



ПОЧУВСТВУЙ СЕБЯ ДОМА

MPC-6001
MPC-6002

RECIPE BOOK

МУЛЬТИВАРКА-
СКОРОВАРКА

БОЛЬШЕ РАЗНООБРАЗИЯ
ВАШИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

106 рецептов



ГОТОВИМ
С MIDEA

БОЛЬШЕ РАЗНООБРАЗИЯ
ВАШИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ





ПРОФЕССИОНАЛ НА ВАШЕЙ КУХНЕ

С мультиваркой-скороваркой MPC-6001 & MPC-6002 вы забудете о долгих часах, проводимых на кухне. Нужно только уложить подготовленные ингредиенты в чашу и нажать несколько кнопок: мультиварка-скороварка сама приготовит задуманное вами блюдо!

В модели реализованы 15 автоматических программ: часть из них работает при нормальном давлении в режиме мультиварки, другие – при высоком давлении в режиме скороварки. Приготовление под давлением, как правило, сокращает время готовки в 2 раза, что позволяет сохранять в продуктах максимум витаминов и питательных веществ.

В модели есть уникальная программа ВАКУУМ, предназначенная для приготовления блюд по технологии sous-vide. Блюда sous-vide готовятся в специальных вакуумных пакетах при невысокой температуре, которая поддерживается на протяжении всего времени приготовления. При отсутствии контакта с кислородом продукты сохраняют максимальное количество витаминов и естественную текстуру: овощи получаются хрустящими и насыщенными, а мясные блюда – сочными и мягкими.

В мультиварке-скороварке реализована и универсальная функция МУЛЬТИПОВАР, которая позволяет менять настройки времени и температуры приготовления в процессе работы программ: ВАКУУМ, ВЫПЕЧКА, ЖАРКА/ФРИТЮР и СОУС.

Специалисты MIDEA разработали мультиварку-скороварку, чтобы каждое ваше блюдо стало настоящим гастрономическим шедевром, а кулинария — простым и вкусным занятием!



15 автоматических программ основных блюд



Аксессуары в комплекте :пароварка+ йогуртница + противень

Чаша



Мерный стакан



Черпак
Плоская ложка



Контейнер
для приготовления
на пару



Подставка



Баночки
для



Описание некоторых программ



ВАКУУМ — для приготовления блюд из мяса, птицы, рыбы, морепродуктов, овощей и фруктов по технологии sous-vide (в вакууме).



СУП — для варки бульонов, супов, крем-супов, а также для приготовления детского питания, компотов, морсов, маринадов и т. д.



ЖАРКА/ФРИТЮР — для приготовления стейков, бифштексов, отбивных, а также других мясных, рыбных и овощных блюд.



ТОМЛЕНИЕ — для приготовления томленых супов и каш, тушенки, заливного из рыбы, а также рульки и буженины, топленого молока.



ВЫПЕЧКА — для приготовления запеканок, пирогов, пиццы, бисквитов, кексов, а также для запекания мяса, рыбы и овощей.



ЙОГУРТ/ТЕСТО — для приготовления натурального йогурта с различными добавками и без, а также расстойки теста.

Оглавление

Гарниры

Рис с овощами	1
Гречка рассыпчатая	2
Фасоль красная отварная	3
Пюре картофельное	4
Картофель, жаренный с грибами	5
Рис отварной	6

Блюда на пару

Семга с картофелем	7
Овощи на пару	8
Манты	9
Тилапия с овощами	10
Свинина с картофелем	11
Котлеты куриные с рисом	12

Супы

Харчо	13
Рассольник	14
Борщ	15
Щи	16
Солянка	17
Уха	18
Суп грибной	19

Суп с фрикадельками	20
Суп с домашней лапшой	21
Суп гороховый с копченостями	22
Крем-суп овощной	23
Крем-суп с семгой	24

Закуски и салаты

Паштет из куриной печени	25
Теплый салат с креветками	26
Закуска с креветками и чесноком	27
Заливное из семги	28

Десерты

Халва подсолнечная	29
Панна котта шоколадная	30
Варенье из лесных ягод	31

Блюда во фритюре

Картофель фри	32
Куриные наггетсы	33
Лаваш	34

Вторые блюда

Курица жареная	35
Драники	36
Котлеты куриные с сыром	37
Зразы	38
Свинина по-французски	39
Отбивные из свинины	40
Рулька	41
Рагу со свининой	42
Гуляш из говядины	43
Жаркое с паровым картофелем	44
Бефстроганов	45
Голубцы в сметанном соусе	46
Овощное рагу	47
Бигус	48
Перцы фаршированные	49
Курица со сливками	50
Чахохбили с фасолью	51
Желудки куриные	52
Гуляш по-средиземноморски	53
Плов со свининой	54
Плов с морепродуктами	55
Плов с овощами	56
Омлет	57

Каши

Каша кукурузная	58
Каша овсяная	59
Каша рисовая	60
Каша манная	61
Каша гречневая	62
Каша пшенная	63

Кисло-молочные продукты

Творог	64
Сыр плавленый	65
Сыр домашний	66
Йогурт классический	67
Йогурт с клубникой	68

Фондю

Фондю сырное	69
--------------	----

Копченые блюда

Курица копченая	70
Свинина копченая	71
Форель копченая	72

Выпечка

Кекс шоколадный	73
Кекс бананово-ореховый	74
Бисквит классический	75
Пирог с рыбой	76
Пицца с салями	77
Пицца с морепродуктами	78
Пирог творожный	79
Шарлотка с яблоками	80

Хлеб

Тесто дрожжевое	81
Хлеб ржано-пшеничный	82
Хлеб белый	83

Консервация

Маринад для огурцов	84
Икра кабачковая	85
Лечо	86
Маринад для помидоров	87

Напитки

Компот из сухофруктов	88
Морс брусничный	89
Глинтвейн	90

Детское меню

Каша рисовая протертая	91
Каша гречневая протертая	92
Каша манная 5-процентная	93
Каша манная на овощном бульоне	94
Пюре фруктовое	95
Каша манная с яблочным пюре	96
Каша из гречневой и рисовой муки	97
Пюре рыбное	98
Каша манная на курином бульоне	99
Бульон мясной	100
Суп-пюре картофельный	101

Блюда sous-vide (в вакууме)

Рулет говяжий с орехами и чёрносливом	102
Курица с пряными травами	103
Ребра свиные	104
Говядина с пряностями	105
Форель фаршированная	106

Рис с овощами

Ингредиенты:

- Рис пропаренный — 200 г
- Морковь — 130 г
- Лук репчатый — 50 г
- Оливки — 50 г
- Чеснок — 5 г
- Масло оливковое — 40 мл
- Вода — 270 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рис промыть, морковь и чеснок натереть на крупной терке, лук нарезать кубиками по 0,5 см, оливки разрезать пополам. В чашу выложить все ингредиенты, перемешать и разровнять лопаткой. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **РИС/КРУПЫ**, время приготовления **25 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Гречка рассыпчатая

Ингредиенты:

- Крупа гречневая (ядрица) — 260 г
- Масло сливочное — 20 г
- Вода — 330 мл
- Соль

Порядок приготовления

Чашу смазать сливочным маслом, выложить в нее промытую крупу, залить водой, добавить соль и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **РИС/КРУПЫ**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.





Фасоль красная отварная

Ингредиенты:

- Фасоль красная (элитная) – 500 г
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Фасоль залить кипятком и оставить на 1 час, затем откинуть на сито и дать стечь жидкости. В чашу выложить фасоль, залить водой, добавить соль и специи. Закрывать крышку и клапан. Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **45 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Пюре картофельное

Ингредиенты:


- Картофель – 600 г
- Молоко 2,5% – 200 мл
- Масло сливочное – 50 г
- Вода – 100 мл
- Соль

Порядок приготовления

Картофель разрезать на 6 частей, выложить в чашу, залить молоком и водой, добавить сливочное масло и соль. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **25 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Из готового картофеля сделать пюре.





Картофель, жаренный с грибами

Ингредиенты:

- Картофель — 400 г
- Шампиньоны свежие — 130 г
- Масло растительное — 60 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Картофель нарезать средней соломкой, грибы — ломтиками толщиной 0,5 см. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **22 минуты**. После звукового сигнала в чашу выложить все ингредиенты, добавить соль, специи и перемешать. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы.

Рис отварной

Ингредиенты:

- Рис пропаренный — 260 г
- Масло сливочное — 10 г
- Вода — 330 мл
- Соль

Порядок приготовления

Рис промыть. Чашу смазать сливочным маслом, выложить в нее рис, залить водой, добавить соль и перемешать. Закрывать крышку.

Установить программу **ЭКСПРЕСС**. Готовить до окончания программы.



Семга с картофелем

Ингредиенты:

- Семга (стейк) — 300 г
- Картофель — 350 г
- Вода — 1 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Стейк натереть солью, специями. Картофель нарезать кубиками по 2 см. В чашу налить воду, установить подставку и контейнер для приготовления на пару, выложить в него рыбу, картофель, добавить соль и специи. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **12 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Овощи на пару

Ингредиенты:

- Картофель — 150 г
- Перец болгарский — 120 г
- Стручковая фасоль — 100 г
- Брокколи замороженная — 100 г
- Вода — 1 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Картофель нарезать кубиками по 2 см, болгарский перец нарезать кубиками по 3 см. В чашу налить воду, установить подставку и контейнер для приготовления на пару, выложить в него все овощи, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **10 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Манты

Ингредиенты:

Для теста:

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

Для фарша:

- Говядина (филе) — 300 г
- Свинина (филе) — 300 г
- Яйцо — 100 г/2 шт.
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 5 г
- Соль
- Специи

Для варки:

- Вода — 1 л

Порядок приготовления

Замесить тесто: в муке сделать небольшое углубление, аккуратно вбить в него яйца, добавить растительное масло, подсоленную воду и перемешать. Вымешивать до тех пор, пока тесто не станет однородным.

Приготовить фарш: мясо пропустить через мясорубку вместе с луком и чесноком, добавить яйца, соль, специи и перемешать. Раскатать тесто в пласт толщиной 3 мм и вырезать из него кружки диаметром 10 см. В середину каждого выложить небольшую порцию мясного фарша и круговым движением защипать края теста.

В чашу налить воду, установить подставку и контейнер для приготовления на пару, выложить в него манты. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Тилапия с овощами

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рыбу натереть солью и специями, морковь нарезать кружками по 0,3 см. В чашу налить воду, сверху установить подставку и контейнер для приготовления на пару, выложить в него овощи и рыбу, добавить соль и специи. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **12 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Свинина с картофелем

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Мясо нарезать на стейки толщиной 2 см, натереть солью, специями и горчицей. Поставить в холодильник на 2 часа.

Картофель нарезать кубиками по 2 см. В чашу налить воду, установить подставку и контейнер для приготовления на пару, выложить в него свинину и картофель. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Котлеты куриные с рисом

Ингредиенты:

- Курица (филе) — 600 г
- Рис шлифованный — 300 г
- Лук репчатый — 100 г
- Масло сливочное — 10 г
- Чеснок — 6 г
- Вода — 370 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рис промыть. Курицу, лук и чеснок пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и вымесить до однородной массы. Из фарша сформировать котлеты. Чашу смазать сливочным маслом, выложить рис, залить водой, добавить соль и перемешать.

Установить подставку и контейнер для приготовления на пару, выложить в него котлеты. Закрыть крышку и клапан. Установить программу **РИС/КРУПЫ**, время приготовления **25 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Харчо

Ингредиенты:

- Баранина (филе) — 500 г
- Картофель — 400 г
- Лук репчатый — 150 г
- Паста томатная — 80 г
- Рис шлифованный — 70 г
- Чеснок — 15 г
- Масло растительное — 40 мл
- Вода — 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рис промыть. Мясо и картофель нарезать кубиками по 1–1,5 см, лук нарезать кубиками по 0,5 см, чеснок измельчить. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **12 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить лук и томатную пасту, перемешать. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**.

В чашу добавить все оставшиеся ингредиенты и перемешать. Закрывать крышку и клапан. Установить программу **СУП**, время приготовления **30 минут**. 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
- Морковь — 80 г
- Паста томатная — 80 г
- Крупа перловая — 70 г
- Чеснок — 10 г
- Рассол огуречный — 100 мл
- Масло растительное — 40 мл
- Вода — 1,7 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо и картофель нарезать кубиками по 1,5 см, морковь, лук и огурцы — кубиками по 0,5–1 см. Перловую крупу промыть, чеснок измельчить. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **15 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить морковь, лук, огурцы, добавить томатную пасту и перемешать. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая.

За 5 минут до завершения приготовления добавить огуречный рассол и перемешать. Готовить до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку **«Отмена»**.

В чашу выложить все оставшиеся ингредиенты и перемешать. Закрыть крышку и клапан. Установить программу **СУП**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Борщ

Ингредиенты:

- Говядина (филе) — 250 г
- Картофель — 300 г
- Свекла — 150 г
- Капуста белокочанная — 150 г
- Лук репчатый — 80 г
- Морковь — 80 г
- Паста томатная — 80 г
- Чеснок — 10 г
- Масло растительное — 40 мл
- Вода — 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо, лук, свеклу, морковь, капусту и картофель нарезать средней соломкой, чеснок измельчить. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **12 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить лук, морковь и томатную пасту, перемешать. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку «Отмена».

В чашу добавить все оставшиеся ингредиенты и перемешать. Закрывать крышку и клапан. Установить программу **СУП**, время приготовления **35 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Щи

Ингредиенты:

- Говядина (филе) — 400 г
- Капуста белокочанная — 300 г
- Картофель — 150 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 80 г
- Чеснок — 5 г
- Масло растительное — 40 мл
- Вода — 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Говядину нарезать кубиками по 2 см. Морковь натереть на крупной терке, капусту мелко нашинковать, картофель и лук нарезать средней соломкой, чеснок измельчить. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **7 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить морковь и лук, перемешать. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку «**Отмена**».

В чашу выложить все оставшиеся ингредиенты и перемешать. Закрыть крышку и клапан. Установить программу **СУП**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Солянка

Ингредиенты:

- Говядина (филе) — 300 г
- Курица копченая — 200 г
- Колбаски охотничьи — 130 г
- Картофель — 400 г
- Огурцы соленые — 130 г
- Морковь — 100 г
- Паста томатная — 100 г
- Лук репчатый — 70 г
- Рассол огуречный — 100 мл
- Масло растительное — 40 мл
- Вода — 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо, колбаски, курицу, лук, соленые огурцы, морковь и картофель нарезать средней соломкой. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **15 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить лук, морковь, соленые огурцы, колбаски, курицу и томатную пасту, перемешать. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку «Отмена».

В чашу добавить все оставшиеся ингредиенты и перемешать. Закрывать крышку и клапан. Установить программу **СУП**, время приготовления **35 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Уха

Ингредиенты:

- Судак (филе) — 250 г
- Окунь (филе) — 250 г
- Картофель — 300 г
- Помидоры — 200 г
- Лук-порей — 100 г
- Перец болгарский — 100 г
- Вода — 2 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рыбу, болгарский перец, картофель и помидоры нарезать кубиками по 1 см, лук нарезать средней соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу, добавить соль и специи, перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **СУП**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



A close-up photograph of a white ceramic bowl filled with a light-colored mushroom soup. The soup contains visible chunks of potatoes, mushrooms, and finely chopped green herbs. The bowl is placed on a light-colored, textured surface, possibly a bamboo mat. A slice of bread is visible in the bottom left corner, and a whole mushroom is in the top left corner.

Суп грибной

Ингредиенты:

- Грибы замороженные – 300 г
- Картофель – 350 г
- Морковь – 100 г
- Лук репчатый – 80 г
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Грибы разморозить, промыть, откинуть на сито и дать стечь воде. Картофель, лук и морковь нарезать кубиками по 1 см. Все ингредиенты выложить в чашу, залить водой, добавить соль и специи, перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **СУП**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Суп с фрикадельками

Ингредиенты:

- Фарш из свинины и говядины – 200 г
- Картофель – 400 г
- Лук репчатый – 100 г
- Морковь – 100 г
- Паста томатная – 50 г
- Чеснок – 5 г
- Масло растительное – 20 мл
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Из фарша сформировать фрикадельки диаметром 1,5–2 см. Лук, морковь и картофель нарезать кубиками по 1 см, чеснок измельчить. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **10 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить лук, морковь и томатную пасту, перемешать. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**.

В чашу добавить картофель, чеснок, соль, специи, залить водой и перемешать, выложить фрикадельки. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **СУП**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Суп с домашней лапшой

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 200 г
- Картофель – 200 г
- Лапша домашняя – 100 г
- Лук репчатый – 100 г
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Курицу и картофель нарезать средней соломкой, лук – мелкой соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу и перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **СУП**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Суп гороховый с копченостями

Ингредиенты:

- Ребра свиные копченые — 300 г
- Колбаса копченая — 100 г
- Картофель — 500 г
- Горох шлифованный целый — 300 г
- Лук репчатый — 150 г
- Морковь — 100 г
- Масло растительное — 30 мл
- Вода — 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Горох замочить в горячей воде (85 °С) на 1 час, затем слить с него воду. Ребра отделить друг от друга. Морковь, лук, колбасу и картофель нарезать кубиками по 1 см. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **12 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить морковь и лук, перемешать. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Затем нажать кнопку «Отмена».

В чашу выложить остальные ингредиенты и перемешать. Закрыть крышку и клапан. Установить программу **СУП**, время приготовления **35 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Крем-суп овощной

Ингредиенты:

- Брокколи — 200 г
- Цветная капуста — 200 г
- Картофель — 160 г
- Морковь — 60 г
- Вода — 1 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Картофель и морковь нарезать кубиками по 1,5 см. В чашу выложить все ингредиенты, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **СУП**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовый суп перелить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Крем-суп с семгой

Ингредиенты:

- Семга (филе) — 300 г
- Картофель — 200 г
- Кабачок — 60 г
- Лук репчатый — 60 г
- Морковь — 60 г
- Сливки 10% — 100 мл
- Вода — 800 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рыбу и овощи нарезать кубиками по 1,5 см. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **СУП**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Готовый суп перелить в отдельную емкость, добавить соль, специи, сливки и взбить блендером до однородной массы.



Паштет из куриной печени

Ингредиенты:

- Печень куриная — 380 г
- Лук репчатый — 100 г
- Масло сливочное — 30 г
- Сливки 10% — 40 мл
- Масло растительное — 20 мл
- Мускатный орех (тертый)
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Лук нарезать крупными кольцами. Печень нарезать кубиками по 1 см. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **17 минут**. После звукового сигнала выложить лук и печень. Готовить при открытой крышке до окончания программы, периодически помешивая.

Готовую печень остудить, выложить в отдельную емкость, добавить сливочное масло, сливки, мускатный орех, соль, специи и взбить блендером до однородной массы.

Теплый салат с креветками

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Креветки промыть, очистить от панциря, оставив хвостик. Цукини очистить от кожицы и нарезать кубиками 1 см. Авокадо очистить от кожуры, вынуть косточку, нарезать кубиками по 1 см, имбирь очистить, натереть на мелкой терке. Помидоры разрезать пополам, базилик измельчить, листья салата нарвать руками.

В отдельной емкости смешать авокадо, помидоры, листья салата, добавить тертый корень имбиря, базилик, соль, полить оливковым маслом и перемешать. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **12 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить в один слой креветки и цукини. Готовить при открытой крышке до окончания программы, периодически переворачивая цукини и креветки.

На салатную смесь выложить цукини и креветки. При подаче цукини и креветки должны быть теплыми.



Закуска с креветками и чесноком

Ингредиенты:

- Креветки тигровые — 600 г
- Чеснок — 5 г
- Петрушка — 5 г
- Масло растительное — 35 мл
- Сок лимонный — 5 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Креветки промыть, очистить от панциря, оставив хвостик. Чеснок и петрушку измельчить. В отдельную емкость выложить креветки, добавить лимонный сок, чеснок, петрушку, соль, специи и перемешать. Поставить мариноваться в холодильник на 4 часа. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **12 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить креветки и перемешать. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы.

Заливное из семги

Ингредиенты:

- Семга (суповой набор) — 900 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Желатин — 10 г
- Вода — 2 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Желатин замочить в холодной воде на 5 минут, затем отжать. Лук и морковь нарезать кубиками 1 см. В чашу выложить все ингредиенты (кроме желатина), залить водой, добавить соль и специи. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **35 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Затем извлечь рыбу и овощи из бульона, бульон процедить, рыбу остудить, отделить мясо от костей и выложить в форму вместе с морковью. В горячем бульоне развести желатин и залить им рыбу и морковь. Поставить в холодильник до застывания.





Халва подсолнечная

Ингредиенты:

- Семечки подсолнечные очищенные – 400 г
- Сахар – 100 г
- Мука пшеничная – 150 г
- Масло сливочное – 100 г
- Вода – 100 мл

Порядок приготовления

Крышку не закрывать. Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **12 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить семечки. Готовить при открытой крышке, периодически перемешивая, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**.

Семечки пересыпать в отдельную емкость и измельчить блендером до однородной массы. Крышку не закрывать. Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **10 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить муку. Готовить, периодически помешивая муку, до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**.

Затем смешать муку и измельченные семечки в отдельной емкости до однородной массы. В чашу налить воду, добавить сахар и перемешать. Закрывать крышку. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **10 минут**.

За 5 минут до завершения приготовления открыть крышку, добавить сливочное масло и тщательно перемешать венчиком, закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Затем добавить сироп в массу из семечек и муки, тщательно перемешать. Массу разложить в формы и поставить в холодильник на 2 часа.

Панна котта шоколадная

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Шоколад натереть на мелкой терке. В чашу налить молоко и сливки, добавить тертый шоколад, сахар, ванилин и перемешать. Закрывать крышку.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **5 минут**. Готовить, периодически открывая крышку и помешивая венчиком, до окончания программы.

Желатин замочить в холодной воде на 1 минуту и отжать. Затем 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.



Варенье из лесных ягод

Ингредиенты:

- Лесные ягоды — 800 г
- Сахар — 800 г
- Вода — 250 мл

Порядок приготовления

В чашу выложить ягоды, добавить сахар, залить водой и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Картофель фри

Ингредиенты:

- Картофель фри (полуфабрикат) — 200 г
- Масло растительное — 300 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать. Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **15 минут**.

После звукового сигнала выложить картофель в чашу. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Перед подачей посыпать специями и солью.



Куриные наггетсы

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 340 г
- Яйцо – 150 г/3 шт.
- Масло растительное – 300 мл
- Сухари панировочные
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Куриное филе нарезать кубиками по 2,5–3 см. Яйца взбить венчиком или миксером до однородной массы. Филе посолить и приправить специями, обмакнуть в яйцо и обвалить в панировочных сухарях. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **15 минут**. После звукового сигнала выложить наггетсы в чашу. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы.

Лаваш

Ингредиенты:

- Мука пшеничная — 150 г
- Дрожжи сухие — 5 г
- Сахар — 5 г
- Соль — 2 г
- Масло растительное — 20 мл
- Вода — 90 мл

Порядок приготовления

В теплой воде растворить дрожжи, сахар и соль, добавить муку, растительное масло и вымесить тесто. Чашу смазать растительным маслом (10 мл), выложить тесто. Закрывать крышку.

Установить программу **ЙОГУРТ/ТЕСТО**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Тесто выложить из чаши на стол и аккуратно размять руками в круг, равный диаметру чаши, вилкой сделать бороздки. Чашу смазать маслом, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **18 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить лаваш. За 9 минут до завершения приготовления лаваш перевернуть. Готовить при открытой крышке до окончания программы.



Курица жареная

Ингредиенты:

- Курица (голень, бедро) — 400 г
- Лимон — 20 г
- Чеснок — 15 г
- Масло растительное — 40 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Из лимона выдавить сок, чеснок натереть на мелкой терке. Курицу натереть смесью из лимонного сока, чеснока и специй и поставить в холодильник на 2 часа. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **20 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить курицу и закрыть крышку. Готовить, периодически открывая крышку и переворачивая курицу, до окончания программы.

Драники

Ингредиенты:

- Картофель – 270 г
- Яйцо – 50 г/1 шт.
- Мука – 10 г
- Масло растительное – 50 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Картофель натереть на крупной терке, смешать с яйцом, солью, специями и мукой. Из картофельной массы сформировать драники. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать. Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **16 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить драники. За 7 минут до завершения приготовления драники перевернуть. Готовить до окончания программы.



Котлеты куриные с сыром

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 500 г
- Сыр твердый – 120 г
- Масло сливочное – 50 г
- Сухари панировочные – 30 г
- Петрушка свежая – 10 г
- Укроп свежий – 10 г
- Масло растительное – 70 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Сыр натереть на крупной терке, зелень измельчить. Сыр смешать с зеленью, сливочным маслом и солью. Из сырной массы сформировать пять шариков равного диаметра и поместить в морозилку на 5 минут.

Куриное филе пропустить через мясорубку, добавить соль, специи и перемешать до однородной массы. Из фарша сформировать пять лепешек, выложить на каждую сырный шарик, сформировать котлеты и обвалить их в панировочных сухарях. В чашу налить масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **18 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить котлеты и закрыть крышку. За 9 минут до завершения приготовления открыть крышку и перевернуть котлеты. Закрыть крышку. Готовить до окончания программы.

Зразы

Ингредиенты:

- Фарш из свинины и говядины – 210 г
- Лук репчатый – 80 г
- Яйцо вареное – 50 г /1 шт.
- Масло сливочное – 20 г
- Сухари панировочные – 20 г
- Лук зеленый – 20 г
- Петрушка – 10 г
- Масло растительное – 50 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

В фарш добавить соль, специи и перемешать до однородной массы. Петрушку и зеленый лук измельчить, яйцо натереть на крупной терке, репчатый лук нарезать кубиками по 0,5 см. В чашу выложить сливочное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **5 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить лук. Готовить при открытой крышке, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку «Отмена».

Обжаренный лук выложить в отдельную емкость, добавить тертое яйцо, зелень и перемешать. Из фарша сформировать четыре одинаковые овальные лепешки, в середину каждой выложить смесь из лука, зелени и яйца. Соединить края лепешек, сформировать зразы и обвалить в панировочных сухарях. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **18 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить зразы. Готовить, периодически переворачивая зразы, до окончания программы.



Свинина по-французски

Ингредиенты:

- Свинина (шея) — 430 г
- Помидоры — 170 г
- Сыр твердый — 100 г
- Шампиньоны свежие — 70 г
- Масло растительное — 30 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо нарезать на стейки толщиной 2 см и слегка отбить. Помидоры и грибы нарезать слайсами по 0,5 см, сыр натереть на крупной терке. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **15 минут**. После звукового сигнала выложить мясо, посыпать его солью и специями, сверху выложить помидоры и грибы, посыпать сыром. Закрывать, но не фиксировать крышку. Готовить до окончания программы.

Отбивные из свинины

Ингредиенты:

- Свинина (шея) — 300 г
- Масло растительное — 40 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо нарезать на стейки толщиной 2–2,5 см и отбить до толщины 0,5 см, натереть солью и специями. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **17 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить мясо. За 9 минут до завершения приготовления свинину перевернуть. Готовить до окончания программы.





Рулка

Ингредиенты:

- Рулька свиная — 900 г
- Лук репчатый — 120 г
- Чеснок — 15 г
- Базилик — 5 г
- Масло растительное — 50 мл
- Вода — 400 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

В рулке сделать глубокие надрезы и нашпиговать зубчиками чеснока. Лук и базилик измельчить, смешать с солью и специями. Полученной смесью натереть рульку и оставить мариноваться в холодильнике на 9 часов.

Рульку выложить в чашу, добавить растительное масло и воду. Закрывать крышку и клапан. Установить программу **ТОМЛЕНИЕ**, время приготовления **1 час**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Рагу со свиной

Ингредиенты:

- Свиная (филе) — 400 г
- Картофель — 500 г
- Перец болгарский — 200 г
- Помидоры — 200 г
- Морковь — 150 г
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 15 г
- Петрушка — 10 г
- Вода — 50 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо и овощи нарезать кубиками по 2 см, петрушку и чеснок измельчить. Все ингредиенты (кроме петрушки) выложить в чашу, добавить соль, специи, влить воду и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовое блюдо посыпать петрушкой.



Гуляш из говядины

Ингредиенты:

- Говядина — 700 г
- Лук репчатый — 200 г
- Паста томатная — 100 г
- Чеснок — 20 г
- Масло растительное — 70 мл
- Вода — 200 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо и лук нарезать кубиками по 1,5–2 см, чеснок измельчить. Все ингредиенты выложить в чашу, добавить томатную пасту, соль и специи, растительное масло, залить водой и тщательно перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **25 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Жаркое с паровым картофелем

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Говядину нарезать кубиками по 1–1,5 см, лук и морковь — кубиками по 0,5–1 см, имбирь очистить и измельчить. Картофель разрезать вдоль на две равные части.

Говядину, лук, морковь и имбирь выложить в чашу, добавить воду, растительное масло, соль, специи и перемешать. Сверху установить подставку и контейнер для приготовления на пару, равномерно выложить в него картофель. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **25 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.





Бефстроганов

Ингредиенты:

- Говядина (филе) – 500 г
- Сливки 33% – 200 г
- Лук репчатый – 120 г
- Масло сливочное – 30 г
- Вода – 100 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо нарезать широкими полосками толщиной 1,5–2 см, отбить до толщины 0,5–0,8 см и нарезать поперек волокон средней соломкой длиной 3–4 см. Лук нарезать средней соломкой. В чашу выложить все ингредиенты (кроме сливок) и перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **25 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Открыть крышку, залить сливки, перемешать и оставить на режиме «Автоподогрев» на 10 минут.

Голубцы в сметанном соусе

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Капустные листья выдержать в кипятке (около 95 °С) 5 минут, крупные прожилки отбить. Говядину вместе с луком и чесноком пропустить через мясорубку, добавить соль, специи, рис и яйцо, все тщательно перемешать.

На каждый капустный лист выложить небольшую порцию фарша и плотно завернуть. В отдельной емкости смешать сметану, муку и воду до однородной массы.

Чашу смазать сливочным маслом, на дно выложить сформированные голубцы швом вниз и залить сметанным соусом. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.





Овощное рагу

Ингредиенты:

- Картофель — 500 г
- Капуста белокочанная — 350 г
- Баклажаны — 300 г
- Помидоры — 150 г
- Морковь — 150 г
- Лук репчатый — 100 г
- Масло сливочное — 50 г
- Чеснок — 10 г
- Вода — 200 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Картофель, капусту, баклажаны и помидоры нарезать кубиками по 2 см, морковь и лук — кубиками по 1 см, чеснок измельчить. Все ингредиенты выложить в чашу, залить водой, добавить сливочное масло, чеснок, соль, специи и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Бигус

Ингредиенты:

- Говядина (филе) — 400 г
- Капуста белокочанная — 600 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 100 г
- Паста томатная — 100 г
- Вода — 100 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Мясо, капусту и лук нарезать средней соломкой, морковь натереть на крупной терке. Мясо, лук и морковь выложить в чашу, добавить томатную пасту, соль, специи и перемешать. Сверху выложить капусту, посыпать солью и специями, залить водой. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **35 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Перцы фаршированные

Ингредиенты:

- Фарш из свинины и говядины — 600 г
- Перец болгарский — 500 г (3 шт.)
- Рис отварной — 150 г
- Вода — 100 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Фарш смешать с рисом, добавить соль, специи и перемешать. Перцы очистить от сердцевины и семян, каждый наполнить фаршем, выложить в чашу, залить водой. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, уровень давления **«Средний»**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Курица со сливками

Ингредиенты:

- Курица (филе) — 440 г
- Сливки 33 % — 200 мл
- Лук-порей — 60 г
- Вода — 80 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Курицу нарезать кубиками по 1,5–2 см, лук-порей нарезать мелкой соломкой. Все ингредиенты (кроме сливок) выложить в чашу и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Затем открыть крышку, добавить сливки и оставить на режиме «Автоподогрев» на 10 минут.



Чахохбили с фасолью

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 300 г
- Фасоль стручковая свежая – 200 г
- Перец болгарский – 100 г
- Паста томатная – 100 г
- Лук репчатый – 100 г
- Масло растительное – 50 мл
- Вода – 200 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Перец и лук нарезать средней соломкой. Филе нарезать кубиками по 0,5–1 см. Все ингредиенты выложить в чашу и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Желудки куриные

Ингредиенты:

- Желудки куриные — 250 г
- Помидоры — 140 г
- Лук репчатый — 100 г
- Морковь — 70 г
- Перец болгарский — 60 г
- Вода — 150 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Желудки и овощи нарезать средней соломкой. Все ингредиенты выложить в чашу и перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.





Гуляш по-средиземноморски

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рыбу, перец и помидоры нарезать кубиками по 2 см, лук — кубиками по 1 см, чеснок измельчить. Все ингредиенты выложить в чашу, залить водой, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Плов со свинойной

Ингредиенты:

- Свиная (шея) — 300 г
- Рис шлифованный — 260 г
- Морковь — 100 г
- Лук репчатый — 100 г
- Чеснок — 10 г
- Масло растительное — 35 мл
- Вода — 330 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рис промыть, мясо нарезать кубиками по 2–2,5 см. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать крупной соломкой, чеснок промыть (можно не чистить).

Мясо, морковь, лук выложить в чашу, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Сверху на мясо выложить рис и разровнять лопаткой, в рис заложить зубчики чеснока, залить водой. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПЛОВ**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовое блюдо перемешать.



Плов с морепродуктами

Ингредиенты:

- Коктейль из морепродуктов (замороженный) – 300 г
- Рис шлифованный – 300 г
- Морковь – 120 г
- Лук репчатый – 100 г
- Вода – 360 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Морепродукты разморозить, промыть и слить воду. Лук и морковь нарезать мелкой соломкой, выложить в чашу, добавить коктейль из морепродуктов, соль, специи и перемешать. Сверху выложить рис и разровнять лопаткой, залить водой. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПЛОВ**, время приготовления **25 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовое блюдо перемешать.

Плов с овощами

Ингредиенты:

- Рис шлифованный — 260 г
- Кукуруза консервированная — 100 г
- Перец болгарский — 100 г
- Морковь — 70 г
- Лук репчатый — 70 г
- Масло растительное — 70 мл
- Вода — 330 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Рис промыть. Морковь, лук и перец нарезать кубиками по 0,5 см. С кукурузы слить жидкость.

Все овощи выложить в чашу, добавить растительное масло, соль, специи и перемешать. Сверху на овощи выложить рис и разровнять лопаткой, залить водой. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПЛОВ**, уровень давления **«Средний»**, время приготовления **25 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовое блюдо перемешать.



Омлет

Ингредиенты:

- Яйцо – 500 г /10 шт.
- Молоко 2,5% – 500 мл
- Масло сливочное – 10 г
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Яйца с молоком взбить венчиком до однородной массы, добавить соль, специи и перемешать. Чашу смазать сливочным маслом, влить молочно-яичную смесь. Закрывать крышку.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы.

Каша кукурузная

Ингредиенты:

- Крупа кукурузная — 100 г
- Молоко — 750 мл
- Масло сливочное — 20 г
- Соль
- Сахар

Порядок приготовления

Крупу промыть, выложить в чашу, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Каша овсяная

Ингредиенты:

- Хлопья овсяные (помол № 1) – 100 г
- Молоко 2,5% – 500 мл
- Масло сливочное – 20 г
- Соль
- Сахар

Порядок приготовления

Овсяные хлопья выложить в чашу, залить молоком, добавить сливочное масло, соль и сахар, тщательно перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Каша рисовая

Ингредиенты:

- Рис круглозерный шлифованный – 100 г
- Молоко 2,5% – 650 мл
- Масло сливочное – 20 г
- Соль
- Сахар

Порядок приготовления

Рис промыть, выложить в чашу, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Каша манная

Ингредиенты:

- Крупа манная – 30 г
- Молоко 2,5% – 480 мл
- Масло сливочное – 20 г
- Соль
- Сахар

Порядок приготовления

Крупу выложить в чашу, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Каша гречневая

Ингредиенты:

- Крупа гречневая (ядрица) – 150 г
- Молоко 2,5% – 750 мл
- Масло сливочное – 20 г
- Соль
- Сахар

Порядок приготовления

Крупу промыть, выложить в чашу, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Каша пшенная

Ингредиенты:

- Крупа пшенная — 100 г
- Молоко 2,5% — 750 мл
- Масло сливочное — 20 г
- Соль
- Сахар

Порядок приготовления

Крупу промыть, выложить в чашу, залить молоком, добавить сливочное масло, соль, сахар и тщательно перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Творог

Ингредиенты:

– Кефир – 1,2 л

Порядок приготовления

В чашу налить кефир. Закрыть крышку и клапан. Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **25 минут**.

После начала обратного отсчета установить температуру 90 °С. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовый творог откинуть на дуршлаг и слить жидкость.





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, специи и соду, перемешать до однородной массы. Полученную массу выложить в чашу.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **10 минут**. После начала обратного отсчета установить температуру 90 °С. Готовить при открытой крышке, постоянно помешивая, до окончания программы.

Готовую массу перелить в отдельную емкость и дать остыть.

Сыр домашний

Ингредиенты:

- Творог 9% — 1 кг
- Молоко 3,2% — 1 л
- Масло сливочное — 130 г
- Яйцо (желток) — 50 г /2 шт.
- Сода — 10 г
- Соль — 10 г

Порядок приготовления

Творог пропустить через мясорубку, сливочное масло размять. В отдельной емкости смешать сливочное масло, желтки, соду и соль до однородной массы. В чашу налить молоко. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Затем открыть крышку и добавить в молоко творог, перемешать до однородной консистенции, закрыть крышку. Оставить на режиме «Автоподогрев» на 10 минут. Нажать кнопку «Отмена».

Чистую марлю смочить в холодной воде, сложить в два слоя и застелить ею дуршлаг. Горячую творожную массу перелить в дуршлаг, дать сыворотке стечь. Крепко завязать марлю и повесить над раковиной. Когда лишняя жидкость полностью стечет, переложить творог в отдельную емкость, смешать с взбитым маслом и желтками до однородной массы. Полученную массу выложить в чашу.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **10 минут**. После начала обратного отсчета установить температуру 100°C. Готовить при открытой крышке, непрерывно помешивая, до окончания программы.

Переложить горячую сырную массу в предварительно смазанную сливочным маслом форму, сверху придавить легким прессом и убрать в холодильник на 10–12 часов.



Йогурт классический

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Молоко, сливки и простоквашу комнатной температуры смешать в отдельной емкости, перелить в чашу. Закрывать крышку.

Установить программу **ЙОГУРТ/ТЕСТО**, время приготовления **8 часов**. Готовить до окончания программы. Готовый йогурт поставить в холодильник на 3 часа.

Йогурт с клубникой

Ингредиенты:

- Клубника – 100 г
- Молоко 3,2% – 1 л
- Простокваша 2,5% – 350 мл
- Сливки 10% – 300 мл

Порядок приготовления

Клубнику нарезать кубиками по 0,5 см.

Молоко, сливки и простоквашу комнатной температуры смешать в отдельной емкости, затем перелить в чашу мультиварки. Добавить клубнику и перемешать. Закрывать крышку.

Установить программу **МУЛЬТИПОВАР**, температуру **35 °С**, время приготовления **12 часов**. Готовить до окончания программы.



Фондю сырное

Ингредиенты:

- Сыр чеддер – 350 г
- Крахмал – 10 г
- Чеснок – 10 г
- Вино белое сухое – 150 мл
- Сливки 22% – 75 мл
- Сок лимонный – 5 мл
- Вода – 50 мл
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Сыр натереть на мелкой терке, чеснок измельчить. Сливки, воду, крахмал и сахар смешать в отдельной емкости до однородной массы. В чашу налить вино, крышку не закрывать.

Установить программу **МОЛОЧНАЯ КАША**, время приготовления **10 минут**. За 7 минут до завершения приготовления 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.

Курица копченая

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Курицу нарезать на порционные куски весом 100 г, натереть солью, специями и «Жидким дымом». Подготовленные куски курицы завернуть в лист фольги в 2–3 слоя и выложить в чашу. Закрыть крышку.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **40 минут**. Готовить до окончания программы.



Свинина копченая

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Мясо нарезать на порционные куски толщиной 2–2,5 см, натереть солью, специями и «Жидким дымом». Каждый кусок завернуть в лист фольги в 2–3 слоя и выложить в чашу. Закрыть крышку.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **1 час 10 минут**. Готовить до окончания программы.

Форель копченая

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рыбу натереть солью, специями и «Жидким дымом». Рыбу завернуть в лист фольги и выложить в чашу. Закрыть крышку.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **25 минут**. Готовить до окончания программы.



Кекс шоколадный

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с — 110 г
- Яйцо — 200 г /4 шт.
- Масло сливочное — 155 г
- Сахар — 150 г
- Шоколад темный (горький) — 60 г
- Разрыхлитель — 2 г

Порядок приготовления

Шоколад натереть на мелкой терке. В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. При постоянном помешивании добавить размягченное сливочное масло (150 г), муку, разрыхлитель, тертый шоколад и тщательно перемешать до однородной массы.

Чашу смазать сливочным маслом (5 г) и выложить тесто. Закрыть крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **40 минут**. Готовить до окончания программы.

Кекс бананово-ореховый

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с — 560 г
- Банан — 380 г
- Грецкий орех — 200 г
- Сахар — 190 г
- Яйцо — 150 г/3 шт.
- Масло сливочное — 150 г
- Разрыхлитель — 2 г

Порядок приготовления

Яйца взбить с сахаром до стойкой пены, при постоянном помешивании добавить размягченное сливочное масло, муку и разрыхлитель. Грецкий орех и банан пропустить через мясорубку, полученную смесь аккуратно вмешать в тесто и перемешать до однородной массы.

Чашу смазать сливочным маслом, выложить тесто и разровнять. Закрывать крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **1 час**. Готовить до окончания программы. Готовый кекс оставить в мультиварке-скороварке на 15 минут.



Бисквит классический

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с — 180 г
- Яйцо — 250 г /5 шт.
- Сахар — 150 г
- Масло сливочное — 10 г
- Разрыхлитель — 2 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 смазать сливочным маслом и выложить тесто. Закрывать крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **40 минут**. Готовить до окончания программы. Готовый бисквит оставить в мультиварке-скороварке на 15 минут.

Пирог с рыбой

Ингредиенты:

- Тесто слоеное — 500 г
- Сайра консервированная — 250 г
- Картофель — 150 г
- Яйцо вареное — 50 г /1 шт.
- Лук зеленый — 50 г
- Масло сливочное — 10 г
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Консервированную рыбу размять вилкой, картофель нарезать тонкими кружками, яйцо натереть на крупной терке, зеленый лук измельчить. Рыбу смешать с яйцом и луком. Тесто разделить на две части и раскатать каждую в круг, равный диаметру чаши, толщиной в 1 см.

Чашу смазать сливочным маслом, выложить первую часть теста, сверху равномерно распределить рыбу, смешанную с зеленым луком и яйцом, затем выложить кружки картофеля, посыпать солью и специями. Накрывать второй частью теста, защипать края и сделать несколько проколов вилкой. Закрывать крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **1 час 20 минут**. За 20 минут до завершения приготовления открыть крышку, перевернуть пирог, закрыть крышку. Готовить до окончания программы.





Пицца с салями

Ингредиенты:

- Тесто дрожжевое — 250 г
- Масло сливочное — 15 г

Для начинки:

- Сыр твердый — 60 г
- Помидоры черри — 60 г
- Салями — 40 г
- Паста томатная — 20 г
- Майонез — 20 г
- Оливки — 15 г
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Для начинки: салями нарезать мелкой соломкой, помидоры — кружками, оливки — колечками. Сыр натереть на крупной терке.

Для соуса: томатную пасту смешать с майонезом, солью и специями до однородной массы.

Дрожжевое тесто раскатать в круг, равный диаметру чаши, толщиной 0,5 см. Чашу смазать сливочным маслом, на дно выложить тесто, смазать его соусом, сверху по всему диаметру выложить начинку и посыпать сыром. Закрывать крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы.

Пицца с морепродуктами

Ингредиенты:

- Тесто дрожжевое — 250 г
- Масло сливочное — 15 г

Для начинки:

- Сыр твердый — 60 г
- Помидоры черри — 60 г
- Коктейль из морепродуктов — 40 г
- Оливки — 15 г
- Паста томатная — 15 г
- Сметана 20% — 15 г
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Для начинки: морской коктейль разморозить, промыть, откинуть на сито и дать стечь жидкости. Помидоры нарезать кружками, оливки — колечками. Сыр натереть на крупной терке.

Для соуса: томатную пасту смешать со сметаной, солью и специями до однородной массы.

Дрожжевое тесто раскатать в круг, равный диаметру чаши, толщиной 0,5 см. Чашу смазать сливочным маслом, на дно выложить тесто, смазать его соусом, сверху по всему диаметру выложить начинку и посыпать сыром. Закрыть крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **30 минут**. Готовить до окончания программы.



Пирог творожный

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Белки отделить от желтков. В белки добавить соль и взбить миксером до стойкой пены. Апельсин очистить от кожуры. Клубнику и апельсин нарезать мелкими ломтиками.

Творог, желтки, сахар и муку смешать миксером до однородной массы. В творожную массу добавить взбитые белки и аккуратно перемешать лопаткой.

Чашу смазать сливочным маслом, выложить половину творожной массы, сверху выложить слоями апельсины и клубнику. Оставшуюся часть творожной массы выложить сверху и разровнять. Закрывать крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **1 час**. Готовить до окончания программы. Готовый пирог оставить в мультиварке-скороварке на 35 минут.

Шарлотка с яблоками

Ингредиенты:

- Мука пшеничная — 180 г
- Яблоки — 300 г
- Яйцо — 250 г /5 шт.
- Сахар — 200 г
- Масло сливочное — 10 г
- Разрыхлитель — 2 г
- Корица — 2 г

Порядок приготовления

Яблоки нарезать кубиками по 1 см. В отдельной емкости взбить яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавить муку, разрыхлитель, корицу, яблоки и тщательно перемешать до однородной массы.

Чашу смазать сливочным маслом, выложить тесто. Закрывать крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ВЫПЕЧКА**, время приготовления **1 час**. Готовить до окончания программы.



Тесто дрожжевое

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с — 600 г
- Сахар — 20 г
- Дрожжи сухие — 15 г
- Соль — 5 г
- Масло растительное — 10 мл
- Вода комнатной температуры — 300 мл

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи. Продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к стенкам емкости.

Чашу смазать растительным маслом, выложить тесто. Закрыть крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ЙОГУРТ/ТЕСТО**, время приготовления **1 час**. Готовить до окончания программы.

Хлеб ржано-пшеничный

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Пшеничную муку просеять в отдельную емкость, добавить гречневую и ржаную муку, соль, солод, тмин, дрожжи и перемешать. Не переставая помешивать, влить тонкой струйкой воду комнатной температуры, мед и оливковое масло. Тесто вымесить руками до получения однородной массы. Чашу смазать растительным маслом и выложить тесто. Закрыть крышку.

Установить программу **ЙОГУРТ/ТЕСТО**, время приготовления **1 час**. Готовить до окончания программы. Нажать кнопку **«Отмена»**. Затем выложить тесто на доску, обмять и хорошо вымесить.

Чашу смазать растительным маслом, выложить тесто и разровнять. Сверху посыпать кедровыми орехами и слегка примять. Закрыть крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ХЛЕБ**, время приготовления **2 часа 20 минут**. За 40 минут до завершения приготовления открыть крышку, перевернуть хлеб, закрыть крышку. Готовить до окончания программы.





Хлеб белый

Ингредиенты:

- Мука пшеничная в/с — 660 г
- Сахар — 25 г
- Дрожжи сухие — 15 г
- Соль — 10 г
- Масло растительное — 30 мл
- Вода комнатной температуры — 270 мл

Порядок приготовления

В отдельной емкости смешать муку, соль, сахар и дрожжи. Продолжая помешивать, тонкой струйкой влить воду и растительное масло (20 мл).

Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не начнет отставать от стенок емкости. Чашу смазать растительным маслом (10 мл), выложить тесто и разровнять. Закрывать крышку, снять паровой клапан.

Установить программу **ХЛЕБ**, время приготовления **3 часа**. За 1 час до завершения приготовления открыть крышку, перевернуть хлеб, закрыть крышку. Готовить до окончания программы. Готовый хлеб вынуть из чаши и дать ему остыть в течение 30 минут.

Маринад для огурцов

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Все ингредиенты выложить в чашу и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **10 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



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 кубиками по 1,5–2 см. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами, чеснок измельчить. В чашу налить растительное масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **25 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить кабачки, лук, морковь и чеснок. Готовить при открытой крышке до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку «Отмена».

Готовые овощи пропустить через мясорубку, выложить в чашу, добавить соль, сахар, перец, уксус и тщательно перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Лечо

Ингредиенты:

- Перец болгарский — 1,2 кг
- Помидоры — 700 г
- Морковь — 200 г
- Сахар — 100 г
- Чеснок — 50 г
- Петрушка — 15 г
- Укроп — 15 г
- Перец чили — 7 г
- Масло растительное — 90 мл
- Уксус 9% — 50 мл
- Соль

Порядок приготовления

Помидоры и морковь пропустить через мясорубку. Зелень, чеснок, перец чили измельчить. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, нарезать кольцами. Все ингредиенты выложить в чашу и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ТУШЕНИЕ/ХОЛОДЕЦ**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Маринад для помидоров

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Все ингредиенты выложить в чашу и тщательно перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **10 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Компот из сухофруктов

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Сухофрукты промыть, откинуть на сито и дать стечь. Все ингредиенты выложить в чашу и перемешать. Закрывать крышку и клапан. Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.



Морс брусничный

Ингредиенты:

- Брусника — 500 г
- Мед — 80 г
- Сахар — 50 г
- Вода — 2 л

Порядок приготовления

Ягоды промыть. Все ингредиенты выложить в чашу, залить водой и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Оставить морс в чаше на 20 минут, после чего процедить.

Глинтвейн

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Все ингредиенты выложить в чашу и перемешать. Закрывать крышку. Нажать кнопку «Отмена/Разогрев». Через 40 минут повторно нажать кнопку «Отмена/Разогрев».





Каша рисовая протертая

Ингредиенты:

- Рис нешлифованный – 30 г
- Молоко 2,5% – 100 мл
- Масло сливочное – 5 г
- Фруктозный сироп – 5 мл
- Раствор солевой – 3 мл
- Вода – 250 мл

Порядок приготовления

Рис промыть. Чашу смазать сливочным маслом, выложить рис, залить молоком и водой, добавить фруктозный сироп, солевой раствор и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовую кашу тщательно перемешать и протереть через сито.

Каша гречневая протертая

Ингредиенты:

- Крупа гречневая – 30 г
- Молоко 2,5% – 130 мл
- Фруктозный сироп – 5 мл
- Раствор солевой – 5 мл
- Вода – 200 мл

Порядок приготовления

Крупу промыть. Крышку не закрывать. Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **5 минут**.

После звукового сигнала в чашу выложить крупу. Готовить, периодически помешивая, до окончания программы. Нажать кнопку «Отмена».

Затем крупу перемешать, залить водой и молоком, добавить солевой раствор, фруктозный сироп и снова перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовую кашу протереть через сито.



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 смазать сливочным маслом, в нее выложить крупу, залить молоком и водой, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время приготовления **10 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовую кашу тщательно перемешать и протереть через сито.

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 замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см, выложить в чашу, залить водой, добавить соль. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовый бульон процедить.

Чашу смазать сливочным маслом, налить в нее бульон, добавить крупу и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время приготовления **10 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовую кашу тщательно перемешать и протереть через сито.



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 налить воду, сверху установить подставку и контейнер для приготовления на пару, равномерно выложить в нее фрукты, полить фруктозным сиропом. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **10 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовые фрукты переложить в отдельную емкость и взбить блендером до однородной массы.

Каша манная с яблочным пюре

Ингредиенты:


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

Порядок приготовления

Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, натереть на мелкой терке. Чашу смазать сливочным маслом, выложить в нее крупу, яблоки, залить молоком, добавить фруктозный сироп и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовую кашу тщательно перемешать.





Каша из гречневой и рисовой муки

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Рисовую и гречневую муку смешать с водой, перемешать венчиком до однородной массы. Чашу смазать сливочным маслом, залить молоко, добавить солевой раствор, фруктозный сироп, добавить мучную смесь и перемешать до однородной массы. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время приготовления **10 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар.

Пюре рыбное

Ингредиенты:

- Треска (филе) – 150 г
- Молоко 2,5% – 80 мл
- Раствор солевой – 3 мл
- Вода – 600 мл

Порядок приготовления

Рыбу очистить от кожи и костей, промыть. Молоко прокипятить. В чашу налить воду, установить подставку и контейнер для приготовления на пару, выложить в него рыбу, полить солевым раствором. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **12 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовую рыбу выложить в отдельную емкость, добавить кипяченое молоко и взбить блендером до однородной массы.



Каша манная на курином бульоне

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 100 г
- Крупа манная – 20 г
- Масло сливочное – 5 г
- Раствор солевой – 3 мл
- Вода – 450 мл

Порядок приготовления

Курицу нарезать кубиками по 0,5 см, выложить в чашу, залить водой и добавить солевой раствор. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **10 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовый бульон процедить.

Чашу сливочным маслом, налить в нее бульон, добавить крупу и перемешать. Закрывать крышку и клапан.

Установить программу **ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ**, время приготовления **10 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовую кашу тщательно перемешать и протереть через сито.

Бульон мясной

Ингредиенты:

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

Порядок приготовления

Мясо нарезать кубиками по 1 см. Овощи замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 0,5–1 см, петрушку крупно нарезать.

Мясо, овощи и зелень выложить в чашу, залить водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышку и клапан.

Установить программу **ПАР/ВАРКА**, время приготовления **20 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовый бульон процедить.



Суп-пюре картофельный

Ингредиенты:

- Картофель – 200 г
- Масло сливочное – 5 г
- Молоко 2,5% – 100 мл
- Раствор солевой – 3 мл
- Вода – 100 мл

Порядок приготовления

Картофель замочить в воде на 1 час, затем нарезать кубиками по 1 см. Чашу смазать сливочным маслом, выложить картофель, залить молоком и водой, добавить солевой раствор и перемешать. Закрыть крышу и клапан.

Установить программу **СУП**, время приготовления **15 минут**. Готовить до окончания программы, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовый картофель вместе с отваром протереть через сито.

Рулет говяжий с орехами и черносливом

Ингредиенты:

- Говядина (вырезка) — 400 г
- Чернослив — 50 г
- Орехи — 30 г
- Масло сливочное — 20 г
- Петрушка — 5 г
- Вода — 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Чернослив, петрушку и орехи измельчить. Филе отбить до толщины 0,5 см, натереть солью и специями. На филе равномерно выложить орехи, петрушку, чернослив и сливочное масло. Завернуть филе в рулет, выложить в специальный пакет и завакуумировать.

В чашу налить воду, выложить запечатанный рулет. Закрыть крышку. Установить программу **ВАКУУМ**, время приготовления **2 часа**. Готовить до окончания программы.



Курица с пряными травами

Ингредиенты:

- Курица (филе) – 500 г
- Травы прованские – 3 г
- Соус соевый – 30 мл
- Вода – 1,5 л
- Смесь перцев

Порядок приготовления

Куриное филе натереть травами и перцем, залить соевым соусом, поместить курицу в специальный пакет и завакуумировать. Поставить в холодильник на 3 часа.

В чашу налить воду, выложить запечатанную курицу. Закрывать крышку.

Установить программу **ВАКУУМ**, время приготовления **2 часа**. Готовить до окончания программы.

Ребра свиные

Ингредиенты:

- Ребра свиные – 1 кг
- Горчица – 30 г
- Мед – 20 г
- Паста томатная – 20 г
- Перец чили – 10 г
- Чеснок – 3 г
- Соус соевый – 10 мл
- Масло растительное – 20 мл
- Вода – 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Перец чили и чеснок измельчить. Ребра натереть солью и специями. Все ингредиенты (кроме воды и масла) перемешать, выложить в специальный пакет и завакуумировать. Положить пакет в холодильник на 4 часа.

В чашу налить воду, выложить запечатанные ребра. Закрывать крышку. Установить программу **ВАКУУМ**, время приготовления **3 часа**. Готовить до окончания программы. Нажать кнопку «Отмена».

Ребра извлечь из чаши и снять вакуумную упаковку. Из чаши вылить оставшуюся воду. В чашу налить масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **15 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить ребра. Готовить при открытой крышке, периодически переворачивая ребра, до окончания программы.





Говядина с пряностями

Ингредиенты:

- Говядина филе — 800 г
- Перец душистый (горошком) — 5 г
- Лавровый лист — 2 шт.
- Вода — 1,5 л
- Соль
- Специи

Порядок приготовления

Говядину натереть солью и специями. Все ингредиенты (кроме воды) перемешать, выложить в специальный пакет и завакуумировать. Положить пакет в холодильник на 8 часов.

В чашу налить воду, выложить запечатанную говядину. Закрывать крышку.

Установить программу **ВАКУУМ**, время приготовления **6 часов**. Готовить до окончания программы.

Форель фаршированная

Ингредиенты:

- Форель (тушка) — 500 г
- Шампиньоны — 100 г
- Лук репчатый — 50 г
- Лимон — 30 г
- Лук зеленый — 10 г

Порядок приготовления

Форель выпотрошить, очистить от чешуи и промыть, натереть солью и специями. Шампиньоны, лук репчатый и лук зеленый измельчить. Лимон нарезать тонкими кружками. В чашу налить масло, крышку не закрывать.

Установить программу **ЖАРКА/ФРИТЮР**, время приготовления **12 минут**. После звукового сигнала в чашу выложить репчатый лук и шампиньоны. Готовить при открытой крышке до окончания программы, периодически помешивая. Нажать кнопку «**Отмена**».

Готовую начинку выложить в отдельную емкость, добавить зеленый лук, соль, специи и перемешать. Нафаршировать начинкой форель. Форель и лимон выложить в специальный пакет и завакуумировать. Положить пакет в холодильник на 2 часа.

В чашу налить воду, выложить запечатанную рыбу. Закрывать крышку. Установить программу **ВАКУУМ**, время приготовления **1 час 30 минут**. Готовить до окончания программы.



Таблица калорийности (на 100 г продукта)

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Авокадо	2,0	14,7	1,8	147,5
Аджика	1	3,7	5,8	60,5
Апельсин	0,9	0,2	8,1	37,8
Ананас (консервированный)	0,36	0,12	12,65	53,1
Брусника	0,7	0,5	8	39,2
Бasilik	2,6	0,7	4,5	34,7
Бананы	1,5	0,1	21,8	94,1
Баранина (филе)	19,8	9,6	0	166
Бекон	23	45	0	497
Брокколи	3	0,4	5,2	36,4
Бульон мясной	7,4	2,6	0,2	54,1
Ветчина	14	24	0	272
Виноград	0,4	0	17,5	71,6
Гусь	15,2	39	0	411,8
Горчица	5,7	6,4	22,0	178,4
Гвоздика	6,0	20,1	27,0	312,9
Геркулес	11	6,2	50,1	300,2
Говядина (суповой набор)	15	5	0	105
Говядина (филе)	16	12	0	172

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Горох (сушеный)	20,5	2	53,3	313,2
Горох (зеленый)	5	0,2	8,3	55
Груша	0,4	0,3	9,5	42,3
Дрожжи	12,7	2,7	8,5	109
Дыня	0,6	0	9,1	38
Желатин	87,2	0,4	0,7	355
Желудок куриный	21	6,4	0,6	130
Жир свиной	0	99,7	0	897
Изюм	1,8	0	66	262
Имбирь (молотый)	9,1	6	70,8	347
Индейка (филе)	15,8	4,6	0,1	105
Йогурт без добавок	5	1,5	3,5	51
Какао	24,2	17,5	27,9	380
Кунжут	19	48	13,5	562
Капуста брюссельская	4,8	0	5,9	43
Капуста квашеная	1,6	0,1	5,2	28,1
Клюква сушеная	0,45	1,23	76,67	303
Кролик	21,1	11	0	183,4
Кабачок	0,6	0,3	4,9	24,7
Кальмары	18,0	0,3	0	74,0

Таблица калорийности (на 100 г продукта)

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Капуста белокочанная	1,8	0,1	4,7	27
Капуста пекинская	1,2	0,2	3,2	12
Капуста цветная	2,5	0,3	4,5	29,8
Кардамон	10,8	6,7	68,5	375
Киви	0,8	0,5	8,1	47,6
Картофель	2,0	0,4	18,1	84
Кетчуп	1	1	16	77
Клубника	0,8	0,4	6,3	36
Колбаса подкопченнная	15	33	2,3	366
Колбаски охотничьи	27,4	24,3	0	326
Кориандр (молотый)	1,5	0	5	26
Корица	3,9	3,2	79,8	261
Креветки	20,5	1,6	0,3	98
Крупа гречневая	12,6	3,3	62,1	328,5
Крупа кукурузная	8,3	1,2	72,4	333,6
Крупа манная	10,3	1	67,7	321
Крупа перловая	9,3	1,1	66,5	313,1
Крупа пшениная	11,5	3,3	66,5	341,7
Кукуруза (в початках)	10,3	4,9	67,5	355,3
Кукуруза (консервированная)	3,2	1	18,6	96

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Курага	5,2	0,3	51,0	227,5
Курица (голень)	21,3	11	0,1	184,6
Курица копченая	28,5	8,2	0,02	187,9
Курица (крылья)	21,3	11	0,1	184,6
Курица (филе)	23,6	1,9	0,4	113,1
Лапша пшеничная	10,4	1,1	69,7	330,3
Листья винограда	5,6	2,1	6,3	66,5
Лосось (филе)	20	8,1	0	153
Лук зеленый	1,3	0	3,5	19,2
Лук репчатый	1,4	0	9,1	42
Лимон	0,9	0,1	3	18,3
Лисички	1,6	1,1	2,2	20
Макароны	10,4	1,1	69,7	337,0
Молоко сухое	27	24	38,7	479
Мучная смесь для кекса готовая	10,8	1,3	69,9	334
Миндаль	18,6	57,7	13,6	645
Майонез 67%	2,8	67	2,6	624
Маргарин	0,3	82	1	743
Масло оливковое	0	99,9	0	899
Масло растительное	0	99,9	0	899

Таблица калорийности (на 100 г продукта)


Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Масло сливочное	0,8	72,5	1,3	661
Мед	0,8	0	80,3	308
Минтай	15,9	0,9	0	71,7
Молоко 3,2 %	2,8	3,2	4,5	58
Морепродукты	16,4	0,9	0	73,7
Морковь	1,3	0,1	7,2	34
Мука пшеничная	10,6	1,3	67,6	331
Мука ржаная	8,9	1,7	60,2	298
Мука гречневая	13,6	1,2	73,7	367
Мука рисовая	7,4	0,6	80,2	356
Мука кукурузная	7,2	1,5	70,2	323,1
Нектарины	0,9	0,2	11,8	48
Огурцы	0,8	0,1	2,6	14
Огурцы соленые	0,3	0,2	2,3	12,0
Оливки	0,8	10,7	6,3	115
Орех грецкий	13,8	61,3	10,2	648
Орех кедровый	11,6	61	19,3	673
Орех мускатный	20	50	7	556,3
Окунь	18,3	1	0	82,2
Патока	0	0,3	78	296

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Паста томатная	3	0	13	63
Персик	0,9	0,1	9,5	43
Перепела	21,8	4,5	0	134
Паприка	14,7	12,9	18,3	248,1
Перец болгарский	1,3	0	5,7	28
Перец чили	2	0,2	9,5	40
Петрушка	3,7	0,4	8	50
Печень куриная	20,4	5,9	1,4	140,3
Помидоры	1,1	0,2	3,8	23
Разрыхлитель теста	0,1	0	19,6	79
Ребра свиные копченые	10	52,7	0	514
Рис	7	1	71,4	330
Рожь	12,5	1,9	68,5	283
Репа	1,5	0	2,2	28
Сайра (консервированная)	17,5	2	0	88
Салат листовой	1,5	0,2	2,3	17
Сахар	0	0	99,8	399
Свекла	1,5	0,1	9,1	43,3
Свинина (ноги)	23,5	15,6	0	234
Свинина (ребра)	15,5	23,4	0	272,6

Таблица калорийности (на 100 г продукта)

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Свинина (фарш)	10	28	0	292
Свинина (филе)	28,7	11,2	0	223
Свинина (шея)	13,6	31,9	0	343
Семга	20,8	15,1	0	219
Сельдь	17	8,5	0	176
Сердце куриное	15,8	10,3	0,8	159
Сливки 10 %	3	10	4	118
Сливки 33 %	3	33	4	325
Сметана 20 %	2,8	20	3,2	224
Сок лимонный	0,6	0	3,9	18
Соус гранатовый	0	0	62,5	250
Соус барбекю	1,2	0	28	118
Соус соевый	10,3	0	8,1	73
Сухари панировочные	16	1	70	353
Сыр плавленый	15,1	23,1	1,6	276
Сыр твердый	23,5	26	0	350
Сахар ванильный	0,1	0,1	12,7	288,0
Сахар коричневый	0	0	99,6	398
Сельдерей	1,3	0,3	6,5	34
Смородина	1	0,2	7,3	35

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Сок ананасовый	0,3	0	13,4	54
Сосиски	11	23,9	1,6	266
Солод	10,5	1,7	71	341,3
Сухой эстрагон	1,5	0	5	26
Сыворотка	0,8	0,2	3,5	21,8
Тмин	19,7	14,6	11,9	257,8
Телятина	20,4	0,9	0	89
Творог	14	6	2,8	117,2
Тесто дрожжевое	7	6,5	40,7	224,1
Тесто на воде и муке	10	4	54	294
Тесто слоеное	5,5	21,9	39,5	357,1
Тилапия (филе)	20,1	1,7	0	95,7
Тунец	24,4	4,6	0	139
Тыква	1	0,1	4,2	25
Треска (филе)	16	0,6	0	69,4
Фарш из свинины и говядины	13,5	31,6	0	338,4
Уксус бальзамический	0,5	0	17	70,0
Яйцо (50 г)	12,7	11	0,7	159



ВКУСНО ГОТОВИТЬ — ЛЕГКО!
РЕАЛИЗУЙТЕ КУЛИНАРНЫЙ ПОЛЕТ ВАШЕЙ

 Midea[®]

make yourself at home