г
- Куриные сердечки — 180 г
- Колбаски охотничьи — 150 г
- Морковь — 230 г
- Лук репчатый — 150 г
- Томатная паста — 120 г
- Соевый соус — 70 мл
- Бальзамический уксус — 40 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать крупными кубиками по 2,5–3 см, колбаски — по 1,5–2 см. Куриные сердечки очистить от сосудов и промыть. Лук и морковь нарезать кубиками по 1,5–2 см. Все ингредиенты смешать в отдельной емкости, добавить томатную пасту, соевый соус, уксус, соль и специи. Оставить мариноваться на **20 минут**. Затем выложить в чашу мультиварки, закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **2 часа**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: чтобы блюдо приобрело более насыщенный аромат, добавьте в него измельченный чеснок.

Рулька

Ингредиенты:

- Свиная рулька — 900 г
- Лук репчатый — 250 г
- Масло растительное — 50 мл
- Чеснок — 15 г
- Базилик сухой — 5 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Рульку промыть, сделать в ней глубокие надрезы и нашпиговать зубчиками чеснока. Лук измельчить ножом. Лук, чеснок, базилик, соль и специи смешать и натереть смесью рульку. Оставить ее мариноваться в холодильнике на 9 часов. Затем рульку выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТОМЛЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **4 часа**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Вторые
блюда
рецепт 38





Рагу с мясом

Ингредиенты:

- Свинина (шея) — 450 г
- Картофель — 1 кг
- Морковь — 200 г
- Помидоры — 200 г
- Перец болгарский — 200 г
- Лук репчатый — 150 г
- Петрушка — 20 г
- Чеснок — 15 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть и вместе с овощами нарезать кубиками 2×2 см, зелень и чеснок измельчить ножом, выложить все ингредиенты в чашу мультиварки и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, 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 с грибами

Ингредиенты:

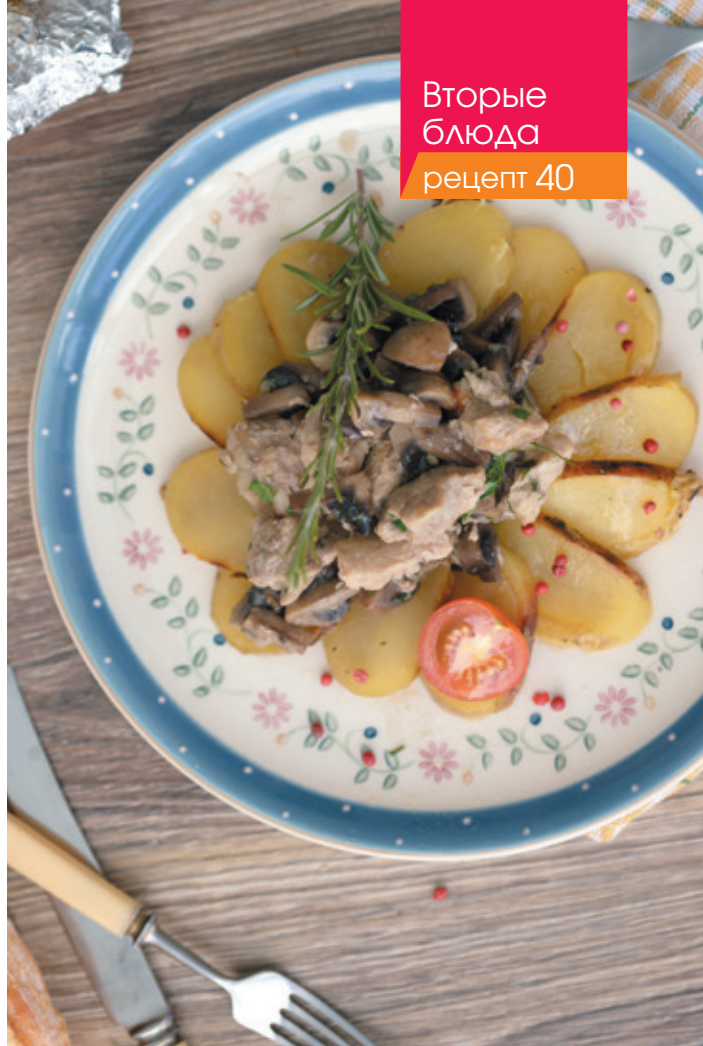
- Свинина (филе) — 600 г
- Шампиньоны (свежие) — 500 г
- Лук репчатый — 120 г
- Растительное масло — 70 мл
- Чеснок — 10 г
- Корень сельдерея — 5 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть и нарезать кубиками по 1 см, грибы нарезать ломтиками, лук, чеснок и корень сельдерея измельчить ножом. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки (кроме воды), добавить растительное масло и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, во время приготовления блюдо периодически помешивать. За 25 минут до окончания приготовления добавить воду, перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Совет: мясо получится более ароматным, если добавить в блюдо лавровый лист.

Вторые
блюда
рецепт 40





Свинина с овощами

Ингредиенты:

- Свинина (филе) — 1 кг
- Картофель — 450 г
- Морковь — 150 г
- Лук репчатый — 100 г
- Корень сельдерея — 30 г
- Чеснок — 10 г
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть и вместе с картофелем нарезать кубиками по 1,5–2 см, морковь — кубиками по 1 см, лук, чеснок и корень сельдерея измельчить ножом. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты (кроме картофеля), добавить воду, соль, специи и перемешать. Сверху выложить картофель (блюдо не перемешивать). Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: приправьте блюдо молотым базиликом.

Свинина по-французски

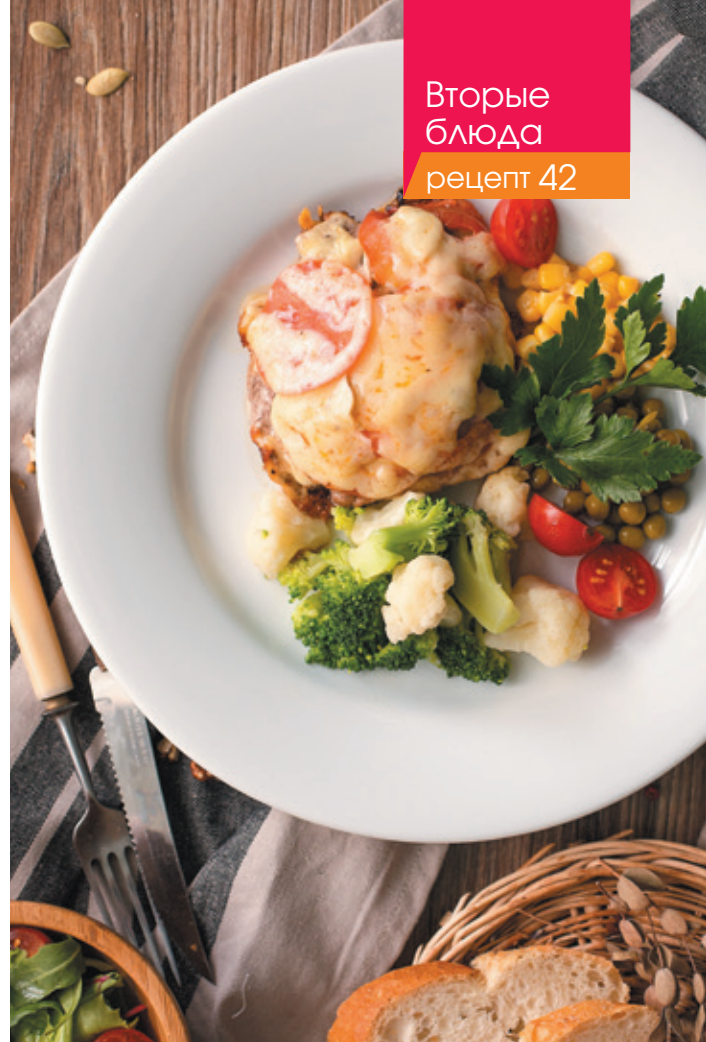
Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Свинину промыть, нарезать на стейки толщиной 2 см и слегка отбить. Помидоры и грибы нарезать тонкими пластинками по 0,5 см. Сыр натереть на крупной терке. В чашу мультиварки налить оливковое масло, выложить на дно мясо, посыпать его солью и специями. Сверху уложить помидоры и грибы, посыпать сыром. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **10 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: шампиньоны можно заменить опятами или лисичками.





Свинные отбивные

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Свинину промыть, нарезать на стейки 2–2,5 см и слегка отбить. Морковь натереть на крупной терке, смешать с томатной пастой и горчицей. Мясо натереть с обеих сторон солью и специями. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить на дно мясо, на него — смесь из моркови. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажать кнопку **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **10 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: для остроты добавьте в смесь из моркови чеснок.

Свинина в сливках

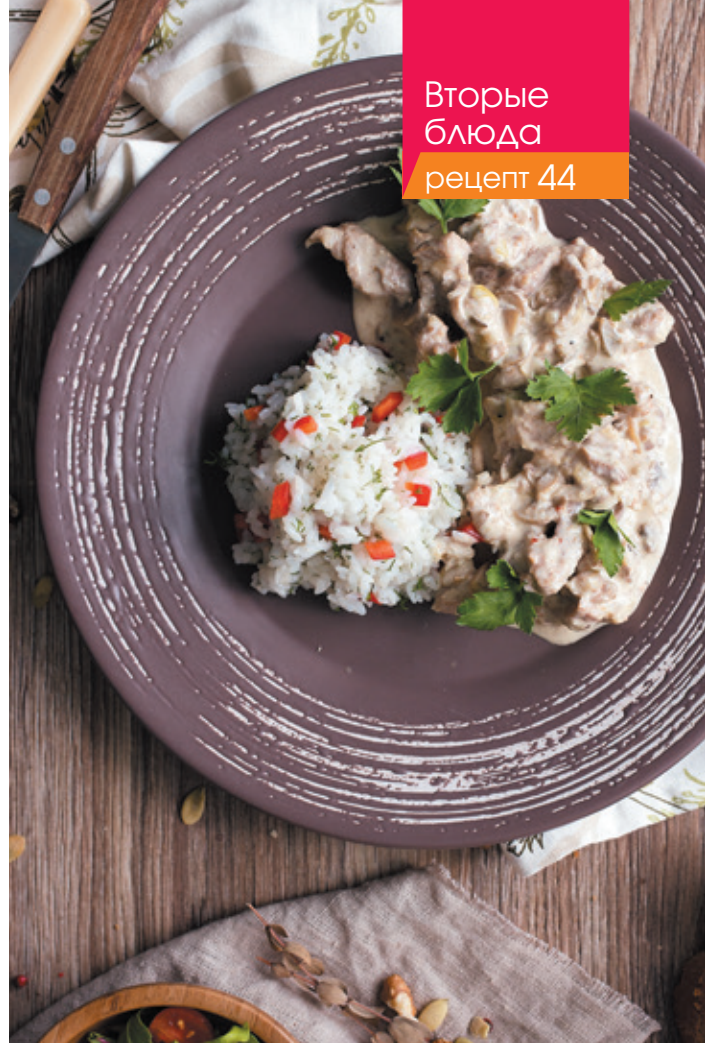
Ингредиенты:

- 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 по 0,5 см, чеснок — пластинками. Выложить в чашу мультиварки все ингредиенты, добавить соль и специи. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: готовое блюдо подавайте с рукколой.



Вторые
блюда
рецепт 44



Свинные наггетсы на шпажках

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Свинину промыть, нарезать крупными кубиками по 2,5–3 см и обернуть беконом. Лук, кабачок и болгарский перец нарезать кубиками по 2,5–3 см. Все ингредиенты нанизать на две шпажки в следующей последовательности: болгарский перец, кабачок, лук репчатый, свинина в беконе. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить наггетсы, посыпать солью и специями. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **10 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. За 5 минут до окончания приготовления открыть крышку, перевернуть наггетсы. Закрывать крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: к этому блюду отлично подойдет соус барбекю. Если вы хотите обжарить наггетсы с двух сторон, за 5 минут до окончания программы осторожно откройте крышку, переверните наггетсы и снова закройте крышку.

Плов

Ингредиенты:

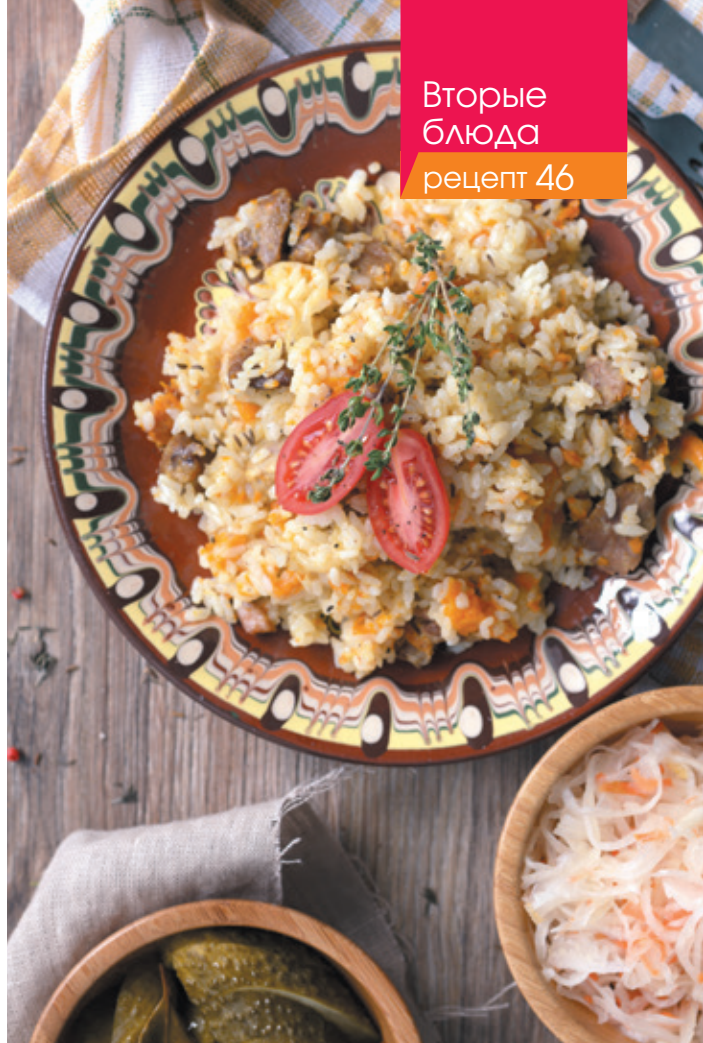
- Свинина (филе, шея) — 500 г
- Рис (шлифованный) — 500 г
- Морковь — 200 г
- Лук репчатый — 200 г
- Масло растительное — 70 мл
- Чеснок — 15 г
- Вода — 700 мл
- Соль, специи

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 промыть. Мясо, морковь, лук выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Сверху на мясо выложить рис и разровнять, в рис заложить зубчики чеснока, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ПЛОВ»**. Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. После окончания приготовления перемешать.

Совет: чтобы плов приобрел золотистый цвет, добавьте в него карри.

Вторые
блюда
рецепт 46





Быстрый завтрак

Ингредиенты:

- Макароны — 240 г
- Сосиски — 240 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

В чашу мультиварки налить воду, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МАКАРОНЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **8 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала в кипящую воду выложить макароны и сосиски. Закрыть крышку и вновь нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовые макароны откинуть на дуршлаг и промыть.

Совет: подавайте с чесночным или сырным соусом.

Запеканка с беконом

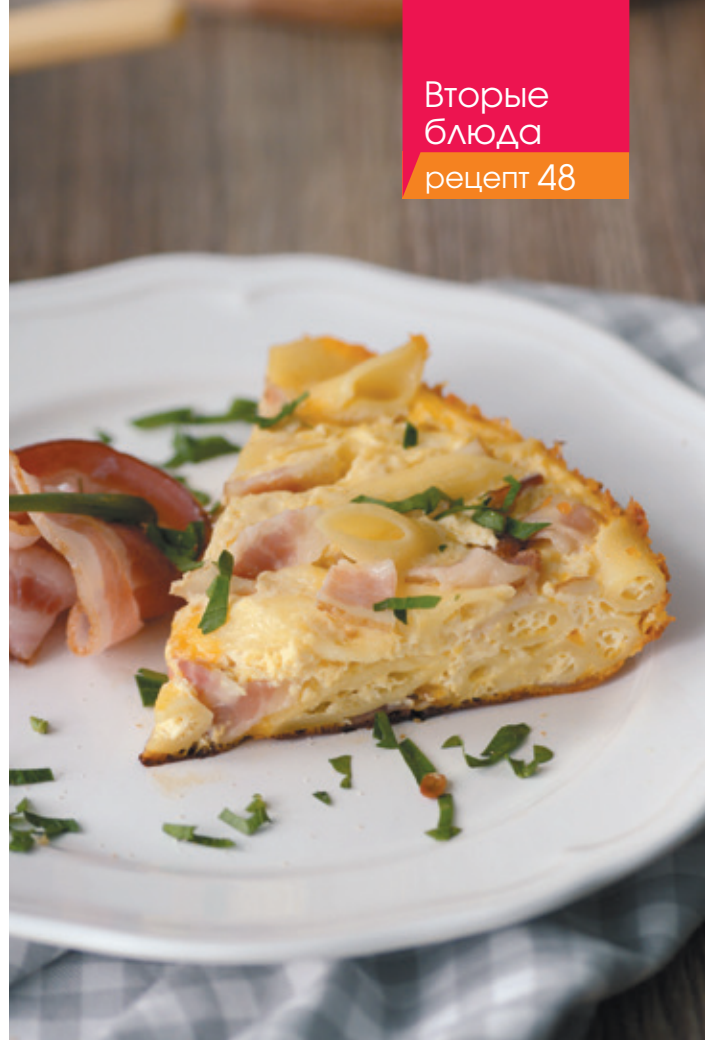
Ингредиенты:

- Молоко — 200 мл
- Яйцо — 180 г (3 шт.)
- Бекон х/к — 150 г
- Макароны — 150 г
- Вода — 1 л
- Панировочные сухари
- Сливочное масло
- Соль, специи

Порядок приготовления

В чашу мультиварки налить воду и закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МАКАРОНЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **13 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**, после звукового сигнала открыть крышку, выложить макароны, перемешать, вновь нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»** и закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Готовые макароны откинуть на дуршлаг и промыть. Бекон нарезать кубиками по 1 см, смешать с макаронами. Яйца взбить с молоком, солью и специями. Чашу мультиварки смазать маслом, обсыпать панировочными сухарями, выложить макароны с беконом и залить яично-молочной смесью. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: после окончания приготовления посыпьте запеканку тертым сыром пармезан.





Хаш особый

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на порционные куски весом 70–80 г, помидоры, морковь, перец и лук нарезать кубиками по 2 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Выбор программы»** установить программу **«ТОМЛЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **4 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте хаш с крупно нарезанной пряной зеленью.

Стейк из баранины

Ингредиенты:

- Баранина (филе) — 400 г
- Растительное масло — 40 мл
- Орегано — 10 г
- Укроп — 10 г
- Петрушка — 10 г
- Чеснок — 10 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе промыть, нарезать на стейки по 200 г, натереть солью и специями. Зелень и чеснок измельчить ножом, выложить в отдельную емкость. Мясо замариновать в течение 15 минут в смеси зелени и чеснока. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить стейки. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Через 10 минут открыть крышку и перевернуть мясо. Закрыть крышку и готовить до окончания программы.

Совет: подавайте на лаваше с соусом сацебели.



Вторые
блюда
рецепт 50



Рагу из баранины

Ингредиенты:

- Баранина (филе) — 400 г
- Баклажаны — 100 г
- Кабачки — 100 г
- Помидоры — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Чеснок — 50 г
- Растительное масло — 50 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть и вместе с овощами нарезать кубиками по 1,5–2 см, чеснок измельчить ножом. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **2 часа**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте рагу на листьях салата.

Бозбаш острый

Ингредиенты:

- Баранина (филе) — 500 г
- Картофель — 500 г
- Помидоры — 300 г
- Лук репчатый — 150 г
- Перец острый стручковый — 50 г
- Вода — 500 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать порционными кусками 3×3 см, овощи — кубиками по 2–2,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи, залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТОМЛЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **3 часа**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: приправьте бозбаш шафраном и эстрагоном.

Вторые
блюда
рецепт 52





Баранина по-памирски

Ингредиенты:

- Баранина (филе) — 800 г
- Жир бараний — 100 г
- Лук репчатый — 250 г
- Морковь — 250 г
- Вода — 150 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать кубиками по 1 см, лук и морковь — по 0,5 см, жир — по 1–2 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **120 °С**. Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: блюдо получится более сочным, если за 5 минут до готовности добавить в него помидоры, нарезанные кружочками.

Пастынер с тыквой

Ингредиенты:

- Баранина (филе) — 500 г
- Тыква — 500 г
- Помидоры — 400 г
- Лук репчатый — 300 г
- Масло растительное — 80 мл
- Вода — 400 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать кубиками по 1 см. Тыкву очистить от кожуры, нарезать кубиками по 2–2,5 см, лук измельчить ножом, помидоры обдать кипятком, снять с них кожицу и разрезать на четыре части. Все ингредиенты (кроме помидоров) выложить в чашу мультиварки, добавить масло, соль, специи, залить водой. Закрывать крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**ТУШЕНИЕ**», нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**». За 20 минут до окончания приготовления добавить помидоры и закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: блюдо получится более ароматным, если во время приготовления добавить в него немного чернослива.



Вторые
блюда
рецепт 54



Кролик тушеный

Ингредиенты:

- Кролик — 500 г
- Жир куриный — 70 г
- Картофель — 400 г
- Лук репчатый — 200 г
- Морковь — 150 г
- Чеснок — 10 г
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо кролика промыть и нарезать на порционные куски весом 80–100 г, чеснок и лук измельчить ножом, картофель и морковь нарезать кубиками по 1,5–2 см. Куриный жир нарезать кубиками 1х1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки слоями: мясо, куриный жир, чеснок, овощи, соль, специи, добавить воду. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: приправьте блюдо розмарином и кориандром.

Курица с овощами

Вторые
блюда
рецепт 56

Ингредиенты:

- Куриное филе — 420 г
- Картофель — 320 г
- Капуста белокочанная — 220 г
- Баклажан — 200 г
- Болгарский перец — 100 г
- Помидоры — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Стебель сельдерея — 40 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Куриное филе промыть и нарезать с овощами крупными кубиками по 2,5–3 см, стебель сельдерея — кубиками по 0,5–1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: из специй для этого блюда подойдут базилик и карри.





Куриное филе с аджикой

Ингредиенты:

- Куриное филе — 300 г
- Аджика — 10 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Куриное филе промыть, нарезать крупными кубиками по 3–3,5 см, выложить в отдельную чашу, добавить аджику, соль, специи и тщательно перемешать. Филе выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: на гарнир к этому блюду отлично подойдет лобио из красной фасоли.

Куриные крылышки с аджикой

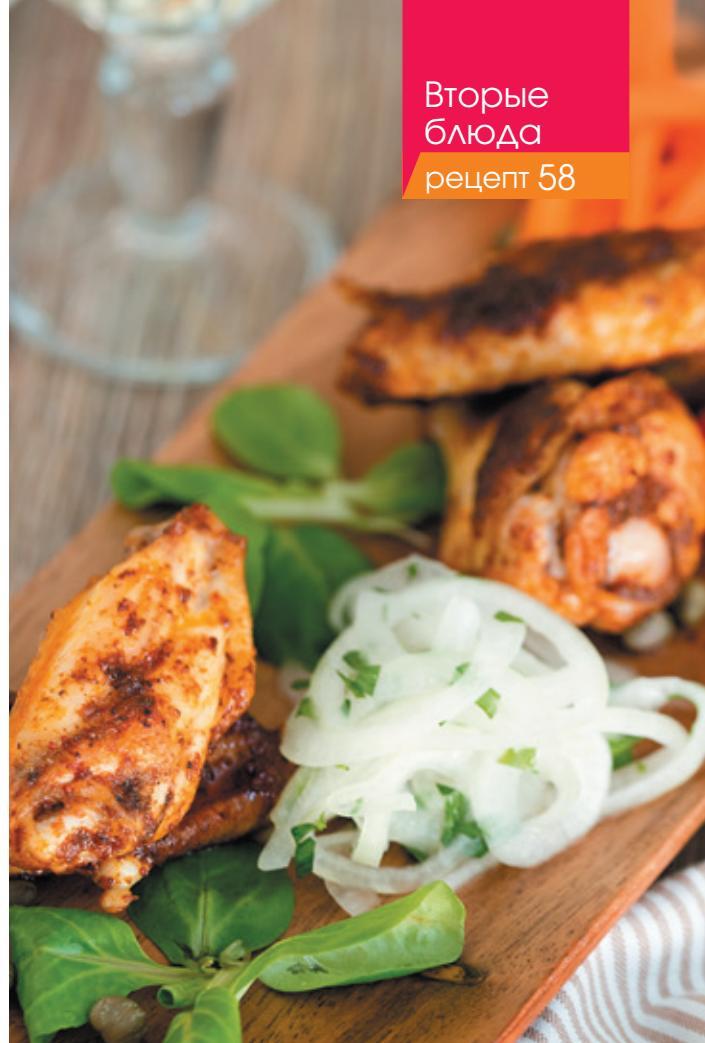
Ингредиенты:

- Куриные крылышки — 600 г
- Аджика — 10 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Крылышки промыть, натереть солью, специями, выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовые крылышки вынуть из воды, натереть аджикой, дать пропитаться.

Совет: при желании в блюдо можно добавить веточки тимьяна.





Курица со сливками

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Курицу промыть. Помидоры и курицу нарезать кубиками по 1,5–2 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль и специи, перемешать. Закрывать крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**ТУШЕНИЕ**», нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы.

Совет: щепотка карри придаст блюду аппетитный яркий цвет.

Курица по-табасарански

Ингредиенты:

- Курица — 800 г (1 шт.)
- Картофель — 500 г
- Болгарский перец — 400 г
- Лук репчатый — 300 г
- Морковь — 200 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Курицу промыть и нарезать на порционные куски (каждый по 100 г). Картофель, перец, лук, морковь нарезать кубиками по 2–2,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: чтобы блюдо получилось острым и пикантным, добавьте в него перец чили.

Вторые
блюда
рецепт 60





Цыпленок с зеленью

Ингредиенты:

- Цыпленок — 500 г (1 шт.)
- Соевый соус — 70 мл
- Укроп — 10 г
- Петрушка — 10 г
- Лук зеленый — 10 г
- Чеснок — 10 г
- Кинза — 10 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Цыпленка промыть. Зелень крупно нарезать, чеснок измельчить ножом, смешать с соевым соусом и специями. Натереть чесночной массой цыпленка, оставить в маринаде на 20 минут. Плотно завернуть цыпленка в фольгу вместе с маринадом так, чтобы сок не вытек наружу. Выложить цыпленка в чашу мультиварки, закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **45 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте цыпленка с соусом ткемали.

Рис с курицей

Ингредиенты:

- Куриное филе — 370 г
- Рис (шлифованный) — 260 г
- Морковь — 200 г
- Помидоры — 140 г
- Болгарский перец — 100 г
- Растительное масло — 100 мл
- Горошек зеленый консервированный — 50 г
- Вода — 330 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды, куриное филе промыть, нарезать кубиками по 1 см. Помидоры, перец нарезать соломкой 0,5х3 см, морковь натереть на крупной терке. Слить жидкость с горошка. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и разровнять лопаткой, добавить растительное масло, соль, специи и залить водой. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«КРУПЫ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: чтобы блюдо получилось более диетическим, курицу можно заменить индейкой.

Вторые
блюда
рецепт 62





Курица с апельсинами

Ингредиенты:

- Курица (крылья и голени) — 600 г
- Апельсины — 400 г
- Паприка — 5 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Курицу промыть, выложить в чашу мультиварки. Из апельсинов выжать сок и залить им курицу. Мякоть апельсинов размять вилкой и выложить на курицу, добавить паприку, соль и специи. Оставить мариноваться на 5–7 минут. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: при приготовлении можно добавить кориандр.

Доро ват

Ингредиенты:

- Курица — 800 г
- Помидоры консервированные — 400 г
- Лук репчатый — 200 г
- Масло растительное — 150 мл
- Корень имбиря — 50 г
- Чеснок — 10 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Курицу промыть. Лук нарезать кубиками по 1 см, курицу — крупными кубиками, чеснок и имбирь измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. При необходимости добавить стакан бульона.

Совет: добавьте в блюдо мускатный орех, гвоздику и куркуму.





Чахохбили с фасолью

Ингредиенты:

- Курица (филе) — 300 г
- Фасоль стручковая свежая — 200 г
- Болгарский перец — 100 г
- Томатная паста — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Растительное масло — 50 мл
- Вода — 200 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Перец и лук нашинковать соломкой 0,5×3 см. Филе промыть, нарезать кубиками по 0,5–1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль и специи, залить воду и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: для чахохбили отлично подходят хмели-сунели и свежий чеснок.

Куриные наггетсы

Ингредиенты:

- Куриное филе — 340 г
- Яйцо — 150 г (3 шт.)
- Масло растительное — 700 мл
- Сухари панировочные
- Соль, специи

Порядок приготовления

Куриное филе промыть и нарезать кубиками по 2,5–3 см. Яйца взбить венчиком или миксером до однородной массы. Филе посолить и приправить специями, обмакнуть в яйцо и обвалять в панировочных сухарях. Наггетсы выложить в корзинку для жарки в один слой. В чашу мультиварки налить растительное масло. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **160 °С**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **14 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Когда начнется обратный отсчет (13 минут), открыть крышку, установить корзину с наггетсами согласно инструкции. Закрыть крышку и готовить до окончания программы.

Совет: подавайте к блюду медовый, горчичный и кисло-сладкий соусы.

Вторые
блюда
рецепт 66





Куриные голени и крылышки с овощами

Ингредиенты:

- Куриные голени — 300 г
- Куриные крылья — 300 г
- Брокколи замороженная — 100 г
- Цветная капуста замороженная — 100 г
- Масло растительное — 50 мл
- Вода — 150 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Голени и крылышки промыть, натереть солью и специями, выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло и воду. Сверху установить контейнер для приготовления на пару с брокколи и цветной капустой. Посыпать овощи солью и специями. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **35 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте это блюдо с соусом барбекю.

Куриные крылышки во фритюре

Ингредиенты:

- Куриные крылышки — 350 г (5 шт.)
- Масло растительное — 700 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Куриные крылышки промыть и отделить ножом третью фалангу, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить растительное масло. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **160 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **16 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Крылышки выложить в корзину для жарки. В момент начала обратного отсчета (15 минут) открыть крышку и установить корзину с крылышками в чашу мультиварки согласно инструкции. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте блюдо с соусом на основе сыра дор блю.





Куриные желудки тушеные

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Филе сибаса промыть. Картофель нарезать кубиками 2–2,5 см. Перец нарезать крупными брусочками. Цуккини нарезать кружками толщиной 1–1,5 см. В чашу мультиварки выложить филе, лавровый лист, добавить воду, лимон, соль и специи. Сверху установить контейнер для приготовления на пару, в него выложить овощи, добавить соль и специи. Закрывать крышку. Установить программу «**ВАРКА**», вид продукта «**Овощи**», время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы.

Совет: чтобы блюдо получилось более пикантным, вместо воды используйте белое сухое вино.

Индейка жареная с соусом барбекю

Ингредиенты:

- Индейка (филе) — 300 г
- Масло растительное — 40 мл
- Соус барбекю — 30 г
- Горчица — 5 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе индейки промыть, нарезать кубиками по 2–2,5 см. Соус барбекю смешать с горчицей до однородной массы. Филе индейки выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи, растительное масло и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **12 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Подавать с приготовленным соусом.

Совет: на гарнир подавайте запеченные овощи.





Индейка с сыром и овощами

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Филе промыть и разрезать на 3–4 равные части. Помидоры и лук нарезать тонкой соломкой по 0,5 см. Сыр натереть на крупной терке. В чашу мультиварки налить масло, на дно выложить индейку, сверху распределить лук и помидоры, посыпать солью, специями и тертым сыром. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **115 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Индейка в винном соусе

Ингредиенты:

- Индейка (филе) — 500 г
- Белое сухое вино — 300 мл
- Масло сливочное — 140 г
- Томатная паста — 100 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Индейку промыть. Филе и масло нарезать кубиками по 2 см, выложить в чашу мультиварки, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Томатную пасту смешать с вином, добавить к мясу индейки за **20 минут** до окончания приготовления, перемешать и закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Совет: на гарнир подавайте брокколи, тушеную с шампиньонами.

Вторые
блюда
рецепт 72





Индейка с медом

Ингредиенты:

- Индейка (филе) — 600 г
- Мед — 100 г
- Вода — 300 мл
- Майоран, мускатный орех
- Соль

Порядок приготовления

Филе промыть и нарезать кубиками по 1,5–2 см, выложить в чашу мультиварки, добавить мед, воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с запеченным луком-пореем.

Индейка с картофелем

Вторые
блюда
рецепт 74

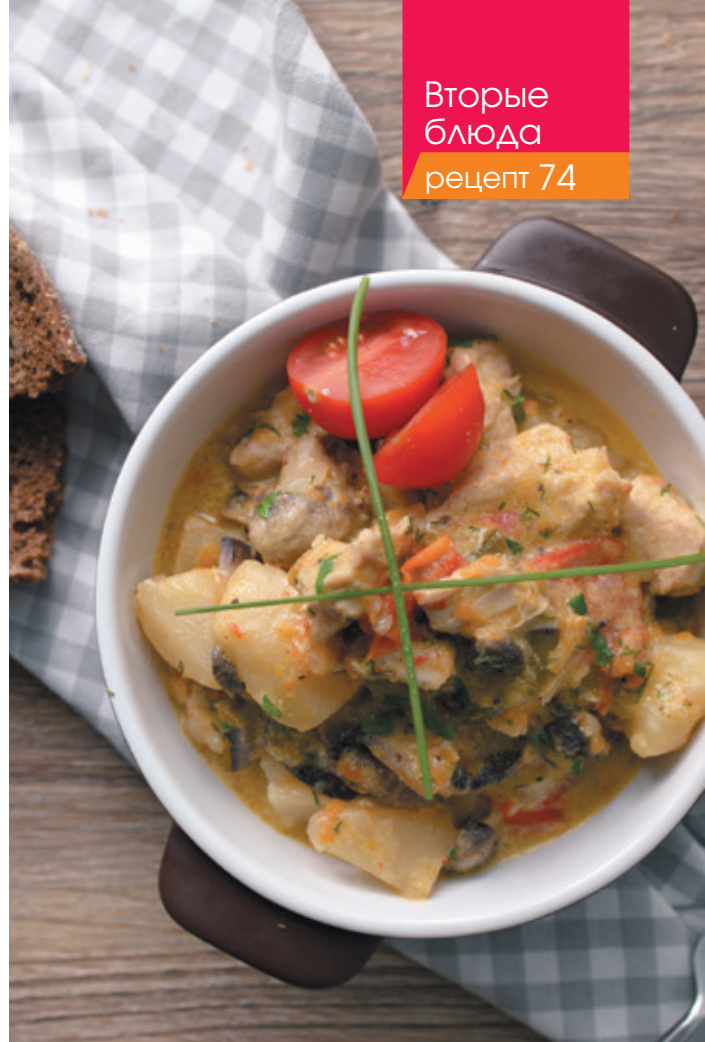
Ингредиенты:

- Индейка (филе) — 500 г
- Жир куриный — 70 г
- Картофель — 400 г
- Шампиньоны (свежие) — 200 г
- Болгарский перец — 140 г
- Лук репчатый — 120 г
- Морковь — 100 г
- Майонез — 100 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе промыть, нарезать кубиками по 1,5 см, шампиньоны разрезать на четвертинки, картофель и болгарский перец нарезать кубиками по 2 см, лук мелко нашинковать, морковь натереть на крупной терке. Жир нарезать кубиками 1х1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки. Добавить майонез, жир, соль и специи, перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: украсьте индейку веточками красного базилика.





Индейка с лисичками

Ингредиенты:

- Индейка (филе) — 400 г
- Сливки (33%) — 200 мл
- Брынза — 100 г
- Лисички — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе промыть, нарезать соломкой по 0,5 см, лисички, лук и брынзу — мелкими кубиками по 0,5–1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сливки, соль и специи. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: к этому блюду отлично подходит горчица.

Утка с сельдереем

Ингредиенты:

- Утка — 600 г
- Стебель сельдерея — 360 г
- Масло растительное — 30 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Утку промыть, вместе с сельдереем нарезать средними кубиками по 1,5–2 см. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить все ингредиенты и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: чтобы блюдо получилось более пикантным, добавьте в него тмин.

Вторые
блюда
рецепт 76





Перепела фаршированные

Ингредиенты:

- Перепела — 600 г (4 шт.)
- Болгарский перец — 200 г
- Кукуруза консервированная — 150 г
- Грецкие орехи — 70 г
- Растительное масло — 50 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Тушки перепелов промыть. С кукурузы слить жидкость. Грецкие орехи измельчить ножом. Перец нарезать кубиками по 0,5 см, смешать с кукурузой и орехами. Перепелов нафаршировать полученной смесью, заколоть брюшки зубочистками. Натереть тушки солью и специями, выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**МУЛЬТИПОВАР**», кнопкой «**Температура**» установить **120 °С**, нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**». Через 10 минут тушки перевернуть. Закрыть крышку и готовить до окончания программы.

Совет: выложите готовое блюдо на листья салата, украсьте половинками грецких орехов.

Люля-кебаб

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Баранину промыть. Мясо и лук пропустить через мясорубку, в получившийся фарш добавить соль и специи, вымесить до однородной массы. Сформировать четыре колбаски. В чашу мультиварки налить масло и выложить люля-кебаб. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время на **12 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с соусом ткемали.

Вторые
блюда
рецепт 78





Перцы фаршированные

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Фарш смешать с отварным рисом, посолить, добавить специи и перемешать. У перцев удалить сердцевину и семена. Наполнить перцы фаршем, уложить в чашу мультиварки таким образом, чтобы они не заваливались на бок — иначе из перцев вытечет сок. Добавить в чашу воду. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Фетучини с мясом

Ингредиенты:

- Вырезка говяжья — 350 г
- Помидоры — 150 г
- Лук репчатый — 200 г
- Морковь — 140 г
- Паста фетучини — 126 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Говядину промыть, нарезать средними кубиками по 1,5–3 см, лук — полукольцами, морковь натереть на крупной терке, помидоры порезать брусочками. В чашу мультиварки налить воду и закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МАКАРОНЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **13 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, после звукового сигнала открыть крышку, выложить все ингредиенты и тщательно перемешать. Закрыть крышку, готовить до окончания программы.

Совет: к фетучини отлично подойдет сливочный соус с сыром пармезан.

Вторые
блюда
рецепт 80





Макароны с фаршем

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Лук нарезать мелкими кубиками. В чашу мультиварки налить воду, добавить соль, крышку закрыть. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МАКАРОНЫ»**. Кнопками **«Час»** и **«Мин»** установить время приготовления на **8 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала открыть крышку, в кипящую воду выложить макароны и перемешать. Закрыть крышку. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Затем макароны откинуть на дуршлаг и промыть. В чашу мультиварки налить масло, выложить фарш, лук, соль и специи. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**. Кнопками **«Час»** и **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Обжаривать при открытой крышке, периодически помешивая. За 2 минуты до завершения приготовления добавить макароны и бульон, все перемешать и готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с кисло-сладким соусом.

Лазанья

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком. Сыр натереть на крупной терке. Фарш смешать с яйцом, томатной пастой, солью, специями, перемешать до однородной массы. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару. В нее выложить ингредиенты слоями: лист пасты, часть фарша, часть сыра — и так четыре раза. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте лазанью с соусом бешамель.





Куриные котлеты с сыром

Ингредиенты:

- Курица (филе) — 500 г
- Сыр — 200 г
- Сливочное масло — 150 г
- Растительное масло — 70 мл
- Петрушка — 10 г
- Укроп — 10 г
- Сухари панировочные
- Соль, специи

Порядок приготовления

Зелень измельчить ножом. Сыр натереть на терке, смешать с зеленью и сливочным маслом, добавить соль. Из сырной массы сформировать шарики, поместить в морозилку на 5 минут. Куриное филе промыть, пропустить через мясорубку, добавить соль и специи. Из фарша сформировать лепешки, выложить на каждую сырный шарик, сформировать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях. В чашу мультиварки налить масло, выложить котлеты и закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, за 7 минут до окончания приготовления открыть крышку, перевернуть котлеты, закрыть крышку.

Совет: для начинки лучше использовать брынзу — это придаст блюду оригинальный вкус.

Манты

Ингредиенты:

Для теста:

- Мука — 700 г
- Вода — 300 мл
- Соль

Для фарша:

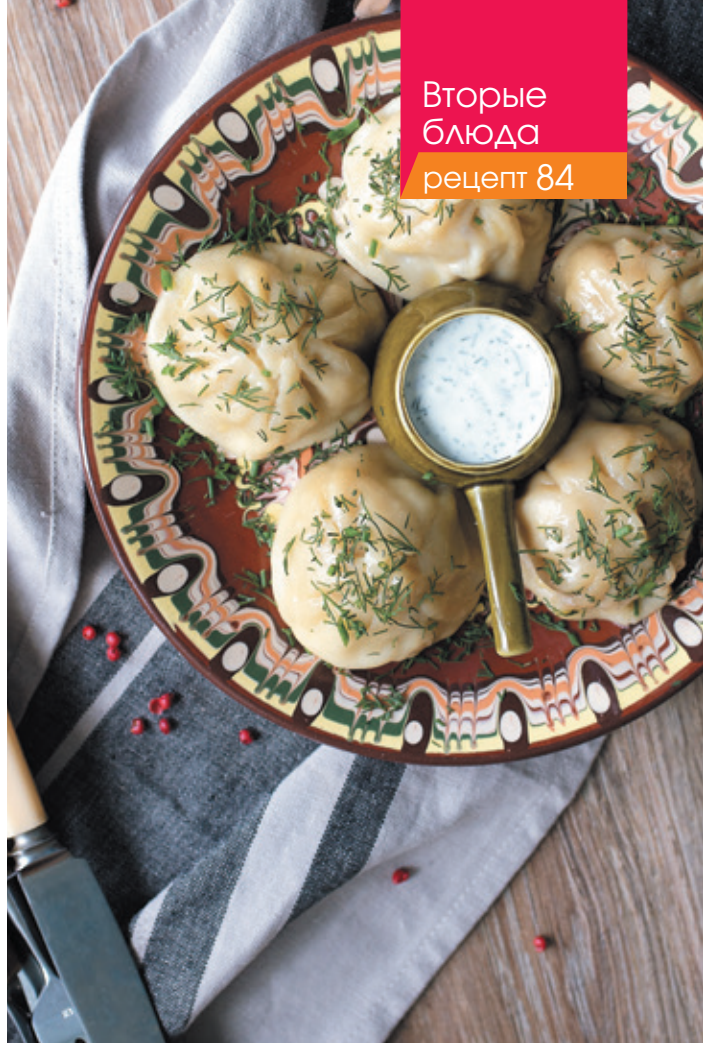
- Мясо (филе) — 400 г
- Лук репчатый — 80 г
- Картофель — 80 г
- Растительное масло — 20 мл
- Соль, специи
- Вода — 1,5 л

Порядок приготовления

Замесить тесто: воду смешать с мукой и солью, вымесить до однородной массы. Приготовить фарш: мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и картофелем, добавить соль и специи. Раскатать тесто толщиной 0,5 см и вырезать из него кружки диаметром 8 см. В середину каждого выложить небольшую порцию фарша и круговым движением защипать края теста. В чашу мультиварки налить воду. Контейнер для приготовления на пару смазать растительным маслом, установить на чашу, выложить в него манты. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Вторые
блюда
рецепт 84





Хинкали

Ингредиенты:

Для теста:

- Мука — 700 г
- Вода — 300 мл
- Соль

Для фарша:

- Говядина (филе) — 220 г
- Лук репчатый — 40 г
- Картофель — 40 г
- Соль, специи
- Растительное
масло — 20 мл
- Вода — 1,5 л

Порядок приготовления

Замесить тесто: воду смешать с мукой и солью. Приготовить фарш: мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и картофелем, добавить соль и специи. Раскатать тесто и нарезать его на квадраты 10х10 см. В середину каждого выложить небольшую порцию фарша и защипать края теста. Контейнер для приготовления на пару смазать растительным маслом. В чашу мультиварки налить воду, установить на нее контейнер для приготовления на пару, выложить в него хинкали. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте хинкали с пряной зеленью.

Судак жареный

Ингредиенты:

- Тушка судака — 230 г (1 шт.)
- Растительное масло — 60 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Рыбу выпотрошить, очистить от чешуи, промыть, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить растительное масло, выложить рыбу. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: украсьте готовую рыбу ломтиками лимона.

Вторые
блюда
рецепт 86





Стейк из семги

Ингредиенты:

- Форель (стейк) — 280 г
- Растительное масло — 70 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Рыбу промыть, натереть солью и специями. В чашу мультиварки налить растительное масло и выложить стейк. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, за 7 минут до окончания приготовления перевернуть стейки, закрыть крышку и готовить до окончания программы.

Совет: подавайте к столу со сливочно-грибным соусом.

Форель в собственном соку

Вторые
блюда
рецепт 88

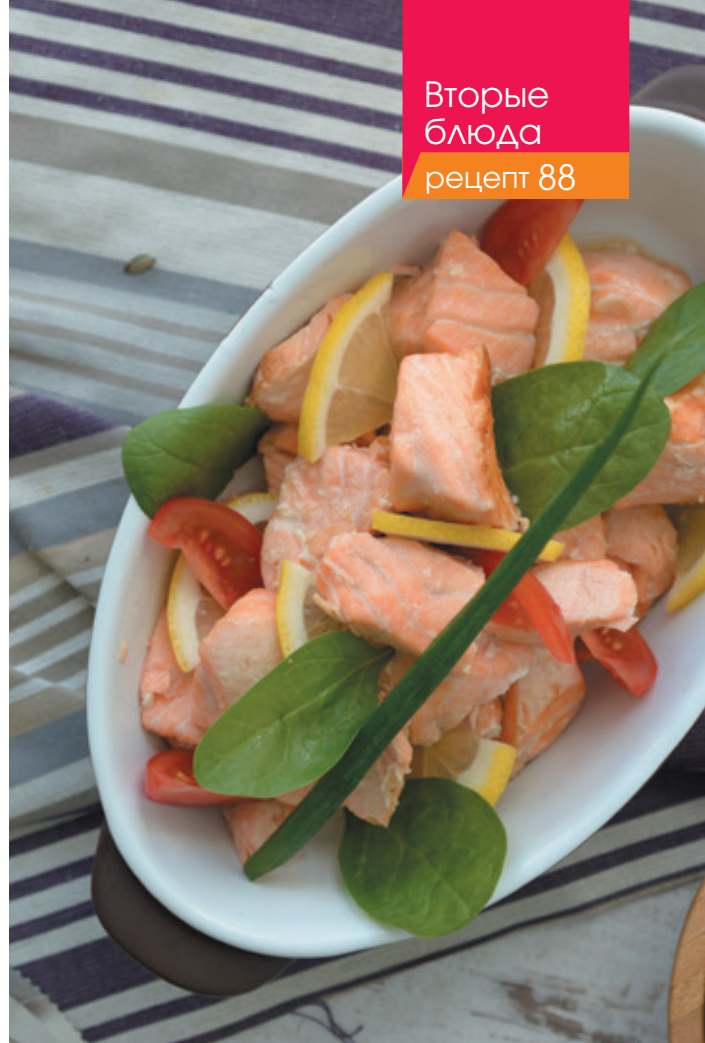
Ингредиенты:

- Фарш домашний — 320 г
- Форель (филе) — 400 г
- Сливочное масло — 40 г
- Лимон — 20 г
- Лавровый лист
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе (без кожи и костей) промыть и нарезать кубиками по 2–2,5 см, лимон нарезать дольками. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить все ингредиенты и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: перед подачей украсьте форель оливками и маслинами.





Форель фаршированная с сыром

Ингредиенты:

- Форель радужная — 800 г (1 шт.)
- Помидоры — 70 г
- Лук репчатый — 50 г
- Сыр твердый — 20 г
- Зелень — 10 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Тушку выпотрошить, очистить от чешуи и промыть. Помидоры и лук нарезать кубиками по 0,5 см, зелень измельчить ножом, сыр натереть на крупной терке. Помидоры, сыр, зелень и лук смешать, полученной смесью нафаршировать рыбу, натереть ее солью и специями. Подготовленную рыбу завернуть в двухслойный лист фольги и выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**ВЫПЕЧКА**», нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **50 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы.

Совет: вкус блюда будет более насыщенным, если в начинку добавить вареное яйцо.

Форель с картофелем и сыром

Ингредиенты:

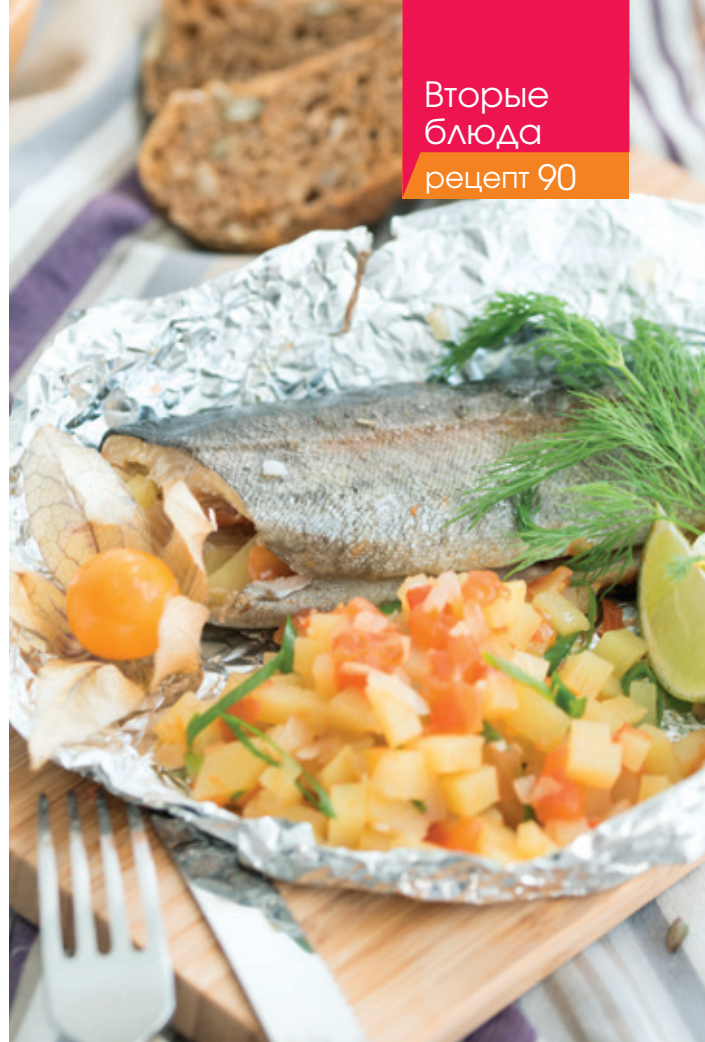
- Форель радужная — 700 г (1 шт.)
- Картофель — 100 г
- Помидоры — 100 г
- Сыр твердый — 100 г
- Лук репчатый — 70 г
- Соль, специи

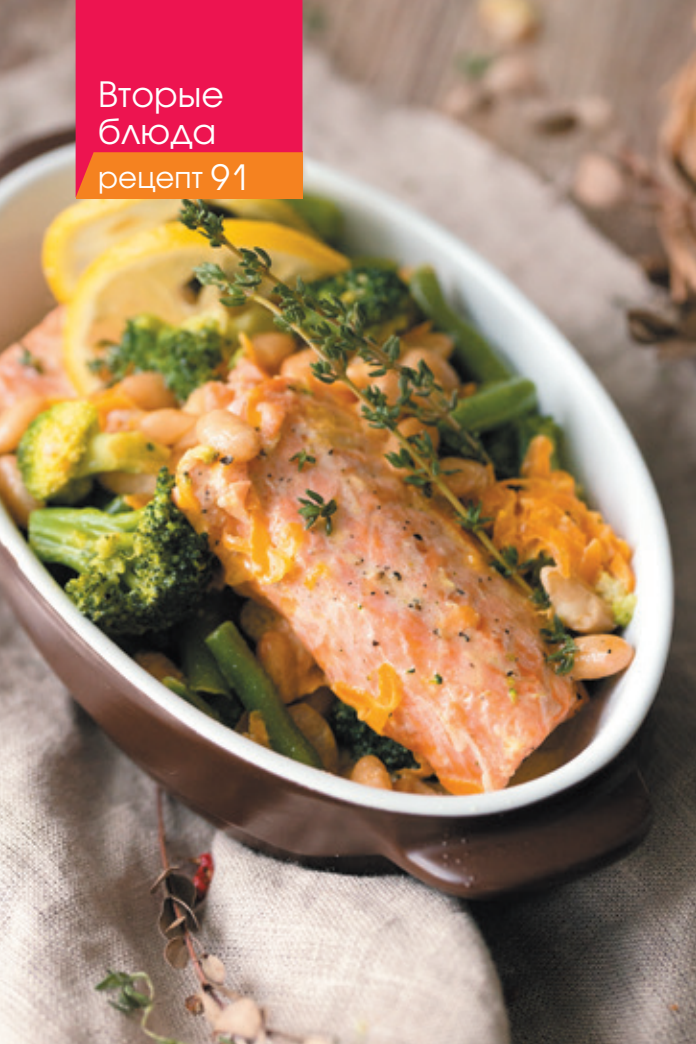
Порядок приготовления

Рыбу промыть, выпотрошить, очистить от чешуи, удалить голову и хвост. Картофель, помидоры и лук нарезать мелкими кубиками по 0,5 см, сыр натереть на крупной терке, смешать с овощами, добавить соль и специи. Полученной смесью нафаршировать рыбу, завернуть в двухслойный лист фольги и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой «Меню» установить программу «**ВЫПЕЧКА**», нажатием кнопки «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **45 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы.

Совет: перед приготовлением сбрызните рыбу соком лимона.

Вторые
блюда
рецепт 90





Семга с белой фасолью и сливками

Ингредиенты:

- Семга (филе) — 300 г
- Сливки (22%) — 150 мл
- Фасоль белая консервированная — 100 г
- Капуста брокколи (свежемороженая) — 100 г
- Морковь — 50 г
- Сыр (твердый) — 50 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

С фасоли слить жидкость, морковь натереть на крупной терке. Филе семги промыть, нарезать на порционные куски весом 100 г, натереть солью и специями. Сыр натереть на мелкой терке. В чашу мультиварки выложить фасоль, брокколи, морковь, добавить соль, специи, все залить сливками и перемешать. Сверху выложить подготовленные куски семги, посыпать их тертым сыром. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **50 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: украсьте блюдо зеленью петрушки и кольцами болгарского перца.

Царская лососина

Ингредиенты:

- Филе лосося — 280 г
- Сметана — 80 г
- Сыр твердый — 70 г
- Масло сливочное — 30 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе (без кожи и костей) промыть. Рыбу нарезать на четыре равных куска. Сыр натереть на крупной терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом. Куски рыбы обмакнуть в сметану и выложить в чашу мультиварки, посыпать каждый солью, специями и сыром. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **100 °С**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте блюдо с польским соусом.

Вторые
блюда
рецепт 92





Лосось в фольге

Ингредиенты:

- Лосось (филе) — 180 г
- Креветки очищенные — 100 г
- Помидоры — 100 г
- Лук-порей — 50 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе (без кожи и костей) промыть. Креветки промыть, откинуть на сито, дать стечь лишней воде. Рыбу, лук и помидоры нарезать кубиками по 1,5–2 см, смешать с креветками, добавить соль и специи. Выложить все ингредиенты в двухслойный лист фольги, плотно завернуть, перекрутив края фольги, чтобы из нее не вытек сок, и выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте рыбу со свежей кинзой.

Буглама рыбная

Ингредиенты:

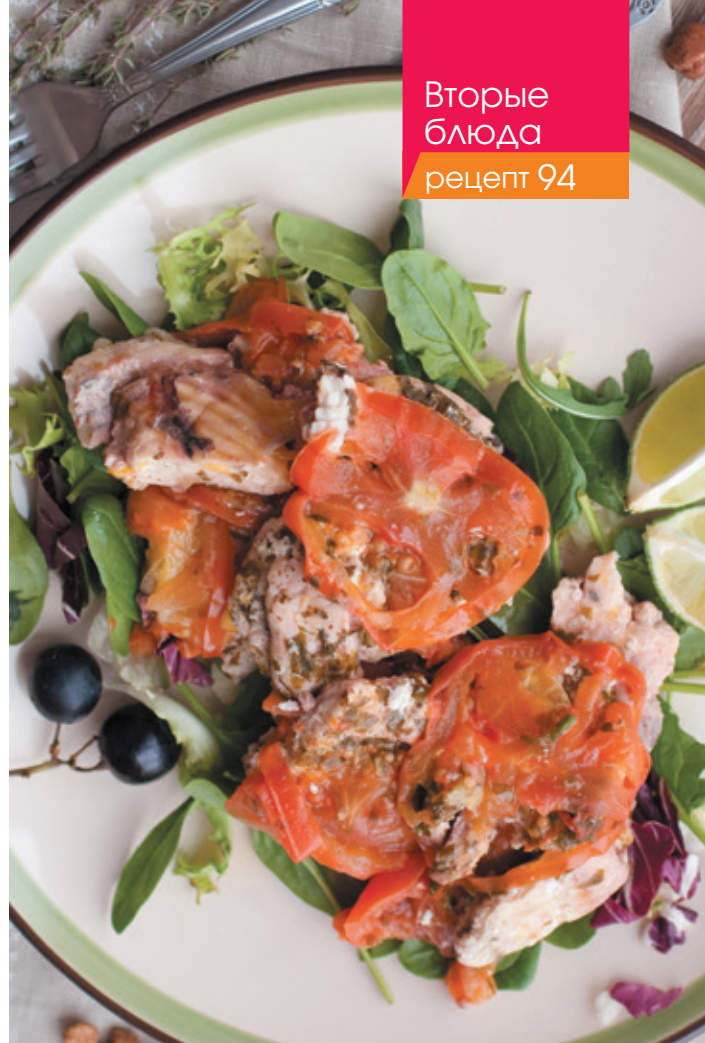
- Лосось (филе) — 400 г
- Помидоры — 230 г
- Растительное масло — 70 мл
- Лимон — 40 г
- Кинза свежая — 20 г
- Соль, специи, лавровый лист

Порядок приготовления

Филе (без кожи и костей) промыть, нарезать кубиками по 2–2,5 см, помидоры и лимон нарезать дольками, кинзу измельчить. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты, добавить растительное масло, соль, специи, лавровый лист. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: буглама получится более сочной и ароматной, если перед приготовлением рыбу замариновать на 2 часа в белом вине.

Вторые
блюда
рецепт 94





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

Стейки промыть, натереть солью и специями. Орехи измельчить ножом. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару. Выложить в него рыбу, посыпать ее орехами и слегка примять. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Гуляш по-средиземноморски

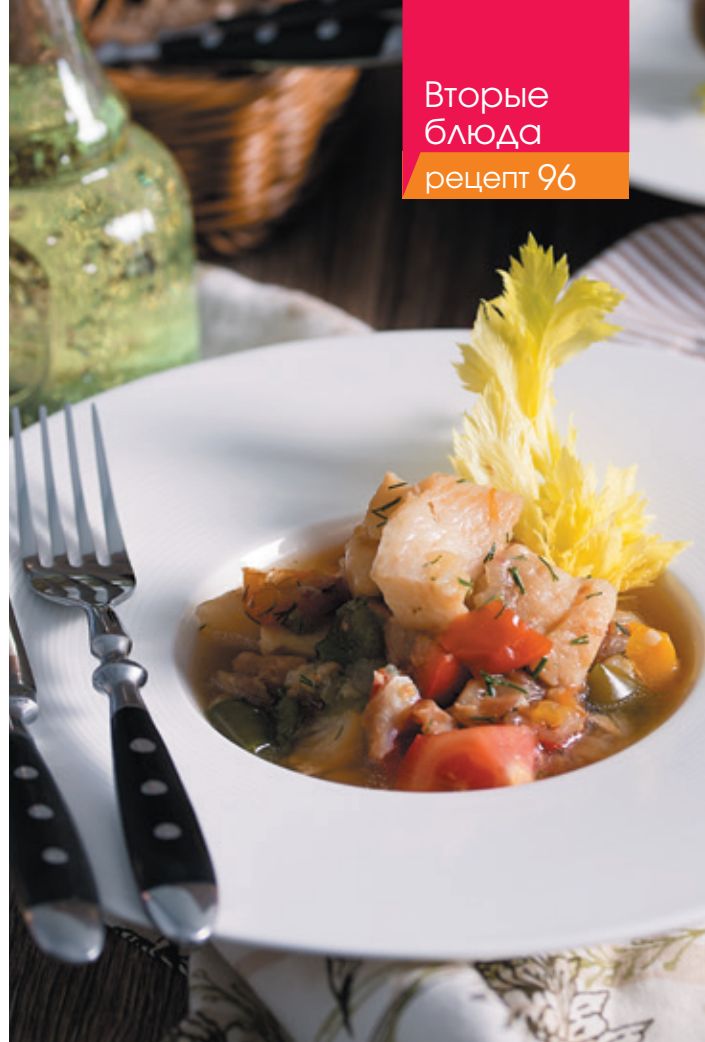
Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Филе промыть. Минтай, лук, перец, помидоры нарезать кубиками по 2 см. Чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить томатную пасту, соль, специи, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**ТУШЕНИЕ**», нажатием кнопки «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **50 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы.

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 и нарезать кубиками 2х2 см, картофель, морковь и лук — 1х1 см. Все ингредиенты смешать с солью и специями, выложить на двойной лист фольги. Аккуратно завернуть фольгу и выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Рыбное ассорти

Вторые
блюда
рецепт 98

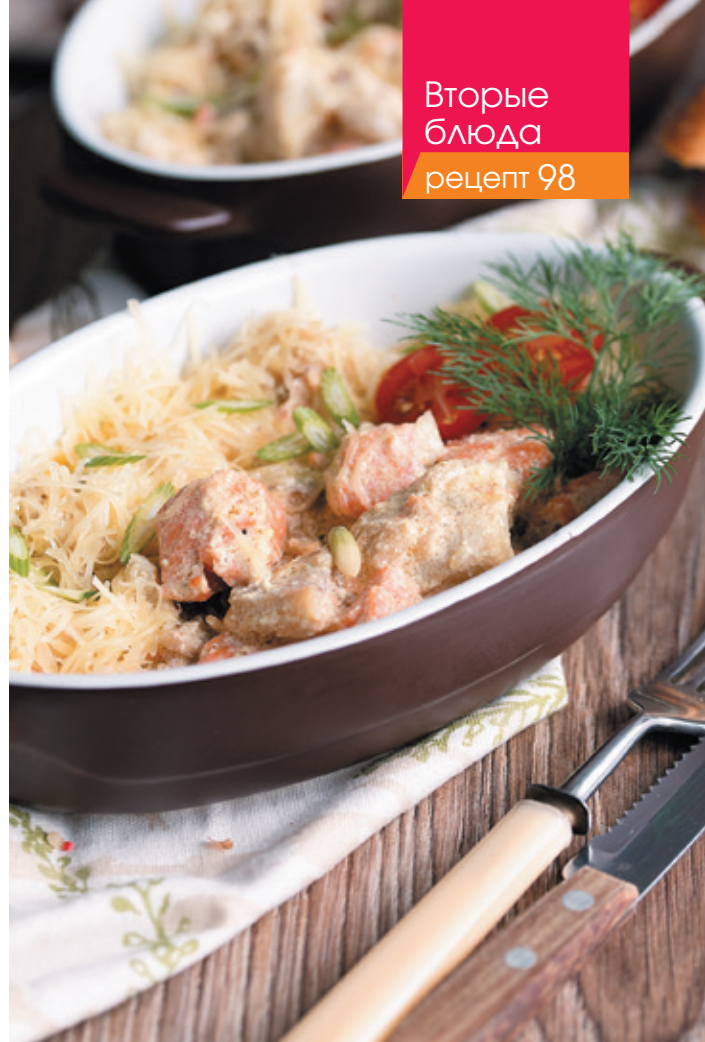
Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рыбу промыть, нарезать кубиками 2х2 см, сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты (кроме сыра) перемешать и выложить в чашу мультиварки, добавить сливки, соль и специи, посыпать сыром. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **100 °С**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: при подаче украсьте блюдо красным базиликом.





Кальмары в сметане

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Кальмары разморозить и откинуть на дуршлаг, дать жидкости стечь. Морковь натереть на крупной терке, помидоры нарезать тонкой соломкой по 0,5 см. Овощи и кальмары выложить в чашу мультиварки, добавить сметану, соль и специи, перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: из специй лучше всего подойдет шафран.

Морепродукты с рисом

Ингредиенты:

- Морской коктейль замороженный — 300 г
- Рис шлифованный — 300 г
- Масло оливковое — 30 мл
- Вода — 370 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Морепродукты разморозить, рис промыть до прозрачной воды. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты, добавить воду, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«КРУПА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: украсьте блюдо ломтиками колбасы чоризо.



Вторые
блюда
рецепт 100



Картофель с шампиньонами

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Картофель нарезать соломкой по 1,5–2 см, грибы — дольками, лук — мелкими кубиками. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль и специи. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **130 °С**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: чтобы картофель получился с хрустящей корочкой, используйте только свежие грибы.

Картофель под шубой

Ингредиенты:

- Картофель — 600 г
- Майонез — 200 г
- Лук репчатый — 150 г
- Растительное масло — 70 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Картофель нарезать кубиками по 1,5 см, лук нашинковать тонкой соломкой по 0,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить майонез, растительное масло, соль и специи. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Вторые
блюда
рецепт 102





Картофель запеченный в фольге

Ингредиенты:

- Картофель — 600 г (6 шт.)
- Соль, специи

Порядок приготовления

Картофель промыть, посыпать солью и специями, каждый клубень завернуть в фольгу и выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **45 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: при подаче разрежьте картофелины пополам и выложите в серединку кусочек сливочного масла.

Картофельная запеканка с овощами

Ингредиенты:

- Картофель — 500 г
- Кабачки — 400 г
- Помидоры — 200 г
- Растительное масло — 70 мл
- Масло сливочное — 10 г
- Панировочные сухари
- Соль, специи

Порядок приготовления

Овощи нарезать тонкими кружочками. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, обсыпать панировочными сухарями, выложить овощи слоями (каждый посолить и посыпать специями), чередуя в следующей последовательности: картофель, кабачки, картофель, помидоры, кабачки, помидоры. Сверху налить растительное масло. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: между слоями запеканки можно выложить тертый сыр — это придаст блюду пикантный вкус и аромат.

Вторые
блюда
рецепт 104





Картофель с баклажанами

Ингредиенты:

- Картофель — 460 г
- Баклажаны — 400 г
- Чеснок — 15 г
- Растительное масло — 70 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Картофель и баклажаны нарезать кубиками 1х1 см, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки выложить все ингредиенты, добавить растительное масло и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **100 °С**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: если во время приготовления добавить нарезанные кубиками помидоры, блюдо получится более сочным.

Картофель с сыром и стручковой фасолью

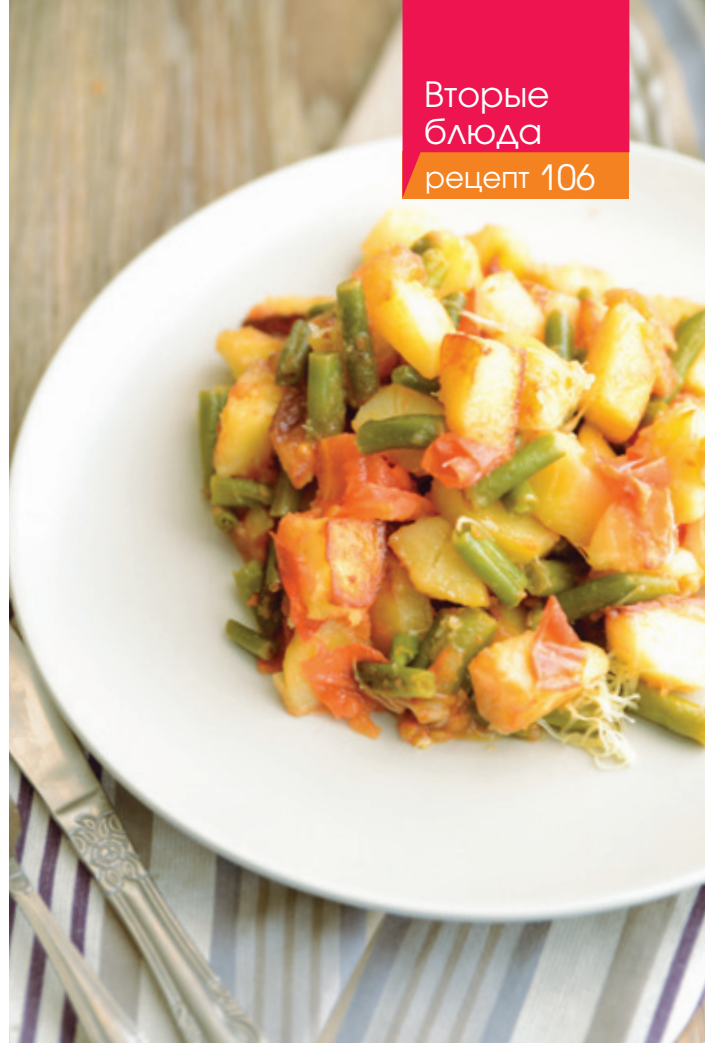
Ингредиенты:

- Картофель — 500 г
- Сыр твердый — 100 г
- Фасоль стручковая (замороженная) — 150 г
- Помидоры — 150 г
- Масло оливковое — 70 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Картофель и помидоры нарезать крупными кубиками по 2,5–3 см. Сыр натереть на крупной терке. Картофель выложить в чашу мультиварки, добавить оливковое масло. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **120 °С**. Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Обжаривать, периодически помешивая. За 10 минут до окончания приготовления к картофелю выложить помидоры и стручковую фасоль, посыпать сыром, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Совет: по желанию в блюдо можно добавить цуккини или патиссоны.





Драники

Ингредиенты:

- Картофель — 270 г
- Яйцо — 25 г
- Мука — 10 г
- Растительное масло
- Соль, специи

Порядок приготовления

Картофель натереть на крупной терке, смешать с яйцом, солью и мукой до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом. Сформировать лепешки и выложить их на дно чаши. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте драники со сметаной.

Аджапсандали

Ингредиенты:

- Баклажаны — 1 кг
- Перец болгарский — 500 г
- Помидоры — 500 г
- Морковь — 250 г
- Лук репчатый — 250 г
- Растительное масло — 300 мл
- Чеснок — 40 г
- Перец чили — 20 г
- Кинза — 10 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Баклажаны нарезать полукольцами толщиной 1,5 см, морковь натереть на крупной терке, лук, чеснок измельчить ножом, перец болгарский, помидоры нарезать соломкой по 1 см, перец чили и кинзу измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **115 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: во время приготовления можно добавить кориандр, шафран, лавровый лист и хмели-сунели.





Долма

Ингредиенты:

- Листья винограда — 300 г
- Рис (отварной) — 200 г
- Морковь — 100 г
- Брокколи — 100 г
- Вода — 300 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Свежие виноградные листья залить кипятком (95°C) на 2–4 минуты. Морковь натереть на крупной терке, брокколи измельчить ножом. Рис, брокколи, морковь, соль, специи смешать. На листья винограда выложить рис с овощами и плотно завернуть. Выложить долму в чашу мультиварки, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: к этому блюду отлично подойдет сметанно-чесночный соус.

Баклажаны с орехами

Ингредиенты:

- Баклажаны — 300 г
- Грецкие орехи — 100 г
- Помидоры — 70 г
- Лук репчатый — 40 г
- Чеснок — 10 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

В баклажанах сделать надрезы вдоль и очистить от семян. Грецкие орехи, лук, чеснок и помидоры измельчить ножом, добавить соль, специи и перемешать. Нафаршировать баклажаны смесью, завернуть их в фольгу и выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте блюдо со свежей зеленью и соусом сацебели.



Вторые
блюда
рецепт 110



Лобио из красной фасоли

Ингредиенты:

- Фасоль красная сушеная — 300 г
- Грецкие орехи — 80 г
- Лук репчатый — 50 г
- Лук-порей — 50 г
- Перец чили зеленый — 20 г
- Вода — 300 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Фасоль замочить в теплой воде на 10–12 часов. Репчатый лук нарезать мелкими кубиками по 0,5 см, лук-порей — кольцами, перец чили и грецкие орехи измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить соль и специи, залить водой. Закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час 15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте блюдо с сельдереем и свежей кинзой.

Сытный завтрак

Ингредиенты:

- Шпинат замороженный — 180 г
- Картофель — 100 г
- Яйцо — 100 г (2 шт.)
- Лук репчатый — 80 г
- Растительное масло — 20 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Шпинат разморозить, слить лишнюю воду, картофель и лук нарезать кубиками по 0,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать, вбить яйца. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **110 °С**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **10 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: если убрать из рецепта картофель, блюдо получится более диетическим.



Вторые
блюда
рецепт 112



Запеканка творожная с макаронами

Ингредиенты:

- Творог — 200 г
- Макароны — 200 г
- Сметана — 100 г
- Яйцо — 60 г (1 шт.)
- Манная крупа — 10 г
- Вода — 1 л
- Панировочные сухари
- Сливочное масло

Порядок приготовления

Творог смешать с яйцом, добавить манную крупу и сметану. В чашу мультиварки налить воду. Закрывать крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МАКАРОНЫ»**, Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **8 минут**, нажать кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала в кипящую воду выложить макароны, перемешать, закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Готовые макароны откинуть на дуршлаг, промыть. Выложить макароны в творожную массу, тщательно перемешать. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, обсыпать панировочными сухарями, выложить макароны с творогом. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **35 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: во время приготовления посыпьте запеканку тертым сыром маасдам.

Вареники с творогом

Ингредиенты:

- Творог — 220 г
- Вода (для теста) — 180 мл
- Мука — 90 г
- Вода — 1 л
- Соль, сахар

Порядок приготовления

Творог смешать с сахаром. Замесить тесто: смешать воду с мукой и солью. Раскатать его толщиной 0,5 см, нарезать формой на круги диаметром 8 см, выложить в центр каждого творог. Сформировать вареники. Налить воду в чашу мультиварки и закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МАКАРОНЫ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **10 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала выложить вареники в кипящую воду, добавить соль. Закрыть крышку и готовить до окончания программы.

Совет: полейте готовые вареники с кленовым сиропом.



Вторые
блюда
рецепт 114



Вареники с вишней

Ингредиенты:

- Вишня (без косточек) — 200 г
- Вода (для теста) — 150 мл
- Мука — 90 г
- Вода — 1 л
- Соль

Порядок приготовления

Замесить тесто: смешать воду с мукой и солью. Раскатать его толщиной 0,5 см, нарезать формой на круги диаметром 8 см, выложить в центр каждого несколько вишен. Сформировать вареники. Налить воду в чашу мультиварки и закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МАКАРОНЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **8 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. После звукового сигнала выложить вареники, добавить соль. Закрыть крышку, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте блюдо со сметаной и фруктовым сиропом.

Форель копченая

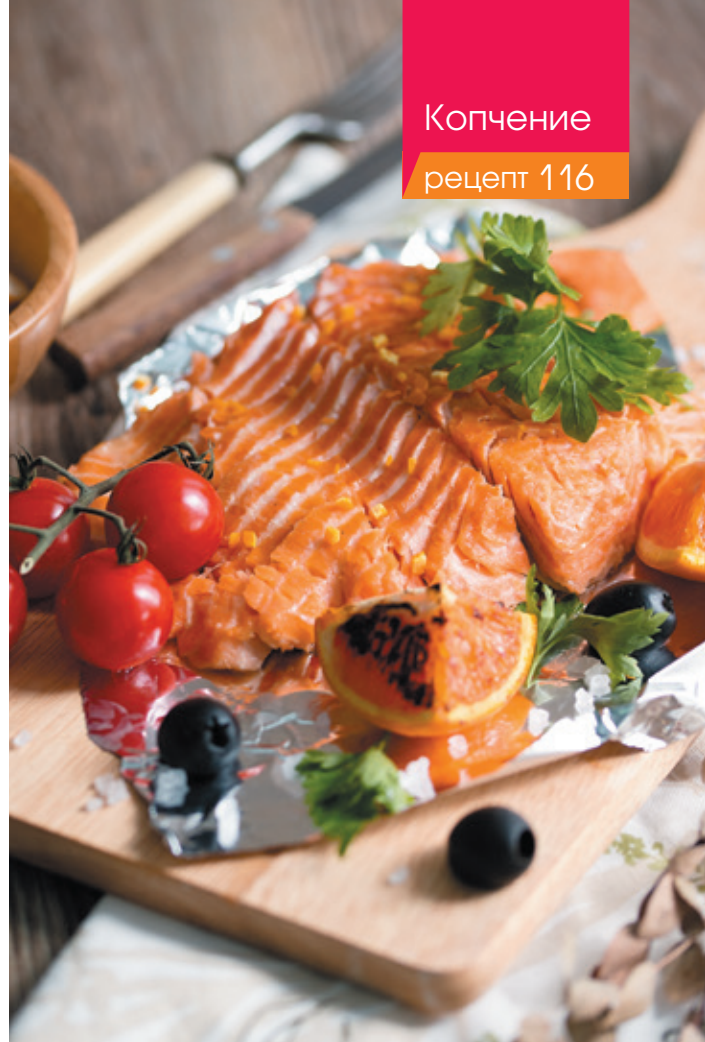
Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рыбу промыть, обмазать солью и специями. На лист фольги налить «жидкий дым», сверху выложить стейк и аккуратно завернуть. Рыбу выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **50 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: на гарнир подавайте картофельное пюре.





Говядина копченая

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на порционные куски, обмазать солью, специями и «жидким дымом». Каждый кусок завернуть в лист фольги. Мясо выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с брусничным и гранатовым соусами.

Свиная вырезка

Ингредиенты:

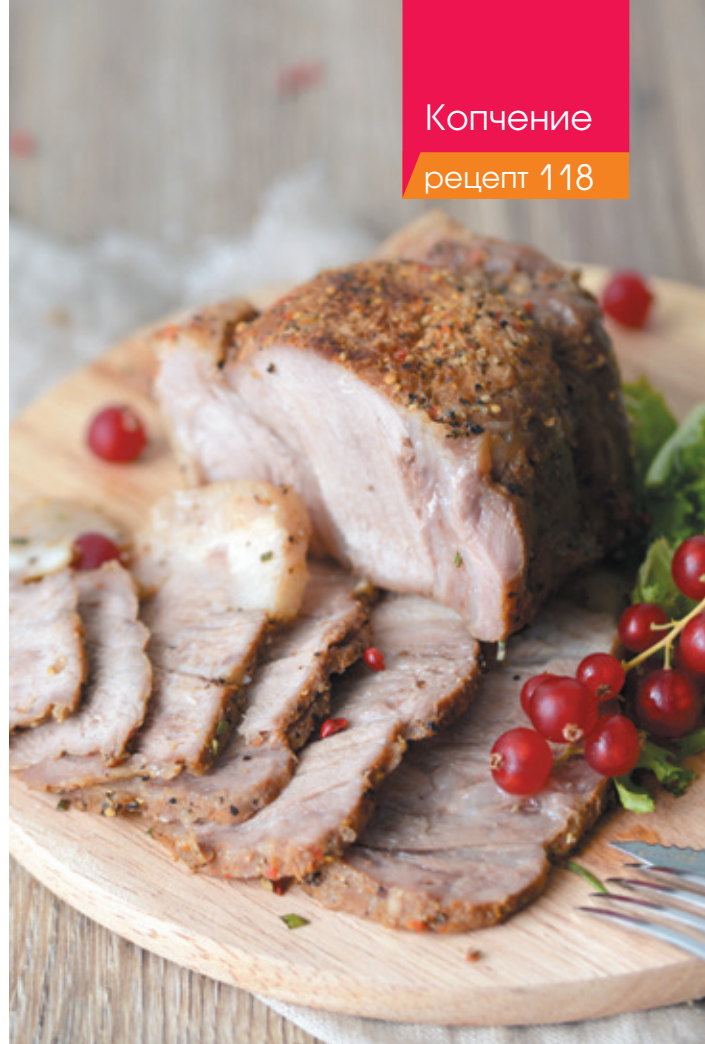
- Свинина (вырезка) — 600 г
- «Жидкий дым» — 14 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на порционные куски, обмазать солью, специями и «жидким дымом». Каждый кусок завернуть в лист фольги. Мясо выложить в чашу мультиварки. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с маринованными овощами.

Копчение
рецепт 118





Картофель фри

Ингредиенты:

- Картофель фри (полуфабрикат) — 200 г
- Масло растительное — 700 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Растительное масло налить в чашу мультиварки, крышку не закрывать. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **170°C**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Когда таймер начнет обратный отсчет времени (19 минут), в чашу установить корзину для жарки, выложить в нее картофель, добавить соль и специи. Закрыть крышку, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте горячий картофель фри с соусом барбекю.

Сладкий картофель

Гарниры

рецепт 120

Ингредиенты:

- Картофель — 500 г
- Молоко (2,5%) — 300 мл
- Вода — 200 мл
- Сахар — 30 г
- Соль

Порядок приготовления

Картофель нарезать дольками, выложить в чашу мультиварки, залить молоком и водой, добавить соль, сахар и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте, украсив веточками базилика.





Золотой гарнир

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Все овощи нарезать кубиками по 1,5–2 см. Чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки налить масло, положить все ингредиенты, добавить соль, специи и хорошо перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте как самостоятельное блюдо или как гарнир к жаркому.

Овощное рагу

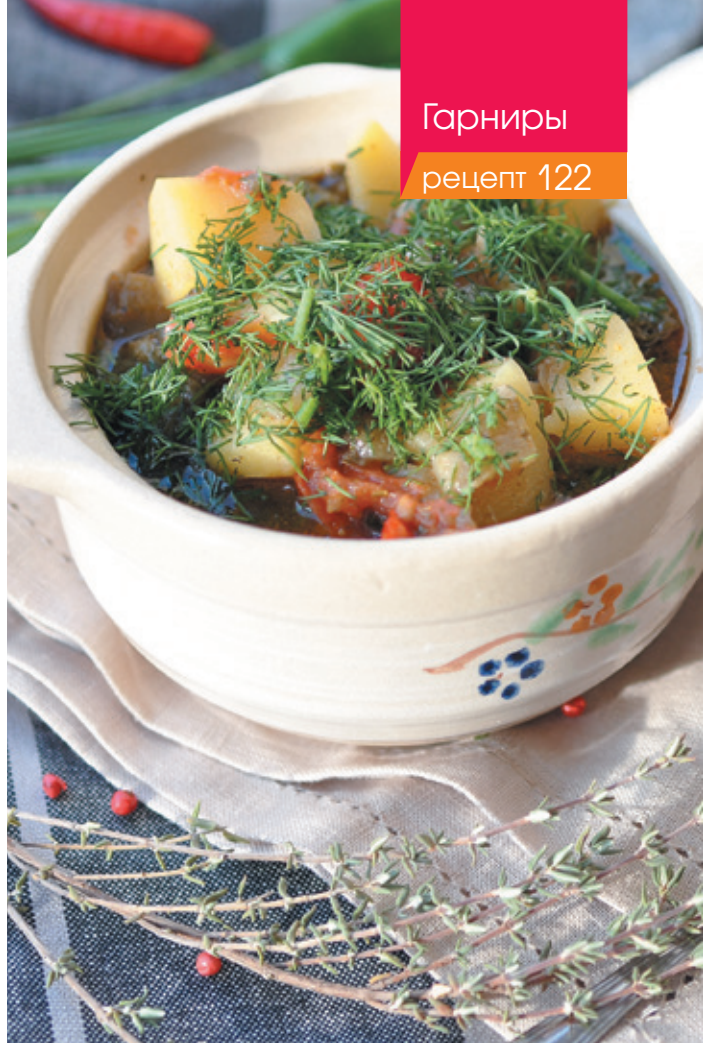
Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Картофель, баклажаны, помидоры, капусту, нарезать крупными кубиками 2х2см, морковь натереть на крупной терке, лук нарезать соломкой 0,5х3 см. Чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить масло, соль, специи, чеснок и перемешать. Закрывать крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час 30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: к этому рагу отлично подойдут прованские травы.



Гарниры
рецепт 122



Рис с овощами

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды, морковь и чеснок натереть на крупной терке, лук нарезать мелкими кубиками по 0,5 см, оливки разрезать пополам. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить оливковое масло, соль и специи. Залить водой, разровнять лопаткой. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**КРУПЫ**». Нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **35 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы.

Совет: рис получится золотистого цвета, если в него добавить карри.

Сладкий рис с кукурузой и яблоками

Ингредиенты:

- Рис (шлифованный) — 200 г
- Яблоки — 200 г
- Кукуруза консервированная — 200 г
- Вода — 340 мл
- Соль, сахар

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды, кукурузу откинуть на дуршлаг, дать жидкости стечь. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и семечки, нарезать мелкими кубиками по 0,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить воду, соль, сахар и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: перед подачей украсьте гарнир кедровыми орешками и ягодами клюквы.





Говядина на пару

Ингредиенты:

- Говядина (филе) — 200 г
- Горчица — 40 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать на стейки против волокон по 2 см. Натереть горчицей, солью и специями. Оставить мариноваться на 10 минут. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару. Выложить в контейнер стейки в один слой. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: на гарнир подавайте овощи на пару.

Куриные котлеты на пару

Ингредиенты:

- Курица (филе) — 600 г
- Рис шлифованный — 300 г
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 5 г
- Вода — 480 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Курицу промыть. Курицу, лук, чеснок пропустить через мясорубку, добавить соль и специи. Вымесить в однородную массу. Рис промыть до прозрачной воды и выложить в чашу мультиварки, добавить соль, залить водой. На чашу установить контейнер для приготовления на пару. Из фарша сформировать котлеты и выложить их в контейнер. Закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«КРУПЫ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: чтобы котлеты стали сочнее, добавьте в фарш свиное сало.



Блюда
на пару
рецепт 126



Индейка на пару с овощами

Ингредиенты:

- Индейка (филе) — 300 г
- Брокколи (замороженная) — 100 г
- Цветная капуста (замороженная) — 100 г
- Кукуруза консервированная — 70 г
- Фасоль стручковая (замороженная) — 70 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе индейки промыть, нарезать против волокон в форме шайбы по 2–2,5 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару. Все ингредиенты выложить в контейнер для приготовления на пару, посыпать солью и специями. Закрыть крышку, кнопкой «Меню» установить программу «НА ПАРУ». Нажатием кнопок «Час», «Мин» установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «Старт», готовить до окончания программы.

Совет: подавайте со сливочно-чесночным соусом.

Семга на пару

Ингредиенты:

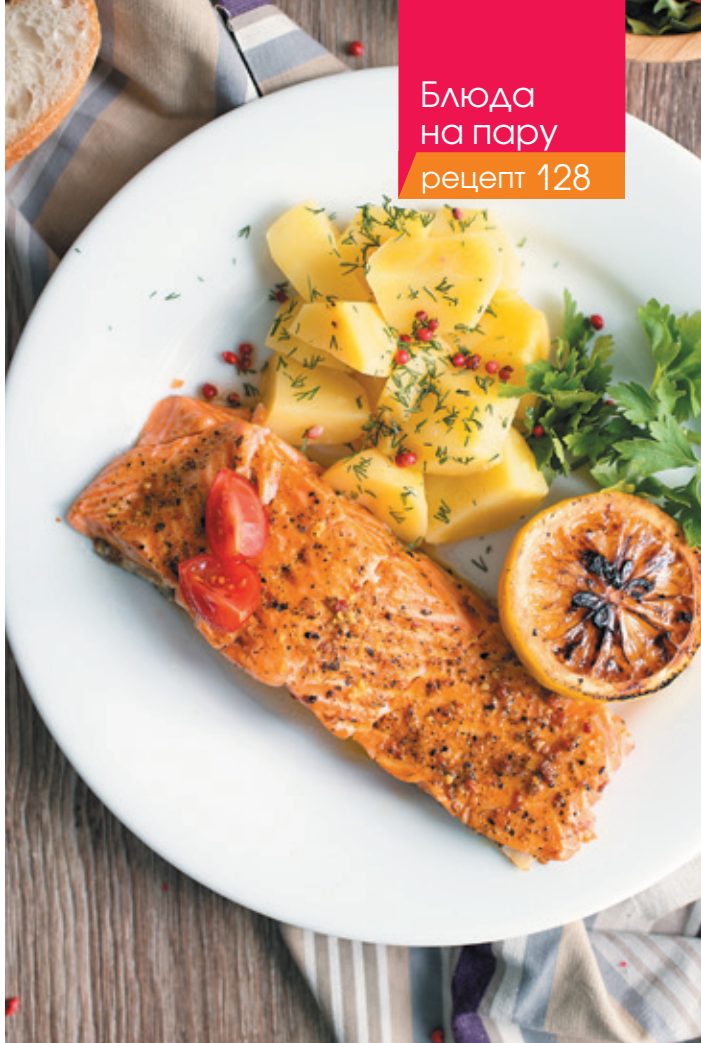
- Семга (филе) — 250 г
- Болгарский перец — 100 г
- Фасоль стручковая (заморозка) — 100 г
- Брокколи (заморозка) — 100 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе семги промыть, натереть солью и специями. У болгарского перца удалить сердцевину и семена, нарезать крупными кубиками по 2–2,5 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару. Все ингредиенты равномерно выложить в контейнер для приготовления на пару. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: овощи для блюда можно выбрать на свой вкус.

Блюда
на пару
рецепт 128





Судак на пару

Ингредиенты:

- Тушка судака — 230 г (1 шт.)
- Картофель — 200 г
- Брюссельская капуста — 100 г
- Болгарский перец — 70 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Рыбу выпотрошить, очистить от чешуи и промыть, натереть солью и специями. У болгарского перца удалить сердцевину и семена. Картофель и перец нарезать кубиками по 1,5–2 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, в него равномерно выложить рыбу и овощи, посыпать солью и специями. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте к этому блюду соус тартар.

Тилапия на пару

Ингредиенты:

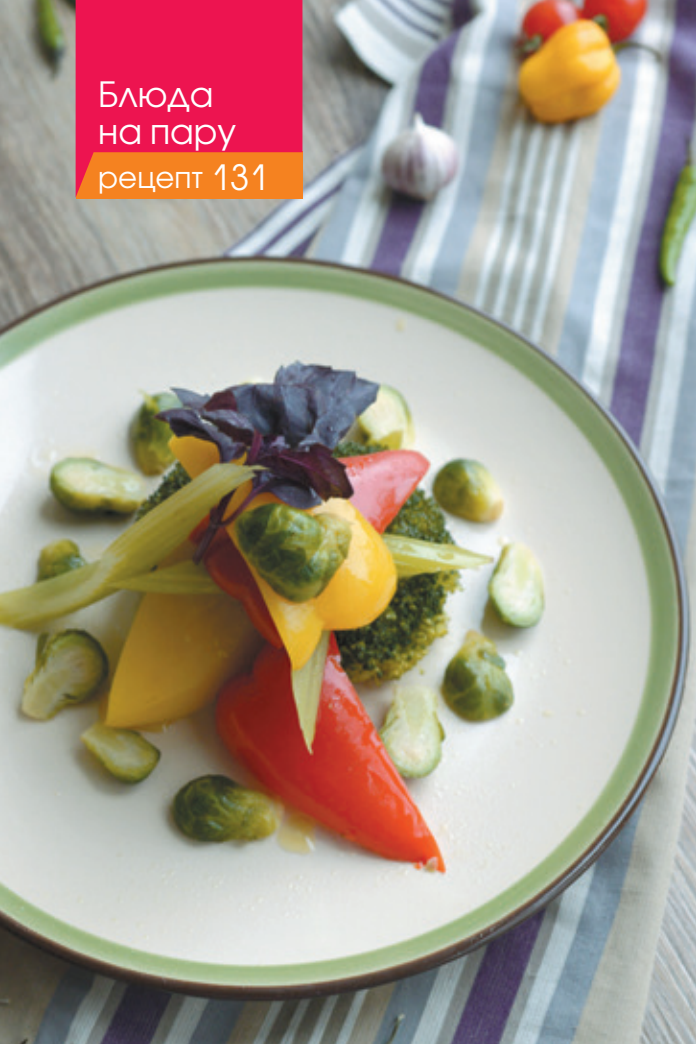
- Тилапия (филе) — 150 г
- Морковь — 100 г
- Брокколи замороженная — 100 г
- Цветная капуста замороженная — 100 г
- Вода — 1 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Филе промыть, натереть солью и специями. Морковь нарезать кружочками толщиной по 0,2–0,3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, в него равномерно выложить все ингредиенты. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: к этой рыбе отлично подойдут базилик и майоран.





Овощи паровые

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Картофель нарезать кубиками по 2 см, болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать крупными кубиками по 3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, в него равномерно выложить все ингредиенты. Добавить соль, специи. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Голубцы

Ингредиенты:

- Домашний фарш — 400 г
- Капуста белокочанная — 200 г
- Рис отварной — 150 г
- Лук репчатый — 150 г
- Яйцо — 50 г (1 шт.)
- Чеснок — 12 г
- Вода — 1,5 л
- Соль, специи

Порядок приготовления

Капустные листья выдержать в кипятке (95 °С) 5 минут. Фарш, лук и чеснок пропустить через мясорубку, добавить отварной рис, соль, специи и яйцо, все тщательно перемешать. На каждый капустный лист выложить небольшую порцию фарша и плотно завернуть. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару и выложить голубцы швом вниз. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Блюда
на пару
рецепт 132





Сыр домашний

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Творог пропустить через мясорубку, желтки отделить от белков, сливочное масло размягчить. В отдельной емкости смешать сливочное масло, желтки, соду и соль до однородной массы. В чашу мультиварки налить молоко, закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Готовить до окончания программы. Затем открыть крышку и добавить в молоко творог, перемешать до однородной консистенции. Закрыть крышку и оставить на программе **«Подогрев»** на **10 минут**. 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 повесить массу над раковиной, чтобы стекла лишняя жидкость. Когда сыворотка стечет, переложить творог в отдельную емкость, смешать со взбитым маслом и желтками до однородной массы. Получившуюся массу выложить в чашу мультиварки, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИ-ПОВАР»**. Кнопкой **«Температура»** установить **80 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **10 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы при непрерывном помешивании, пока масса не начнет плавиться и не станет тягучей. Отдельную емкость смазать сливочным маслом, переложить в нее горячую сырную массу, сверху придавить легким прессом и убрать в холодильник на 10–12 часов.

Совет: подавайте с медом и грецкими орехами.

Сыр плавленный

Ингредиенты:

- Творог (9%) — 500 г
- Яйцо — 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, соль и воду, добавить специи и перемешать до однородной массы. Получившуюся массу выложить в чашу мультиварки, закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**. Кнопкой **«Температура»** установить **100 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **5 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Когда таймер начнет обратный отсчет, открыть крышку и при постоянном помешивании довести массу до однородной консистенции. Готовить до окончания программы при открытой крышке, непрерывно помешивая. Готовую массу перелить в отдельную емкость и дать остыть.

Совет: подавайте сыр с пшеничными гренками, оливками, маслинами и помидорами черри.



Сыры

рецепт 134



Фондю сырное

Ингредиенты:

- Сыр — 350 г
- Вино белое — 150 мл
- Сливки — 75 мл
- Чеснок — 10 г
- Крахмал — 10 г
- Лимон — 5 г
- Вода — 50 мл
- Сахар, соль, специи

Порядок приготовления

Сыр и чеснок натереть на мелкой терке. Сливки, воду, крахмал и сахар смешать в отдельной емкости до однородной массы. Из лимона выдавить сок. В чашу мультиварки налить вино, закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **95 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **10 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. За 9 минут до окончания приготовления добавить чеснок и сыр, постоянно помешивая, чтобы получилась однородная масса. Не прекращая мешать, добавить лимонный сок, соль и специи. За 3 минуты до окончания приготовления при постоянном помешивании добавить смесь из сливок и крахмала. Готовить до окончания программы.

Совет: подавайте к столу с белым пшеничным хлебом.

Буженина

Ингредиенты:

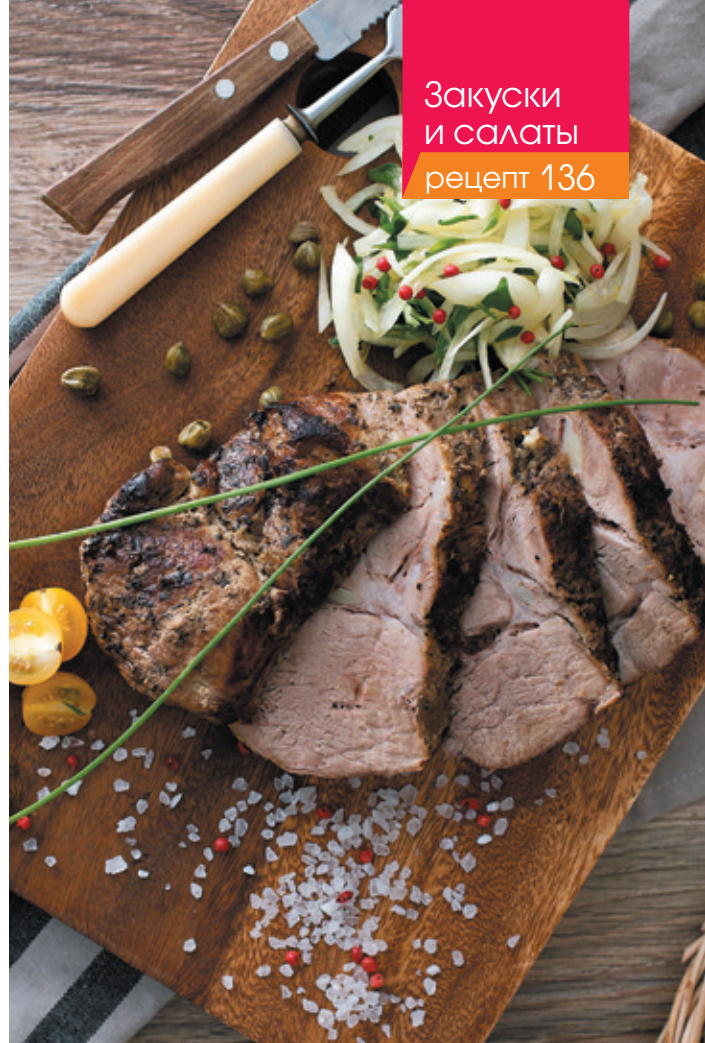
- Свинина (шейка) — 700 г
- Масло оливковое — 30 мл
- Чеснок — 6 г
- Имбирь молотый — 1 г
- Кориандр молотый — 1 г
- Базилик — 1 г
- Вода — 200 мл
- Соль

Порядок приготовления

Мясо промыть, оливковое масло, соль и приправы смешать. Натереть этой смесью мясо, ножом сделать в ней надрезы, нашпиговать зубчиками чеснока и оставить мариноваться в холодильнике в течение 4–8 часов. Затем мясо выложить в чашу мультиварки. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **160 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**, обжарить мясо со всех сторон при открытой крышке, затем кнопкой **«Отмена»** отключить программу. Залить мясо водой. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТОМЛЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на 2 часа. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Закуски
и салаты
рецепт 136





Суфле из печени

Ингредиенты:

- Печень куриная — 340 г
- Яйцо — 150 г (3 шт.)
- Лук репчатый — 140 г
- Сливки (15%) — 80 мл
- Мука — 60 г
- Сливочное масло — 10 г
- Разрыхлитель — 5 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Печень промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком два раза. В фарш добавить яйца, муку, разрыхлитель, сливки, соль, специи и перемешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить в нее порционную массу. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **45 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. После окончания программы оставить суфле в мультиварке на 15–20 минут.

Совет: подавать суфле с хрустящими хлебцами.

Форшмак картофельный

Ингредиенты:

- Сельдь соленая — 150 г
- Картофель (отварной) — 200 г
- Яблоки — 200 г
- Лук репчатый — 100 г
- Растительное масло — 50 мл
- Петрушка — 10 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Картофель и лук нарезать соломкой. Налить в чашу мультиварки масло, выложить картофель и лук (крышку не закрывать). Кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **120 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы. Обжаренные овощи, яблоки и рыбу пропустить через мясорубку, перемешать, сформировать форшмак и украсить свежей зеленью.

Совет: подавайте форшмак с отварными яйцами.

Закуски
и салаты
рецепт 138





Креветки под сыром

Ингредиенты:

- Креветки салатные замороженные (очищенные) — 200 г
- Помидоры — 120 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 мелкими кубиками по 0,5–1 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИ-ПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **110 °С**, нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **7 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: приправьте готовое блюдо лимонным базиликом.

Орешки гороховые

Ингредиенты:

- Горох сушеный — 80 г
- Грецкие орехи — 30 г
- Изюм — 30 г
- Вода — 300 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Горох замочить в холодной воде на 5–6 часов. Грецкие орехи измельчить ножом, изюм промыть. Выложить горох в чашу мультиварки, залить водой. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**СУП**». Нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы. Готовый горох измельчить блендером, смешать с грецкими орехами и изюмом. Добавить соль, специи и еще раз взбить блендером. Из полученной массы скатать шарики размером с грецкий орех.

Совет: блюдо получится более пикантным, если во время приготовления добавить шафран и кардамон.

Закуски
и салаты
рецепт 140





Салат «Нежный»

Ингредиенты:

- Куриная грудка — 180 г
- Тушка кальмара — 140 г
- Отварной рис — 120 г
- Масло сливочное — 30 г
- Сливки (22%) — 70 мл
- Соль, специи

Порядок приготовления

Кальмары и курицу промыть, нарезать соломкой по 0,5 см. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сливки, масло сливочное, соль, специи и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **95 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: при подаче украсьте салат тертым желтком и маслинами.

Салат с креветками и авокадо

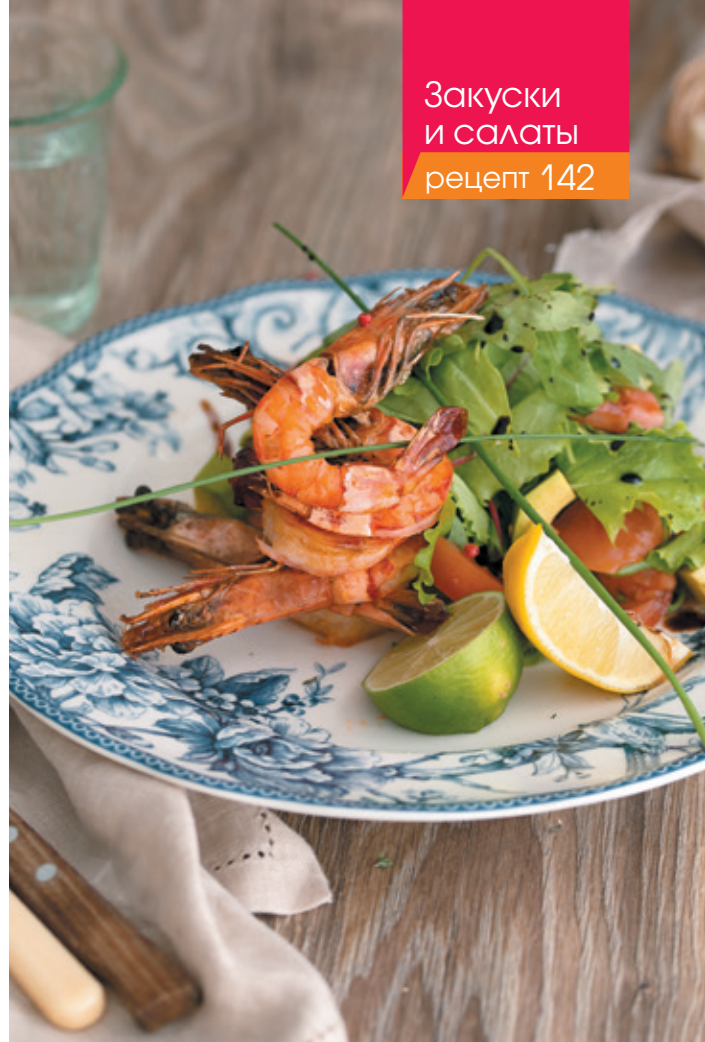
Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Авокадо очистить от кожуры, вынуть косточку, нарезать мелкими кубиками по 1 см. Имбирь очистить и натереть на мелкой терке. Помидоры нарезать мелкими кубиками по 1 см, базилик измельчить ножом, салат нарвать руками. В чашу мультиварки налить воду и выложить креветки. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**МУЛЬТИПОВАР**», кнопкой «**Температура**» установить **90 °С**. Нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы. Затем креветки откинуть на дуршлаг, остудить, смешать с остальными ингредиентами и добавить оливковое масло.

Совет: украсьте салат ломтиками манго и лайма.





Холодец

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Морковь нарезать дольками, лук — кольцами. Свиные ножки промыть, выложить в чашу мультиварки, добавить овощи, соль и специи, залить водой до максимальной отметки. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТОМЛЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **5 часов**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовые свиные ножки остудить, мясо отделить от костей и измельчить, бульон процедить. Разложить кусочки мяса по формам для холодца, залить их бульоном и поставить в холодильник для застывания.

Совет: подавайте холодец с горчицей и хреном.

Соус ткемали

Закуски
и салаты
рецепт 144

Ингредиенты:

- Зеленые сливы — 500 г
- Кинза — 30 г
- Укроп — 30 г
- Петрушка — 30 г
- Чеснок — 30 г
- Аджика — 15 г
- Вода — 500 мл

Порядок приготовления

Сливы отделить от косточек, выложить в чашу мультиварки, залить водой, закрыть крышку. Зелень и чеснок измельчить ножом. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Сливовый отвар перелить в отдельную емкость, сливы перетереть через сито. Зелень и чеснок измельчить ножом, смешать с протертыми сливами, добавить аджику, перемешать. Густой соус разбавить сливовым отваром до консистенции сметаны.

Совет: если желаете, чтобы соус получился острым, добавьте при приготовлении перец чили.





Хлеб многозерновой «Английский»

Ингредиенты:

- Смесь мучная «Хлеб многозерновой «Английский» — 800 г (2 пакета)
- Растительное масло — 15 мл
- Дрожжи сухие — 12 г
(пакетик дрожжей прилагается в комплекте к смеси)
- Вода — 400 мл

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать мучную смесь с дрожжами, постоянно помешивая, тонкой струйкой влить воду комнатной температуры. Вымесить тесто до тех пор, пока оно не начнет отставать от стенок емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, в нее выложить тесто, разровнять. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ХЛЕБ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **2 часа 40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. За 40 минут до завершения приготовления открыть крышку и перевернуть хлеб. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с паштетом из куриной печени.

Хлеб многозерновой «Немецкий»

Ингредиенты:

- Смесь мучная «Хлеб многозерновой «Немецкий» — 800 г (2 пакета)
- Растительное масло — 15 мл
- Дрожжи сухие — 12 г (пакетик дрожжей прилагается в комплекте к смеси)
- Вода — 400 мл

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать мучную смесь с дрожжами, продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду комнатной температуры. Руками месить тесто до тех пор, пока оно не начнет отставать от стенок емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, в нее выложить тесто, разровнять. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ХЛЕБ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **2 часа 40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. За 40 минут завершения приготовления открыть крышку и перевернуть хлеб. Закрывать крышку, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте хлеб с зеленым маслом.





Хлеб ржано-пшеничный

Ингредиенты:

- | | |
|---------------------------------|------------------------------|
| ■ Мука пшеничная (в/с) — 300 г | ■ Масло растительное — 10 мл |
| ■ Мука ржаная обдирная — 50 г | ■ Дрожжи (сухие) — 10 г |
| ■ Мука гречневая — 50 г | ■ Тмин (зерна) — 5 г |
| ■ Мед — 40 г | ■ Масло оливковое — 5 мл |
| ■ Солод ферментированный — 15 г | ■ Вода — 280 мл |
| ■ Кедровые орешки — 15 г | ■ Соль |

Порядок приготовления

Пшеничную муку просеять, добавить гречневую и ржаную муку, соль, солод, тмин, дрожжи и перемешать. Не переставая помешивать, влить тонкой струйкой воду комнатной температуры, мед и оливковое масло. Тесто вымесить до получения однородной массы. Чашу мультиварки смазать маслом и выложить тесто на дно. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ХЛЕБ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. После звукового сигнала нажать кнопку **«Подогрев/Отмена»**. Выложить тесто на доску, обмять и хорошо вымесить. Чашу мультиварки смазать маслом, в нее выложить тесто и разровнять. Сверху посыпать кедровыми орешками и слегка примять. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ХЛЕБ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **2 часа**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте этот хлеб с ореховой пастой.

Хлеб белый

Хлеб

рецепт 148

Ингредиенты:

- Мука пшеничная (в/с) — 850 г
- Растительное масло — 40 мл
- Сахар — 30 г
- Дрожжи (сухие) — 15 г
- Соль — 10 г
- Вода (комнатной температуры) — 500 мл

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи. Постоянно помешивая, тонкой струйкой влить воду и растительное масло. Руками месить тесто до тех пор, пока оно не начнет отставать от стенок емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, выложить в нее замешанное тесто и разровнять. Закрыть крышку, кнопкой «Меню» установить программу «ХЛЕБ», нажатием кнопок «Час», «Мин» установить время приготовления на 3 часа. Нажать кнопку «Старт», готовить до окончания программы. За 1 час до окончания приготовления открыть крышку, перевернуть хлеб, закрыть крышку. Готовый хлеб вынуть из чаши и дать ему остыть в течение 30 минут.

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





Хлеб кукурузный

Ингредиенты:

- Мука пшеничная — 550 г
- Мука кукурузная — 220 г
- Молоко — 100 мл
- Растительное масло — 50 мл
- Дрожжи — 20 мл
- Сахар — 20 г
- Соль — 10 г
- Вода (комнатной температуры) — 320 мл

Порядок приготовления

Кукурузную и пшеничную муку, соль, сахар и дрожжи высыпать в отдельную емкость и перемешать. При постоянном медленном помешивании добавить молоко, растительное масло (40 мл) и воду. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к стенкам емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом (10 мл) и выложить тесто, разровнять. Закрывать крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ХЛЕБ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **2 часа 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 30 минут до окончания приготовления открыть крышку и перевернуть хлеб, закрыть крышку, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с мягким сливочным сыром.

Хлеб овсяный

Хлеб

рецепт 150

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Муку, овсяные хлопья, сахар, соль, семена подсолнечника, дрожжи высыпать в отдельную емкость и перемешать. При постоянном медленном помешивании добавить растительное масло (20 мл) и воду. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к стенкам емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом (10 мл) и выложить тесто, разровнять. Закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ХЛЕБ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **2 часа 30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. За 30 минут до окончания приготовления открыть крышку и перевернуть хлеб, закрыть крышку, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте с мягким сливочным сыром.





Дрожжевое тесто

Ингредиенты:

- Мука — 600 г
- Вода (теплая) — 300 мл
- Сахар — 20 г
- Дрожжи (сухие) — 15 г
- Соль — 5 г
- Масло растительное — 10 мл

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи, продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду комнатной температуры. Руками вымесить тесто до тех пор, пока оно не начнет отставать от стенок емкости. Чашу мультиварки смазать растительным маслом, выложить тесто в чашу мультиварки, закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **35 °C**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: это тесто прекрасно подойдет для выпечки пирожков и пиццы.

Пицца мясная

Выпечка

рецепт 152

Ингредиенты:

- Тесто дрожжевое (см. рецепт в книге) — 170 г
- Масло сливочное — 15 г

Для начинки:

- Томатная паста — 10 г
- Майонез — 10 г
- Оливки — 15 г
- Сыр твердый — 40 г
- Помидоры — 40 г
- Колбаса п/к — 40 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Для начинки: помидоры и колбасу нарезать кружочками, оливки — колечками. Приготовить соус: томатную пасту смешать с майонезом, солью и специями до однородной массы. Дрожжевое тесто раскатать в круг, равный диаметру чаши, толщиной 0,5 см, сыр натереть на крупной терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить тесто, смазать его соусом, сверху выложить по всему диаметру начинку и посыпать сыром. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ПИЦЦА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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





Пицца с морепродуктами

Ингредиенты:

- Тесто дрожжевое (см. рецепт в книге) — 170 г
- Масло сливочное — 15 г

Для начинки:

- Сыр твердый — 60 г
- Перец болгарский — 60 г
- Коктейль из морепродуктов — 40 г
- Лосось (филе) — 40 г
- Оливки — 15 г
- Томатная паста — 20 г
- Майонез — 20 г
- Масло сливочное — 15 г
- Соль, специи

Порядок приготовления

Подготовить начинку: коктейль из морепродуктов разморозить, промыть и откинуть на сито, чтобы стекла вода. Рыбу нарезать кубиками по 1 см. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, помидоры нарезать кольцами толщиной 0,5 см, оливки — колечками. Приготовить соус: томатную пасту смешать с майонезом, солью и специями до однородной массы. Дрожжевое тесто раскатать в круг, равный диаметру чаши, толщиной 0,5 см. Сыр натереть на крупной терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить тесто, смазать его соусом, сверху равномерно выложить начинку и посыпать сыром. Закрывать крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ПИЦЦА»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**. Готовить до окончания программы.

Совет: из специй к этой пицце отлично подойдет орегано.

Пицца овощная

Ингредиенты:

- Тесто дрожжевое (см. рецепт в книге) — 170 г
 - Масло сливочное — 15 г
- Для начинки:**
- Сыр твердый — 40 г
 - Сметана — 30 г
 - Кукуруза консервированная — 20 г
 - Баклажаны — 15 г
 - Помидоры — 15 г
 - Болгарский перец — 15 г
 - Эстрагон — 0,5 г
 - Соль

Порядок приготовления

Для начинки: овощи нарезать мелкими кубиками по 0,5 см. С кукурузы слить жидкость. Приготовить соус: сметану смешать с эстрагоном до однородной массы. Тесто раскатать в круг, равный диаметру чаши, толщиной 0,5 см, сыр натереть на крупной терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, на дно выложить тесто, смазать его соусом, сверху выложить по всему диаметру овощи и кукурузу, посыпать сыром. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**ПИЦЦА**», нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы.

Совет: для того, чтобы сделать пиццу более сочной, в соус из сметаны можно добавить измельченные каперсы.

Выпечка

рецепт 154





Кекс шоколадный

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Шоколад натереть на мелкой терке. В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавить остальные ингредиенты и тщательно перемешать до однородной консистенции. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить получившееся тесто. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте кекс, украсив его шоколадной глазурью.

Бисквит классический

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавить муку, разрыхлитель и тщательно перемешать до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, налить в нее тесто. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **50 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. После окончания программы оставить бисквит в мультиварке на 15 минут.

Совет: украсьте бисквит свежими фруктами и шоколадной глазурью.

Выпечка

рецепт 156





Шарлотка

Ингредиенты:

- Яблоки — 430 г
- Яйцо — 250 г (5 шт.)
- Сахар — 200 г
- Мука пшеничная в/с — 180 г
- Разрыхлитель — 10 г
- Сливочное масло — 10 г
- Корица

Порядок приготовления

Яблоки очистить от семян, нарезать ломтиками по 0,5 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, выложить яблоки на дно. Яйца взбить с сахаром до стойкой пены. Добавить муку, разрыхлитель и щепотку корицы, смешать миксером до однородной массы. Залить яблоки тестом, закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: яблоки можно заменить любыми свежими ягодами.

Творожная запеканка

Ингредиенты:

- Творог (9%) — 500 г
- Яйцо — 150 г (3 шт.)
- Сахар — 50 г
- Изюм — 50 г
- Манная крупа — 40 г
- Сливочное масло — 10 г
- Соль — 5 г

Порядок приготовления

Изюм замочить в теплой воде и откинуть на сито, дать стечь воде. Белки отделить от желтков. В белки добавить соль и взбить до стойкой пены. Изюм, творог, желтки, сахар и манную крупу смешать в отдельной емкости до однородной массы. В творожную массу добавить взбитые белки и аккуратно перемешать лопаткой. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и выложить творожную массу, разровнять. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**ВЫПЕЧКА**», нажать кнопку «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **45 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы.

Совет: перед подачей посыпьте запеканку сахарной пудрой или корицей.





Творожный пирог

Ингредиенты:

- Творог (9%) — 500 г
- Сахар — 50 г
- Яйцо — 250 г (5 шт.)
- Клубника (свежая) — 50 г
- Апельсин — 120 г
- Мука — 40 г
- Соль — 6 г
- Сливочное масло — 10 г

Порядок приготовления

Белки отделить от желтков. В белки добавить соль и взбить миксером до стойкой пены. Апельсин очистить от кожуры и вместе с клубникой нарезать тонкими ломтиками по 0,3 см. Творог, желтки, муку и сахар смешать миксером до однородной массы. В творожную массу добавить взбитые белки и аккуратно перемешать лопаткой. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом. Выложить половину творожной массы на дно. Сверху выложить слоями апельсины и клубнику. Оставшуюся часть творожной массы выложить сверху и разровнять. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВЫПЕЧКА»**. Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **45 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. После приготовления оставить пирог в мультиварке на режиме **«Подогрев»** на **15 минут**.

Совет: клубнику и апельсины можно заменить на любые другие фрукты и ягоды.

Шоколадная помадка

Ингредиенты:

- Сливки (33%) — 100 мл
- Сахар — 100 г
- Масло сливочное — 60 г
- Какао-порошок — 15 г

Порядок приготовления

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ДЕСЕРТЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **2 часа**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: подавайте в качестве топпинга к мороженому, десертам и творогу.

Десерты
рецепт 160





Варенье из ревеня

Ингредиенты:

- Ревень — 600 г
- Сахар — 600 г

Порядок приготовления

Стебель ревеня нарезать кубиками по 1 см, выложить в чашу мультиварки, добавить сахар. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ДЕСЕРТЫ»**. Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: это варенье можно использовать в качестве начинки для пирогов.

Варенье из баклажанов

Десерты

рецепт 162

Ингредиенты:

- Баклажаны — 400 г
- Сахар — 300 г

Порядок приготовления

Баклажаны очистить от кожуры, нарезать дольками и выложить в чашу мультиварки, засыпать сахаром. Закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ДЕСЕРТЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **35 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: для этого варенья лучше всего подойдут небольшие баклажаны.





Варенье из инжира

Ингредиенты:

- Инжир — 680 г
- Сахар — 500 г

Порядок приготовления

Инжир очистить от кожицы и засыпать сахаром, дать настояться 3 часа, затем выложить в чашу мультиварки, закрыть крышку. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ДЕСЕРТЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: чтобы варенье получилось особенно ароматным, добавьте в него ванилин и сок лимона.

Яблоки медовые

Десерты

рецепт 164

Ингредиенты:

- Яблоки — 300 г
- Мед — 60 г
- Корица

Порядок приготовления

У яблок срезать верхнюю часть, удалить сердцевину. В образовавшуюся выемку выложить мед и добавить щепотку корицы, накрыть яблоко верхней частью. Яблоки уложить в чашу мультиварки таким образом, чтобы мед не вытек. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ДЕСЕРТЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **45 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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



Фондю шоколадное

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Разломайте плитку шоколада на дольки. В чашу мультиварки выложить шоколад, залить сливками. Кнопкой **«Меню»** установить программу **«ДЕСЕРТЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **5 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, помешивать содержимое при открытой крышке до окончания программы.

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

Шоколадно-апельсиновый мусс

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Желтки отделить от белков. Белки взбить до густой и стойкой белой пены. Желтки смешать с апельсиновой цедрой и апельсиновым соком до однородной массы. Шоколад поломать на мелкие кусочки. В чашу мультиварки выложить шоколад, сливочное масло, добавить сахар. Закрывать крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**ДЕСЕРТЫ**», нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **5 минут**. Нажать кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть крышку и перемешать шоколадно-масляную смесь до однородной консистенции. В отдельной миске смешать яичную смесь с шоколадным соусом, затем полученную смесь добавить к белкам и вновь аккуратно перемешать. Полученную смесь перелить по бокалам или формочкам из апельсина и поставить в холодильник до застывания на 2-3 часа.

Совет: украсьте мусс веточкой свежей мяты.

Десерты

рецепт 166





Панна котта

Ингредиенты:

- Сливки (33%) — 400 мл
- Молоко (2,5%) — 120 мл
- Шоколад горький — 100 г
- Сахар — 50 г
- Желатин листовой — 12 г
- Ванилин — 1 г

Порядок приготовления

Шоколад натереть на мелкой терке, желатин замочить в холодной воде на 1 минуту и отжать. В чашу мультиварки выложить шоколад, добавить сливки, сахар, молоко, ванилин и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ДЕСЕРТЫ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **5 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть крышку, перемешать содержимое венчиком, добавить желатин и снова перемешать до полного растворения желатина. Готовую массу разлить по формочкам и убрать в холодильник до застывания на 3–4 часа.

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

Йогурт классический

Десерты

рецепт 168

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Молоко, сливки и простоквашу (комнатной температуры) смешать и перелить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЙОГУРТ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **12 часов**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый йогурт поставить в холодильник на 3 часа.

Совет: перед подачей добавьте в йогурт свежие ягоды и измельченные орехи.





Йогурт с фруктами

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Яблоки очистить от сердцевины, нарезать на мелкие кусочки. Молоко комнатной температуры смешать со сливками и простоквашей, добавить яблоки, перемешать, налить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЙОГУРТ»**. Кнопками **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **12 часов**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый йогурт поставить в холодильник на 3 часа.

Совет: вместо яблок можно использовать любые другие фрукты.

Творог

Ингредиенты:

- Кефир — 1,2 л

Порядок приготовления

В чашу мультиварки залить кефир. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**. Кнопкой **«Температура»** установить **85 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **2 часа**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. После окончания программы творог откинуть на дуршлаг, слить жидкость.

Совет: подавайте творог с фруктами, вареньем или фруктовым джемом.

Напитки

рецепт 170





Напиток фруктовый

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сахар и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

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

Компот из кураги

Ингредиенты:

- Курага — 400 г
- Сахар — 250 г
- Вода — 2 л

Порядок приготовления

Курагу выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить сахар и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: компот получится более ароматным, если во время приготовления добавить немного чернослива и изюма.





Брусничный морс

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Ягоды промыть. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой «Меню» установить программу «СУП», нажатием кнопок «Час», «Мин» установить время приготовления на **1 час 30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «Старт», готовить до окончания программы.

Совет: для морса лучше всего использовать цветочный мед.

Пунш лимонный

Напитки

рецепт 174

Ингредиенты:

- Красное вино — 340 мл
- Сахар — 100 г
- Сок лимона — 70 мл
- Гвоздика — 6 шт.
- Корица молотая — 2 г

Порядок приготовления

Сахар и корицу выложить в чашу мультиварки, залить вином, добавить сок лимона, гвоздику и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**МУЛЬТИПОВАР**», кнопкой «**Температура**» установить **70 °С**, нажатием кнопки «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **1 час 30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы.

Совет: при подаче украсьте бокал долькой лимона или лайма.





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 тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МУЛЬТИПОВАР»**, кнопкой **«Температура»** установить **80 °С**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: померанцевую корку можно заменить на корку апельсина.

Лечо домашнее

Консервация

рецепт 176

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Помидоры очистить и пропустить через мясорубку. Болгарский перец очистить от сердцевин, нарезать дольками по 1,5 см, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить масло, сахар, соль, чеснок, уксус и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**. Нажатием кнопки **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Лечо готово к консервации.

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





Лечо по-казански

Ингредиенты:

- Болгарский перец — 1,5 кг
- Помидоры — 1 кг
- Морковь — 200 г
- Сахар — 100 г
- Растительное масло — 90 мл
- Уксус (9%) — 50 мл
- Чеснок — 50 г
- Петрушка — 15 г
- Укроп — 15 г
- Перец чили — 5 г
- Соль

Порядок приготовления

Помидоры и морковь пропустить через мясорубку. Зелень, чеснок, перец чили измельчить ножом. Болгарский перец очистить от семян и сердцевин, нарезать кольцами. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, добавить сахар, растительное масло, уксус, соль, тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на 1 час. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Лечо готово к консервации.

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

Икра кабачковая

Ингредиенты:

- Кабачки — 1,5 кг
- Морковь — 500 г
- Лук репчатый — 200 г
- Чеснок — 40 г
- Соль — 18 г
- Сахар — 12 г
- Перец черный молотый — 2 г
- Масло растительное — 150 мл
- Уксус 9% — 14 мл

Порядок приготовления

Кабачки очистить от кожуры и семян, нарезать кубиком по 1,5–2 см. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами, чеснок измельчить ножом. Выложить в чашу мультиварки лук, морковь, чеснок, добавить растительное масло и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ЖАРКА»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на 20 минут. Нажать кнопку **«Старт»**, за 10 минут до окончания приготовления открыть крышку и перемешать овощи. Закрывать крышку, готовить до окончания программы. Затем добавить кабачки, тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на 1 час. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. После окончания приготовления готовые овощи пропустить через мясорубку, выложить в чашу мультиварки, добавить перец, уксус, сахар, соль и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на 20 минут. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Икра готова к консервации.

Совет: подавайте с пряной зеленью.

Консервация

рецепт 178





Маринад для огурцов

Ингредиенты:

- Вода — 2 л
- Уксус (9%) — 200 мл
- Соль — 160 г
- Сахар — 130 г
- Лавровый лист — 0,5 г
- Перец (горошком) — 0,5 г

Порядок приготовления

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой и тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Маринад готов к консервации.

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

Маринад для помидоров

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки, залить водой, тщательно перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Маринад 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.

Консервация

рецепт 180





Грибы маринованные

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Опята выложить в чашу мультиварки, залить водой (1 л). Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **50 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. После окончания программы открыть крышку, слить с чаши воду. Затем залить в чашу воду (1 л), добавить соль, сахар, лавровый лист, перец, душистый, перец горошком, гвоздику, чеснок, уксус и тщательно перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **50 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Грибы готовы к консервации.

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



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-M90** поможет вам готовить продукты к нужному времени, тем самым не нарушая рацион малыша.

Очень полезны для питания детей раннего возраста кисломолочные продукты. Программы мультиварки позволяют готовить в домашних условиях натуральный йогурт, а значит, у вас не будет необходимости кормить ребенка покупными кисломолочными продуктами.

Ближе к году в меню малыша появляются молочные каши, протертые ягоды и фрукты, приготовленные заботливыми маминими 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-M90**, оснащенная автоматическими программами. Она подарит вам возможность проводить больше времени с ребенком за веселыми и познавательными играми, потому что процесс приготовления в мультиварке очень прост. Достаточно выложить ингредиенты в чашу и запустить нужную программу. Молочные каши, фруктовое и овощное пюре, йогурт, блюда на пару и многое другое можно готовить нажатием одной кнопки!

В мультиварке можно не только готовить, но и подогревать детское питание и стерилизовать бутылочки. При приготовлении блюд для самых маленьких вместо соли и сахара следует 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 фруктозный сироп и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с четырех месяцев.

Каша рисовая протертая

Ингредиенты:

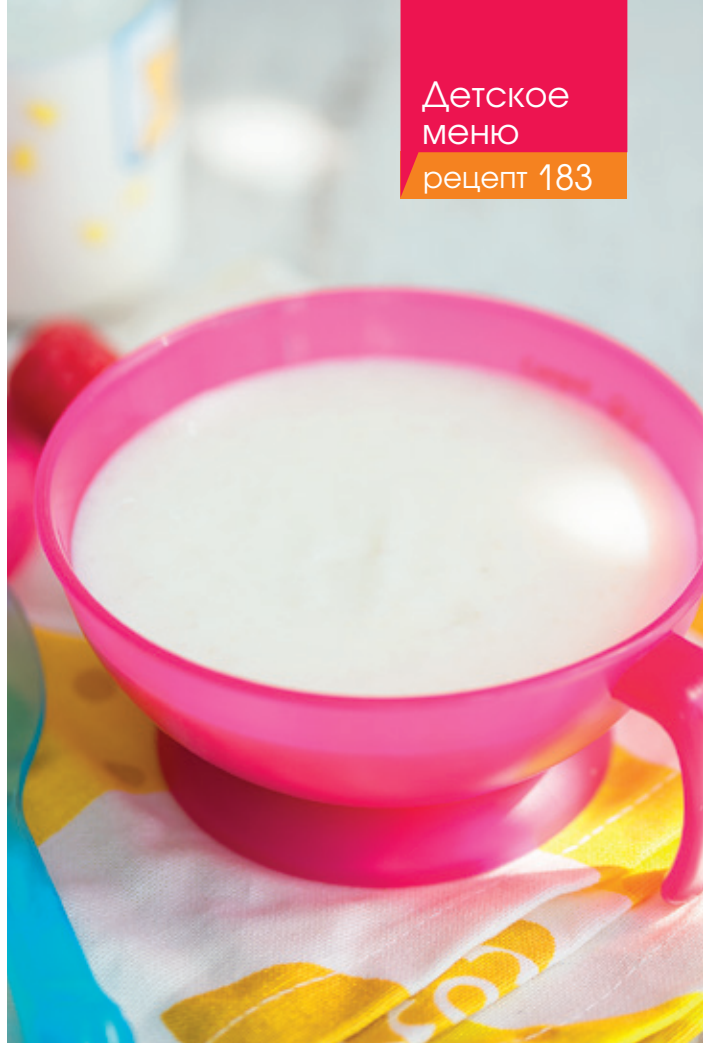
- Молоко (2,5%) — 100 мл
- Рис нешлифованный — 30 г
- Масло сливочное — 5 г
- Фруктозный сироп — 5 мл
- Солевой раствор — 3 мл
- Вода — 250 мл

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить рис, залить молоко и воду, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.

Совет: с четырех месяцев.

Детское
меню
рецепт 183





Каша гречневая протертая

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Крупу промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки. Закрыть крышку, кнопкой «Меню» установить программу «МУЛЬТИПОВАР», кнопкой «Температура» установить **120°C**. Нажатием кнопок «Час», «Мин» установить время приготовления на **20 минут**. Нажать кнопку «Старт», готовить до окончания программы. Затем открыть крышку, крупу перемешать, залить водой и молоком, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и снова перемешать. Закрыть крышку, кнопкой «Меню» установить программу «МОЛОЧНАЯ КАША». Нажатием кнопок «Час», «Мин» установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «Старт», готовить до окончания программы. Готовую кашу протереть через сито.

Совет: с четырех месяцев.

Пюре фруктовое

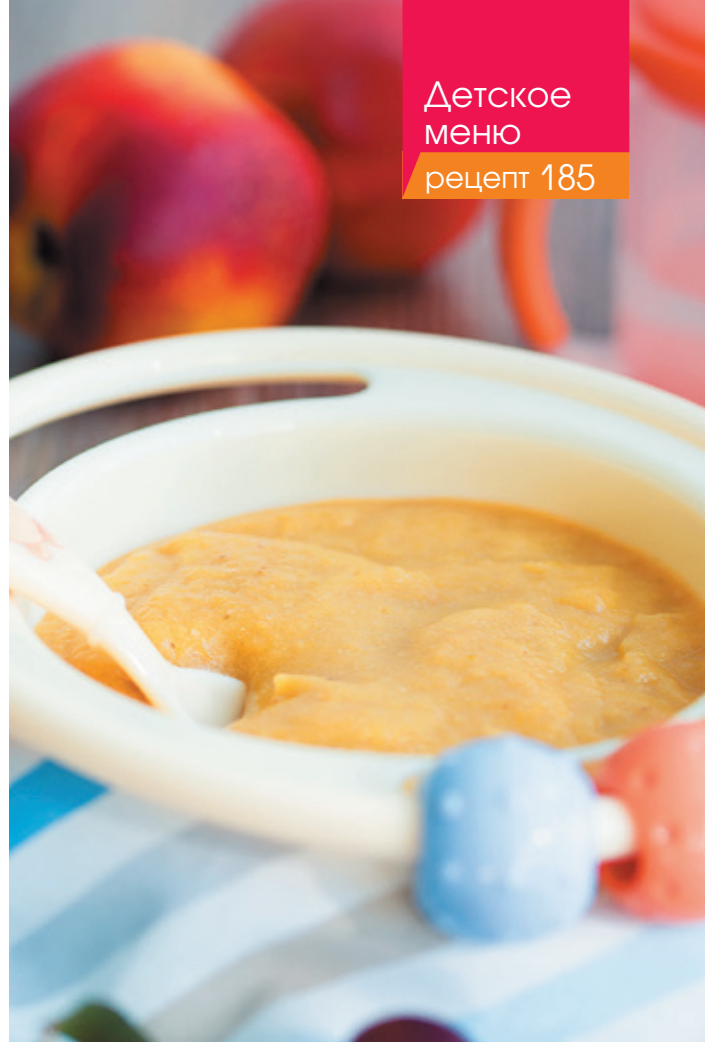
Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Фрукты очистить от кожуры и сердцевины, нарезать кубиками по 3 см. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него фрукты, полить фруктозным сиропом. Закрыть крышку, кнопкой «**Меню**» установить программу «**НА ПАРУ**», нажатием кнопок «**Час**», «**Мин**» установить время приготовления на **20 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку «**Старт**», готовить до окончания программы. Готовые фрукты переложить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с четырех месяцев.





Каша манная на овощном бульоне

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

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

Совет: с шести месяцев.

Каша манная с яблочным пюре

Ингредиенты:

- Молоко (2,5%) — 300 мл
- Яблоко зеленое — 210 г
- Крупа манная — 20 г
- Фруктозный сироп — 5 мл
- Масло сливочное — 5 г

Порядок приготовления

Яблоко очистить от кожуры и сердцевины, натереть на мелкой терке. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить крупу, залить молоко, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. За 5 минут до окончания приготовления открыть крышку, добавить в кашу яблоко и перемешать. Закрывать крышку и готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.





Каша из гречневой и рисовой муки

Ингредиенты:

- Молоко (2,5%) — 220 мл
- Мука гречневая — 10 г
- Мука рисовая — 10 г
- Фруктозный сироп — 5 мл
- Масло сливочное — 5 г
- Солевой раствор — 3 мл
- Вода — 50 мл

Порядок приготовления

Рисовую и гречневую муку смешать с молоком (50 мл), перемешать венчиком до однородной массы. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее перелить воду и оставшееся молоко, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **10 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**. За 5 минут до окончания приготовления открыть крышку, добавить мучную смесь и перемешать до однородной массы. Закрыть крышку и готовить до окончания программы. После окончания программы кашу тщательно перемешать.

Совет: с шести месяцев.

Пюре рыбное

Ингредиенты:

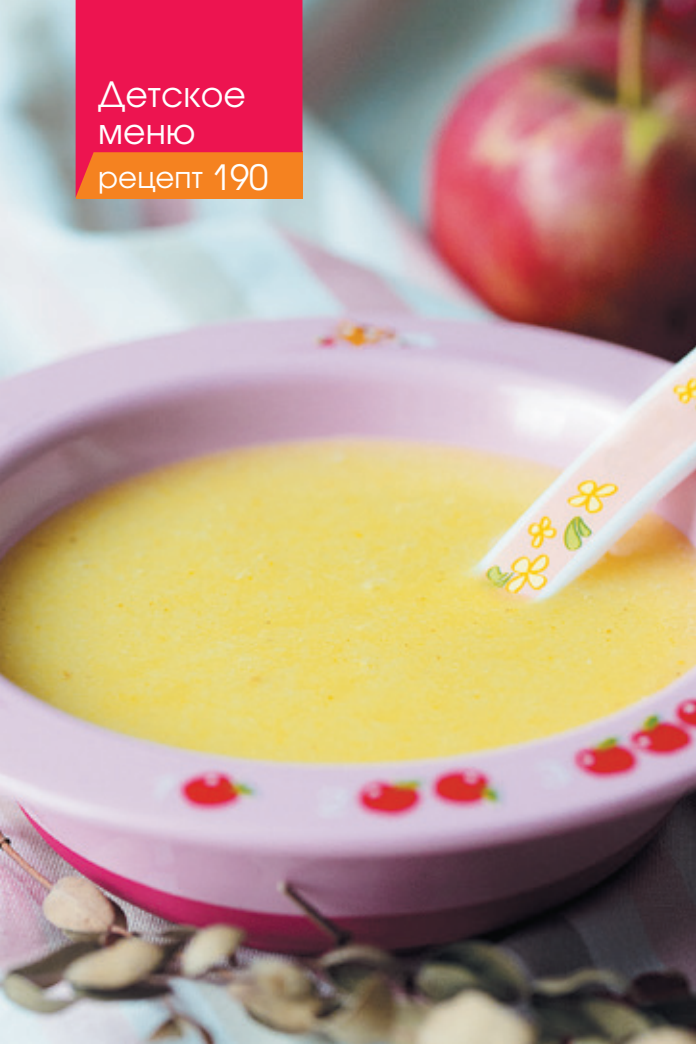
- Треска (филе) — 150 г
- Молоко (2,5%) — 80 мл
- Солевой раствор — 3 мл
- Вода — 600 мл

Порядок приготовления

Рыбу очистить от кожи и костей, промыть. Молоко прокипятить. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него рыбу, полить солевым раствором. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовую рыбу переложить в отдельную емкость, добавить молоко и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с шести месяцев.





Каша манная на курином бульоне

Ингредиенты:

- Курица (филе) — 100 г
- Крупа манная — 20 г
- Масло сливочное — 5 г
- Солевой раствор — 3 мл
- Вода — 450 мл

Порядок приготовления

Курицу промыть, нарезать кубиками по 0,5 см, выложить в чашу мультиварки, залить водой и добавить солевой раствор. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее перелить бульон, добавить крупу и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **15 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовую кашу тщательно перемешать.

Совет: с семи месяцев.

Суп-пюре из цветной капусты и кабачка

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Кабачок очистить от кожуры и семян, нарезать кубиками по 1 см, капусту измельчить ножом. Овощи замочить в холодной воде на 1 час. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить овощи, залить воду, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с семи месяцев.





Пюре овощное

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Овощи замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить овощи, залить воду, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовые овощи переложить в отдельную емкость, залить полученным отваром и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с семи месяцев.

Отвар из шиповника

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Плоды шиповника перебрать и промыть, выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить фруктозу и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый отвар оставить на 6–8 часов, затем процедить через марлю.

Совет: с семи месяцев.





Каша рисовая с творогом

Ингредиенты:

- Творог — 50 г
- Рис нешлифованный — 30 г
- Масло сливочное — 5 г
- Фруктоза — 4 г
- Вода — 300 мл

Порядок приготовления

Рис промыть до прозрачной воды. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить рис, залить воду, добавить фруктозу и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«МОЛОЧНАЯ КАША»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **25 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый рис вместе с отваром переложить в отдельную емкость, добавить творог и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

Бульон мясной

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Мясо промыть, нарезать кубиками по 1 см. Овощи промыть, замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 0,5-1 см, петрушку крупно нарезать. Мясо, овощи и зелень выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ВАРКА»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый бульон процедить.

Совет: с восьми месяцев.

Детское
меню
рецепт 195





Суп-пюре из курицы

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Филе промыть, вместе с луком пропустить через мясорубку два раза. Молоко смешать с водой, добавить муку и размешать венчиком до однородной массы. Фарш выложить в чашу мультиварки, залить молочно-мучной смесью, добавить солевой раствор, сливочное масло и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **1 час**. Нажать кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с восьми месяцев.

Суп-пюре из печени

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Печень промыть, вырезать прожилки, срезать пленку и пропустить через мясорубку. Хлеб замочить в молоке на 10 минут, затем пропустить через мясорубку. Печень смешать с хлебом, добавить желток, тщательно перемешать и протереть через сито. Чашу мультиварки смазать сливочным маслом, в нее выложить протертую массу, залить овощной отвар, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«СУП»**. Нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **30 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовый суп перелить в отдельную емкость и тщательно перемешать венчиком.

Совет: с восьми месяцев.

Детское
меню
рецепт 197





Суп-пюре картофельный

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

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

Совет: с восьми месяцев.

Котлеты на пару

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Хлеб замочить в воде (60 мл) на 10 минут. Мясо промыть, пропустить вместе с хлебом через мясорубку 2 раза, добавить солевой раствор, вымесить до однородной массы и сформировать котлеты. В чашу мультиварки налить воду, сверху установить контейнер для приготовления на пару, выложить в него котлеты. Закрыть крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«НА ПАРУ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы.

Совет: с восьми месяцев.

Детское
меню
рецепт 199





Пюре из индейки

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

С горошка слить жидкость и промыть. Филе промыть и пропустить через мясорубку 2 раза. Фарш и горошек выложить в чашу мультиварки, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку, кнопкой **«Меню»** установить программу **«ТУШЕНИЕ»**, нажатием кнопок **«Час»**, **«Мин»** установить время приготовления на **40 минут**. Нажать и удерживать несколько секунд кнопку **«Старт»**, готовить до окончания программы. Готовое мясо с горошком переложить в отдельную емкость, добавить 50 мл отвара и взбить блендером до однородной массы.

Совет: с одиннадцати месяцев.



Стерилизация

Пока иммунитет малыша не окреп в достаточной степени, стерилизация посуды для питания поможет защитить его от многих вредных бактерий. Наиболее эффективными считаются способы стерилизации с помощью воды (автоклав) или пара. В мультиварке **REDMOND RMC-M90** 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. Наполните чашу водой до горловины бутылочек. Установите чашу в корпус, убедитесь, что она плотно соприкасается с нагревательным элементом.
2. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
3. Нажатием кнопки **«Меню»** выберите программу **«СУП»**.
4. Нажатием кнопок **«Час»** и **«Мин»** установите время приготовления. По умолчанию в программе **«СУП»** время приготовления составляет 1 час.
5. Нажмите и удерживайте несколько секунд кнопку **«Старт»**. Загорится индикатор кнопки **«Старт»**. Выполнение установленной программы и обратный отсчет времени приготовления начнется после выхода прибора на заданный температурный режим.
6. По завершении программы приготовления прозвучит звуковой сигнал. Автоматически включится функция поддержания температуры готовых блюд и загорится индикатор кнопки **«Подогрев/Отмена»**. Отключите данную функцию, нажав и удерживая несколько секунд кнопку **«Подогрев/Отмена»**.
7. Для отмены введенной программы или прерывания процесса тепловой обработки нажмите и удерживайте кнопку **«Подогрев/Отмена»**.
8. По окончании работы отсоедините прибор от электросети.

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

Для сосок и мелких предметов (паровой способ):

1. Мелкие предметы (соски, столовые приборы, прорезыватели и т. д.) разместите в контейнере для приготовления на пару.
2. Залейте в чашу 600–1000 мл воды, установите ее в корпус, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом. Установите контейнер в чашу.
3. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
4. Нажимая кнопку **«Меню»** выберите программу **«НА ПАРУ»**.
5. Нажатием кнопок **«Час»** и **«Мин»** установите время приготовления. По умолчанию в программе **«НА ПАРУ»** время приготовления составляет **15 минут**.
6. Нажмите и удерживайте несколько секунд кнопку **«Старт»**. Загорится индикатор кнопки **«Старт»**. Выполнение установленной программы и обратный отсчет времени приготовления начнется после выхода прибора на заданный температурный режим.
7. По завершении программы приготовления прозвучит звуковой сигнал. Автоматически включится функция поддержания температуры готовых блюд и загорится индикатор кнопки **«Подогрев/Отмена»**. Отключите данную функцию, нажав и удерживая несколько секунд кнопку **«Подогрев/Отмена»**.
8. Для отмены введенной программы или прерывания процесса тепловой обработки нажмите и удерживайте кнопку **«Подогрев/Отмена»**.
9. По окончании работы отсоедините прибор от электросети.

Пастеризация

Процесс одноразового нагревания жидких продуктов до 60 °С в течение 1 часа либо до температуры 70–80 °С в течение нескольких минут. Применяется для обеззараживания продуктов, а также для продления срока их хранения. Пищевая ценность продуктов при пастеризации практически не изменяется, сохраняются все вкусовые качества и ценные компоненты (витамины, ферменты). Пастеризованные продукты необходимо хранить при пониженных **температурах** не более 24 часов. В мультиварке **REDMOND RMC-M90** можно пастеризовать продукты на программе **«МУЛЬТИПОВАР»**.

1. Залейте продукт в чашу, но не выше максимального уровня, указанного на внутренней поверхности чаши. Установите чашу в мультиварку, убедитесь, что она плотно соприкасается с нагревательным элементом.
2. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
3. Нажатием кнопки **«Меню»** выберите программу **«МУЛЬТИПОВАР»**.
4. Нажатием кнопки **«Температура»** установите температуру **80°С**. **«Температура»** программы **«МУЛЬТИПОВАР»** по умолчанию **120°С**.
5. Нажатием кнопок **«Час»** и **«Мин»** установите время приготовления. По умолчанию в программе **«МУЛЬТИПОВАР»** время приготовления составляет **15 минут**.
6. Нажмите и удерживайте несколько секунд кнопку **«Старт»**. Загорится индикатор кнопки **«Старт»**. Начнется выполнение установленной программы и обратный отсчет времени приготовления.
7. По завершении программы тепловой обработки прозвучит звуковой сигнал. Автоматически включится функция поддержания температуры готовых блюд и загорится индикатор кнопки **«Подогрев/Отмена»**. Отключите данную функцию, нажав и удерживая несколько секунд кнопку **«Подогрев/Отмена»**.
8. Для отмены введенной программы или прерывания процесса тепловой обработки нажмите и удерживайте кнопку **«Подогрев/Отмена»**.
9. По окончании работы отсоедините прибор от электросети.

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

Объем, л	0,5	1	1,5	2	2,5	3,0
Время пастеризации, мин	45	50	60	70	75	44

Подогрев детского питания

В мультиварке **REDMOND RMC-M90** можно создать эффект водяной бани. Это быстрый и безопасный способ равномерно и деликатно подогреть молочную смесь или баночки с детским питанием.

1. Залейте в чашу 2 литра воды, разместите в чаше емкости с продуктом.
2. Установите чашу в мультиварку, убедитесь, что чаша плотно соприкасается с нагревательным элементом.
3. Закройте крышку до щелчка, подключите прибор к электросети.
4. Нажатием кнопк **«Меню»** выберите программу **«МУЛЬТИПОВАР»**.
5. Нажатием кнопки **«Температура»** установите температуру 40 °С. «Температура» программы **«МУЛЬТИПОВАР»** по умолчанию **120 °С**.
6. Нажатием кнопок **«Час»** и **«Мин»** установите время приготовления. По умолчанию в программе **«МУЛЬТИПОВАР»** время приготовления составляет **15 минут**.
7. Нажмите и удерживайте несколько секунд кнопку **«Старт»**. Загорится индикатор кнопки **«Старт»**. Начнется выполнение установленной программы и обратный отсчет времени приготовления.
8. По завершении программы прозвучит звуковой сигнал. Автоматически включится функция поддержания температуры готовых блюд и загорится индикатор кнопки **«Подогрев/Отмена»**. Отключите данную функцию, нажав и удерживая несколько секунд кнопку **«Подогрев/Отмена»**.
9. Для отмены введенной программы или прерывания процесса приготовления нажмите и удерживайте кнопку **«Подогрев/Отмена»**.
10. По окончании работы отсоедините прибор от электросети.

Перед употреблением обязательно встряхните емкость с подогретым продуктом!

[illegible]

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



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

Printed in Finland 

Дата выпуска: 07.02.2014