

Maxwell

моя первая любовь

Мультиварка – гармоничное решение для Вашей кухни!



MW-3815 BK



Малиновый рай там,
где ты есть...



Maxwell

моя первая любовь

Когда вкус малинового ветра тает на губах
и мир окрашен в малиновый цвет,
и твоя любовь становится частью твоей жизни,
как и первая в вашей жизни техника..



Мультиварка — это настоящий домашний повар, способный угодить Вам и Вашим близким: полезные каши, оригинальные супы, изысканные мясные блюда, нежнейшие десерты — теперь это легко приготовить при помощи одного прибора.

Устройство приятно удивит Вас простотой использования и ухода. Приготовление пищи превратится в настоящий праздник, который не только вдохновит на новые кулинарные подвиги, но и сэкономит время и силы. Вам лишь стоит заложить в мультиварку продукты, выставить нужную программу и, дождавшись сигнала о готовности блюда, наслаждаться вкуснейшими лакомствами.

В нашей книге Вы найдете 50 рецептов вкусных и полезных блюд для мультиварки на каждый день и для праздничного стола. Готовьте с удовольствием, дарите любовь и наслаждайтесь гармонией в Вашем доме!

**Малиновый рай там,
где ты есть...**





Программа	Время приготовления и температура
Каша	Заданное время по умолчанию – 20 минут Возможность устанавливать время от 15 минут до 1 часа 10 минут
Жарка	Заданное время по умолчанию – 30 минут Возможность устанавливать время от 10 минут до 1 часа
Суп	Заданное время по умолчанию – 1 час Возможность устанавливать время от 1 до 4 часов
Разогрев	Заданное время по умолчанию – 30 минут Возможность устанавливать время от 15 минут до 1 часа
Томление	Заданное время по умолчанию – 1 час Возможность устанавливать время от 1 до 6 часов
Выпечка	Заданное время по умолчанию – 45 минут Возможность устанавливать время от 25 минут до 2 часов
Паста	Заданное время по умолчанию – 20 минут Возможность устанавливать время от 15 до 40 минут
Холодец	Заданное время по умолчанию – 4 часа Возможность устанавливать время от 2 до 8 часов
Варка/На пару	Заданное время по умолчанию – 15 минут Возможность устанавливать время от 5 минут до 2 часов
- Овощи	
- Мясо	Заданное время по умолчанию – 30 минут Возможность устанавливать время от 5 минут до 2 часов
- Рыба	Заданное время по умолчанию – 25 минут Возможность устанавливать время от 5 минут до 2 часов
Тушение	Заданное время по умолчанию – 15 минут Возможность устанавливать время от 5 минут до 4 часов
- Овощи	Заданное время по умолчанию – 40 минут
- Мясо	Возможность устанавливать время от 5 минут до 4 часов
Мультиповар	Заданное время по умолчанию – 30 минут Возможность устанавливать время от 5 минут до 10 часов Возможность устанавливать температуру от 30 до 160 C



Maxwell

моя первая любовь



СОДЕРЖАНИЕ:

ЗАКУСКИ 9

Холодец из курицы	10
Холодец из свиной ножки	11
Грибы маринованные	12
Кабачковая икра	13
Роллы «Филадельфия»	14

ПЕРВЫЕ БЛЮДА 15

Уха из консервированного лосося	16
Щи ленивые	17
Минестроне с курицей	18
Сырный суп с брокколи	19
Суп-пюре из тыквы*	20

ВТОРЫЕ БЛЮДА С МЯСОМ, ПТИЦЕЙ 21

Таджикский плов	22
Гуляш из говядины	23
Баранина с овощами (буглама)	24
Куриные грудки в сметанном соусе	25
Польский бигос	26

Соус «Болоньезе» к пасте	27
Мясные шарики на пару*	28
Домашняя тушенка	29
Пицца «Пепперони»	30

С РЫБОЙ И МОРЕПРОДУКТАМИ 31

Форель на пару*	32
Рыба на пару по-китайски	33
Тефтели из пикши с томатом	34
Креветки карри	35
Паровое суфле из трески*	36

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ, ОВОЩНЫЕ БЛЮДА 37

Фриттата с зеленым луком	38
Картофель по-деревенски в сметанном соусе	39
Цветная капуста с сухариками	40
Ризотто с овощами	41
Рататуй*	42
Лобио	43

КАШИ, ГАРНИРЫ 45

Овсяная молочная каша*	46
Пшеничная каша с тыквой*	47
Рисовая молочная каша с яблоками*	48
Молочный микс из круп с морковью*	49
Гречневая каша рассыпчатая*	50
Рис рассыпчатый	51
Рис для суши и роллов	52
Паста	53

СЛАДКИЕ БЛЮДА, ДЕСЕРТЫ, ВЫПЕЧКА 55

Натуральный йогурт, йогурт с фруктами или ягодами*	56
--	----

Йогуртовая панна-котта с медом*	57
Творог домашний*	58
Суфле творожное с консервированными фруктами*	59
Пирог «Maxwell»	60
Пирог с сушеной клюквой	61
Медовая коврижка	62
Чизкейк с черникой	63
Бланманже с ягодами или фруктами*	64
Яблочный мусс*	65
Компот из груш*	66
Апельсиновый джем	67

Заключение 68

* Подходит для диетического и детского питания



Закуски

С закусок начинается любое торжественное застолье. Поэтому закуски — это не только прелюдия к основным блюдам, но, в первую очередь, визитная карточка любой хозяйки. По закускам всегда можно определить, насколько хозяйка любит и умеет готовить. Правильно подобранные закуски должны не только возбуждать аппетит, но и предотвращать последующее переедание в течение всей трапезы. Поэтому выбор закусок — важная составляющая любого торжественного застолья. Мы предлагаем несколько вариантов закусок, ориентированных на разные вкусы, чтобы наглядно продемонстрировать возможности приготовления самых разнообразных блюд в мультиварке.

ХОЛОДЕЦ ИЗ КУРИЦЫ



Ингредиенты (6-8 порций)

- куриные крылья, ножки, шейки (примерно 1 кг)
- 1 луковица
- 2 моркови
- 5 зубчиков чеснока
- 10-12 г желатина (столовая ложка)
- лавровый лист, душистый перец и соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Желатин замочить в холодной воде (полстакана) до набухания.
2. Промытые куски курицы сложить в чашу и залить холодной водой, чтобы уровень воды был примерно на 4-5 см выше курицы (но не выше отметки максимального уровня воды).
3. Включить режим «Холодец» на 2 часа 30 минут.
4. Когда бульон почти закипит, открыть крышку и тщательно снять пену вместе с жиром. После закипания поварить бульон примерно 5-7 минут с открытой крышкой, продолжая снимать пену. Когда пена перестанет образовываться, закрыть крышку.
5. Через полчаса добавить очищенные и нарезанные крупно корни, еще через полчаса добавить соль и приправы.
6. Сваренную курицу вынуть из бульона, кожу снять и выбросить, мясо разобрать на волокна и выложить в форму, украсить кружочками вареной моркови.
7. Чеснок очистить и нарезать тонкими ломтиками. Бульон процедить, снова перелить в чашу, добавить разбухший желатин, чеснок, тщательно размешать и включить режим «Разогрев» на 15 минут. Бульон разогреть, но не доводить до кипения.
8. Залить горячим бульоном курицу. Остудить и поставить форму в холодильник до полного застывания.

СОВЕТ:

Подать с горчицей, хреном и салатом из свежих овощей.



ХОЛОДЕЦ ИЗ СВИНОЙ НОЖКИ



Ингредиенты (5-6 порций)

- 1 свиная ножка (700 г)
- 300 г говяжьей грудинки
- 1 морковь
- 1 стебель сельдерея
- 1 корень петрушки
- 3-4 зубчика чеснока
- 5 горошин душистого перца
- 2 лавровых листа
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Свиную ножку тщательно вымыть, разрезать пополам или на несколько частей. Говяжью грудинку вымыть.
2. Положить мясо в чашу, налить воды таким образом, чтобы уровень воды был примерно на 5 см выше мяса (но не выше отметки максимального уровня воды).
3. Включить режим «Холодец» на 4 часа.
4. Когда бульон почти закипит, открыть крышку и тщательно снять пену вместе с жиром. После закипания поварить бульон примерно 5-7 минут с открытой крышкой, продолжая снимать пену. Когда пена перестанет образовываться, закрыть крышку.
5. За час до окончания варки добавить очищенные морковь, корень петрушки и стебель сельдерея целиком.
6. Добавить зубчики чеснока целиком, перец, лавровый лист, посолить.
7. По окончании программы вынуть мясо и овощи из бульона.
8. Отделить мясо от костей, разобрать мясо на волокна и выложить в форму.
9. Снять ложкой с поверхности бульона жир. Процедить бульон в форму, залив им мясо.
10. Подождать, пока остынет, и поставить форму в холодильник до полного застывания. Подавать с хреном и горчицей.

СОВЕТ:

Бульон из свиной ножки обычно получается очень насыщенным, и холодец не нуждается в добавлении желатина. Но если вы не уверены в качестве ингредиентов, добавьте в готовый бульон 1 ст. л. предварительно разбухшего желатина.



ГРИБЫ МАРИНОВАННЫЕ



Ингредиенты

- 500 г грибов (шампиньоны, лисички, опята, белые грибы)
- 700 мл воды
- 1 ст. л. соли
- 3-4 лавровых листа
- 80 мл столового уксуса
- 4-5 зубчиков чеснока
- 8-10 горошин черного перца

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Грибы вымыть и положить в чашу. Крупные грибы разрезать пополам или на четвертинки.
2. Налить воду, положить соль и включить режим «Варка/овощи» на 45 минут.
3. Когда вода закипит, снять пену. Варить после закипания 10 минут с открытой крышкой.
4. Добавить специи и приправы, закрыть крышку и варить до окончания программы, иногда помешивая.
5. Перелить грибы вместе с маринадом в банку. Подождать, пока банка совершенно остынет. Плотнo закрыть банку крышкой и хранить в холодильнике.

СОВЕТ:

Перед подачей откинуть грибы в дуршлаг и промыть холодной водой. Подавать со сметаной и репчатым луком, нарезанным тонкими полукольцами.



КАБАЧКОВАЯ ИКРА



Ингредиенты

- 2 кабачка
- 1 небольшой баклажан
- 2 помидора
- 1 сладкий перец
- 2 небольшие моркови или 1 крупная
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- 30 мл растительного масла
- 1 ст. л. лимонного сока
- 1 пучок зелени петрушки
- ½ ч. л. сушеного кориандра
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кабачки очистить и нарезать кубиками, баклажаны нарезать такими же кубиками, не снимая кожуру. У сладких перцев удалить семена и перегородки и нарезать небольшими кусочками. Лук, морковь, чеснок и зелень мелко нарезать. С помидоров снять кожуру и нарезать мелкими кубиками.
2. Все овощи, кроме помидоров, положить в чашу. Посолить, посыпать кориандром, сбрызнуть лимонным соком, добавить растительное масло и перемешать.
3. Включить режим «Жарка» на 30 минут. Обжарить овощи, периодически перемешивая, чтобы не подгорели. По окончании программы почти весь сок из овощей должен выпариться.
4. Добавить помидоры и зелень петрушки, перемешать. Закрyть крышку и включить режим «Тушение/овощи» на 30 минут. В процессе приготовления периодически перемешивать.
5. Готовую икру переложить в чистые банки и простерилизовать.

СОВЕТ:

Готовую икру по желанию можно измельчить в блендере до однородной консистенции и подавать в качестве пасты для бутербродов.



РОЛЛЫ «ФИЛАДЕЛЬФИЯ»



Ингредиенты (3-4 порции)

Для варки риса:

- 2 мульти-стакана круглого риса с высоким содержанием клейковины
- (лучше специальный рис для суши или круглый рис)
- 3 мульти-стакана воды
- 1 ст. л. рисового уксуса (или белого винного уксуса)
- 1 ч. л. сахара
- 1/2 ч. л. соли

Для гарнира:

- 200 г соленой семги
- 70 г сыра Филадельфия
- лист нори, васаби по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сварить рис (см. рецепт «Рис для суши и роллов»).
2. Специальный бамбуковый коврик для приготовления роллов (макису) обернуть пищевой пленкой, положить на пленку лист нори гладкой стороной вниз.
3. На лист нори выложить тонким ровным слоем рис, сместив его вперед – край рисового слоя должен примерно на 1 см выступать за пределы листа нори.
4. Накрывать рис пищевой пленкой и перевернуть, чтобы рис оказался снизу. Разгладить руками.
5. Лист нори смазать сыром Филадельфия и плотно свернуть ролл при помощи коврика.
6. Развернуть коврик и выложить впритык к роллу нарезанную тонкими пластинами семгу.
7. Плотнo сворачивая коврик, обернуть ролл семгой. Нарезать ролл острым ножом на равные кусочки. Нож перед каждым разрезом нужно мыть – он должен быть чистым и влажным.

НА ЗАМЕТКУ:

Нори богаты йодом, железом, кальцием и фосфором. Блюда с нори особенно рекомендованы при ослабленном иммунитете.



Первые блюда



Супы — важный компонент повседневного меню. Регулярное употребление супа — это в первую очередь гарантия хорошего самочувствия и стабильной работы пищеварения. Обед без супа для очень многих людей — это неполноценный прием пищи, который позволителен лишь в редких случаях. Поэтому варка супа для многих хозяек — это почти ежедневный ритуал, который требует немало времени. Мы собрали рецепты как традиционных супов, популярных и любимых многими, так и оригинальные рецепты, приготовление которых занимает немного времени.

УХА ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОГО ЛОСОСЯ



Ингредиенты (5-6 порций)

- 1 банка лосося в собственном соку (180 г)
- 6 ст. л. консервированного горошка
- 2 картофеля
- 1 морковь
- 1 луковица
- 1 стебель сельдерея
- 1 ст. л. растительного масла
- 2 душистых перца горошком
- 1 лавровый лист
- зелень укропа, сливочное масло и соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Морковь натереть на крупной терке, лук и стебель сельдерея мелко нарезать. Картофель очистить и нарезать кубиками.
2. В чашу налить растительное масло и включить режим «Жарка» на 20 минут.
3. Когда масло хорошо разогреется, положить в чашу морковь, лук и сельдерея и обжарить до мягкости. Затем добавить картофель, перемешать и готовить все вместе, периодически помешивая, до окончания программы.
4. Налить в чашу 1,5 л воды и включить режим «Суп» на 1 час.
5. За 15 минут до окончания программы добавить лосося вместе с соком из банки, зелень укропа, зеленый горошек, лавровый лист, перец и соль, перемешать.
6. В каждую порцию при подаче положить кусочек сливочного масла.

СОВЕТ:

Вместо лосося можно использовать консервированного тунца.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

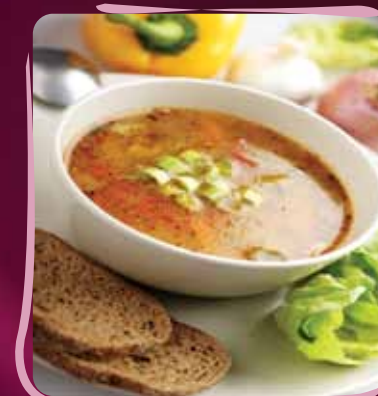
1. Овощи очистить, капусту нашинковать, картофель нарезать кубиками. Морковь нарезать соломкой или кружочками. Лук и корень петрушки нарезать некрупно, чеснок и зелень измельчить.
2. Мясо нарезать порционными кусками, положить в чашу, налить 2 л воды и включить режим «Суп» на 2 часа.
3. Когда бульон почти закипит, открыть крышку и тщательно снять пену вместе с жиром. После закипания поварить бульон примерно 5-7 минут с открытой крышкой, продолжая снимать пену. Когда пена перестанет образовываться, закрыть крышку.
4. Через час добавить подготовленные овощи, перемешать.
5. За 15 минут до окончания программы добавить чеснок, лавровый лист, перец и соль.
6. При подаче посыпать зеленью, подавать со сметаной.

НА ЗАМЕТКУ:

Щи получили название «ленивые», так как корни предварительно не пассируют в масле, и все продукты нарезают чуть крупнее, чем для классических щей.



ЩИ ЛЕНИВЫЕ



Ингредиенты (5-6 порций)

- 450 г говядины или говяжьей грудки
- 300 г белокочанной капусты
- 2 клубня картофеля
- ½ моркови
- ½ луковицы
- ½ корня петрушки
- 2 зубчика чеснока
- 1 лавровый лист
- зелень петрушки и укропа по вкусу
- 3 горошины душистого перца
- соль по вкусу

МИНЕСТРОНЕ С КУРИЦЕЙ



Ингредиенты (5-6 порций)

- 300 г куриного филе (грудка без кожи)
- ½ луковицы, ½ моркови
- 1 стебель сельдерея, 1 небольшой цукини
- 200 г цветной капусты
- 100 г зеленого горошка
- 2 помидора, 1 сладкий перец
- 2 зубчика чеснока
- 120 г мелких макаронных изделий
- 2 ст. л. оливкового масла
- 2-3 перышка зеленого лука
- зелень петрушки по вкусу
- 1 лавровый лист
- ½ ч. л. смеси сухих специй «прованские травы»
- перец черный молотый и соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Куриное филе нарезать небольшими кубиками. Цветную капусту разобрать на соцветия, крупные соцветия разрезать пополам. Чеснок и зелень мелко нарубить. С помидоров снять кожицу (можно использовать резанные консервированные помидоры). Все остальные овощи очистить и нарезать мелкими кубиками.
2. В чашу налить оливковое масло и включить режим «Жарка» на 20 минут. В хорошо разогретое масло положить куриное филе и слегка обжарить, помешивая. Добавить лук, морковь и сельдерей и продолжить обжаривание, примерно 5 минут.
3. Добавить сладкий перец и цукини и продолжить обжаривание, перемешивая, 3 минуты.
4. Добавить помидоры и чеснок и продолжить обжаривание до окончания программы.
5. Налить 1,5 литра воды, перемешать и включить режим «Суп» на 1 час.
6. Когда суп закипит, положить цветную капусту и зеленый горошек. Варить после закипания 20 минут.
7. Добавить макароны, зеленый лук, зелень, соль и приправы, перемешать и варить до окончания программы.
8. При подаче посыпать тертым пармезаном.

СОВЕТ:

Для приготовления минестроне лучше всего подойдут мелкие фигурные макаронные изделия – рожки или звездочки.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Брокколи разобрать на соцветия. Лук мелко нарезать, чеснок измельчить. Сыры натереть на крупной терке.
2. В чашу положить сливочное масло и включить режим «Жарка» на 10 минут.
3. В хорошо разогретое масло положить лук и обжарить до мягкости.
4. Добавить чеснок, тимьян и муку и, помешивая, обжарить 1 минуту.
5. Влить понемногу последовательно куриный бульон, молоко и сливки, тщательно перемешивая, чтобы не было комков.
6. Закрыть крышку и включить режим «Варка/овощи» на 30 минут. После закипания добавить душистый перец и поварить 5-7 минут, затем добавить брокколи, закрыть крышку и варить до окончания программы.
7. За 3 минуты до окончания программы посолить по вкусу, приправить перцем, всыпать тертый сыр, тщательно перемешать.

СОВЕТ:

Этот суп нужно готовить непосредственно перед подачей, так как его нельзя хранить и разогревать, иначе брокколи потеряет цвет, а вкус супа ухудшится.



СЫРНЫЙ СУП С БРОККОЛИ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 1 небольшой кочан брокколи
- 750 мл куриного бульона
- 3 ст. л. сливочного масла
- 1 луковица
- 3 ст. л. муки
- 50 мл жирного молока
- 50 мл сливок
- 70 г сыра Чеддер
- 50 г сыра Пармезан
- 1 зубчик чеснока
- 2 горошины душистого перца
- сушеный тимьян по вкусу
- перец черный молотый и соль по вкусу

СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ *



Ингредиенты (2-3 порции)

- 500 г тыквы
- 500 мл молока
- 250-300 мл воды
- 100 мл сливок
- 2 ст. л. сливочного масла
- 2 ст. л. муки
- 1 желток
- зелень петрушки, соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тыкву очистить и нарезать кубиками.
2. В чашу налить молоко, воду, положить тыкву, добавить соль и включить режим «Варка/овощи» на 30 минут. Варить, периодически помешивая.
3. Сваренную тыкву вынуть шумовкой, слегка остудить и пюрировать блендером. Развести отваром до нужной консистенции.
4. В чашу положить сливочное масло и включить режим «Жарка» на 10 минут.
5. Когда масло хорошо разогреется, всыпать муку и обжарить до золотистого цвета, помешивая.
6. Добавить в чашу тыквенное пюре, перемешать. Довести до кипения, посолить и проварить до окончания программы.
7. Подождать, пока суп перестанет кипеть. Сливки смешать с желтком и влить в суп. Перемешать и оставить под крышкой в режиме «Поддержание температуры» еще на 5 минут.
8. При подаче посыпать зеленью петрушки.

СОВЕТ:

Подавать со сметаной и сухариками из белого хлеба.



* Подходит для диетического и детского питания



Вторые блюда с мясом, птицей

Мясные блюда — это основа основ правильного и вкусного питания, ведь мясо — основной поставщик белков, жизненно необходимых любому человеку для правильного обмена веществ. Мясные блюда превосходно насыщают, они не сложны в приготовлении, но требуют больше времени, чем любые другие продукты. Трехмерное распределение тепла внутри чаши мультиварки значительно сокращает время приготовления мясных блюд и улучшает их вкус. Многоступенчатая регулировка уровня нагрева в мультирежиме и автоматические программы охватывают весь спектр мясных блюд — от холодца до жаркого, делая приготовление каждого блюда гарантированно удачным и простым.



ТАДЖИКСКИЙ ПЛОВ



Ингредиенты (5-6 порций)

- 500 г баранины
- 50 г бараньего жира
- 500 г риса (лучше длиннозерного)
- 1 небольшая морковь
- ½ луковицы
- 3-4 зубчика чеснока
- 5 г сушеного барбариса
- зира, шафран, белый и черный перец, кориандр по вкусу
- свежая зелень и соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Баранину нарезать кусочками по 20-30 г. Морковь нарезать тонкой соломкой, лук мелко нарезать. Рис тщательно промыть проточной водой и выложить в дуршлаг, чтобы вода стекла.
2. В чашу положить мелко нарезанный бараний жир и включить режим «Жарка» на 30 минут. Обжарить бараний жир до золотистого цвета, 5 минут.
3. Положить в чашу к жиру половину баранины и обжарить все вместе, помешивая, до легкого подрумянивания мяса.
4. Выложить мясо на тарелку (не следует жарить все мясо сразу, иначе выделившийся сок затруднит обжаривание, и вкус плова будет хуже). Затем обжарить вторую порцию мяса.
5. Когда вторая порция мяса обжарится, вернуть все мясо в чашу и добавить морковь. Продолжить обжаривание, помешивая, примерно 5 минут.
6. Положить в чашу лук и продолжить обжаривание, помешивая, еще примерно 4-5 минут.
7. Всыпать приправы, барбарис, перемешать, готовить все вместе еще 1-2 минуты (до окончания программы).
8. Высыпать поверх мяса рис (не перемешивать).
9. Налить в чашу подсоленной воды так, чтобы уровень воды был примерно на 1 см выше риса. Положить зубчики чеснока целиком. Закрыть крышку и включить режим «Рис». Во время приготовления не перемешивать.
10. При подаче уложить рис горкой, сверху выложить мясо, посыпать рубленой зеленью.

СОВЕТ:

Используйте при приготовлении плова готовые смеси специй «Для плова», тогда аромат блюда будет сбалансированным и насыщенным. Но не злоупотребляйте готовыми приправами – на приведенное количество продуктов достаточно 1 ч. л. смеси специй.

ПРИМЕЧАНИЕ:

Время приготовления в режиме «Рис» регулируется автоматически: после предварительного разогрева на дисплее начнется обратный отсчет времени до окончания приготовления.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо вымыть, обсушить, нарезать крупными кубиками. Лук мелко нарезать.
2. В чашу положить сливочное масло и включить режим «Жарка» на 40 минут. Когда масло хорошо разогреется, положить мясо и обжарить, помешивая.
3. Когда мясной сок почти весь выпарится, добавить лук и продолжить обжаривание до окончания программы.
4. Посыпать мясо с луком мукой, перемешать. Влить 3 мульти-стакана теплой воды, добавить соль, томатную пасту, лавровый лист и перец, перемешать.
5. Закрыть крышку и включить режим «Тушение/мясо» на 1 час. Готовить, периодически перемешивая. За 15 минут до окончания программы добавить сметану.
6. При подаче посыпать зеленью.

СОВЕТ:

В качестве гарнира к гуляшу хорошо подходит отварной или жареный картофель, картофельное пюре, а также гречневая каша (см. рецепт «Гречневая каша рассыпчатая»).



ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 600 г говяжьей вырезки
- 2 луковицы
- 2 ст. л. томатной пасты
- 2 ст. л. муки
- 2 ст. л. сливочного масла
- 3 ст. л. сметаны
- 1 лавровый лист
- 3-4 горошины душистого перца
- черный и красный молотый перец и соль по вкусу
- зелень петрушки

БАРАНИНА С ОВОЩАМИ (БУГЛАМА)



Ингредиенты (3-4 порции)

- 500 г баранины (грудинка или ребрышки)
- 1 луковица
- 1 помидор
- 1 маленький острый перчик
- 1 ст. л. топленого сливочного масла
- чабрец сушеный по вкусу
- перец черный молотый и соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо обмыть и нарезать крупными кусками, лук нарезать тонкими полукольцами, помидор и острый перец нарезать толстыми кружочками.
2. Положить мясо в чашу и включить режим «Тушение/мясо» на 2 часа.
3. Тушить мясо без воды и приправ под крышкой, периодически перемешивая.
4. Когда сок почти весь выпарится, добавить топленое масло, соль, перец и чабрец. Перемешать и продолжить тушение еще 5 минут.
5. Выложить на мясо лук, перец и помидоры, посолить. Закрыть крышку и продолжить тушение до окончания программы (примерно 20-25 минут), до выделения сока из овощей. В течение этого времени перемешать один раз.
6. При подаче полить получившимся соусом.

СОВЕТ:

В качестве гарнира к бугламе хорошо подходит рис, отварной или жареный картофель.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Куриные грудки нарезать тонкими брусочками, посолить.
2. Грибы тонко нарезать, зеленый лук измельчить, чеснок порубить.
3. Положить грудки в чашу, добавить грибы, зеленый лук и чеснок, влить половину бульона. Закрыть крышку и включить режим «Тушение/мясо» на 50 минут. Готовить, помешивая и подливая бульон по мере выпаривания жидкости.
4. Смешать в миске сметану и муку.
5. За 10 минут до окончания тушения влить в чашу сметанную смесь, добавить шалфей и перец. Перемешать и продолжить приготовление, периодически помешивая.
6. Подавать с пастой или рисом.

НА ЗАМЕТКУ:

Вы можете использовать готовые консервированные шампиньоны или любые другие грибы с нежным вкусом, например, белые грибы. При использовании консервированных грибов, добавьте сок из банки вместе с грибами.



КУРИНЫЕ ГРУДКИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ



Ингредиенты (2 порции)

- 2 куриные грудки
- 1 ст. л. муки
- 150 г свежих шампиньонов
- 50 г нежирной сметаны или сливок
- 200 мл куриного бульона
- 1 зубчик чеснока
- ½ ч. л. шалфея
- 3 перышка зеленого лука
- черный молотый перец и соль по вкусу

ПОЛЬСКИЙ БИГОС



Ингредиенты (3-4 порции)

- 200 г копченой грудинки
- 200 г охотничьих колбасок
- 300 г белокочанной капусты
- 300 г квашеной капусты
- 1 соленый огурец
- 1 морковь
- 1 луковица
- 1 помидор
- 2 мульти-стакана мясного бульона
- 2 ст. л. томатной пасты
- ½ ч. л. сахара
- 1 ч. л. майорана
- 2 ч. л. базилика
- перец черный молотый и соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Колбасу и грудинку нарезать мелкими кубиками. Лук мелко нарезать, морковь нарезать соломкой, свежую капусту нашинковать. Соленый огурец нарезать кружочками, помидор нарезать мелкими кубиками. Квашеную капусту промыть и отжать.
2. В чашу положить грудинку и включить режим «Жарка» на 15 минут. Когда начнет вытапливаться жир, добавить колбаски и слегка обжарить.
3. Добавить лук и морковь и готовить, помешивая, еще 3-4 минуты.
4. Добавить свежую и квашеную капусту, сахар, майоран, базилик, перемешать и готовить до окончания программы.
5. Влить бульон, перемешать, закрыть крышку и включить режим «Томление» на 3 часа.
6. Через полчаса добавить соленый огурец, помидор, томатную пасту, соль и перец.

СОВЕТ:

Бигос при повторном разогреве не теряет своих вкусовых качеств, поэтому его можно готовить в больших количествах и впрок.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Морковь натереть на мелкой терке, измельчить сельдерей, лук и чеснок.
2. В чашу налить оливковое масло и положить сливочное масло. Включить режим «Жарка» на 35 минут.
3. В хорошо разогретое масло положить измельченные овощи, шалфей и лавровый лист и слегка обжарить в течение 5-6 минут.
4. Добавить мясной фарш, посолить, поперчить и готовить при открытой крышке, помешивая и разминая мясные комочки, чтобы получилась однородная консистенция и выпарилась вся жидкость.
5. Влить красное вино и готовить при открытой крышке, пока вино не выпарится, до окончания программы.
6. Добавить томатное пюре, воду, веточку розмарина, перемешать.
7. Закрыть крышку и включить режим «Тушение/овощи» на 20 минут.
8. Готовый соус подавать к пасте (или использовать при приготовлении лазаньи).

СОВЕТ:

Подавать, выложив соус на пасту (см. рецепт «Паста»). При подаче посыпать сверху тертым сыром.



СОУС «БОЛОНЬЕЗЕ» К ПАСТЕ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 500 г говяжьего фарша
- 1 небольшая морковь
- 1 луковица
- 2 веточки зелени сельдерея
- 2 зубчика чеснока
- 250 г томатного пюре
- 1 веточка шалфея или тимьяна
- 1 веточка розмарина
- 2 ст. л. оливкового масла
- 100 мл красного сухого вина
- 2 мульти-стакана воды
- 1 лавровый лист
- 50 г сливочного масла
- черный молотый перец и соль по вкусу

Maxwell

моя первая любовь

МЯСНЫЕ ШАРИКИ НА ПАРУ*



Ингредиенты (2 порции)

- 250 г говяжьего фарша
- 1 ст. л. крахмала
- 1 яйцо
- 1/3 ч. л. соевого соуса
- сушеная зелень петрушки, по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Все ингредиенты смешать и тщательно вымесить (лучше использовать для этих целей блендер).
2. Сформовать круглые тефтельки величиной с грецкий орех, выложить половину тефтелек в лоток для приготовления на пару.
3. В чашу налить 1 л воды, установить лоток, закрыть крышку и включить режим «На пару/мясо» на 30 минут.
4. Подавать с овощным гарниром.

СОВЕТ:

Готовые шарики можно остудить и заморозить, а затем использовать при варке супов. Суп с готовыми шариками варится очень быстро и получается ароматным и вкусным. Если вы планируете использовать шарики именно таким образом, то сократите время варки на пару на 10 минут. Перед варкой шарики необходимо размораживать и надрезать крест-накрест, тогда они «раскроются» в супе, и блюдо будет выглядеть очень привлекательно.



* Подходит для диетического и детского питания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Срезать мясо с куриных окорочков, все мясо и сало нарезать кусочками примерно 5х5 см, положить в чашу.
2. Луковицу разрезать на 4 части, положить в чашу. Добавить соль и приправы.
3. Закрыть крышку и включить режим «Томление» на 3 часа. Готовить, периодически перемешивая.
4. Готовую тушенку после приготовления переложить в чистую банку и простерилизовать.

СОВЕТ:

Не добавляйте при приготовлении тушенки воду, она должна готовиться в мясном соке и выпопившемся сале.



Maxwell

моя первая любовь

ДОМАШНЯЯ ТУШЕНКА



Ингредиенты

- 300 г говядины
- 300 г свинины
- пара куриных окорочков
- 150 г свиного сала
- 1 луковица
- 1 ст. л. соли
- лавровый лист, душистый перец горошком
- 1 ст. л. соли (или по вкусу)

ПИЦЦА «ПЕППЕРОНИ»



Ингредиенты (на 2 пиццы)

Для теста:

- 200 мл воды
- 1 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. соли
- 370 г пшеничной муки
- 1 ч. л. сухих быстродействующих дрожжей

Для начинки:

- половина красного сладкого перца
- 3 ст. л. томатной пасты (или соуса для пиццы)
- 100 г колбасы Пепперони
- 100 г сыра Моцарелла
- перец черный и красный молотый по вкусу
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Муку просеять горкой в миску, сделать в миске углубление. Дрожжи развести в теплой воде, добавить соль и постепенно влить в муку, замешивая тесто. Руки смазать оливковым маслом и вымесить тесто на доске до гладкости (если есть возможность, воспользоваться для вымешивания теста хлебопечкой).
2. Готовое тесто положить в миску, накрыть чистой салфеткой и поставить в теплое место на 1 час.
3. Перец очистить от семян и перегородок и нарезать тонкими полукольцами. Колбасу нарезать тонкими кружочками, сыр натереть на крупной терке.
4. Подошедшее тесто разделить на 2 равные части. Скатать каждую часть в шар (одну часть накрыть пищевой пленкой, чтобы не подсыхала, пока вы готовите пиццу).
5. Чашу смазать оливковым или растительным маслом и выложить в центр чаши шар теста. Аккуратно нажимая на него сверху, равномерно растянуть тесто по размеру чаши, придав форму пиццы. Сделать в основе пиццы несколько проколов вилкой, чтобы тесто не выталкивало начинку.
6. Смазать основу пиццы томатной пастой, сбрызнуть оливковым маслом, посыпать сыром, сверху выложить колбасу. Посолить и поперчить по вкусу.
7. Закрывать крышку и включить режим «Мультиповар», задать температуру 130 °C и время 20 минут. Подавать сразу после выпекания.

СОВЕТ:

По желанию можно добавить в начинку оливки, нарезанные тонкими кружочками.



Вторые блюда с рыбой и морепродуктами

Рыба и морепродукты — это выбор людей, предпочитающих активный стиль жизни и поддерживающих общемировую тенденцию здорового образа жизни. В рыбе, согласно современным исследованиям, содержатся наиболее ценные с точки зрения профилактики опасных заболеваний микроэлементы, регулярное употребление рыбных блюд замедляет процесс старения. Приготовление рыбы в мультиварке на пару позволяет максимально полно сохранять все полезные вещества. А приготовление рыбы в чаше гораздо гигиеничнее, чем традиционное приготовление на плите.



ФОРЕЛЬ НА ПАРУ*



Ингредиенты (2-3 порции)

- 1 форель
- 1 лимон
- соль и специи по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Форель промыть, разрезать на порционные куски и обсушить бумажной салфеткой. Лимон нарезать тонкими ломтиками.
2. Натереть рыбу солью и перцем, сбрызнуть лимонным соком. Выложить рыбу в лоток для приготовления на пару. На каждый кусок рыбы положить ломтик лимона, посыпать сухими приправами по вкусу.
3. В чашу налить 1 литр воды, установить лоток с рыбой в чашу.
4. Закрыть крышку и включить режим «На пару» на 20 минут.

СОВЕТ:

После приготовления рыбы чашу и внутреннюю крышку мультиварки нужно вымыть, затем вскипятить в чаше воду с ломтиком лимона, чтобы удалить запах рыбы.



* Подходит для диетического и детского питания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе рыбы вымыть и обсушить бумажной салфеткой. Имбирь очистить и нарезать тонкими ломтиками или соломкой. Зеленый лук вымыть и мелко нарезать (оставить несколько перышек, не нарезаая).
2. Выложить рыбу в лоток для приготовления на пару. Выложить на рыбу имбирь и перышки зеленого лука. Посолить и поперчить.
3. Соевый соус вылить в мульти-стакан и установить в лоток.
4. В чашу налить 1 литр воды, установить лоток в чашу. Закрыть крышку и включить режим «На пару/рыба» на 25 минут.
5. Готовую рыбу выложить на блюдо (имбирь и лук удалить). Воду из чаши вылить, чашу вытереть насухо.
6. Налить в чашу растительное масло и включить режим «Жарка» на 10 минут. Когда масло очень хорошо разогреется, влить соевый соус (соус должен бурно закипеть), добавить щепотку сахара и зеленый лук, перемешать и поварить 3-4 минуты. Затем выключить мультиварку.
7. Полить соусом рыбу и сразу подавать.

СОВЕТ:

Таким образом можно приготовить любую рыбу – речную, морскую или филе.

РЫБА НА ПАРУ ПО-КИТАЙСКИ



Ингредиенты (2 порции)

- 2 филе рыбы
- пучок зеленого лука
- кусочек свежего корня имбиря, 1 см
- щепотка сахара
- 50 мл соевого соуса
- морская соль и перец черный молотый
- 2 ст. л. растительного масла

ТЕФТЕЛИ ИЗ ПИКШИ С ТОМАТОМ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 500 г рыбного фарша (пикша, треска)
- 1 яйцо
- 2 ст. л. муки
- 2 ст. л. тертого сыра Маасдам
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- 3-4 перышка зеленого лука
- 2 ст. л. томатной пасты
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 крупный помидор
- ½ ч. л. сахара
- лавровый лист
- черный молотый перец и соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В рыбный фарш добавить мелко нарезанный зеленый лук, яйцо, муку, тертый сыр и соль. Тщательно вымесить.
2. Репчатый лук мелко нарезать. С помидора снять кожицу и нарезать мелкими кубиками.
3. В чашу налить растительное масло и включить режим «Жарка» на 10 минут. В хорошо разогретое масло положить репчатый лук и чеснок и обжарить, помешивая, в течение 5 минут.
4. Добавить томатную пасту, перемешать и обжаривать 2 минуты. Затем добавить помидор, перемешать.
5. По окончании программы влить 2 мульти-стакана воды, положить сахар, соль, перец, лавровый лист, перемешать.
6. Из фарша слепить тефтели величиной чуть больше грецкого ореха, выложить тефтели в соус и включить режим «Варка/рыба» на 15 минут. При приготовлении не перемешивать. Подавать, посыпав зеленью петрушки и зеленым луком

СОВЕТ:

Вы можете использовать филе любой морской рыбы, для улучшения вкуса лучше сочетать филе разных видов рыб.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Креветки разморозить и промыть, удалить кишечную вену. Имбирь очистить и нарезать тонкой соломкой. Лук и чеснок мелко нарезать, помидоры черри разрезать на половинки.
2. В чашу налить оливковое масло и включить режим «Мультиповар», задать температуру 130 °C и время 20 минут.
3. Когда масло хорошо разогреется, положить лук, чеснок и щепотку соли. Обжарить, помешивая, 5 минут.
4. Добавить томатное пюре, карри, имбирь и жарить, помешивая, 1 минуту.
5. Добавить помидоры и жарить все вместе еще 2 минуты.
6. Положить в чашу креветок, добавить сок лайма, подсолить, перемешать, закрыть крышку и готовить до окончания программы. В течение этого времени перемешать 1-2 раза, чтобы креветки не прилипли ко дну чаши.
7. Когда программа закончится, добавить сливки, перемешать и оставить блюдо под крышкой на 10 минут в режиме «Поддержание температуры». Подавать с рисом.

СОВЕТ:

Чтобы быстро разморозить креветки, положите их на полчаса в холодную воду, затем откиньте на дуршлаг.



КРЕВЕТКИ КАРРИ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 500 г очищенных замороженных креветок
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 стебель лука-порея (белая часть)
- 3 ст. л. томатного пюре
- 1 ч. л. карри
- кусочек корня имбиря 1см (или ½ ч. л. сухого имбиря)
- 7-8 помидоров черри
- 1 ст. л. сока лимона (или лайма)
- 1 зубчик чеснока
- ¼ стакана сливок
- перец черный молотый и соль по вкусу

ПАРОВОЕ СУФЛЕ ИЗ ТРЕСКИ*



Ингредиенты (3-4 порции)

- 300 г филе трески (или пикши)
- 3 ст. л. молока
- 2 яйца
- 2 ст. л. муки
- 1 ч. л. растительного масла
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе рыбы вымыть и выложить в лоток для приготовления на пару.
2. В чашу налить 850 мл воды, установить лоток с рыбой, закрыть крышку и включить режим «На пару/рыба» на 25 минут.
3. Сваренную рыбу выложить в мисочку и размять вилкой. Добавить остальные ингредиенты и тщательно смешать при помощи блендера.
4. Форму смазать растительным маслом, выложить приготовленную массу в формочку, установить формочку в лоток для приготовления на пару, закрыть крышку.
5. Включить режим «На пару» еще на 20 минут.

СОВЕТ:

Суфле подходит для детского питания от 1 года.

* Подходит для диетического и детского питания



Блюда из яиц, овощные блюда

Углеводы, содержащиеся в овощах, — главный источник энергии, они рекомендованы людям всех возрастов. Овощи — это продукты с низким гликемическим индексом, поэтому их усвоение происходит медленно и благотворно сказывается на пищеварении и обмене веществ. Овощные блюда препятствуют накоплению жиров, поэтому они особенно рекомендованы людям с избыточным весом. Приготовление овощей в мультиварке предоставляет широкие возможности выбора кулинарной обработки — это и варка на пару для нежных овощей, и тушение для овощных рагу, запекание для самых разных овощных запеканок, жарка и отваривание и даже фритюр для любителей полакомиться картошечкой фри.

ФРИТТАТА С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 8 яиц
- 2 ст. л. оливкового масла
- 3-4 перышка зеленого лука
- 3 ст. л. тертого сыра Пармезан
- маленький острый красный перчик
- перец черный молотый и соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Перец очистить от семян и перегородок и нарезать тонкими полукольцами. Зеленый лук мелко нарезать.
2. В чашу налить оливковое масло и включить режим «Мультиповар», задать температуру 130 °C на 15 минут.
3. В хорошо разогретое масло выложить перцы, слегка обжарить, не закрывая крышку, 1 минута.
4. Яйца смешать с сыром, зеленым луком, посолить и поперчить.
5. Вылить яйца в чашу, закрыть крышку и готовить до окончания программы. Готовую фриттату поддержать под крышкой в режиме «Поддержание температуры» еще 5 минут.

НА ЗАМЕТКУ:

Фриттата – итальянский омлет с разнообразными начинками, неизменным компонентом которого должен быть тертый сыр.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель очистить и нарезать дольками.
2. В чашу положить масло и включить режим «Жарка» на 25 минут. Когда масло хорошо разогреется, положить картофель, перемешать.
3. Помешивая, обжарить картофель до окончания программы. Посыпать хмели-сунели, посолить.
4. Залить сметаной, положить лавровый лист, перемешать.
5. Закрыть крышку и включить режим «Тушение/овощи» на 25 минут. Готовить, периодически перемешивая.
6. Подавать, посыпав зеленью укропа.

СОВЕТ:

Подавать в качестве гарнира к мясным и рыбным блюдам.



КАРТОФЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 500 г картофеля
- 3 ст. л. сливочного масла
- 150 мл сметаны
- 1 лавровый лист
- ½ ч. л. хмели-сунели
- соль по вкусу
- свежая зелень укропа

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА С СУХАРИКАМИ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 1 кочан цветной капусты
- 1/3 стакана панировочных сухарей
- 2 яйца
- 3 ст. л. сливочного масла
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Капусту вымыть и разобрать на соцветия. Яйца взбить вилкой.
2. В чашу налить 1 литр воды, выложить капусту в лоток для приготовления на пару, установить лоток в чашу. Закрыть крышку и включить режим «На пару/овощи» на 15 минут. По окончании приготовления лоток снять, воду из чаши вылить.
3. В чашу положить масло и включить режим «Жарка» на 20 минут. Соцветия капусты обмакнуть во взбитые яйца и обвалять в сухарях.
4. Выложить капусту в хорошо разогретое масло и обжарить до золотистого цвета. Подавать со сметаной.

СОВЕТ:

Вы можете использовать готовые панировочные сухари или приготовить их самостоятельно. Для этого куски белого хлеба нужно натереть чесноком, подсушить в духовке, затем измельчить при помощи мясорубки или блендера.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Овощи очистить и нарезать мелкими кубиками. Рис промыть проточной водой и откинуть на дуршлаг, чтобы вода стекла.
2. В чашу налить оливковое масло и включить режим «Мультиповар», задать температуру 110 °C и время 1 час.
2. В разогретое масло положить лук и морковь. Слегка обжарить, помешивая, 5-7 минут.
3. Добавить сладкий перец и кукурузу и продолжить, периодически перемешивая, 5 минут.
4. Влить вино, перемешать, закрыть крышку и потушить овощи в вине, до выпаривания жидкости, периодически перемешивая.
5. Всыпать рис, влить 1 мульти-стакан бульона, посолить и готовить до окончания программы, периодически перемешивая и подливая понемногу бульон, чтобы сохранялась кремовая консистенция.
6. За 5 минут до окончания приготовления добавить перец, сыр и зелень.

НА ЗАМЕТКУ:

Ризотто не имеет строго рецепта, у каждой хозяйки есть свой любимый рецепт этого блюда. Главное правило – получение кремовой консистенции, которую обеспечивает крахмалистый рис и постепенное добавление жидкости.



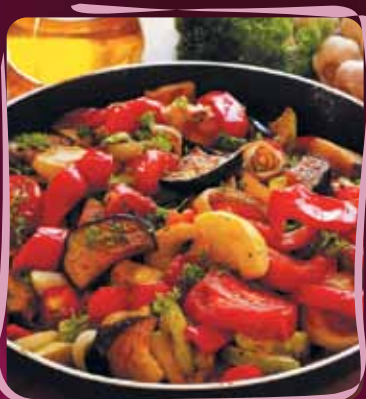
РИЗОТТО С ОВОЩАМИ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 2 мульти-стакана круглого риса
- 4 мульти-стакана овощного или куриного бульона
- 3 ст. л. оливкового масла
- 1 луковица
- 1 небольшая морковь
- половинка сладкого перца
- зерна кукурузы с половины початка
- 50 мл белого сухого вина
- 50 г тертого сыра Пармезан
- перец черный молотый и соль по вкусу
- свежая зелень петрушки по вкусу

РАТАТУЙ*



Ингредиенты (3-4 порции)

- 1 баклажан
- 3 помидора
- 1 сладкий перец
- 2 картофеля
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- 1 пучок зелени петрушки
- 100 г томатной пасты
- 8 ст. л. растительного масла
- 1/2 ч. л. перца черного молотого
- 1/2 ч. л. сушеного базилика
- 1/2 ч. л. сушеного тимьяна
- 3 горошины душистого перца
- 1 лавровый лист
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. С помидоров снять кожицу. Картофель и помидоры нарезать кубиками. Баклажаны и сладкий перец нарезать кружочками толщиной 1 см. Лук, чеснок и зелень петрушки мелко нарубить.
2. Подготовленные овощи выложить в чашу, добавить растительное масло и томатную пасту, перемешать.
3. Включить режим «Тушение/овощи» на 1 час. Готовить, периодически перемешивая.
4. За 10 минут до окончания программы добавить специи и соль.
5. По окончании программы выложить овощи на блюдо, полить соусом, получившимся при тушении. Украсить зеленью петрушки.

НА ЗАМЕТКУ:

Рatatуй – традиционное овощное рагу прованской кухни из сезонных овощей. Строгого рецепта для этого блюда не существует, у каждой хозяйки есть свой любимый рецепт, но обязательным компонентом считается томатный соус или томатное пюре.



* Подходит для диетического и детского питания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Фасоль предварительно замочить в холодной воде на 12 часов или на ночь.
2. Перед приготовлением фасоль промыть, положить в чашу и залить водой, чтобы уровень воды был примерно на 2-3 см выше фасоли.
3. Закрывать крышку и включить режим «Варка/овощи» на 1 час. Сваренную фасоль откинуть на дуршлаг.
4. Лук мелко нарезать, чеснок измельчить. Грецкие орехи порубить ножом, не очень мелко. С помидоров снять кожицу и нарезать кубиками.
5. В чашу налить масло и включить режим «Жарка» на 20 минут. В хорошо разогретом масле обжарить лук до прозрачности, помешивая.
6. Добавить помидоры, перемешать и продолжить обжаривание до окончания программы, в конце влить уксус.
7. Положить в чашу фасоль, грецкие орехи, чеснок, зелень и приправы. Добавить полстакана воды.
8. Посолить, перемешать и включить режим «Тушение/овощи» на 30 минут.

СОВЕТ:

Чтобы лобио получилось нарядным, используйте фасоль разного цвета (но одинакового размера).



ЛОБИО



Ингредиенты (4-6 порций)

- 400 г сухой фасоли
- 3 луковицы
- 3 средних помидора
- 100 г грецких орехов
- 2-3 зубчика чеснока
- 100 мл растительного масла
- 2 ст. л. яблочного уксуса
- зелень кинзы, петрушки, укропа
- хмели-сунели, черный и красный молотый перец, соль по вкусу



Каши, Гарниры

Молочные каши — это первое «взрослое» блюдо в жизни любого человека. Модная тенденция «здоровый образ жизни» вернула в наше повседневное меню забытые молочные каши. С каши теперь начинается утро каждого серьезного и ответственного взрослого человека, заботящегося о своем здоровье, ведь крупы — это не только незаменимый источник углеводов, но и диетическая пища, нивелирующая погрешности в питании, которые периодически случаются. Для детей молочная каша — это главная еда, разнообразить которую — задача любой заботливой мамы.



ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ КАША*



Ингредиенты (2-3 порции)

- 1 мульти-стакан овсяных хлопьев (геркулес)
- 2 мульти-стакана молока
- 2 мульти-стакана воды
- 1 ст. л. сахара
- 1/2 ч. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В чашу насыпать овсяные хлопья, добавить молоко, воду, сахар и соль, перемешать.
2. Включить режим «Каша» на 15 минут. Готовить с открытой крышкой. Когда каша закипит, варить, помешивая.

СОВЕТ:

Чтобы молоко не убежало, при приготовлении молочных каш разбавляйте молоко водой в соотношении 1:1. Если вы кипятите неразбавленное молоко, не закрывайте крышку мультиварки и следите за нагревом, чтобы не упустить момент закипания.



* Подходит для диетического и детского питания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тыкву очистить от кожуры, нарезать мелкими кубиками или натереть на терке.
2. Пшено перебрать и промыть холодной проточной водой. Промытое пшено залить стаканом кипятка, через 10 минут воду слить, чтобы удалить горечь.
3. В чашу положить все ингредиенты и включить режим «Каша» на 25 минут. Варить, периодически помешивая.
4. Готовую кашу поддержать в режиме «Поддержание температуры» 5-10 минут.

СОВЕТ:

По желанию в пшенную кашу можно добавить изюм.



ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ КАША С ТЫКВОЙ*



Ингредиенты (3-4 порции)

- 100 г тыквы
- 1 мульти-стакан пшена
- 2 мульти-стакана воды
- 1 мульти-стакан молока
- сахар и соль по вкусу

РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ КАША С ЯБЛОКАМИ*



Ингредиенты (3-4 порции)

- 1 мульти-стакан риса (лучше круглый рис)
- 2 мульти-стакана воды
- 1 мульти-стакан молока
- 1 маленькое яблоко
- сахар и сливочное масло по вкусу
- щепотка соли по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рис тщательно промыть холодной проточной водой.
2. В чашу налить воду, молоко, добавить промытый рис, перемешать, закрыть крышку и включить режим «Каша» на 20 минут.
3. Варить, периодически помешивая, до загустения каши.
4. Яблоко очистить от кожуры и сердцевины и натереть на крупной терке. Добавить в кашу вместе с сахаром и солью за 5-7 минут до окончания программы, перемешать.
5. В готовую кашу положить сливочное масло, перемешать и оставить под крышкой в режиме «Поддержание температуры» на 7-10 минут.

СОВЕТ:

По желанию в кашу можно добавить промытый изюм. В этом случае изюм нужно положить в самом начале варки.



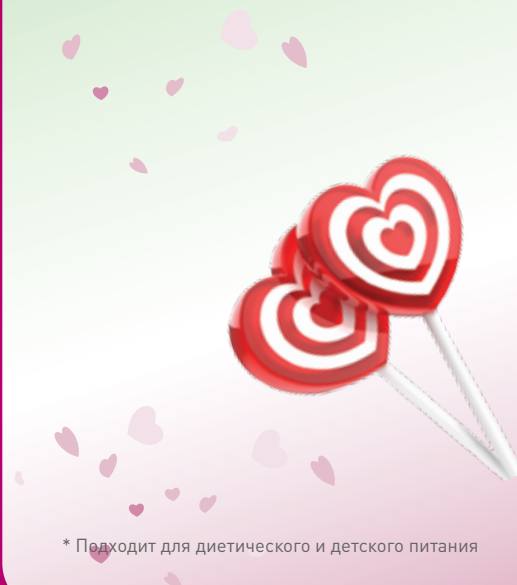
* Подходит для диетического и детского питания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Морковь очистить и натереть на средней терке. Крупы и изюм промыть.
2. В чашу положить все ингредиенты и включить режим «Каша» на 25 минут. Варить, часто помешивая, до загустения.
3. Готовую кашу поддержать в режиме «Поддержание температуры» в течение 5-10 минут. Перед подачей положить сливочное масло по вкусу и размешать.

СОВЕТ:

Морковь по желанию можно заменить тыквой или яблоком.



* Подходит для диетического и детского питания

МОЛОЧНЫЙ МИКС ИЗ КРУП С МОРКОВЬЮ*



Ингредиенты (2-3 порции)

- 1/3 мульти-стакана риса
- 1/3 мульти-стакана кукурузной крупы
- 1/3 мульти-стакана пшена
- 1 мульти-стакан молока
- 2 мульти-стакана воды
- 1 небольшая морковь
- 2 ст. л. мелкого изюма
- сахар, соль и сливочное масло по вкусу

ГРЕЧНЕВАЯ КАША РАССЫПЧАТАЯ*



Ингредиенты (2-3 порции)

- 2 мульти-стакана гречневой крупы (ядрица)
- 4 мульти-стакана воды
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Крупу перебрать, промыть, положить в чашу.
2. Залить холодной водой, добавить соль, перемешать и включить режим «Каша» на 25 минут. Варить, не перемешивая.

СОВЕТ:

Каша сварится быстрее и будет вкуснее, если крупу залить водой и оставить в чаше мультиварки на 2-3 часа.



* Подходит для диетического и детского питания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рис промыть в проточной холодной воде до тех пор, пока вода не станет прозрачной.
2. В чашу налить воду, положить рис, добавить соль, перемешать.
3. Закрыть крышку и включить режим «Рис». Во время приготовления рис не перемешивать.

ПРИМЕЧАНИЕ:

Время приготовления в режиме «Рис» регулируется автоматически: после предварительного разогрева на дисплее начнется **обратный отсчет времени до окончания приготовления**.

СОВЕТ:

Рис будет вкуснее, если после приготовления оставить его в чаше под крышкой на 5 минут в режиме «Поддержание температуры».



РИС РАССЫПЧАТЫЙ



Ингредиенты (2-3 порции)

- 2 мульти-стакана риса (лучше длиннозерный рис)
- 3 мульти-стакана воды
- ½ ч. л. соли

Maxwell

моя первая любовь

РИС ДЛЯ СУШИ И РОЛЛОВ



Ингредиенты: (2-3 порции)

- 2 мульти-стакана круглого риса с высоким содержанием клейковины
- (лучше специальный рис для суши или круглый рис)
- 3 мульти-стакана воды
- 1 ст. л. рисового уксуса (или белого винного уксуса)
- 1 ч. л. сахара
- ½ ч. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рис тщательно промыть проточной холодной водой, откинуть на сито и оставить на час.
2. В чашу налить воду, положить рис. Закрывать крышку и включить режим «Рис».
3. В отдельной посуде тщательно смешать уксус, сахар и соль.
4. По окончании программы открыть крышку и равномерно полить рис приготовленной смесью. Не перемешивать.
5. Закрывать крышку и поддержать рис в чаше 15 минут в режиме «Поддержание температуры».

СОВЕТ:

Время приготовления в режиме «Рис» регулируется автоматически: после предварительного разогрева на дисплее начнется обратный отсчет времени до окончания приготовления.

ПРИМЕЧАНИЕ:

Рис для суши и роллов нужно использовать сразу после приготовления, иначе рис сильно склеится и ему трудно будет придать нужную форму.



Maxwell

моя первая любовь

ПАСТА



Ингредиенты (2-3 порции)

- 250-300 г любых макаронных изделий
- сливочное масло и соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В чашу налить 2 л воды и включить режим «Паста», задать время, указанное на упаковке, плюс 13-15 минут.
2. Когда вода закипит, добавить соль, положить макаронные изделия, перемешать.
3. Варить до окончания программы.
4. Сваренные макаронные изделия откинуть на дуршлаг.
5. Когда вода стечет, положить обратно в чашу, добавить сливочное масло, чтобы макароны не слиплись, и подсушить в течение 5 минут в режиме «Поддержание температуры».

СОВЕТ:

Макароны будут вкуснее, если при варке добавить в воду 1 ч. л. оливкового масла.





Сладкие блюда, десерты, выпечка

Сладкоежкам повезло, ведь мультиварка позволяет готовить такие десерты, которые без специальных приспособлений раньше сделать было просто невозможно — шоколадное фондю, нежнейшие фруктовые муссы, суфле и выпечка. Широкий спектр температурных режимов, удобная чаша, которая становится отличной формой при выпекании — все это обеспечивает грандиозные возможности для приготовления самых разнообразных десертов. Мы собрали лишь незначительную часть всего того разнообразия лакомств, которые можно приготовить в мультиварке.



Maxwell

моя первая любовь

НАТУРАЛЬНЫЙ ЙОГУРТ, ЙОГУРТ С ФРУКТАМИ ИЛИ ЯГОДАМИ*



Ингредиенты (6-8 порций)

- 1 л молока (можно смешать с нежирными сливками в пропорции 1:3)
- 1 упаковка закваски (или 1 бутылочка натурального йогурта Activia)
- 150 г свежих фруктов или бескосточковых ягод (например, клубника)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Вскипятить молоко в кастрюле на плите. Подождать, пока молоко остынет до температуры до 35-40 °С, снять пенку.
2. Отлить немного молока и тщательно размешать в нем закваску.
3. Налить молоко в чашу, добавить закваску, перемешать.
4. Закрыть крышку и включить режим «Мультиповар», задать температуру 35°С на 8 часов.
5. Приготовленный йогурт переложить в порционные баночки или формочки. Хранить в холодильнике.
6. Перед подачей в каждую порцию положить 1 ч. л. мелко нарезанных фруктов или ягод.

НА ЗАМЕТКУ:

Не следует смешивать молоко, закваску и фрукты перед приготовлением йогурта, т. к. молоко может свернуться. Лучше смешать готовый йогурт и фрукты непосредственно перед употреблением и использовать в качестве наполнителей только сладкие и спелые фрукты или ягоды.

НА ЗАМЕТКУ:

Чем дольше готовится йогурт, тем гуще будет его консистенция, но и тем кислее получится вкус. Проверьте консистенцию йогурта при первом приготовлении через 4 часа, чтобы скорректировать время.

СОВЕТ:

Вы можете сразу приготовить йогурт в специальных формочках или стеклянных баночках из-под детского питания. Для этого разлейте молоко с закваской по формочкам, поставьте формочки в чашу, закройте крышку мультиварки и включите режим «Мультиповар», задайте температуру 40 °С на 5-6 часов.

* Подходит для диетического и детского питания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить домашний йогурт (см. рецепт «Натуральный йогурт»).
2. Желатин замочить в холодной воде (100 мл) до набухания.
3. В чашу налить сливки и включить режим «Мультиповар», задать температуру 95°С и время 5 минут. Довести сливки до закипания, но не кипятить, добавить сахар и размешать его до полного растворения. Когда сахар полностью растворится, влить в чашу разбухший желатин, размешать.
4. Тщательно смешать натуральный йогурт с медом и солью.
5. Сливки процедить через мелкое сито и смешать с йогуртовой смесью. Взбить смесь миксером.
6. Разлить смесь по формочкам и поставить в холодильник на 4-6 часов.
7. Готовую панна-котту извлечь из формочек на десертные тарелки.

СОВЕТ:

При подаче полить жидким медом и украсить листочками мяты.



Maxwell

моя первая любовь

ЙОГУРТОВАЯ ПАННА-КОТТА С МЕДОМ



Ингредиенты (3-4 порции)

- 2 мульти-стакана жирных сливок
- 1 мульти-стакан натурального йогурта
- 2 ст. л. сахара
- 1/4 ч. л. ванильной эссенции
- 8 г желатина
- 1/3 мульти-стакана жидкого меда
- 1/8 ч. л. соли
- листочки мяты и мед для украшения

ТВОРОГ ДОМАШНИЙ*



Ингредиенты

- 3 л кефира (простокваши или йогурта)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кефир налить в чашу.
2. Закрывать крышку и включить режим «Мультиповар», задать температуру 70 °C на 5 часов. Во время приготовления не перемешивать.
3. Перелить содержимое чаши в марлевый мешочек и подвесить мешочек над раковиной.
4. Через 3-4 часа вынуть готовый творог из мешочка.

СОВЕТ:

Домашний творог имеет нежный вкус, это превосходный десерт. Его можно подавать в натуральном виде со сметаной, фруктами или ягодами, вареньем и т.п., а также использовать для приготовления других блюд. Запеканки, пудинги и сырники из домашнего творога гораздо вкуснее аналогичных блюд из готового покупного творога.



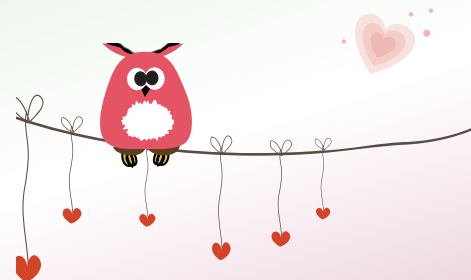
* Подходит для диетического и детского питания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Фрукты (можно использовать фрукты из готовых компотов) нарезать небольшими кубиками.
2. Творог протереть через сито, добавить яичные желтки, соль, соду, манную крупу и тщательно перемешать.
3. Смешать творожную массу с фруктами.
4. Белки взбить до устойчивых пиков и осторожно вмешать в творожную массу.
5. Чашу смазать сливочным маслом, выложить массу в чашу и включить режим «Выпечка» на 25 минут. Подавать с фруктовым сиропом.

СОВЕТ:

Чтобы суфле, запеканки и т.п. получались пышными и хорошо пропекались, не следует часто открывать крышку мультиварки во время приготовления.



* Подходит для диетического и детского питания

СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ С КОНСЕРВИРОВАННЫМИ ФРУКТАМИ*



Ингредиенты (3-4 порции)

- 70 г консервированных фруктов
- 400 г творога
- 3 яйца
- 2 ст. л. сахара
- 3 ст. л. манной крупы
- 1 ст. л. сливочного масла
- щепотка соли
- пищевая сода на кончике ножа
- ванилин и корица по вкусу

Maxwell

моя первая любовь

ПИРОГ «MAXWELL»



Ингредиенты (6-8 порций)

Для коржа:

- 150 г мелкого сахара
- 5 яиц
- 120 г муки
- 1 пакетик разрыхлителя (или 1 ч. л. пищевой соды)
- 1/2 ч. л. ванильной эссенции
- 40 г сливочного масла

- 2 ст. л. какао-порошка (несладкого)

Для крема:

- 50 мл малинового варенья
- 200 г молочного шоколада
- 50 г сливочного масла

Для украшения:

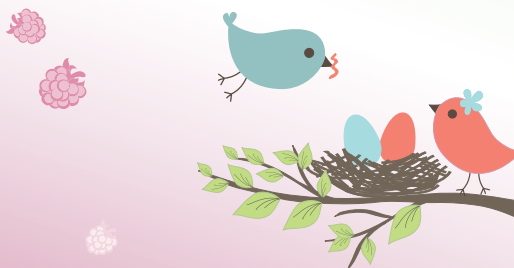
- 1 ст. л. сахарной пудры
- свежая малина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тщательно взбить яйца с сахаром при помощи миксера (объем должен увеличиться в 3-4 раза).
2. Ложкой аккуратно вмешать в полученную массу просеянную муку, какао-порошок и разрыхлитель. Влить растопленное (но не горячее) сливочное масло и еще раз перемешать.
3. Чашу слегка смазать сливочным маслом, вылить приготовленное тесто и включить режим «Выпечка» на 40 минут.
4. Готовый пирог аккуратно вынуть из чаши и остудить на решетке.
5. Остывший пирог разрезать на два коржа. Нижний корж смазать сверху малиновым вареньем.
6. Приготовить крем. Для этого в чашу положить сливочное масло, кусочки шоколада и включить режим «Мультиповар», задать температуру 95 °C и время 10 минут. Помешивая, довести смесь до однородной консистенции. Выключить программу.
7. Смазать коржи приготовленным теплым кремом. Собрать пирог и промазать кремом края.
8. Украсить верхушку пирога свежей малиной, сверху посыпать сахарной пудрой. Поставить в холодильник на 2 часа.

СОВЕТ:

По желанию пирог можно украсить взбитыми сливками.



Maxwell

моя первая любовь

ПИРОГ С КЛЮКВОЙ



Ингредиенты (4-6 порций)

- 1 мульти-стакан сушеной клюквы
- 2 мульти-стакана муки
- 1 мульти-стакан сахара
- 2 ч. л. разрыхлителя (или соды)
- 1/3 ч. л. соли
- 3 ст. л. размягченного сливочного масла
- сок и цедра половины лимона
- 1 мульти-стакан любого йогурта, можно фруктового
- 2 яйца
- 1 ч. л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Муку просеять в миску, добавить сахар, соль и соду, перемешать.
2. Яйца взбить вилкой.
3. Вмешать в муку размягченное сливочное масло.
4. Добавить йогурт, лимонный сок и цедру. Тщательно вымесить при помощи миксера.
5. Продолжая вымешивать, добавить по одному яйца.
6. Добавить в тесто клюкву и вымесить ложкой.
7. Чашу смазать растительным маслом и вылить тесто в чашу.
8. Включить режим «Выпечка» на 35 минут.
9. По окончании программы открыть крышку, вынуть чашу и подождать, пока пирог слегка остынет. Затем аккуратно вынуть пирог из чаши и остудить на решетке.
10. Готовый пирог можно украсить глазурью, взбитыми сливками, ягодами и т.п. по своему усмотрению.

СОВЕТ:

Вместо клюквы можно использовать сушеную чернику или изюм.



МЕДОВАЯ КОВРИЖКА



Ингредиенты (5-6 порций)

- 2 мульти-стакана муки
- ½ мульти-стакана белого сахара
- ½ мульти-стакана коричневого сахара
- 2 ст. л. темного меда
- 1 ч. л. пищевой соды
- 3 ст. л. сливочного масла
- ½ ч. л. молотой корицы
- ванильная эссенция по вкусу
- 1 ч. л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Растворить мед и сахар в 1 мульти-стакане теплой воды.
2. Муку смешать с содой и корицей, вмешать в муку размягченное сливочное масло. Добавить воду с медом и сахаром и ванильную эссенцию.
3. При помощи миксера тщательно вымесить – тесто должно иметь консистенцию густой сметаны.
4. Чашу смазать растительным маслом, вылить в чашу тесто и включить режим «Выпечка» на 30 минут.

СОВЕТ:

По желанию можно добавить в тесто немного грецких орехов, крупно нарубленных.



ЧИЗКЕЙК С ЧЕРНИКОЙ



Ингредиенты (7-8 порций)

Для основы:

- 50 г сливочного масла
- 2 ст. л. сахара
- 2 мульти-стакана крошек сдобного печенья

Для начинки:

- 400 г сливочного сыра Маскарпоне

(можно заменить свежим и некислым творогом, см. рецепт «Творог домашний»)

- 100 г сахарной пудры
- 4 желтка
- 50 г черники
- 150 г черничного джема или варенья

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Размягченное сливочное масло тщательно растереть с сахаром.
2. Подготовить форму для чизкейка, которая помещается в чашу мультиварки.
3. Смешать крошку печенья с растертым маслом и выложить в форму. Равномерно распределить по дну формы.
4. При помощи блендера или миксера смешать сыр с сахарной пудрой, по одному вбить яйца, вымешивая массу после добавления каждого яйца.
5. Добавить ягоды черники, аккуратно перемешать массу ложкой (оставить несколько ягод для украшения).
6. Вылить полученную смесь в форму круговыми движениями, начиная с середины.
7. Поместить форму в чашу, закрыть крышку и включить режим «Выпечка» на 1 час 30 минут.
8. По окончании программы оставить остывать чизкейк в чаше под крышкой (не забыть выключить режим «Поддержание температуры»).
9. Вынуть полностью остывшую форму из чаши, сверху выложить густой черничный джем, украсить свежей черникой.
10. Убрать чизкейк в холодильник на 5-6 часов для полного застывания. Перед подачей аккуратно нарезать на порции.

СОВЕТ:

Чтобы края чизкейка не потрескались при остывании, проведите лопаткой по краю формы, когда чизкейк начнет остывать.



БЛАНМАНЖЕ С ЯГОДАМИ ИЛИ ФРУКТАМИ*



Ингредиенты (3-4 порции)

- 2 мульти-стакана сливок
- 2 мульти-стакана молока
- 1 мульти-стакан сахара
- 2/3 ст. л. желатина
- ваниль, мускатный орех по вкусу
- свежие ягоды или фрукты по желанию

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Желатин замочить в холодной воде (100 мл) до набухания.
2. В чашу налить сливки и молоко, положить сахар, ваниль и тертый мускатный орех и включить режим «Мультиповар», задать температуру 90 °С на 10 минут. Хорошо прогреть, помешивая, до полного растворения сахара.
3. По окончании программы влить в чашу разбухший желатин и тщательно размешать.
4. В креманки положить по 1 ст. л. мелко нарезанных ягод или фруктов, залить приготовленной смесью. Остудить и поставить креманки в холодильник до полного застывания.

СОВЕТ:

При подаче по желанию можно полить ягодным соусом и посыпать тертым миндалем.

НА ЗАМЕТКУ:

Этот несложный и очень вкусный десерт был одним из любимых блюд А.С. Пушкина. В классическом варианте для заливки блюда использовался крахмал или рисовая мука.



* Подходит для диетического и детского питания

ЯБЛОЧНЫЙ МУСС*



Ингредиенты (3-4 порции)

- 4 яблока сладких сортов
- 4 ст. л. сахара
- 1 ст. л. лимонного сока
- 5 ст. л. манной крупы
- ванилин по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и нарезать ломтиками.
2. В чашу положить яблоки, налить воды, чтобы она только покрывала яблоки, добавить сахар и лимонный сок и включить режим «Варка/овощи» на 20 минут.
3. Сваренные яблоки выложить в миску и пюрировать блендером.
4. Перелить яблочное пюре в чашу и включить режим «Варка/овощи» на 10 минут. Когда пюре закипит, всыпать тонкой струйкой манную крупу, непрерывно помешивая, затем закрыть крышку и выключить мультиварку. Оставить под крышкой на 10 минут в режиме «Поддержание температуры».
5. Вылить приготовленный мусс в миску. Еще раз тщательно взбить блендером.
6. Готовый мусс выложить в креманки, подождать, пока остынет, затем поставить в холодильник на 2-3 часа.

НА ЗАМЕТКУ:

Яблочный мусс будет прекрасным дополнением к завтраку, он подходит для диетического и детского питания.



* Подходит для диетического и детского питания

КОМПОТ ИЗ ГРУШ*



Ингредиенты (8-10 порций)

- 1 кг твердых груш
- 2 л воды
- 150 г сахара
- 5 г лимонной кислоты
- 1 ч. л. ванильного сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. У груш удалить плодоножки и сердцевину, нарезать крупными ломтиками, не снимая кожуру.
2. В чашу налить воду, положить груши, добавить лимонную кислоту, сахар и ванильный сахар.
3. Закрывать крышку и включить режим «Варка/овощи» на 25 минут.

НА ЗАМЕТКУ:

Этот компот можно заготовить на зиму. Для этого готовый компот нужно перелить в чистые банки и простерилизовать.



* Подходит для диетического и детского питания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Апельсины очистить ножом от кожуры, срезая всю белую часть корки, удалить семена. Мякоть нарезать небольшими кусочками. Корень имбиря очистить и нарезать тонкими ломтиками.
2. Положить апельсины и имбирь в чашу, засыпать сахаром и оставить на 2-3 часа, чтобы апельсины дали сок, и весь сахар растворился. Периодически перемешивать, чтобы сахар растворился быстрее.
3. Перед варкой имбирь вынуть и выбросить. Перемешать, закрыть крышку и включить режим «Варка/овощи» на 45 минут.
4. Когда почти закипит, открыть крышку и варить дальше с открытой крышкой, периодически перемешивая. Пену можно не снимать.
5. Джем должен загустеть, но не сильно – капля горячего джема не должна растекаться на холодной тарелке.
6. Горячий готовый джем переложить в банку. Закрывать банку крышкой или пергаментной бумагой и перевязать шпагатом.

СОВЕТ:

Банки для хранения джема или варенья не обязательно стерилизовать, достаточно чисто вымыть.



АПЕЛЬСИНОВЫЙ ДЖЕМ



Ингредиенты

- 1 кг мякоти апельсинов
- 500 г сахара
- кусочек корня свежего имбиря, 1 см

Maxwell

моя первая любовь

Когда вкус малинового ветра тает на губах
и мир окрашен в малиновый цвет,
и твоя любовь становится частью твоей жизни,
как и первая в вашей жизни техника..

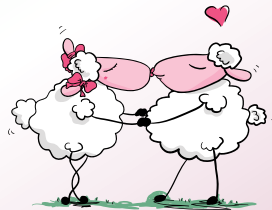


ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Вы удивитесь, насколько гармонично впишется приготовление вкусной и здоровой пищи в Вашу жизнь, насколько увлекательным и интересным может быть это занятие! Бренд Maxwell рад наполнить Ваш дом гармонией и любовью, создавая надежную и качественную технику для Вашего удовольствия!



**Малиновый рай там,
где ты есть...**



Maxwell

моя первая любовь

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

Maxwell

моя первая любовь

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



www.maxwell-products.com, www.maxwell-products.ru,
служба информационной поддержки: 8-800-100-1830