

LUMME

КНИГА РЕЦЕПТОВ



PRESSURE COOKING

Готовит под давлением



CHEF PROGRAM

Программа «Шеф»



MULTICOOK MODE

Мультивар 30 - 180°C

PTFE Advanced Technology

NON-STICK

COATING



МУЛЬТИВАРКА-СКОРОВАРКА
LU-1450





ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ОБРАБОТКА ПРОДУКТОВ:

Крупа	перебрать, промыть в холодной проточной воде
Овощи, фрукты	перебрать, очистить от кожуры и загрязнений, промыть в проточной воде
Мясо	отделить от костей, промыть в проточной воде, обсушить
Рыба	удалить чешую и внутренности, промыть в проточной воде
Птица	удалить перья и внутренности, промыть в проточной воде
Грибы	перебрать, очистить, промыть в проточной воде

КАШИ

5

• Каша овсяная молочная.....	5
• Каша гречневая.....	6
• Каша пшенная.....	7
• Каша рисовая.....	8

СУПЫ / БУЛЬОНЫ

9

• Бульон куриный.....	9
• Бульон мясной.....	10
• Суп гороховый.....	11
• Борщ домашний.....	12
• Солянка сборная.....	13
• Рассольник.....	14
• Шурпа.....	15
• Суп картофельный.....	16
• Щи из свежей капусты с курицей.....	17
• Суп-гуляш с говядиной.....	18

ВТОРЫЕ БЛЮДА

19

• Азу из говядины.....	19
• Свиные ребрышки по-болгарски.....	20
• Капуста тушеная с говядиной.....	21
• Бараньи ребрышки с картофелем и баклажанами.....	22
• Говядина с грибами и картофелем.....	23
• Рагу из птичьих потрошков.....	24
• Голубцы в сметанно-томатном соусе.....	25
• Голубцы ленивые.....	26
• Жаркое из свинины с овощами.....	27
• Жюльен из шампиньонов.....	28
• Гуляш из говядины.....	29
• Овощное рагу.....	30
• Рыба в сметане с овощами.....	31
• Фрикадельки в томатном соусе с картофелем.....	32
• Чахохбили из курицы.....	33

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Бефстроганов из говядины.....	34
• Биточки из говядины.....	35
• Жюльен домашний.....	36
• Свинина жареная.....	37
• Купаты.....	38
• Рыбные зразы.....	39
• Печень жареная с луком.....	40
• Филе куриное в сырной корочке.....	41
• Чили кон карне.....	42
• Перец фаршированный.....	43
• Шашлычки из куриного филе.....	44
• Омлет с зеленью.....	45
• Плов со свининой.....	46
• Плов с бараниной.....	47
• Ризотто с курицей и грибами.....	48
• Рулька телячья с овощами.....	49
• Долма.....	50
• Курица жареная с чесноком.....	52

ГАРНИРЫ

53

• Картофель отварной.....	53
• Паэлья с морепродуктами.....	54
• Рис отварной.....	55
• Греча рассыпчатая.....	56

ЗАКУСКИ И САЛАТЫ

57

• Буженина.....	57
• Язык отварной.....	58
• Судак под маринадом.....	59
• Печеночный паштет.....	60
• Зелец из индейки.....	61
• Студень.....	62





РЕКОМЕНДАЦИИ И ТРЕБОВАНИЯ К ПРОЦЕССУ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В книге рецептов указан вес продуктов, полностью подготовленных для тепловой обработки: вымытых, очищенных, размороженных, нарезанных. При любых изменениях рецептуры важно соблюдать пропорции закладки продуктов, иначе Вы столкнетесь с такими неприятными явлениями, как подгорание или выкипание. Также, в случае изменения рецепта необходимо подкорректировать время или программу приготовления. На степень готовности блюда может влиять регион Вашего проживания, географическая зона происхождения продукта, срок его производства и степень охлаждения. Всё это объективные факторы, из-за которых блюдо может не приготовиться за указанное в рецепте время. Для достижения наилучшего результата используйте функцию «Шеф-повар». С её помощью Вы легко увеличите или уменьшите температуру и время приготовления любимого блюда.

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ 63

• Домашний твердый сыр.....	63
• Творог домашний.....	64
• Йогурт классический.....	65
• Сметана на сухой закваске.....	66

ФОНДЮ / СОУСЫ 67

• Фондю шоколадное	67
• Фондю сырное.....	68

ДЕСЕРТЫ 69

• Клубничная панна-котта.....	69
• Молоко сгущенное.....	70
• Ананасовый флан.....	71
• Шоколадные конфеты с миндалем.....	72

НАПИТКИ 73

• Глинтвейн.....	73
• Компот из свежих яблок.....	74
• Какао.....	75

ДОМАШНИЕ ЗАГОТОВКИ / PRESERVES 76

• Бакажанная икра.....	76
• Тушенка куриная.....	77
• Лечо по-болгарски.....	78



КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5%..... **1 л**
- Хлопья овсяные..... **150 г**
- Масло сливочное..... **50 г**
- Сахар, соль

В чашу мультиварки-скороварки засыпать хлопья, добавить масло, соль, сахар, залить молоком и хорошо перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Каша» на 5 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар.



КАША ГРЕЧНЕВАЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5%..... **1 л**
- Греча (ядрица)..... **200 г**
- Масло сливочное..... **50 г**
- Сахар, соль

Крупу промыть, высыпать в чашу мультиварки-скороварки, добавить масло, соль, сахар, залить молоком и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Каша» на 8 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар.





КАША ПШЕННАЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5%..... **1 л**
- Крупа пшенная..... **200 г**
- Масло сливочное..... **50 г**
- Сахар, соль

Крупу промыть, ошпарить кипятком, высыпать в чашу мультиварки-скороварки, добавить масло, соль, сахар, залить молоком и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Каша» на 8 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар.



КАША РИСОВАЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 2,5%..... **1 л**
- Рис круглый..... **200 г**
- Масло сливочное..... **50 г**
- Сахар, соль

Крупу промыть, выложить в чашу мультиварки-скороварки, добавить масло, соль, сахар, залить молоком и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Каша» на 10 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар.





БУЛЬОН КУРИНЫЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица..... **1 кг**
- Морковь..... **100 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Сельдерей (корень)..... **50 г**
- Вода..... **3 л**
- Соль, специи

Курицу промыть, овощи крупно нарезать. В чашу мультиварки-скороварки выложить все ингредиенты, добавить соль, специи, залить водой. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 35 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар. Готовый бульон процедить.



БУЛЬОН МЯСНОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина на кости..... **1 кг**
- Морковь..... **100 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Вода..... **3 л**
- Соль, специи

Говядину промыть, овощи крупно нарезать. В чашу мультиварки-скороварки выложить все ингредиенты, добавить соль, специи, залить водой. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 1 час, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар. Готовый бульон процедить.





СУП ГОРОХОВЫЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Ребра свиные копченые..... **300 г**
- Горох (половинки)..... **250 г**
- Картофель..... **200 г**
- Морковь..... **100 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Вода..... **2 л**
- Соль, специи

- Ребра свиные копченые – 300 г
- Горох (половинки) – 250 г
- Картофель – 200 г
- Морковь – 100 г
- Лук репчатый – 100 г
- Вода – 2 л
- Соль, специи

Горох промыть до прозрачной воды. Картофель нарезать кубиками по 1–1,5 см, морковь – кубиками по 0,5–0,8 см, лук – соломкой. Ребра промыть и отделить друг от друга. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки-скороварки, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 40 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



БОРЩ ДОМАШНИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина на косточке.....**400 г**
- Свекла.....**200 г**
- Капуста белокочанная.....**100 г**
- Картофель.....**100 г**
- Помидоры.....**100 г**
- Перец болгарский.....**80 г**
- Лук репчатый.....**60 г**
- Морковь.....**60 г**
- Томатная паста.....**50 г**
- Чеснок.....**20 г**
- Вода.....**3 л**
- Соль, специи

Мясо промыть. Капусту вместе с луком, морковью и перцем нарезать соломкой, свеклу натереть на крупной терке, картофель и помидоры нарезать брусочками, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки-скороварки выложить все ингредиенты, добавить томатную пасту, чеснок, соль, специи и залить водой. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.





СОЛЯНКА СБОРНАЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе)..... **200 г**
- Ребра копченые..... **300 г**
- Колбаски охотничьи..... **100 г**
- Картофель..... **200 г**
- Морковь..... **100 г**
- Огурцы соленые..... **100 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Томатная паста..... **100 г**
- Рассол огуречный..... **100 мл**
- Вода..... **3 л**
- Соль, специи (паприка красная молотая, приправа для гриля)

Ребра разделить. Мясо промыть, нарезать вместе с луком, солеными огурцами, морковь, картофелем и колбасками соломкой по 0,5 см. Выложить все ингредиенты в чашу мультиварки-скороварки, огуречный рассол, томатную пасту, соль, специи, залить водой и перемешать. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 40 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



РАССОЛЬНИК

ИНГРЕДИЕНТЫ:

• Говядина (филе).....	250 г
• Картофель.....	300 г
• Лук репчатый.....	100 г
• Огурцы соленые.....	100 г
• Крупа перловая.....	70 г
• Морковь.....	80 г
• Паста томатная.....	80 г
• Чеснок.....	10 г
• Масло растительное.....	100 мл
• Рассол огуречный.....	100 мл
• Вода.....	1,7 л
• Соль, специи	

Говядину промыть. Мясо и картофель нарезать кубиками по 1,5–2 см, морковь, лук и огурцы – кубиками по 0,5–1 см. Перловую крупу промыть до прозрачной воды. Чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки-скороварки налить масло, крышку не закрывать, установить программу «Жарка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить морковь, лук и обжаривать периодически помешивая в течении 10 минут. Затем в добавить огурцы, чеснок и томатную пасту, готовить, периодически помешивая. За 5 минут до завершения приготовления добавить огуречный рассол и готовить до окончания программы. В чашу мультиварки-скороварки выложить мясо, картофель, перловую крупу, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку и клапан выхода пара. Установить программу «Суп/Варка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.





ШУРПА

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Баранина на косточке..... **500 г**
- Помидоры..... **400 г**
- Картофель..... **300 г**
- Перец болгарский..... **200 г**
- Морковь..... **150 г**
- Лук репчатый..... **150 г**
- Масло растительное..... **100 мл**
- Зелень..... **50 г**
- Чеснок..... **20 г**
- Вода..... **2,5 л**
- Соль, специи

Баранину промыть, нарубить на порционные куски. Помидоры, лук, перец и морковь нарезать крупными кубиками, картофель разрезать на 4 части. Зелень и чеснок измельчить ножом. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, крышку не закрывать, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала отсчета времени приготовления в чашу выложить баранину, обжаривать в течение 20 минут, помешивая, затем добавить лук, морковь и обжаривать до окончания программы. Добавить картофель, болгарский перец, помидоры, соль, специи и залить водой. Закрыть крышку и клапан выхода пара. Установить программу «Суп/Варка» на 40 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовую шурпу заправить зеленью и чесноком.



СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина отварная.....**400 г**
- Картофель.....**400 г**
- Лук репчатый.....**100 г**
- Морковь.....**100 г**
- Масло сливочное.....**50 г**
- Бульон мясной.....**2,5 л**
- Соль, специи

Все ингредиенты нарезать мелкими кубиками и выложить в чашу мультиварки-скороварки. Добавить масло, соль, специи, залить бульоном. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.





ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе)..... **500 г**
- Капуста белокочанная..... **400 г**
- Картофель..... **400 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Морковь..... **100 г**
- Вода..... **2,5 л**
- Соль, специи

Филе промыть и нарезать брусочками вместе с картофелем, капусту, лук и морковь нарезать соломкой. В чашу мультиварки-скороварки выложить все ингредиенты, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 25 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



СУП-ГУЛЯШ С ГОВЯДИНОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе)..... **500 г**
- Помидор..... **250 г**
- Картофель..... **200 г**
- Цукини..... **200 г**
- Лук репчатый..... **200 г**
- Морковь..... **150 г**
- Помидоры протертые..... **100 г**
- Перец болгарский..... **100 г**
- Чеснок..... **10 г**
- Вода..... **1,2 л**
- Соль, специи

Говядину промыть. Вместе с картофелем, помидорами, перцем и цукини нарезать средними кубиками, морковь и лук – соломкой, чеснок измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки-скороварки, залить водой, добавить протертые помидоры, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.





АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе)..... **800 г**
- Лук репчатый..... **300 г**
- Огурцы соленые..... **200 г**
- Томатная паста..... **100 г**
- Помидоры..... **100 г**
- Вода..... **100 мл**
- Чеснок..... **20 г**
- Соль, специи

Говядину промыть и вместе с огурцами и помидорами нарезать брусочками, лук – соломкой, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки-скороварки выложить говядину, лук, помидоры, огурцы, томатную пасту, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ ПО-БОЛГАРСКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (ребрышки).....**1,5 кг**
- Лечо по-болгарски.....**500 г**
- Соль, специи

Ребра промыть, разрезать вдоль кости. В чашу мультиварки-скороварки выложить ребрышки, залить готовым лечо, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 40 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.





КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ

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

Говядину промыть. Мясо, капусту и лук нарезать средней соломкой, морковь натереть на крупной терке. Мясо, лук и морковь выложить в чашу мультиварки-скороварки, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Сверху выложить капусту, посыпать солью и специями, залить водой. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 40 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



БАРАНЬИ РЕБРЫШКИ С КАРТОФЕЛЕМ И БАКЛАЖАНАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Ребрышки бараньи..... **500 г**
- Картофель..... **500 г**
- Баклажан..... **300 г**
- Бульон мясной..... **200 мл**
- Лук репчатый..... **150 г**
- Морковь..... **150 г**
- Сельдерей (корень)..... **150 г**
- Масло растительное..... **75 мл**
- Соль, специи

Ребра разрезать вдоль кости. Баклажаны вместе с картофелем нарезать крупными кубиками, лук нарезать соломкой, морковь с корнем сельдерея натереть на крупной терке. На дно чаши мульти- варки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить ребрышки, обжарить с обеих сторон в течение 20 минут. Добавить баклажаны и жарить до окончания программы. Затем выложить слоями лук, морковь, картофель. Добавить соль, специи, залить бульоном. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.





ГОВЯДИНА С ГРИБАМИ И КАРТОФЕЛЕМ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель..... **1 кг**
- Говядина (филе)..... **500 г**
- Шампиньоны..... **300 г**
- Сметана..... **200 г**
- Томатная паста..... **200 г**
- Морковь..... **100 г**
- Лук..... **70 г**
- Петрушка (корень)..... **30 г**
- Мука..... **20 г**
- Масло растительное..... **70 мл**
- Вода..... **500 мл**
- Соль, специи

Говядину промыть и вместе с картофелем нарезать средними кубиками. Говядину смешать с солью и специями. Лук и морковь нарезать соломкой, грибы – ломтиками, корень петрушки измельчить ножом. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить говядину, обжаривать, периодически помешивая, в течение 15 минут, затем добавить лук, грибы, томатную пасту, обжаривать до окончания программы. Затем в чашу высыпать муку, перемешать, добавить морковь, петрушку, картофель, сметану и залить водой. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



РАГУ ИЗ ПТИЧЬИХ ПОТРОШКОВ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Потроха домашней птицы..... **500 г**
- Томатный соус..... **300 мл**
- Картофель..... **400 г**
- Морковь..... **250 г**
- Лук репчатый..... **200 г**
- Масло растительное..... **100 мл**
- Соль, специи

Потроха промыть, крупные разрезать, маленькие оставить целыми. Лук и морковь нарезать мелкими кубиками, картофель разрезать на 4 части. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить потрошки, обжаривать в течение 10 минут, периодически помешивая, затем добавить лук, морковь и обжаривать до окончания программы. Добавить картофель, соль, специи, залить соусом. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 25 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.





ГОЛУБЦЫ В СМЕТАННО-ТОМАТНОМ СОУСЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (мякоть)..... **400 г**
- Капуста белокочанная (листья)..... **200 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Рис отварной..... **100 г**
- Томатная паста..... **50 г**
- Сметана..... **150 г**
- Масло растительное..... **70 мл**
- Чеснок..... **15 г**
- Соль, специи



Приготовить соус: смешать томатную пасту со сметаной, солью и специями до однородной массы. Капустные листья выдержать в кипятке (95°C) 5 минут. Говядину, лук и чеснок пропустить через мясорубку, добавить рис, соль и специи, все тщательно перемешать. На каждый капустный лист выложить порцию фарша и плотно завернуть. В чашу мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 10 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала отсчета времени приготовления в чашу выложить голубцы. Через 5 минут перевернуть и готовить до окончания программы. Затем залить соусом, закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Капуста белокочанная.....**1 кг**
- Фарш мясной.....**700 г**
- Рис круглый.....**100 г**
- Лук репчатый.....**100 г**
- Морковь.....**100 г**
- Чеснок.....**20 г**
- Масло растительное.....**70 мл**
- Вода.....**300 мл**
- Соль, специи

Капусту нарезать шашками, лук и морковь – соломкой, чеснок измельчить ножом. Рис промыть. В чашу мультиварки- скороварки налить растительное масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить лук и морковь, обжаривать, периодически помешивая, в течение 10 минут, затем добавить фарш и готовить до окончания программы. Затем засыпать рис, капусту, добавить чеснок, соль, специи, залить водой. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар. Готовые голубцы перемешать.





ЖАРКОЕ ИЗ СВИНИНЫ С ОВОЦАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина..... **500 г**
- Картофель..... **500 г**
- Перец болгарский..... **250 г**
- Морковь..... **200 г**
- Вода..... **200 мл**
- Лук репчатый..... **150 г**
- Масло растительное..... **100 мл**
- Томатная паста..... **75 г**
- Чеснок..... **50 г**
- Соль, специи, лавровый лист

Свинину промыть и вместе с картофелем нарезать крупными кубиками. Лук и болгарский перец нарезать соломкой, морковь нарезать средними кубиками, чеснок измельчить ножом. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала отсчета времени приготовления в чашу выложить мясо, обжаривать, помешивая, при открытой крышке в течение 20 минут. Затем в чашу выложить лук, морковь, томатную пасту, добавить соль и специи. Готовить до окончания программы. Добавить картофель, болгарский перец, чеснок, налить воду. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



ЖЮЛЬЕН ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Шампиньоны свежие..... **500 г**
- Лук..... **200 г**
- Сыр (твердый)..... **150 г**
- Сливки 22%..... **500 мл**
- Масло растительное..... **70 мл**
- Мука..... **50 г**
- Соль, специи

Грибы нарезать средними ломтиками, лук – соломкой, сыр натереть на крупной терке. Сливки смешать с мукой. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить лук, обжаривать, периодически помешивая, в течение 10 минут. Затем добавить грибы и готовить до окончания программы. Залить сливками с мукой, добавить соль и специи, перемешать, сверху посыпать сыром. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 5 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.





ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе)..... **800 г**
- Лук репчатый..... **200 г**
- Томатная паста..... **100 г**
- Чеснок..... **10 г**
- Вода..... **150 мл**
- Масло растительное..... **70 мл**
- Соль, специи

Говядину промыть, вместе с луком нарезать кубиками по 1,5–2 см. Мясо и лук выложить в чашу мультиварки-скороварки, добавить воду, растительное масло, соль, специи, томатную пасту и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут. Нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



ОВОЩНОЕ РАГУ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Капуста белокочанная..... **500 г**
- Картофель..... **300 г**
- Фасоль консервированная белая..... **400 г**
- Шампиньоны..... **300 г**
- Перец болгарский..... **300 г**
- Морковь..... **150 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Вода..... **100 мл**
- Масло растительное..... **50 мл**
- Перец чили..... **10 г**
- Чеснок..... **20 г**
- Соль, специи

Капусту нарезать шашками, лук и морковь – соломкой, картофель и болгарский перец – кубиками, чеснок вместе с перцем чили измельчить ножом, шампиньоны разрезать на 4 части. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала отсчета времени приготовления в чашу выложить лук и жарить 5 минут. Добавить шампиньоны и жарить еще 5 минут. Добавить морковь и жарить до окончания программы, периодически помешивая. Затем добавить капусту, болгарский перец, фасоль, перец чили, чеснок, воду, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.





РЫБА В СМЕТАНЕ С ОВОЩАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рыба белая (филе).....**400 г**
- Картофель.....**500 г**
- Лук репчатый.....**100 г**
- Морковь.....**100 г**
- Сметана 15%.....**200 г**
- Соль, специи

Рыбу промыть, нарезать порционными кусками. Лук и морковь нарезать соломкой, картофель – кружочками. В чашу мультиварки-скороварки выложить слоями овощи – картофель, лук, морковь, сверху выложить рыбу, добавить соль, специи, залить сметаной. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



ФРИКАДЕЛЬКИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фарш домашний..... **600 г**
- Томаты протертые..... **200 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Яйцо..... **50 г / 1 шт**
- Чеснок..... **10 г**
- Вода..... **100 мл**
- Соль, специи

Лук и чеснок измельчить ножом. В мясной фарш добавить лук, чеснок, яйцо, соль и специи, перемешать до однородной массы. Сформировать фрикадельки, выложить их в чашу мультиварки-скороварки, добавить протертые томаты, воду и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.





ЧАХОХБИЛИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (бедро).....**400 г**
- Помидоры протертые.....**300 г**
- Лук репчатый.....**200 г**
- Перец болгарский (разноцветный).....**200 г**
- Чеснок.....**20 г**
- Масло растительное.....**50 мл**
- Соль, специи

Курицу промыть. Овощи нарезать соломкой, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 25 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить курицу. Обжаривать при открытой крышке, периодически переворачивая, до окончания программы. Затем выложить в чашу остальные ингредиенты, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (вырезка).....**400 г**
- Сметана 15%.....**100 г**
- Лук репчатый.....**50 г**
- Томатная паста.....**10 г**
- Горчица.....**10 г**
- Чеснок.....**5 г**
- Масло растительное.....**70 мл**
- Соль, специи

Мясо промыть, нарезать средней соломкой, лук – тонкой соломкой. Чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления выложить мясо в чашу, обжаривать при открытой крышке, периодически помешивая. За 10 минут до окончания программы добавить лук, чеснок, соль, специи и перемешать. За 5 минут до завершения приготовления добавить сметану, томатную пасту, горчицу и перемешать. Готовить до окончания программы.





БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Говядина (филе)..... **400 г**
- Вода..... **150 мл**
- Молоко..... **100 мл**
- Масло растительное..... **70 мл**
- Сало свиное..... **40 г**
- Соль, специи

Говядину пропустить через мясорубку вместе с салом, добавить молоко, соль, специи и перемешать. Из полученной массы сформировать биточки. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить биточки, обжарить при открытой крышке с обеих сторон в течение 20 минут. Затем добавить воду. Закрыть крышку, клапан не закрывать, готовить до окончания программы.



ДОМАШНИЙ ЖЮЛЬЕН

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Филе куриное..... **300 г**
- Шампиньоны мелкие..... **150 г**
- Сливки 33%..... **100 мл**
- Сыр (твердый)..... **50 г**
- Масло растительное..... **50мл**
- Соль, специи

Куриное филе промыть и нарезать брусочками 0,5 x 3 см. Шампиньоны помыть, сыр натереть на мелкой терке. В чашу мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 25 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить куриное филе и шампиньоны, посолить, добавить специи и перемешать. Обжаривать, периодически помешивая. За 5 минут до окончания программы в чашу мультиварки-скороварки налить сливки и перемешать. Готовить до окончания программы. Готовое блюдо посыпать сыром.





СВИНИНА ЖАРЕНАЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (шея, карбонад)..... **300 г**
- Масло растительное..... **70 мл**
- Бекон сырокопченый..... **30 г**
- Тимьян
- Розмарин
- Соль, специи

Мясо промыть и обсушить, затем надрезать и поместить тимьян, розмарин и бекон внутрь надрезов, натереть солью и специями, оставить в холодильнике на 1 час. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить мясо. Жарить 10–12 минут с открытой крышкой, затем перевернуть и готовить до окончания программы.



КУПАТЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина..... **300 г**
- Говядина..... **300 г**
- Шпик свиной..... **200 г**
- Лук репчатый..... **200 г**
- Чеснок..... **50 г**
- Масло растительное..... **70 мл**
- Соль, специи
- Оболочка натуральная

Мясо промыть. Вместе со шпиком, луком и чесноком пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и тщательно перемешать. Установить на мясорубку насадку для приготовления колбасы. На насадку натянуть оболочку для колбасы, конец оболочки перевязать. Пропуская фарш через мясорубку, начинить им оболочку, регулируя при этом размер купат перевязыванием ниткой. В чашу мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить купаты. За 10 минут до завершения приготовления перевернуть купаты. Готовить до окончания программы.





РЫБНЫЕ ЗРАЗЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рыба белая (филе)..... **500 г**
- Лук репчатый..... **200 г**
- Яйцо..... **50 г / 1 шт**
- Яйцо отварное..... **100 г / 2 шт**
- Молоко 2,5%..... **100 мл**
- Хлеб белый..... **100 г**
- Масло растительное..... **100 мл**
- Мука..... **100 г**
- Соль, специи

Рыбу промыть, хлеб замочить в молоке. Рыбу с хлебом пропустить через мясорубку, добавить сырое яйцо, соль, специи и перемешать. Лук нарезать мелкими кубиками, отварные яйца натереть на крупной терке. На дно чаши мультиварки-скороварки налить 50 мл масла, установить программу «Жарка» на 10 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала отсчета времени приготовления в чашу выложить лук и обжаривать его, помешивая, до окончания программы. Лук смешать с яйцами. Рыбный фарш разделить на порции по 60–70 г. Из каждой сформировать лепешку, на середину выложить порцию лукового фарша, защищать края и запанировать в сухарях. В чашу мультиварки-скороварки налить оставшееся масло, установить программу «Жарка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить зразы и обжаривать, периодически переворачивая, до окончания программы.



ПЕЧЕНЬ ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Печень говяжья..... **500 г**
- Лук репчатый..... **250 г**
- Мука пшеничная..... **100 г**
- Масло растительное..... **100 мл**
- Соль, перец черный молотый

Лук нарезать соломкой. Печень зачистить от пленок и проток, промыть, нарезать порционными кусками толщиной 1,5 см. Муку смешать с солью, перцем и обвалить в этой смеси куски печени. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить печень. Обжаривать, периодически переворачивая, в течение 15 минут, затем добавить лук и продолжать обжаривать до окончания программы.





ФИЛЕ КУРИНОЕ В СЫРНОЙ КОРОЧКЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе)..... **500 г**
- Сыр «Чеддер»..... **300 г**
- Яйцо..... **100 г / 2 шт**
- Масло растительное..... **70 мл**
- Соль, специи

Филе промыть, нарезать на порционные куски толщиной 0,5 см, натереть солью и специями. Сыр натереть на крупной терке. В отдельной емкости венчиком взбить яйца до однородной массы. Филе обмакнуть во взбитое яйцо, с обеих сторон посыпать сыром и придавить. В чашу мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить подготовленное филе, обжаривать в течение 8 минут с одной стороны, затем пере- вернуть и готовить до окончания программы.



ЧИЛИ КОН КАРНЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фарш говяжий..... **300 г**
- Фасоль красная в соусе чили..... **200 г**
- Помидоры..... **100 г**
- Перец болгарский..... **100 г**
- Чипсы начос..... **100 г**
- Чеснок..... **10 г**
- Масло растительное..... **50 мл**
- Соль, специи

Перец нарезать мелкими кубиками, помидоры нарезать средними кубиками, чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить фарш. Обжаривать, периодически помешивая, в течение 10 минут, затем добавить помидоры, чеснок, болгарский перец, соль, специи, залить фасолью в соусе и перемешать. Закрывать крышку, клапан не закрывать, готовить до окончания программы. Подавать с чипсами.





ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Перец болгарский.....**500 г**
- Фарш мясной.....**250 г**
- Рис отварной.....**200 г**
- Лук репчатый.....**100 г**
- Вода.....**1,5 л**
- Соль, специи

Лук измельчить ножом. В фарш добавить рис, лук, соль, специи и перемешать до однородной массы. Полученным фаршем начинить перцы. В чашу мультиварки-скороварки выложить перцы, залить водой и посолить. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



ШАШЛЫЧКИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе).....**300 г**
- Чеснок.....**10 г**
- Масло растительное.....**50 мл**
- Сливки 22%.....**50 мл**
- Соль, специи

Чеснок натереть на мелкой терке. Филе промыть, нарезать средними кубиками. Замариновать курицу в смеси сливок, чеснока, соли и специй на 20 минут. Филе нанизать на шпажки. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления выложить шашлычки в чашу. Готовить до окончания программы, периодически переворачивая, при открытой крышке.





ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЬЮ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо..... **500 г / 10 шт**
- Молоко 2,5%..... **500 мл**
- Петрушка (зелень)..... **20 г**
- Масло сливочное..... **30 г**
- Соль, специи

Петрушку измельчить ножом. Яйца с молоком взбить венчиком до однородной массы, добавить зелень, соль, специи и перемешать. Чашу мультиварки-скороварки смазать сливочным маслом, влить молочно-яичную смесь. Закрыть крышку, клапан не закрывать. Установить программу «Мультиповар» 110°C на 40 минут. Нажать кнопку «СТАРТ». Готовить до окончания программы.



ПЛОВ СО СВИНИНОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (шея)..... **500 г**
- Рис..... **300 г**
- Лук репчатый..... **250 г**
- Морковь..... **250 г**
- Чеснок..... **50 г**
- Масло растительное..... **50 мл**
- Вода..... **500 мл**
- Соль, специи

Свинину и рис промыть. Свинину нарезать средними кубиками, лук и морковь нарезать соломкой, чеснок измельчить ножом. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить мясо, обжаривать в течение 20 минут, помешивая, затем добавить лук, морковь и обжаривать до окончания программы. Затем в чашу добавить чеснок, соль, специи, засыпать рис, разровнять, залить водой. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Плов/Экспресс» на 25 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.





ПЛОВ С БАРАНИНОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис..... **300 г**
- Баранина (филе)..... **300 г**
- Морковь..... **350 г**
- Лук репчатый..... **350 г**
- Сало курдючное..... **200 г**
- Вода..... **500 мл**
- Соль, специи

Баранину промыть и нарезать кубиками. Сало нарезать мелкими кубиками, лук и морковь – соломкой. Рис промыть. На дно чаши мультиварки - сковородки выложить сало, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления выложить в чашу баранину и обжаривать в течение 10 минут. Затем добавить лук и морковь, жарить, помешивая до окончания программы. После окончания программы высыпать подготовленный рис в чашу и разровнять. Добавить соль, специи, залить водой, закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Плов/Экспресс» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



РИЗОТТО С КУРИЦЕЙ И ГРИБАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис «Арборио»..... **300 г**
- Лук репчатый..... **50 г**
- Масло сливочное..... **30 г**
- Бульон куриный..... **300 мл**
- Филе куриное..... **100 г**
- Грибы белые..... **80 г**
- Петрушка (зелень)..... **10 г**
- Сыр «Пармезан»..... **10 г**
- Чеснок..... **5 г**
- Вино белое сухое..... **200 мл**
- Масло оливковое..... **20 мл**

Рис промыть. Куриное филе нарезать соломкой, грибы и лук – кубиками, чеснок и петрушку измельчить ножом, сыр натереть на крупной терке. В чашу мультиварки-скороварки налить оливковое масло, установить программу «Мультиповар» 160°C на 40 минут, нажать кнопку СТАРТ. Через 5 минут в чашу выложить филе, грибы и лук. Обжаривать, периодически помешивая. За 20 минут до окончания программы добавить вино. За 15 минут до завершения приготовления в чашу добавить сливочное масло и рис. За 8 минут до завершения приготовления добавить бульон и перемешать. Закрывать крышку, клапан не закрывать и готовить до окончания программы. Перед подачей посыпать петрушкой и тертым сыром.





РУЛЬКА ТЕЛЯЧЬЯ С ОВОЩАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рулька телячья (разрубленная на кости)..... **1 кг**
- Картофель..... **400 г**
- Помидор..... **200 г**
- Лук репчатый..... **200 г**
- Морковь..... **200 г**
- Масло оливковое..... **40 мл**
- Вино белое сухое..... **100 мл**
- Вода..... **200 мл**
- Лавровый лист..... **2 шт**
- Соль, специи

Рульку промыть, натереть солью и специями. Картофель и помидоры нарезать крупными дольками. Лук нарезать крупной соломкой, морковь – кружочками. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло и уложить рульку. Затем в чашу выложить оставшиеся ингредиенты, налить вино и воду. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 1 час 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания программы открыть клапан и выпустить пар.



ДОЛМА

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Фарш из баранины.....**300 г**
- Виноградные листья маринованные.....**150 г**
- Рис отварной.....**150 г**
- Лук зеленый.....**50 г**
- Мята.....**20 г**
- Петрушка.....**20 г**
- Укроп.....**20 г**
- Чеснок.....**20 г**
- Вода
- Соль, специи

Зелень и чеснок измельчить ножом, смешать с фаршем, рисом, солью и специями. На виноградные листья выложить по 10-15 г фарша и завернуть в трубочки. На дно чаши мультиварки- скороварки плотно уложить долму. Налить воду в чашу, чтобы покрыла долму. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания программы открыть клапан и выпустить пар.





НАГГЕТСЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (филе)..... **350 г**
- Яйцо..... **150 г / 3 шт**
- Масло растительное..... **100 мл**
- Сухари панировочные
- Соль, специи

Куриное филе промыть и нарезать кубиками по 2,5–3 см. Яйца взбить венчиком до однородной массы. Кусочки филе посолить, приправить специями, обмакнуть в яйцо и обвалить в панировочных сухарях. В чашу мультиварки-скороварки налить растительное масло, установить программу «Жарка» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить наггетсы. Жарить при открытой крышке до золотистой корочки, периодически переворачивая, до окончания программы.



КУРИЦА ЖАРЕНАЯ С ЧЕСНОКОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица (голени)..... **500 г**
- Масло растительное..... **100 мл**
- Чеснок..... **30 г**
- Соль, специи

Курицу промыть, натереть чесноком, солью и специями. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить курицу. Жарить при открытой крышке, периодически переворачивая до окончания программы.





КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Картофель..... **1 кг**
- Вода..... **1,5 л**
- Соль
- Масло сливочное, укроп для подачи

В чашу мультиварки-скороварки выложить картофель, залить водой, добавить соль. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



ПАЭЛЬЯ С МОРЕПРОДУКТАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Лосось (филе)..... **100 г**
- Треска (филе)..... **100 г**
- Мидии в ракушках (половинки)..... **100 г**
- Креветки тигровые..... **100 г**
- Рис «Аброрио»..... **300 г**
- Чеснок..... **10 г**
- Бульон рыбный..... **400 мл**
- Соль, карри

Рыбу промыть и нарезать кубиками по 2 см. Креветки очистить от панциря, оставив хвостик, чеснок измельчить ножом. Рис промыть до прозрачной воды. В чашу мультиварки-скороварки выложить морепродукты, засыпать рисом, добавить чеснок, соль и специи, залить бульоном. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Плов/Экспресс» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар.





РИС ОТВАРНОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Рис длиннозерный..... **200 г**
- Вода..... **400 мл**
- Соль

Рис промыть, выложить в чашу мультиварки-скороварки, залить водой, добавить соль. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Плов/Экспресс» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар.



ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Греча (ядрица)..... **300 г**
- Вода..... **380 мл**
- Соль

Гречу промыть, выложить в чашу мультиварки-скороварки, добавить соль и залить водой. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Плов/Экспресс» на 10 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар.





БУЖЕНИНА

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (окорок, лопатка, шея)..... **1 кг**
- Морковь..... **100 г**
- Чеснок..... **50 г**
- Масло растительное..... **50 мл**
- Вода..... **800 мл**
- Соль, черный перец

Морковь нарезать брусочками. Чеснок (20 г) натереть на мелкой терке и смешать с растительным маслом. Мясо посолить, поперчить и натереть смесью масла и чеснока. Сделать в мясе глубокие проколы, вложить туда кусочки моркови и целые дольки чеснока. Завернуть мясо в два слоя фольги и положить в чашу мультиварки-скороварки, вокруг налить 400 мл воды. Закрыть крышку, клапан не закрывать, установить программу «Мультиповар» 140 °С на 1 час 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Через 45 минут открыть крышку, перевернуть буженину, залить оставшуюся воду. Закрыть крышку и готовить до окончания программы.



ЯЗЫК ОТВАРНОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Язык говяжий.....**1 кг**
- Лук репчатый.....**250 г**
- Вода.....**2,5 л**
- Лавровый лист
- Соль, специи

Язык промыть, луковицы разрезать пополам. Язык выложить в чашу мультиварки - скороварки, залить водой, добавить лук, лавровый лист, соль и специи. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 1 час, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар. Готовый язык остудить в холодной воде и очистить от кожи.





СУДАК ПОД МАРИНАДОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Судак (филе)..... **700 г**
- Морковь..... **300 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Помидоры..... **100 г**
- Томатная паста..... **100 г**
- Уксус 9%..... **20 мл**
- Мука..... **100 г**
- Масло растительное..... **140 мл**
- Сахар, соль, специи

Филе промыть и нарезать на порционные куски. Муку смешать с солью и запанировать в ней рыбу. Морковь натереть на мелкой терке, лук порезать соломкой, помидоры нарезать кубиками 1 x 1 см. На дно чаши мультиварки - скороварки налить 70 мл масла, выложить все овощи, добавить томатную пасту, уксус, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 10 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. Затем открыть клапан и выпустить пар. Маринад выложить в отдельную емкость. На дно чаши мультиварки - скороварки налить 70 мл масла, установить программу «Жарка» на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала отсчета времени приготовления в чашу выложить половину запанированной рыбы. Через 4 минуты рыбу перевернуть, жарить еще 4 минуты. Готовую рыбу выложить в отдельную посуду, вторую половину рыбы пожарить точно также. Жареную рыбу выложить в глубокую посуду и покрыть маринадом.



ПЕЧЕНОЧНЫЙ ПАШТЕТ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Печень говяжья..... **500 г**
- Морковь..... **200 г**
- Лук репчатый..... **100 г**
- Масло оливковое..... **80 мл**
- Масло сливочное..... **100 г**
- Соль, специи

Очистить печень от проток, пленки, промыть и нарезать небольшими кусочками (4–5 см). Лук и морковь крупно нарезать. На дно чаши мультиварки - сковородки налить оливковое масло, установить программу «Жарка» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовить в чашу выложить лук, морковь и обжаривать в течение 10 минут, периодически помешивая. Затем добавить печень и обжаривать до окончания программы. Печень с овощами остудить, добавить сливочное масло, соль, специи и измельчить при помощи блендера до однородной массы. Готовый паштет переложить в форму и убрать в холодильник на 3–4 часа.





ЗЕЛЬЦ ИЗ ИНДЕЙКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Индейка (филе без кожи)..... **700 г**
- Желатин..... **30 г**
- Перец болгарский красный сушеный (хлопья)..... **20 г**
- Чеснок..... **10 г**
- Лавровый лист..... **1–2 шт**
- Вода..... **900 мл**
- Соль, перец черный молотый

Желатин замочить в 100 мл воды. Индейку промыть, нарезать средними кубиками. В чашу мультиварки-скороварки выложить индейку, залить 800 мл воды, добавить чеснок, лавровый лист, соль, черный перец и перемешать. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар. Из бульона удалить лавровый лист, добавить желатин, тщательно перемешать до полного растворения желатина и разлить в формы. Поставить в холодильник до застывания на 5–6 часов.



СТУДЕНЬ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Свинина (ножки)..... **900 г**
- Говядина (филе)..... **300 г**
- Лук репчатый..... **300 г**
- Морковь..... **300 г**
- Чеснок..... **10 г**
- Вода
- Соль, специи (черный перец горошком, лавровый лист)

Ножки и говядину промыть, морковь нарезать кружками толщиной 0,5 см. Чеснок измельчить ножом. В чашу мультиварки-скороварки выложить подготовленные ножки, говядину, морковь и лук, добавить соль, специи, залить водой до максимальной отметки в чаше мультиварки-скороварки. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 1 час 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. По окончании программы открыть клапан и выпустить пар. Процедить бульон через марлю, сложенную в 4 слоя, смоченную в холодной воде. Готовые свиные ножки остудить, отделить мякоть от костей и вместе с говядиной измельчить ножом. Равномерно разложить мясо с морковью по формам, добавить чеснок, залить бульоном и поставить в холодильник до застывания на 5–6 часов.





ДОМАШНИЙ ТВЕРДЫЙ СЫР

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 4%..... **1 л**
- Творог 9%..... **600 г**
- Масло сливочное..... **50 г**
- Яйцо..... **50 г / 1 шт**
- Соль крупная..... **5 г**
- Сода..... **5 г**

В чашу мультиварки-скороварки выложить творог, залить молоком и перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 5 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар. Готовую массу процедить и дать стечь сыворотке. Добавить соль, соду, размягченное сливочное масло, яйцо и перемешать. Полученную массу выложить в чашу мультиварки-скороварки, установить программу «Мультиповар» 98°C на 10 минут. Готовить, постоянно помешивая до окончания программы. Готовую массу переложить в отдельную емкость, сверху поставить пресс и убрать в холодильник на 6–8 часов.



ТВОРОГ ДОМАШНИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Кефир (простокваша).....4 л

В чашу мультиварки-скороварки налить кисломолочный продукт, закрыть крышку, клапан не закрывать, установить программу «Мультиповар» 98°C на 40 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После завершения программы приготовления процедить полученную массу через сито или марлю, дать стечь сыворотке.





ЙОГУРТ КЛАССИЧЕСКИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Молоко 4%.....**700 мл**
- Сливки 22%.....**150 мл**
- Простокваша.....**150 мл**

Все ингредиенты смешать и залить в чашу мультиварки-скороварки. Закрыть крышку, клапан не закрывать, установить программу «Йогурт/Тесто» на 8 часов, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. Готовый йогурт перемешать, разлить по стеклянным емкостям и убрать в холодильник до застывания.



СМЕТАНА НА СУХОЙ ЗАКВАСКЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сливки 22%.....**1 л**
- Закваска сухая (для сметаны).....**3 г/1 пакет**

В чистой емкости смешать сливки с закваской и перелить в чашу мультиварки-скороварки. Закрывать крышку, клапан не закрывать, установить программу «Йогурт/Тесто» на 8 часов, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. Готовую сметану поставить в холодильник на 3 часа.





ФОНДЮ ШОКОЛАДНОЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Шоколад горький..... **500 г**
- Сливки 22%..... **500 мл**
- Ликер кофейный..... **100 мл**

Плитку шоколада разломать на дольки, выложить в чашу мультиварки-скороварки, добавить ликер, залить сливками. Установить программу «Мультиповар» 90°C на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы.



ФОНДЮ СЫРНОЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сыр «Чеддер»..... **350 г**
- Вино белое сухое..... **150 мл**
- Сливки 22%..... **75 мл**
- Крахмал..... **10 г**
- Чеснок..... **10 г**
- Лимон..... **5 г**
- Вода..... **50 мл**
- Сахар, соль, специи

Сыр натереть на мелкой терке, чеснок измельчить ножом. Из лимона выдавить сок. Сливки, воду, крахмал и сахар смешать в отдельной емкости до однородной массы. В чашу мультиварки-скороварки залить вино, установить программу «Мультиповар» 90°C на 15 минут, нажать кнопку СТАРТ. Через 5 минут добавить чеснок и сыр, постоянно помешивая, чтобы получилась однородная масса. Не прекращая помешивать, добавить лимонный сок, соль и специи. За 3 минуты до завершения приготовления при постоянном помешивании добавить смесь из сливок и крахмала. Готовить до окончания программы.





КЛУБНИЧНАЯ ПАННА-КОТТА

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сливки 33%.....**400 мл**
- Сахар.....**50 г**
- Клубника свежая.....**100 г**
- Желатин листовой.....**12 г**
- Молоко 2,5%.....**120 мл**
- Ванилин.....**1 г**

Клубнику промыть, обсушить и измельчить при помощи блендера. Желатин замочить в холодной воде на 1 минуту и отжать. В чашу мультиварки-скороварки выложить клубничное пюре, добавить сливки, сахар, молоко, ванилин и перемешать. Закрыть крышку, клапан не закрывать, установить программу «Мультиповар» 100°С на 5 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания программы 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.



МОЛОКО СГУЩЕННОЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сливки 22%..... **1 л**
- Сахар..... **1,2 кг**
- Молоко сухое..... **600 г**
- Вода..... **150 г**

В чашу мультиварки-скороварки налить воду, добавить сахар и перемешать. Установить программу «Мультиповар» 95°C на 45 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить при открытой крышке, постоянно помешивая. Как только сахар растворится, добавить сливки и сухое молоко, все перемешать. Готовить до окончания программы, периодически помешивая.





АНАНАСОВЫЙ ФЛАН

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Ананас консервированный..... **250 г**
- Яйцо..... **150 г / 3 шт**
- Мука пшеничная..... **25 г**
- Сахар..... **60 г**
- Сок лимона..... **20 мл**
- Коньяк..... **30 мл**
- Масло сливочное..... **5 г**
- Вода..... **1 л**
- Формы силиконовые

Ананас нарезать кубиками и измельчить с сахаром в блендере до однородной массы. В отдельной емкости взбить яйца с мукой. Добавить сок лимона, коньяк и ананасовое пюре. Перемешать до однородной массы. Смазать формы сливочным маслом, выложить ананасовую массу. Поставить формы на дно чаши мультиварки-скороварки. Вокруг формочек налить воду до их середины. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Шеф» на 5 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар. Готовый флан остудить и вынуть из формы.



ШОКОЛАДНЫЕ КОНФЕТЫ С МИНДАЛЕМ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сливки 33%.....**80 мл**
- Шоколад горький.....**180 г**
- Шоколад молочный.....**120 г**
- Миндаль (обжаренный).....**40 г**
- Какао-порошок.....**100 г**
- Масло сливочное.....**50 г**

Шоколад разломать на дольки. В чашу мультиварки-скороварки выложить шоколад и сливочное масло, залить сливками. Установить программу «Мультиповар» 90°C на 10 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить при открытой крышке до окончания программы, периодически помешивая. Готовую смесь остудить и убрать в холодильник на 1 час, затем сформировать шарики, внутрь каждого поместить миндаль и обвалить их в какао.





ГЛИНТВЕЙН

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Вино красное сухое..... **700 мл**
- Сахар..... **100 г**
- Изюм..... **10 г**
- Корень имбиря..... **10 г**
- Апельсиновая корка..... **10 г**
- Корица (палочка)..... **10 г**
- Кардамон..... **10 г**
- Гвоздика..... **10 г**

Все ингредиенты для глинтвейна выложить в чашу мультиварки-скороварки и залить вином. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Шеф» на 3 минуты, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания программы открыть клапан и выпустить пар. Оставить глинтвейн в мультиварке-скороварке еще на 30 минут на подогреве.



КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яблоко.....**1 кг**
- Сахар.....**250 г**
- Вода.....**3 л**

Яблоки мелко нарезать, положить в чашу мультиварки-скороварки, добавить сахар и залить водой. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Суп/Варка» на 10 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания программы открыть клапан и выпустить пар.





КАКАО

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Сахар.....**100 г**
- Какао-порошок.....**80 г**
- Ваниль (стручок).....**1 шт**
- Молоко 2,5%.....**600 мл**
- Вода.....**200 мл**

Стручок ванили разрезать пополам. В чашу мультиварки-скороварки налить молоко и воду, добавить какао и сахар, перемешать, добавить ваниль. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Шеф» на 5 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар. Из готового какао вынуть стручок ванили.



БАКЛАЖАННАЯ ИКРА

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Баклажаны.....**600 г**
- Морковь.....**100 г**
- Лук репчатый.....**100 г**
- Помидоры.....**200 г**
- Чеснок.....**20 г**
- Масло оливковое.....**100 мл**
- Сок лимонный.....**10 мл**
- Соль, специи

Баклажаны очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками, посолить, перемешать и оставить на 10 минут. Морковь, лук и помидоры нарезать мелкими кубиками, чеснок натереть на мелкой терке. На дно чаши мультиварки-скороварки налить масло, установить программу «Жарка» на 20 минут, нажать кнопку СТАРТ. После начала обратного отсчета времени приготовления в чашу выложить лук и морковь, обжаривать, периодически помешивая, в течение 10 минут, затем добавить помидоры и продолжать обжаривать до окончания программы. Выложить к обжаренным овощам баклажаны, чеснок, добавить лимонный сок, соль, специи и перемешать. Закрыть крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 10 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания приготовления открыть клапан и выпустить пар.



ТУШЕНКА КУРИНАЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Курица..... **1,5 кг**
- Вода..... **300 мл**
- Соль
- Лавровый лист
- Перец черный горошком

Снять с курицы кожу, отделить мясо от костей. Мясо положить в чашу мультиварки-скороварки, добавить соль, перец, лавровый лист и залить водой. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 1 час 30 минут, нажать кнопку СТАРТ. Готовить до окончания программы. После окончания программы открыть клапан и выпустить пар. Готовую тушенку разложить по горячим стерилизованным банкам, закрыть крышками и закатать. Банки хранить в холодильнике.





ЛЕЧО ПО-БОЛГАРСКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Перец болгарский.....**1,5 кг**
- Помидоры.....**1,5 кг**
- Перец чили.....**10 г**
- Сахар.....**100 г**
- Масло растительное.....**100 мл**
- Соль.....**10 г**
- Чеснок.....**15 г**
- Уксус 9%.....**3 мл**

Помидоры пропустить через мясорубку. Болгарский перец очистить от сердцевин и семян, нарезать дольками шириной 1,5 см, чеснок вместе с чили измельчить ножом. Все ингредиенты выложить в чашу мультиварки-скороварки, добавить масло, сахар, соль, чеснок, уксус и тщательно перемешать. Закрывать крышку и клапан выхода пара, установить программу «Тушение/Студень» на 30 минут. Нажать СТАРТ, готовить до окончания программы. После окончания программы, открыть клапан и выпустить пар. Готовое лечо разложить по стерилизованным банкам, накрыть крышками и закатать.

LUMME-RU.COM

Горячая линия 8-800-200-68-77
(звонок по России бесплатный)