



МУЛЬТИВАРКА EN-245

Современное, многофункциональное устройство для приготовления Ваших любимых блюд.
Экономия электроэнергии.
Удобство и простота в обращении.

Рецепты носят рекомендательный характер, итог зависит от ингредиентов.



ENERGY

Разогрев / Запекание / Жарка / Выпекание / Детское меню / Рис / Омлет / Спагетти / Жаркое / Суп / Холодец / Плов / Каша / Тушение / Приготовление на пару / Русская печь / Быстрое приготовление / Варенье / Йогурт / Мясо / Рыба / Овощи



ENERGY

КНИГА РЕЦЕПТОВ для МУЛЬТИВАРКИ

22 АВТОМАТИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ





МУЛЬТИВАРКА Multifunctional cooker

Поддержание температуры
Отсрочка запуска

22 АВТОМАТИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ

Мультиварка ENERGY – универсальный прибор для приготовления пищи. Современная технология приготовления блюд позволяет сохранить натуральный вкус и все полезные свойства продуктов. Процесс приготовления полностью автоматизирован: 22 автоматические программы позволяют Вам приготовить различные блюда из птицы, мяса, рыбы, морепродуктов, варить супы, рис, каши, тушить и печь.

Каждое блюдо, приготовленное Вами в мультиварке ENERGY не только вкусное, но и полезное.

Приятного Вам аппетита!

ОГЛАВЛЕНИЕ:

Технические характеристики	4
Каша	6-9
Супы	10-15
Мясо	16-23
Овощи	24-29
Рыба	30-35
Детское меню	36-37
Выпечка	38-43
Десерт	44-45



ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

- Объем чаши 5 л
- Чаша с керамическим покрытием
- Отсрочка запуска
- Поддержание температуры
- LCD дисплей
- Сенсорное управление
- Система защиты от перегрева
- Система блокировки
- Мощность 860 Вт
- Напряжение 220-240 В, 50 Гц

Виды программ приготовления:

- | | |
|----------------|-------------------------|
| ■ Разогрев | ■ Плов |
| ■ Запекание | ■ Каша |
| ■ Жарка | ■ Тушение |
| ■ Выпекание | ■ Приготовление на пару |
| ■ Детское меню | ■ Русская печь |
| ■ Рис | ■ Быстрое приготовление |
| ■ Омлет | ■ Варенье |
| ■ Спагетти | ■ Йогурт |
| ■ Жаркое | ■ Мясо |
| ■ Суп | ■ Рыба |
| ■ Холодец | ■ Овощи |

4 программы с тремя автоматическими режимами для приготовления мяса, рыбы и овощей



5 подсветки дисплея
вариантов
в зависимости от режима работы



4 Объем Программы Отсрочка запуска Мощность Поддержание температуры Мерный стакан Половник Ложка Контейнер-пароварка Дисплей





МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ КАША

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 ст риса,
3 ст молока,
2 ст воды,
1 ст л сахара, соль.
Ингредиенты поместите в чашу и готовьте в режиме «РУССКАЯ ПЕЧЬ» 1 час.



 1 час (время приготовления)

МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ КАША

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

½ ст гречневой крупы,
3 ст молока, сливочное масло, сахар, соль - по вкусу.
Ингредиенты поместите в чашу и готовьте в режиме «КАША» 30 минут.

 30 мин. (время приготовления)

ПШЕННАЯ КАША

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 ст пшена,
4 ст молока,
сливочное масло, соль - по вкусу.
Пшено промойте и всыпьте в чашу.
Добавьте молоко, сахар и соль.
Готовьте в режиме «РУССКАЯ ПЕЧЬ»
1 час 10 минут.

 1 час 10 мин. (время приготовления)

КАША ОВСЯНАЯ С АБРИКОСАМИ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1,5 ст геркулесовых хлопьев,
5-6 половинок свежих абрикосов (можно замороженных),
20 г сливочного масла, соль - по вкусу. Поместите все
ингредиенты в чашу и залейте водой - 5 ст.
Готовьте в режиме «КАША» 20 минут.

 20 мин. (время приготовления)





КАША КУКУРУЗНАЯ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 ст кукурузной крупы,
5 ст молока,
сахар,
50 г сливочного масла.

Чашу мультиварки смажьте сливочным маслом. Налейте молоко, засыпьте кукурузную крупу, добавьте соль, сахар. Установите режим «РУССКАЯ ПЕЧЬ» и готовьте 1 час.

 1 час. (время приготовления)

КАША ТЫКВЕННАЯ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

350 г тыквы,
50 г сливочного масла,
30 г мёда,
400 мл сливок 33%.

Нарежьте тыкву кубиками и положите в чашу мультиварки. Добавьте сливки, мёд и масло. Установите режим «КАША» и готовьте 30 минут.

 30 мин. (время приготовления)

КАША МАННАЯ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 ст манной крупы,
5 ст молока,
20 г масла сливочного, соль, сахар.

Крупу выложите в чашу мультиварки, залейте молоком, добавьте сливочное масло, соль, сахар и перемешайте. Закройте крышку. Готовьте в режиме «КАША» 20 минут. Готовую кашу тщательно перемешайте. Подавайте кашу с вареньем или орехами - это прекрасно дополнит ее вкус.

 20 мин. (время приготовления)





БОРЩ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г мяса, ½ кочана капусты, 1 свекла + сок 0,5 лимона, 1 зубчик чеснока, 1 морковь, 1 луковица, 3 картофелины, 3 помидора, 0,5 ч л сахара, соль и специи по вкусу. Сложите все ингредиенты для борща слоями в чашу для приготовления, залейте водой или бульоном, и включите программу «СУП» время приготовления 1 час. По желанию Вы можете увеличить время приготовления.



 1 час (время приготовления)

СУП ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г сухой чечевицы, 15 г муки, 2 л воды или бульона, 1 ст л соли, 15 г масла или маргарина, 1 луковица. Тщательно промойте чечевицу и замочите ее на ночь. Сложите все ингредиенты в чашу в следующем порядке: масло, муку, соль, лук, чечевицу и залейте бульоном или водой. Включите программу «СУП» время приготовления 1 час 20 минут.



 1 час 20 мин. (время приготовления)

ФАСОЛЕВЫЙ СУП

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г говядины, 300 г фасоли, 1 морковь, 1 луковица, 1 помидор, 1 картофелина, 1 лавровый лист, 2 ст ложки растительного масла, соль, специи. Смажьте маслом дно чаши, мясо промойте, нарежьте кубиками, выложите в чашу. Фасоль промойте и выложите на мясо, затем положите мелко нарезанную морковь, лук и картофель. Лук и морковь можно предварительно обжарить. Очистите помидор от кожуры, мелко нарежьте и выложите на картофель. Залейте водой, вода должна полностью покрывать содержимое чаши, посолите, добавьте специи по вкусу и включите программу «СУП» время приготовления 1 час 20 минут. По желанию Вы можете увеличить время приготовления.

 1 час 20 мин. (время приготовления)

РАССОЛЬНИК

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г свинины, 5 картофелин, 1 луковица, 2 соленых огурца, 20 г масла сливочного, 40 г лука порея, 40 г щавеля (или шпината), 5 мерных стаканов куриного бульона или воды, корень петрушки, корень сельдерея, зелень петрушки и укропа. Чтобы приготовить рассольник налейте в чашу воды, положите мясо, нарезанный картофель, петрушку, сельдерей, лук, огурцы, щавель или шпинат и сливочное масло. Включите программу «СУП» время приготовления 1 час. Перед подачей посыпьте суп свежей зеленью.

 1 час (время приготовления)





ГОРОХОВЫЙ СУП



ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г свинины, 250 г гороха, 2 ст л растительного масла, 2 л воды, 2 моркови, 4 картофелины, 1 луковица, соль, специи. Для приготовления горохового супа нарежьте лук и морковь мелкими кубиками и слегка обжарьте в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой.

Добавьте в чашу нарезанное небольшими кусочками мясо, затем предварительно замоченный горох. Залейте водой. Добавьте по вкусу специи и соль. Включите программу «СУП». Время приготовления 1 час 20 минут. Гороховый суп можно варить с ветчиной или копченой свиной грудинкой.

 1 час 20 мин. (время приготовления)

ГРИБНОЙ СУП



ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г грибов (можно замороженных), 4 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, 1 л воды, соль, специи. Для приготовления супа нарежьте лук и морковь и слегка обжарьте в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. Добавьте в чашу нарезанные грибы и картофель. Залейте водой. Добавьте по вкусу специи и соль. Включите программу «СУП» время приготовления 1 час.

 1 час (время приготовления)

СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

6 картофелин, 1 морковь, 1 луковица, фрикадельки, сухая аджика, перец горошком, лавровый лист, соль. Лук порежьте полукольцами, морковь натрите. Обжарьте лук и морковь в режиме «ЖАРКА» с небольшим количеством масла. Затем добавьте порезанный картофель, фрикадельки, специи, залейте водой. Посолите. Готовьте в режиме «СУП» 40 мин. Перед подачей на стол, добавьте зелень.

 40 мин. (время приготовления)

КУРИНЫЙ СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 куриная грудка, 3 картофелины, 1 лук, 1 морковь, суповая вермишель, подсолнечное масло, зелень, соль. Лук порежьте мелко, морковь натрите. Обжарьте лук и морковь в режиме «ЖАРКА» с небольшим количеством масла. Затем добавьте порезанный картофель, куриную грудку и залейте водой. Посолите. Готовьте в режиме «СУП» 50 минут. За 5 минут до окончания программы всыпьте вермишель. Перед подачей на стол, добавьте зелень.

 50 мин. (время приготовления)





ЗЕЛЕННЫЕ ЩИ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г свиных ребрышек, 6 картофелин, 1 луковица, 300 г капусты, 100 г щавеля, 1,5 литра воды, зеленый лук, сметана, соль. В чашу положите порезанные на порции ребрышки и нарезанный кубиками картофель. Добавьте нашинкованную капусту, порезанный лук и щавель. Залейте водой, посолите и готовьте в режиме «СУП» 1 час 10 минут. Подавайте готовые щи со сметаной и зеленым луком.



 1 час 10 мин. (время приготовления)

СЛИВОЧНЫЙ СУП ПЮРЕ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

5 картофелин, 400 г тыквы, 1 морковь, 1 лук-порей, имбирь, фенхель, сливки, соль, специи, 3 ст л растительного масла. В чашу налейте растительное масло и обжарьте морковь в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. Далее добавьте нарезанные кубиками картофель, тыкву, нарезанные тонкими пластинками лук-порей, фенхель и имбирь. Залейте 5 ст воды. Готовьте в режиме «СУП» 1 час. За 5 минут до конца варки добавьте стакан сливок. Посолите и приправьте специями. Готовый суп измельчите блендером и украсьте зеленью.

 1 час (время приготовления)

ХАРЧО

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г говядины, 1,5 ст риса, 1,5 литра воды, 2 луковицы, 2 ст л соуса «Ткемали», 1 ст л томатной пасты, растительное масло, жгели-сунели, 4-5 горошин душистого перца, чеснок, соль, зелень кинзы и укропа. Мясо порежьте и обжарьте в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой в небольшом количестве масла. После добавьте мелко порезанный лук и томатную пасту. Затем всыпьте промытый рис, добавьте соус «Ткемали», приправу, зелень, залейте водой. Посолите. Готовьте в режиме «СУП» 1 час. В конце процесса приготовления добавьте измельченный чеснок и зелень.



 1 час (время приготовления)

ЛАГМАН

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г говядины б/к, 1 луковицу, 1 морковь, 2 болгарских перца, 3 помидора, 3 картофелины, 1 репа, крупная лапша, растительное масло, 5 ст воды, лавровый лист, смесь перцев, травы, соль, зелень. Мясо порежьте и обжарьте в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. После добавьте порезанный лук, перец, репу, картофель, помидоры и тертую морковь. Залейте водой, посолите и приправьте. Включите режим «СУП» 10 минут. После сигнала добавьте лапшу, перемешайте. Готовьте еще 15 минут в режиме «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ». Подавайте к столу, посыпав зеленью.

 50 мин. (время приготовления)





КУРИНЫЕ ГРУДКИ С ГРИБАМИ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

3 куриные грудки, 200 г грибов, 1 луковица, 1 морковь, 2 помидора, 2 ст л растительного масла, 1 ст воды, соль, специи. Куриные грудки разрежьте на 2 половинки, слегка обжарьте в растительном масле в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. Добавьте грибы, порезанные кубиками лук, морковь и помидоры. Залейте водой. Включите программу «ТУШЕНИЕ, МЯСО» время приготовления 1 час.

 1 час (время приготовления)



УТКА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг утки, 100 г копченой грудки, 40 г сливочного масла, 1 луковица, 1 морковь, 100г зеленого горошка, ½ ст белого сухого вина, 1 ст воды, соль, перец. Дно чаши смажьте маслом, выложите кусочки утки. Добавьте нарезанную кусочками грудку, и порезанные кружочками лук и морковь. Сверху выложите горошек. Посолите, поперчите. Влейте вино и добавьте ½ стакана воды. Включите программу «ТУШЕНИЕ, МЯСО» время приготовления 2 часа.

 2 часа (время приготовления).

ГОВЯДИНА С ЧЕРНОСЛИВОМ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г говядины, 2 ст л сливочного масла, 250 г чернослива, 2 луковицы, 2 ст воды, пучок петрушки, соль, специи. Мясо нарежьте полосками, лук - полукольцами. Смажьте чашу маслом выложите в нее мясо, добавьте лук и чернослив. Помешайте. Залейте водой. Посолите, поперчите, добавьте измельченную зелень. Включите программу «ТУШЕНИЕ, МЯСО» время приготовления 1 час 30 минут. По желанию Вы можете увеличить время приготовления.

 1 час 30 мин. (время приготовления)



КАРТОФЕЛЬ СО СВИНИНОЙ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г свинины, 1 морковь, 1 луковица, 6 картофелин, 1 головка чеснока, лавровый лист, соль, специи. Мясо нарежьте кубиками, картофель разрежьте на 4 части, морковь кружочками, лук кубиками. Мясо положите в чашу для приготовления, добавьте перец, соль и приправы. На мясо уложите нарезанный лук, морковь, и картофель. Залейте ингредиенты водой, вода должна покрывать ингредиенты, положите в центр головку чеснока и готовьте в режиме «ЖАРКОЕ» время приготовления 1 час 20 минут.

 1 час 20 мин. (время приготовления)





ЧАНАХИ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г говядины или баранины, 3 помидора, 1 луковица, 4 картофелины, 1 баклажан, 1 болгарский перец (желательно красный), 4 зубчика чеснока, 1 ст воды, соль, специи. Мясо нарежьте кубиками и выложите в смазанную маслом чашу. Помидоры обдайте кипятком, снимите кожицу. Нарежьте кубиками и добавьте к мясу. Затем выложите остальные овощи слоями: картофель, лук, перец и в самом верху — баклажаны. Зубчики чеснока кладите целыми, не режьте. Залейте ингредиенты водой, и готовьте в режиме «РУССКАЯ ПЕЧЬ» время приготовления 2 часа.

 2 часа (время приготовления)

БАРАНИНА С РОЗМАРИНОМ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

700 г баранины (грудинки), 2 ст л растительного масла, 3 луковицы, 1 ст красного сухого вина, 1 ст воды, розмарин свежий 1 пучок, лавровый лист, перец черный горошком, соль, петрушка, кинза, укроп. Баранину с косточками порубите на одинаковые кусочки массой по 50 г. Лук репчатый нарежьте кольцами, розмарин мелко нашинкуйте. Все сложите в чашу, перемешайте, залейте вином и водой и готовьте в режиме «ТУШЕНИЕ, МЯСО» время приготовления 2 часа.

По желанию Вы можете увеличить время приготовления.

 2 часа (время приготовления)

ПЛОВ С КУРИЦЕЙ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 морковь, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 500 г куриного филе, 1,5 ст риса, 3 ст воды, 1 ст л приправы «Для плова». Морковь порежьте соломкой, лук и куриное филе кубиками. Чеснок нарежьте на полоски. Обжарьте куриное филе в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой в течение 5 минут, добавьте морковь, лук и чеснок обжарьте еще 5 минут. Добавьте рис, залейте горячей водой, добавьте приправы и готовьте в режиме «ПЛОВ» время приготовления 30 минут. По желанию Вы можете увеличить время приготовления.

 30 мин. (время приготовления)

ГОЛУБЦЫ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г фарша, 1 яйцо, капуста, рис, лук, томатная паста, сметана, перец, соль. Отварите капусту в подсоленной воде 5 минут в режиме «СУП». После остудите и разберите на листья. Смешайте фарш, мелко порезанную луковицу, промытый рис, яйцо, соль, перец. Заверните полученную начинку в капустные листья и уложите голубцы в чашу в два слоя. Залейте смесью сметаны, томатной пасты и воды. Голубцы должны быть полностью покрыты соусом. Посолите по вкусу. Готовьте в режиме «ТУШЕНИЕ, МЯСО» 40 минут.

 40 мин. (время приготовления)





СВИНИНА С ГРЕЧКОЙ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг свинины, 2 большие луковицы, 2 морковки, 400 г гречневой крупы, соль, перец, специи. Мясо порежьте на кусочки и сложите в смазанную маслом чашу. Сверху добавьте порезанный полукольцами лук, затем тертую морковь. Засыпьте промытой гречневой крупой, посолите, поперчите и залейте водой на 0,5 см выше содержимого чаши. Не перемешивайте! Готовьте в режиме «ТУШЕНИЕ, МЯСО» 1 час.



1 час (время приготовления)



ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г говядины б/к, 1 луковица, 1 морковь, 1,5 ст риса, 3 ст воды, растительное масло, приправа для плова, соль. Мясо порежьте кусочками и слегка обжарьте в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой, добавьте порезанный лук и морковь. После всыпьте промытый рис, добавьте специи, соль и залейте водой. Готовьте в режиме «ПЛОВ» 55 минут.



55 мин. (время приготовления)

ХОЛОДЕЦ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 свиную рульку (мясистую), 600 г мякоти говядины, 200 г куриного филе, 1 луковица, 1 морковь, соль, специи. Сложите все ингредиенты в чашу, залейте водой, добавьте соль и специи. Готовьте в режиме «ХОЛОДЕЦ» время приготовления 2,5 часа. По желанию вы можете увеличить время приготовления. Готовое мясо мелко порубите, разложите по формам и залейте бульоном.



2,5 часа (время приготовления)

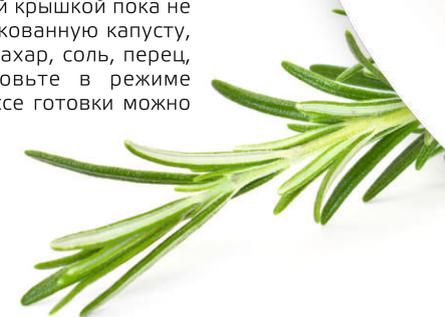
ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г фарша (говядина+свинина), ½ качана капусты, 2 ст л риса, 1 луковица, 1 морковь, 2 ст л томатной пасты, 2 ст воды, сахар, соль, перец. Фарш и мелко порезанный лук обжарьте в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой пока не выпарится вода. После добавьте нашинкованную капусту, рис, тертую морковь, томатную пасту, сахар, соль, перец, залейте водой. Перемешайте и готовьте в режиме «ТУШЕНИЕ, МЯСО» 50 минут. В процессе готовки можно пару раз перемешать.



50 мин. (время приготовления)





КУРИНАЯ ГРУДКА С БРОККОЛИ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

700 г куриного филе,
1 столовая ложка оливкового масла,
300 г грибов (шампиньоны),
200 г брокколи,
¼ ст хереса,
соус типа ворчестерского (на свой вкус),
1/3 ст воды,
1 ч л сушеного тимьяна.

В режиме «ЖАРКА» нагрейте масло. Нарежьте мелко чеснок, грибы крупнее, брокколи разделите на соцветия. Обжарьте чеснок, грибы и брокколи в мультиварке в течение 10 минут. Выньте из чаши. Куриные грудки нарежьте полосками. Посыпьте филе ½ ч л тимьяна и поместите в чашу. Обжаривайте 20 минут (в том же масле, где обжаривали чеснок, грибы и брокколи) до румяной корочки. Затем к куриным грудкам добавьте херес, воду, соус, оставшийся тимьян. Включите режим «ТУШЕНИЕ, МЯСО» на 50 минут. Через 40 минут добавьте чеснок с грибами и брокколи. В качестве гарнира к готовому блюду хорошо подойдут рис или макароны.



 1 час 20 мин. (время приготовления)

КОТЛЕТЫ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г фарша (½ свинины, ½ говядины), 3 картофелины, 1 яйцо, 1 луковицу, 1 зубчик чеснока, 1 ст л растительного масла, соль, перец. Мелко нарежьте лук. Очистите картофель и натрите на средней терке. Смешайте фарш с измельченным луком, яйцом и натертым картофелем. Затем добавьте соль, перец, измельченный чеснок по вкусу. Все тщательно перемешайте. Сформируйте котлеты. Налейте в чашу небольшое количество растительного масла. Обжарьте котлеты с двух сторон в режиме «ЖАРКА» до румяной корочки, затем налейте немного воды и протушите в режиме «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ» 15 минут.

 30 мин. (время приготовления)



МАНТЫ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

Готовые манты 10-15 шт, соль, сливочное масло, зелень. Налейте воду в чашу мультиварки. Сложите манты в контейнер-пароварку и готовьте в режиме «ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА ПАРУ, МЯСО» 15 минут. Готовые манты переложите на блюдо, посолите, смажьте маслом и посыпьте зеленью.

 15 мин. (время приготовления)





КАБАЧКОВАЯ ИКРА

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 больших кабачка, 2-3 луковицы, 2-3 моркови, 1 зубчик чеснока, 3 помидора, 1 ч л томатной пасты, оливковое масло, сахар соль, перец. В чашу для приготовления налейте масло, положите нарезанные кубиками кабачки, мелко нарезанный лук и натертую на крупной терке морковь. Обжарьте овощи в режиме «ЖАРКА» 10 минут, затем добавьте мелко нарезанные, предварительно очищенные от кожуры помидоры, мелко нарезанный чеснок, томатную пасту, соль, сахар и перец. Готовьте в режиме «РУССКАЯ ПЕЧЬ» 1 час. Готовые овощи измельчите блендером.

 1 час (время приготовления)

РИЗОТТО С ТЫКВОЙ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 ст риса, 2 ст воды, 1-2 болгарских перца, 1 луковицу, 200 г тыквы, 1 большую морковь, оливковое масло, соль, перец. Обжарьте мелко нарезанный лук в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. После добавьте порезанные кубиками тыкву, перец и морковь. Затем всыпьте промытый рис. Залейте водой. Посолите, поперчите. Готовьте в режиме «ТУШЕНИЕ, ОВОЩИ» 30 минут. Готовое блюдо перемешайте и подавайте к столу.

 30 мин. (время приготовления)





КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ГРИБАМИ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

5-6 картофелин, 300 г грибов (шампиньоны), зелень, 100 г сметаны, 2 яйца, 1 ст молока, 1-2 ст л крахмала, подсолнечное масло, соль, перец. В чашу налейте небольшое количество масла. Картофель порежьте и перемешайте в чаше с предварительно отваренными грибами и мелко нарезанной зеленью. Залейте смесь сметаны, яиц, молока и крахмала. Посолите, поперчите. Готовьте в режиме «ВЫПЕКАНИЕ» 30 минут. Готовую запеканку выложите на тарелку и посыпьте зеленью.

 30 мин. (время приготовления)

ЗАКУСКА ОХОТНИЧЬЯ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

5 баклажанов, 7 больших помидоров, 5 луковиц, 5 болгарских перцев, 2 головки чеснока, ½ ст воды, 35 г уксуса, 70 г подсолнечного масла. Помидоры, лук и перец порежьте четвертинками. Положите чеснок целыми зубчиками. Баклажаны - крупными кубиками. В чашу уложите слоями: помидоры, лук, перец, чеснок, баклажаны. Влейте воду, уксус и масло, посолите. Готовьте в режиме «ТУШЕНИЕ, ОВОЩИ» 30 минут.

 30 мин. (время приготовления)



БРОККОЛИ С СЫРОМ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г брокколи (можно замороженную), подсолнечное масло, 100 г сыра, ½ ст воды, специи. Капусту разберите на соцветия и промойте. В чашу налейте немного масла, воды и поместите капусту. Посолите, добавьте специи и посыпьте тёртым сыром. Готовьте в режиме «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ» 10 минут.



 10 мин. (время приготовления)

РИЗОТТО С ОВОЩАМИ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 ст риса, 2 ст воды, 1-2 болгарских перца, 1 луковицу, 1 большую морковь, ½ б зеленого горошка, ½ б кукурузы, оливковое масло, соль, перец. Обжарьте мелко нарезанный лук в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. После добавьте порезанные кубиками перец и морковь. Затем всыпьте горошек, кукурузу и промытый рис. Залейте водой. Посолите, поперчите. Готовьте в режиме «ПЛОВ» 30 минут. Готовое блюдо перемешайте и подавайте к столу.

 30 мин. (время приготовления)





ПАСТА «БОЛОНЬЕЗЕ»

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 ст л оливкового масла, 1 луковицу, 1 морковь, 1 стебель сельдерея, 300-400 г шампиньонов, 400 г томатов, 50 -100 г свежего или замороженного зелёного горошка, 1 зубчик чеснока, 2 щепотки итальянских специй, 250 г макарон, воду. Положите в чашу мультиварки измельченные лук и сельдерей, тертую морковь, мелко порезанные грибы и налейте масло. Включите режим «ЖАРКА» и готовьте 8-10 минут. Затем добавьте измельченный чеснок, томаты, пряности, соль, перец. Включите режим «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ» и готовьте 10 минут. Затем переложите соус и очистите чашу для приготовления. Отварите макароны используя программу «СПАГЕТТИ». На блюдо выложите макароны, сверху соус и посыпьте тёртым пармезаном. Можно подавать на стол!

 35 мин. (время приготовления)

ОВОЩИ НА ПАРУ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

3 соцветия цветной капусты, 3 соцветия брокколи, 1 цуккини, 150 г зеленой фасоли, 1-2 стебля зеленой спаржи, 1 морковь. Овощи промойте, почистите и крупно порежьте. Налейте воду в чашу мультиварки. Сложите овощи в контейнер-пароварку и готовьте в режиме «ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА ПАРУ, ОВОЩИ» 10 минут. Готовые овощи переложите на блюдо и сбрызните оливковым маслом.

 10 мин. (время приготовления)



БРОККОЛИ

С ЛИМОННО-ЧЕСНОЧНЫМ СОУСОМ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г брокколи, 2 зубчика чеснока, 1 лимон, 3 ст л оливкового масла, соль, 0,5 ч л сушеного перца чили. Брокколи промойте и разберите на соцветия. Налейте воду в чашу мультиварки. Сложите брокколи в контейнер-пароварку и готовьте в режиме «ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА ПАРУ, ОВОЩИ» 5 минут. Затем, промойте чашу мультиварки и просушите ее салфеткой. Разогрейте оливковое масло в режиме «ЖАРКА» добавьте мелко нарезанный чеснок, цедру и сок 1 лимона, сушеный чили и соль, обжарьте в течение 2-3 минут. Брокколи выложите на блюдо и полейте теплой заправкой.

 10 мин. (время приготовления)



ПЕРЕЦ В ТОМАТЕ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг болгарского перца (желательно красного), 500 г очищенных от кожуры помидоров, 1 луковицу, ½ ст оливкового масла, базилик и соль по вкусу. Перец очистите от семян и плодоножек, порежьте. В чаше обжарьте мелко нарезанный лук в режиме «ЖАРКА». Затем добавьте перец и измельченные помидоры, посолите. Готовьте в режиме «ТУШЕНИЕ, ОВОЩИ» 30 минут. Готовое блюдо украсьте свежим базиликом.

 30 мин. (время приготовления)





ЛОСОСЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ С СЫРОМ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1-2 тушки лосося, 2 помидора, 5-10 пластин плавленого сыра, орегано, растительное масло, соль, перец. Рыбу промойте, уберите кости и разрежьте на порционные куски. Помидоры нарежьте кружочками. На дно чаши выложите помидоры, посолите, поперчите, добавьте немного масла. Положите куски лосося, сверху сыр и орегано. Готовьте в режиме «ВЫПЕКАНИЕ» 30 минут.

 30 мин. (время приготовления)

ФОРЕЛЬ НА ПАРУ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг форели, 1 веточку розмарина, 1 лимон, соль, перец. Форель промойте, натрите солью и перцем. Разрежьте на порционные кусочки. Сбрызните лимонным соком каждый кусочек и посыпьте розмарином. Налейте воду в чашу мультиварки и положите рыбу в контейнер-пароварку. Готовьте в режиме «ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА ПАРУ, РЫБА» 20 минут.

 20 мин. (время приготовления)





ТРЕСКА ТУШЕНАЯ С ХРЕНОМ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

350 г трески, 90 г хрена, 100 г сметаны, 15 г сливочного масла или маргарина, 1 ст л уксуса, 3 ст воды, пучок зелени, соль. На дно чаши, смазанное маргарином, насыпьте тонким слоем натертый на терке хрен, уложите на него кусочки сырой рыбы в 2-3 слоя, пересыпая каждый слой тертым хреном. Залейте рыбу водой, смешанной с уксусом. Добавьте сметану, соль специи и готовьте в режиме «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ» время приготовления 20 минут.

 20 мин. (время приготовления)

РЫБА В МАЙОНЕЗЕ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г рыбы, 80 г майонеза, 1 луковицу, соль, специи. Лук порежьте полукольцами и обжарьте в растительном масле в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. Добавьте рыбу порезанную кусочками. Посолите, поперчите, залейте майонезом. Готовьте в режиме «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ» время приготовления 20 минут.

 20 мин. (время приготовления)



КАМБАЛА В ТОМАТНОМ СОУСЕ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г филе камбалы, 1 лимон, 1 ст л приправы «для рыбы», 3 помидора, 1 ст воды, 2-3 ст л масла или маргарина, соль, специи. Рыбу помойте и полейте лимонным соком, сверху посыпьте приправой. Помидоры обдайте кипятком, снимите кожицу, разрежьте на восемь частей. Налейте на дно чаши масло, положите филе рыбы и помидоры. Залейте водой. Готовьте в режиме «ТУШЕНИЕ, РЫБА» время приготовления 20 минут.

 20 мин. (время приготовления)



ТУШЕННЫЕ КАЛЬМАРЫ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

800 г кальмаров, 4 ст л оливкового масла, 1 зубчик чеснока, 100 г белого сухого вина, 2 помидора, очищенных от кожицы, соль, перец. Кальмары хорошо промойте и нарежьте полосками. Чеснок измельчите. В чашу налейте оливковое масло, в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой, разогрейте масло и положите в него чеснок, влейте вино. Вино должно немного выпариться. Затем добавьте помидоры, кальмары, а также соль и перец по вкусу. Закройте крышку. Готовьте в режиме «ТУШЕНИЕ, РЫБА» время приготовления 30 минут.

 30 мин. (время приготовления)





РЫБА ОТВАРНАЯ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

900 г осетровой рыбы, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 луковицу, соль по вкусу. Подготовленную рыбу положите в чашу и залейте водой так, чтобы вода слегка покрывала поверхность рыбы. Добавьте корень петрушки или сельдерея, лук и соль. Готовьте в режиме «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ» 30 минут.



30 мин. (время приготовления)



ЗАПЕКАНКА ИЗ РЫБЫ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г филе рыбы, сок лимона, 100 г молока, 3 яйца, мука, сливочное масло, соль. Рыбу разрежьте на кусочки, сбрызните лимонным соком и уложите в чашу смазанную маслом. Обжарьте с одной стороны в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. После переверните и залейте смесью из молока, яиц, муки и соли. Готовьте в режиме «ВЫПЕКАНИЕ» 30 минут.



50 мин. (время приготовления)

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г рыбного филе, 150 г белого хлеба, 2 ст воды или молока, 1 яйцо, репчатый лук, морковь, соль, перец, сахар, мука, масло, томатная паста. Рыбное филе пропустите через мясорубку вместе с луком и замоченным в воде (или молоке) белым хлебом. Добавьте соль, перец и хорошо перемешайте. Сформируйте тефтели в виде шариков. Каждый шарик обваляйте в муке и обжарьте в масле в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. Затем добавьте обжаренные лук, морковь и томатную пасту, разбавленную водой. Посолите, поперчите и добавьте сахар по вкусу. Затем готовьте в режиме «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ» 10 минут.



20 мин. (время приготовления)

МОРСКОЙ КОКТЕЙЛЬ С СЫРОМ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г морского коктейля, 1 луковицу, 200 г 10% сливок, 50 г сыра Пармезан, оливковое масло, соль, перец черный молотый, специи по вкусу. Лук нарезать и обжарить на оливковом масле вместе с морским коктейлем в режиме «ЖАРКА» с открытой крышкой. Приправьте специями, солью и перцем. После добавьте сливки, смешанные с сыром. Готовьте в режиме «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ» 10 минут.



15 мин. (время приготовления)





ПЮРЕ ИЗ ЯБЛОК

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 яблока, 2 стакана воды, ½ ч л сливочного масла. Яблоки тщательно промойте, очистите от кожицы и семян, разрежьте на 4 части, залейте водой и варите в режиме «ДЕТСКОЕ МЕНЮ» 15 минут. Затем, слейте воду, измельчите блендером, добавьте сливочное масло.



15 мин. (время приготовления)

ПЮРЕ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

80 г цветной капусты, 2 ст л молока, 2 стакана воды, ½ ч л сливочного масла, 1 вареный перепелиный желток. Цветную капусту тщательно промойте, разделите на отдельные соцветия, залейте водой. Готовьте в режиме «ДЕТСКОЕ МЕНЮ» 15 минут. Теплую капусту измельчите в блендере, добавьте теплое кипяченое молоко, масло, желток.



15 мин. (время приготовления)

ПЮРЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

50 г говядины, 2 стакана воды, 1 ч л сливочного масла. Мясо вымойте, уберите кости, сухожилия и нарежьте небольшими кубиками, сложите в чашу для приготовления и залейте водой. Готовьте в режиме «ДЕТСКОЕ МЕНЮ» 50 минут. Готовое мясо остудите и измельчите блендером до однородной массы. Добавьте в мясное пюре немного бульона. Тщательно все перемешайте и добавьте масло.



50 мин. (время приготовления)

ДЕТСКИЙ БОРЩ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

30 г картофеля, 50 г моркови, 50 г цветной капусты, 20 г отварной говядины, 2 стакана воды, 2 ст л молока. Овощи тщательно промойте, морковь и картофель нарежьте кубиками, цветную капусту разделите на соцветия. Сложите овощи в чашу для приготовления и залейте водой. Готовьте в режиме «ДЕТСКОЕ МЕНЮ» 25 минут. В теплые овощи добавьте отварную говядину и измельчите блендером до однородной массы, добавляя овощной бульон и теплое молоко.



25 мин. (время приготовления)

Перед принятием решения о начале прикорма и выбором продуктов для детского меню, обязательно проконсультируйтесь с врачом педиатром.





ПУДИНГ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 яйца, 150 г сахара, 5 г ванильного сахара, 300 г пшеничной муки, 60 г сливочного масла. Белки отделите от желтков и взбейте до густой пены. Желтки разотрите с сахаром, добавьте сливочное масло, муку, ванильный сахар и перемешайте. Добавьте белки и аккуратно перемешайте. Полученную смесь вылейте в смазанную маслом чашу. Выберите режим «ВЫПЕКАНИЕ» на 10 минут. Готовый пудинг подавайте с ягодным сиропом.

 40 мин. (время приготовления)

БИСКВИТ ПРОСТОЙ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

6 яиц, 180 г пшеничной муки, 150 г сахара, ½ ч л разрыхлителя, 1 ст л сливочного масла. В отдельной емкости взбейте яйца с сахаром до стойкой пены. Постоянно помешивая, добавьте муку, разрыхлитель и тщательно перемешайте до однородной массы. Чашу мультиварки смажьте сливочным маслом, вылейте в нее тесто. Закройте крышку, установите режим «ВЫПЕКАНИЕ» на 50 минут. После окончания режима оставьте бисквит в мультиварке на 15 минут. В качестве украшения можно использовать свежие фрукты, взбитые сливки и шоколадную глазурь.

 50 мин. (время приготовления)





ШАРЛОТКА ЯБЛОЧНАЯ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 яйца, 1 ст сахара, 1 ст муки, 500 г яблок. Взбейте яйца с сахаром. Добавьте муку. Перемешайте. Очищенные яблоки порежьте. Добавьте яблоки к тесту и аккуратно перемешайте. Выложите тесто в чашу смазанную маслом. Выпекайте в режиме «ВЫПЕКАНИЕ» 50 минут.



50 мин. (время приготовления)



МАННИК

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

3 яйца, 200 г манки, 200 г сметаны (15 - 20%), 200 г муки, 200 г сахара, ½ ч л соды. Соедините манную крупу со сметаной, перемешайте и оставьте набухать на 40-60 минут. Разотрите яйца с сахаром. Соедините яичную и манную смеси и тщательно их перемешайте. Добавьте муку, соду и замесите тесто без комочков. В смазанную маслом чашу влейте тесто и включите режим «ВЫПЕКАНИЕ» на 50 минут.



50 мин. (время приготовления)

ЧИЗКЕЙК

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

5 яиц, 700—800 г мягкого творога, 250 г сметаны, 1,5 ст сахара, 3 ст л крахмала. Для теста: 2 яйца, ½ ст сахара, ½ ст муки, щепотка соли, щепотка соды. Смешайте творог с желтками, сметаной и крахмалом до получения однородной массы. Белки взбейте в густую пену и продолжая взбивать, добавляйте сахар. После очень аккуратно вмешайте белки в творожную массу. Для приготовления основы яйца взбейте с сахаром. Добавьте муку, соль, соду и перемешайте. Выложите тесто ровным слоем в смазанную чашу. Сверху аккуратно и небольшими порциями выложите творожную массу. Готовьте в режиме «ВЫПЕКАНИЕ» 50 минут.



50 мин. (время приготовления)



КЕКС «ЗЕБРА»

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

130 г маргарина, 1,25 ст сахара, 3 яйца, 2 ст муки, 1 ст кефира, 2 ст л какао-порошка, 1 ч л разрыхлителя. Размягченный маргарин разотрите с сахаром и яйцами. Добавьте кефир, муку и разрыхлитель. Тщательно размешайте. Тесто разделите на 2 части. В одну добавьте какао, в другую 1 ст л муки. Смажьте маргарином дно и нижнюю часть стенок чаши. Тесто выкладывайте попеременно из двух мисок: темное тесто, светлое. Готовьте в режиме «ВЫПЕКАНИЕ» 40 минут. После сигнала о готовности включите режим «ПОДДЕРЖАНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ» на 10 минут, не открывая крышку. Затем чашу с кексом выньте, остудите. Через 15 минут выложите кекс на блюдо.



50 мин. (время приготовления)





ВАРЕНЬЕ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг сахара, 1 кг клубники.
Положите в чашу сахар и клубнику, залейте водой $\frac{1}{2}$ стакана (так варенье не пристает к стенкам чаши мультиварки). Готовьте в режиме «ВАРЕНЬЕ» 2 часа. Рекомендуем помешивать каждые 20 минут.

 2 часа (время приготовления)

КОФЕЙНЫЙ ТОРТ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

6 яиц, 100 г сахара, 100 г муки, 20 г крахмала, 80 г протёртого миндаля. Для крема: 200 г сливочного масла, 1 б гущённого молока, 2 ч л растворимого кофе. Разотрите добела желтки и 50 г сахара. Отдельно взбейте белки на 50 г сахара. Затем осторожно соедините обе смеси. Добавьте муку, крахмал, миндаль и осторожно перемешайте сверху вниз. Перелейте полученную смесь в чашу. Выпекайте в режиме «ВЫПЕКАНИЕ» 50 минут. Готовый бисквит разрежьте на 2 коржа. Приготовьте крем: из сливочного масла, гущённого молока, растворимого кофе. Промажьте коржи полученным кремом и поставьте торт в холодильник на некоторое время.

 50 мин. (время приготовления)

ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ИЗЮМОМ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г творога, 3 яйца, по 1,5 ст л крахмала, 1,5 ст л манки, 2 ст л сахара, ванилин, $\frac{1}{2}$ ч л разрыхлителя, изюм. Смешайте все ингредиенты до однородной массы и выложите в смазанную маслом чашу. Готовьте в режиме «ВЫПЕКАНИЕ» 40 минут. Готовую запеканку выложите на блюдо и полейте сиропом, сметаной или вареньем.

 40 мин. (время приготовления)

БЫСТРЫЙ ПИРОГ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

Замороженное слоеное тесто, варенье (или мёд), фрукты. Разморозьте тесто и раскатайте его по форме дна чаши. Разморозьте тесто и раскатайте его по форме дна чаши. Наколите вилкой в нескольких местах. В смазанную маслом чашу поместите тесто. Смажьте вареньем или мёдом, положите сверху нарезанные фрукты (например, персики или абрикосы). Готовьте в режиме «ВЫПЕКАНИЕ» 40 минут.

 40 мин. (время приготовления)



ГЛИНТВЕЙН

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

700 мл красного вина, 100 г сахара, 10 г изюма, 5 г имбиря, 5 г цедры апельсина, 5 г корицы, 5 г кардамона, 7 г гвоздики.

Изюм и имбирь выложите в чашу мультиварки, залейте вином, добавьте сахар, цедру апельсина, корицу, кардамон, гвоздику и тщательно перемешайте. Закройте крышку. Готовьте в режиме «БЫСТРОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ» 10 минут.

 10 мин. (время приготовления)



ЙОГУРТ

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 л молока,
100 мл натурального йогурта.

Вскипятите молоко на программе «КАША», остудите его до 40°C, добавьте закваску, хорошо перемешайте и включите программу «ЙОГУРТ». Время приготовления 6 часов. По окончании времени приготовления, йогурт готов к употреблению. В готовый йогурт можно добавить фрукты и ягоды.

 6 часов (время приготовления)

