

ШЕФ РЕКОМЕНДУЕТ

 **AURORA**[®]

50

популярных
рецептов



ПРЕДИСЛОВИЕ

Мультиварка – это универсальный помощник на вашей кухне. Благодаря ей Вы сможете изменить свое отношение к приготовлению пищи в лучшую сторону, и это станет для вас приятным и легким занятием. Мечта любой хозяйки, больше времени посвящать себе и своей семье – теперь сбылась, ведь возможности мультиварки практически безграничны: варка, жарка, тушение, выпекание, приготовление на пару, приготовление гарниров из любых круп, в том числе с добавлением птицы, мяса, рыбы, грибов и других ингредиентов. Приготовить идеальный суп, борщ, бульон, холодец, тушеные овощи и многие другие блюда – теперь легко, также как и различные каши на основе молока, пироги с самой разнообразной начинкой, кексы и бисквиты.

Для мультиварки характерным является то, что ингредиенты не развариваются, и при этом остаются мягкими и сочными. Одно из основных преимуществ мультиварки перед другими кухонными приборами – продукты остаются полезными и сохраняют витамины. И Вам не нужно обладать какими-то специальными кулинарными навыками или знаниями, чтобы приготовить вкусное блюдо.

Готовьте с удовольствием!

КАШИ

Испокон веков каша занимала важнейшее место в питании. Ее варили из пшена, овса, ячменя, гречки и других круп в будни и праздники.

Каши – идеальное решение для завтрака! Ведь крупы, из которых готовят каши, обладают высокой питательной ценностью, в них много минералов и микроэлементов.

Хорошо и правильно приготовленная каша, сможет удовлетворить даже самые изысканные вкусы!

Рисовая каша с изюмом и яблоками

Ингредиенты

- Рис — 200 г
- Молоко 3,2% — 500 мл
- Сахар — 70 г
- Яблоко — 150 г
- Изюм — 1 горсть
- Вода — 700 мл
- Масло сливочное — 50 г

Способ приготовления

1. Хорошо промойте рис и выложите его в чашу мультиварки. Залейте рис молоком и водой.
2. Включите мультиварку на программу «МОЛОЧНАЯ КАША», время приготовления 35 мин. Во время приготовления кашу периодически помешивайте, чтобы она не подгорела.
3. Яблоко очистите от кожуры и семян, нарежьте кубиками.
4. Вымойте изюм и слегка подсушите бумажными полотенцами.
5. За 5 минут до окончания приготовления добавьте в кашу нарезанное яблоко, изюм и сахар.
6. Хорошо перемешайте.

Дикий рис

Ингредиенты

- Рис — 200 г
- Вода — 700 мл
- Специи по вкусу
- Соль

Способ приготовления

1. Хорошо промойте рис.
2. Выложите рис в чашу мультиварки и залейте водой.
3. Добавьте специи и соль по вкусу.
4. Включите программу «КРУПЫ».
5. Готовьте до окончания работы программы.

Гречневая каша

Ингредиенты

- Гречневая крупа — 300 г
- Вода — 800 мл
- Масло сливочное — 50 г
- Сахар — 70 г
- Соль

Способ приготовления

1. Положите крупу в мультиварку и залейте воду. Посолите по вкусу. Включите программу «КРУПЫ», время приготовления 35 мин.
2. В готовую кашу можно добавить сахар.
3. К столу гречневую кашу можно подавать со сливочным маслом или молоком.

И Гречневая каша, приготовленная на воде — отличный гарнир для диетического рациона. Попробуйте посыпать готовую кашу семенами кунжута или добавьте ростки сои.

Тыквенная каша

Ингредиенты

- Тыква свежая — 250 г
- Молоко 3,2% — 600 мл
- Сахар, соль
- Орехи (грецкие или кешью)
- Изюм (черный или золотистый)

Способ приготовления

1. Тыкву очистить от кожуры, нарезать кубиками размером около 1 см, положить в мультиварку.
2. Залить тыкву молоком, добавить соль и сахар, перемешать.
3. Включить режим «МОЛОЧНАЯ КАША», время приготовления 35 мин.
4. Вымыть изюм, обсушить бумажными полотенцами. Орехи измельчить. Добавить изюм и орехи за 10 минут до окончания процесса приготовления, перемешать.

Нут в мультиварке

Ингредиенты

- Нут — 350 гр
- Чеснок — 1 зубчик
- Соль, специи, зелень

Способ приготовления

1. Выложить нут в чашу мультиварки.
2. Очищенный чеснок пропустить через пресс и добавить в чашу. Залить содержимое чаши водой, чтобы нут был полностью покрыт.
3. Выбрать режим «КРУПЫ». Время приготовления — 20 минут.

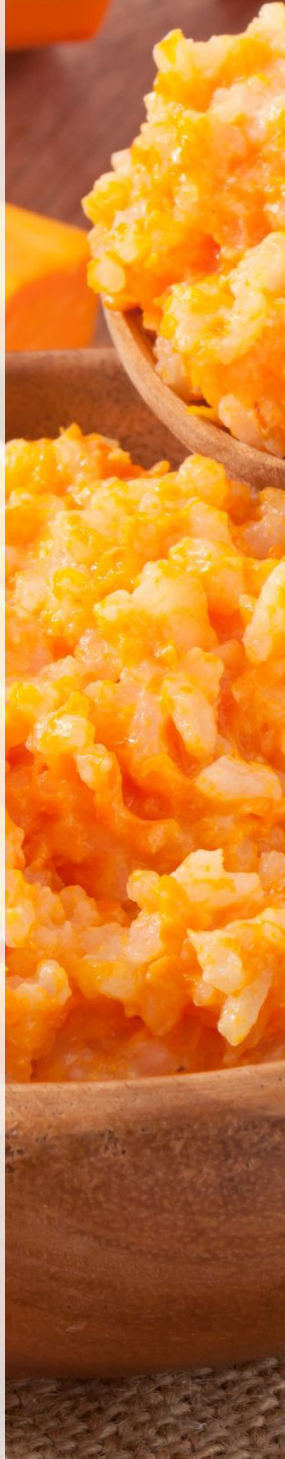
Молочная рисовая каша с курагой

Ингредиенты

- 1 стакан круглозерного риса
- 600 мл молока
- 1 ст. л. меда
- 150 г кураги
- Цедра и сок 1 большого апельсина
- 4 ст. л. сметаны

Способ приготовления

1. Курагу вымыть и нарезать крупными кусками.
2. Смешать мед и апельсиновый сок и готовить, пока мед полностью не разойдется. Положить курагу, перемешать, включить режим «ОТМЕНА / РАЗОГРЕВ» и готовить 5 минут. Переложить смесь в миску и оставить в теплом месте.
3. Рис промыть, всыпать в чашу, залить молоком. Включить режим «МОЛОЧНАЯ КАША», готовить 25 минут. Добавить в кашу курагу с сиропом, 1 ст. л. апельсиновой цедры и сметану. Перемешать и подать к столу.



Овсяная каша с сухофруктами

Ингредиенты

- 100 г овсяных хлопьев
- 500 мл молока
- 100 г изюма
- 100 г кураги
- 100 г чернослива
- 2 ст. л. меда

Способ приготовления

1. Изюм, курагу и чернослив вымыть и замочить на 10 минут. Слить воду. Курагу и чернослив нарезать небольшими кусочками.
2. Включите режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установите температуру 60°С, разогреть мед. Добавить сухофрукты, быстро перемешать, готовить 5 минут.
3. Увеличить температуру до 160°С. Влить в чашу молоко, довести до кипения. Всыпать овсяные хлопья.
4. Варить, постоянно помешивая, 5 минут.

Гороховая каша

Ингредиенты

- 1 стакан сухого гороха
- 100 г ветчины
- 100 г копченой грудинки
- 4 ст. л. растительного масла
- Соль

Способ приготовления

1. Горох промыть и замочить на 2 часа. Отбросить на дуршлаг, выложить в кастрюлю мультиварки, влить свежую воду так, чтобы она только покрывала горох.
2. Варить в режиме «МОЙ РЕЦЕПТ» 2 часа при температуре 90°С. За 30 минут до готовности добавить грудинку, нарезанную на кубики.
3. Ветчину нарезать небольшими кусочками. Добавить в кашу и поставить на режим «ОТМЕНА / РАЗОГРЕВ» на 5 минут.

Гречневая молочная каша

Ингредиенты

- 1 стакан гречневой крупы
- 2 стакана молока
- 1 стакан воды
- 2 ст. л. сахара
- 2 ст. л. сливочного масла
- Щепотка соли

Способ приготовления

1. Включите режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установите температуру 160°С и обжарить гречку, постоянно помешивая, 5 минут. Пересыпать крупу в миску.
2. Смешать молоко с водой, перелить в чашу мультиварки и довести до кипения. Всыпать гречку, добавить соль и сахар.
3. Установить режим «МОЛОЧНАЯ КАША» и готовить 25 минут. В готовую кашу добавить сливочное масло, перемешать и подать к столу.

СУПЫ

Сытные или легкие, горячие или холодные, в любой кухне мира есть свои национальные рецепты супов, в Украине – борщ, в Италии – минестроне, в Венгрии – гуляшлевеш, в Испании – гаспачо, в Болгарии – таратор, в Грузии – харчо...

Суп – одно из важнейших блюд в рационе питания семьи. Они заряжают организм энергией и дают ему необходимое тепло, стимулируют кровообращение и обмен веществ, поддерживают баланс жидкости, тем самым регулируя уровень артериального давления.

Борщ со свеклой

Ингредиенты

- Говядина — 400 г
- Картофель — 300 г
- Свекла — 200 г
- Морковь — 100 г
- Вода — 2 л
- Капуста белокочанная — 250 г
- Лук репчатый — 100 г
- Томатная паста — 80 г
- Соль и специи
- Зелень (укроп, петрушка)

Способ приготовления

1. Морковь натереть на крупной терке, лук нашинковать соломкой, выложить в чашу мультиварки, добавить растительное масло. Обжарить морковь и лук в течение 10 минут в режиме «ЖАРКА» периодически помешивая.

2. Добавить томатную пасту и 2 ст. ложки воды и продолжать готовить еще 5 минут.

3. Выложить в мультиварку нарезанную говядину, картофель, нарезанный брусочками, тонко нашинкованную капусту и натертую на крупной терке свеклу. Залить водой и добавить специи по вкусу, перемешать. Включить программу «СУП» на 1 час 30 минут.

Суп гороховый с копченостями

Ингредиенты

- Горох — 300 г
- Картофель — 400 г
- Морковь — 120 г
- Лук репчатый — 50 г
- Вода — 2 л
- Копчености (копченая курица, копченые колбаски или бекон) — 200 г
- Растительное масло — 30 г
- Соль, специи

Способ приготовления

1. Горох замочить в теплой воде на 1 час.

2. Лук измельчить, морковь натереть на крупной терке, копчености нарезать.

3. Овощи и копчености выложить в мультиварку, добавить растительное масло и включить программу «СУП» на 2 часа. Обжаривать в течение 10-15 мин, периодически помешивая.

4. Добавить горох, картофель. Залить водой, добавить специи и перемешать.

5. Готовить до окончания режима. После окончания режима оставить томиться гороховый суп на программе «ОТМЕНА / РАЗОГРЕВ» еще на 40 минут.

i Копченую грудинку или курицу — нарежьте вместе с кожей и положите в суп. Плотная кожа станет мягкой, а суп будет иметь более насыщенный аромат.

Суп с фрикадельками

Ингредиенты

- Фарш — 800 г
- Лук — 50 г
- Яйцо
- Вода — 2,5 л
- Картофель — 200 г
- Рис — 100 г
- Томатная паста — 70 г
- Морковь — 100 г
- Растительное масло — 50 г
- Соль, специи, зелень

Способ приготовления

1. Натрите морковь на крупной терке, лук мелко нарежьте.
2. Включите программу «ЖАРКА», налейте в мультиварку масло, выложите лук и морковь и томатную пасту. Обжаривайте лук, томатную пасту и морковь 10-15 минут, периодически помешивая.
3. Залейте обжаренные овощи водой, добавьте нарезанный кубиками картофель и рис. Включите программу «СУП» – 1 час.
4. Смешайте фарш, яйцо и специи. Сделайте небольшие фрикадельки. Опустите фрикадельки в суп за 7 минут до окончания приготовления.
5. После окончания приготовления добавьте в суп мелко нарезанную зелень и оставьте в режиме «ОТМЕНА / РАЗОГРЕВ» еще на полчаса.

Овощной крем-суп

Ингредиенты

- Картофель — 150 г
- Лук — 50 г
- Молоко 3,2% — 100 мл
- Вода — 600 мл
- Специи по вкусу
- Капуста брокколи — 200 г
- Цветная капуста — 200 г
- Соль
- Зелень

Способ приготовления

1. Картофель, брокколи, лук и цветную капусту мелко нарезать и положить в чашу мультиварки. Посолить и добавить специи.
2. Залить овощи водой и включить программу «СУП». Готовить до окончания программы.
3. После окончания приготовления перелить готовый суп в другую емкость, чтобы не повредить антипригарное покрытие чаши мультиварки.
4. Добавить в суп молоко и взбить суп блендером до кремообразной консистенции.
5. Перед подачей к столу суп украсить свежей зеленью.



Подавайте этот суп с небольшими гренками, подсушенными с солью и специями.



Щавелевый суп

Ингредиенты

- Картофель – 4 средних клубня
- Морковь – 1 корень
- Луковица – 1 штука
- Щавель – 400 граммов
- 500 мл овощного бульона
- 2 крутых яйца
- Сметана
- Соль

Способ приготовления

1. Включите режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установите температуру 160 градусов, в чаше вскипятить бульон, добавить мелкопорезанные овощи и еще раз довести до кипения. Посолить и варить до приготовления картофеля.
2. Щавель вымыть, порезать полосками среднего размера. Добавить в бульон. Варить 3 минуты.
3. Яйца очистить и разрезать каждое вдоль пополам. Суп разлить по тарелкам, в каждую положить по 2 половинки яйца. Подавать со сметаной.

Суп из белых грибов

Ингредиенты

- 1 большой белый гриб
- 4–6 маленьких белых грибов
- 1 луковица
- 1 морковь
- 3 картофелины
- 500 мл молока
- 500 мл воды
- 2 ст. л. манной крупы
- 2 ст. л. растительного масла
- Соль, перец

Способ приготовления

1. Грибы тщательно очистить и промыть теплой водой. Лук, морковь и картофель очистить. Натереть на крупной терке лук, морковь, картофель и большой белый гриб
2. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С, разогреть растительное масло и обжарить измельченные лук, морковь и большой белый гриб, 5 минут.
3. Добавить картофель и готовить еще 5 минут. Перемешать молоко с водой и влить в чашу с овощами. Небольшие белые грибы крупно нарезать и добавить в суп. Варить 15 минут.
4. Размешивая суп круговыми движениями, всыпать тонкой струйкой манку. Продолжать мешать, пока крупа полностью не растворится. Варить 5 минут. Подавать со сметаной.

И Щавель — диетический, низкокалорийный продукт, свежие листья которого содержат значительное количество каротина, аскорбиновой кислоты, витаминов группы В, дубильные вещества, калий, кальций, магний

Сырный суп со сладким перцем

Ингредиенты

- 2 сладких желтых перца
- 200 г плавленого сыра
- 1 луковица
- 1 морковь
- 1 зубчик чеснока
- 200 мл молока
- 1 веточка тимьяна
- 1 ст. л. сливочного масла
- Растительное масло
- Соль, перец

Способ приготовления

1. Включите режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установите температуру 160 °С. Перцы поместить в чашу мультиварки, сбрызнуть растительным маслом и готовить 15 мин.
2. Переложить в миску, плотно накрыть и дать остыть. Затем снять кожуру и удалить сердцевину. Мякоть измельчить в пюре.
3. Лук, чеснок и морковь очистить, измельчить и обжарить в разогретом сливочном масле, 10 мин.
4. Влить 500 мл горячей воды и довести до кипения. Добавить сыр, хорошо перемешать, затем влить молоко и пюре из желтого перца. Еще раз довести до кипения, приправить солью и перцем.
5. Разлить по тарелкам, посыпать листиками тимьяна.

Молочный суп с вермишелью

Ингредиенты

- 1 л молока
- 1 стакан вермишели
- 1 ст. л. сливочного масла
- 2 ст. л. сахара
- Щепотка соли

Способ приготовления

1. Включите режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установите температуру 160 °С, вскипятите молоко. Добавить сливочное масло, сахар и соль.
2. Всыпать вермишель и готовить 10 мин.

И Если планируете добавить в суп плавленый сырок, его нужно поместить в морозилку на 10-15 минут и только потом тереть на терке. Любой сыр добавляют в суп только тогда, когда сварятся овощи и все остальные ингредиенты



Тыквенный суп с орехами

Ингредиенты

- 1 кг мякоти тыквы
- 750 мл обезжиренного мясного или куриного бульона
- 1 ст. л. листиков розмарина
- 2 ст. л. измельченного тимьяна
- 4 ст. л. грецких орехов
- 2 ст. л. кукурузной муки
- 2 ст. л. сметаны
- 2 ст. л. растительного масла
- Соль, сахар

Способ приготовления

- 1.** Тыкву нарезать крупными кусками, поместить в чашу мультиварки, сбрызнуть 2 ст. л. растительного масла и готовить в режиме «ВЫПЕЧКА» 30 минут.
- 2.** В блендере измельчить мякоть тыквы в пюре. Вернуть его в чашу, добавить бульон, розмарин, тимьян, сметану, соль и сахар. Готовить в режиме «МОЙ РЕЦЕПТ», при температуре 140°C 5 минут.
- 3.** Развести кукурузную муку в 4 ст. л. теплой кипяченой воды и добавить в суп. Перемешать и готовить в том же режиме еще 5 минут.
- 4.** Грецкие орехи порубить в крошку. Добавить их в суп и дать настояться 10–15 минут.

Томатный суп с копченой грудинкой

Ингредиенты

- 1 л томатного сока
- 150 г копченой грудинки
- 1 луковица
- 2 черешка сельдерея
- 0,5 стакана риса
- Зелень петрушки
- Соль, перец

Способ приготовления

- 1.** Лук очистить и нарезать полукольцами. Сельдерей и зелень петрушки вымыть, обсушить, измельчить. Грудинку нарезать аккуратными кусочками.
- 2.** Включить мультиварку на режим «ЖАРКА». Когда дно кастрюли разогреется, обжарить грудинку, 6 мин. Добавить лук и сельдерей, готовить еще 6 мин.
- 3.** Рис промыть в нескольких водах. В мультиварку влить томатный сок, всыпать рис. Закрыть крышку, готовить в режиме «НА ПАРУ» 30 мин.
- 4.** В готовый суп добавить зелень петрушки и соль и перец по вкусу.

i Тыква — королева осени. Известно около 50 сортов тыквы. И кроме привычного нам оранжевого цвета, она может быть желтой, белой, зеленой и даже синей.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Именно на вторые блюда приходится основная энергетическая ценность всего рациона человека. Они должны быть питательными и полезными, при этом не должны нагружать пищеварительную систему.

Готовят вторые блюда из мяса, рыбы и морепродуктов, овощей, круп, макаронных изделий, грибов и яиц, продуктов переработки молока. Благодаря разнообразным кулинарным приемам можно приготовить массу самых разных по вкусу и виду блюд.



Картофельные ньокки

Ингредиенты

• 1 кг картофеля • 3 яйца • 300 г муки • 100 г тертого твердого сыра

Для заправки: • 200 мл сливок жирностью 20% • 300 г шампиньонов • 1 пучок петрушки • 1 ст. л. растительного масла

Способ приготовления

1. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С. Картофель тщательно вымыть, положить в чашу мультиварки, влить воду и готовить 20 мин. Воду слить, картофелю дать остыть, затем очистить его от кожицы и протереть через сито или измельчить в мясорубке.

2. Добавить к картофелю половину тертого сыра, яйца и муку. Вымесить тесто. Разделить тесто на 3 части и скатать тонкие колбаски толщиной 1,5–2 см. Нарезать их небольшими кусочками, накрыть и поставить в холодильник.

3. Приготовить заправку. Листья петрушки вымыть и размять руками до появления сока. Шампиньоны нарезать пластинами. Разогреть в мультиварке растительное масло, обжарить грибы, 5 мин. Влить сливки, добавить петрушку и проварить в том же режиме 5 мин.

4. Вскипятить в мультиварке воду и небольшими порциями отварить ньокки, пока они не всплывут. шумовкой выкладывать на блюдо, посыпать оставшимся сыром и полить заправкой.

Куриные котлеты на пару

Ингредиенты

• 400 г куриного филе • 1 луковица • 4 куска черствого белого хлеба без корки • 0,5 стакана молока • 1 яйцо • Растительное масло • Соль, перец

Способ приготовления

1. Куриное филе вымыть, обсушить и измельчить в мясорубке. Это лучше сделать 2 раза. Хлеб размочить в молоке, затем слегка отжать. Лук очистить и очень мелко нарезать.

2. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С, разогреть немного растительного масла и обжарить лук, 5 мин.

3. Смешать в миске куриный фарш, вымоченный в молоке хлеб, обжаренный лук и яйцо. Приправить солью и перцем. Тщательно вымесить фарш. Влажными руками вылепить из фарша небольшие круглые котлетки.

4. Поместить котлетки в чашу мультиварки, включить режим «НА ПАРУ» и готовить 20 мин.

Мясная запеканка с брокколи и цветной капустой

Ингредиенты

- 500 г говяжьего фарша
- 250 г брокколи
- 250 г цветной капусты
- 2 куска черствого белого хлеба
- 2 средние луковицы
- 2 белка
- 2 ст. л. каперсов
- 100 мл обезжиренного молока
- 2 ст. л. панировочных сухарей
- 125 г тертого сыра эмменталь
- 1 ст. л. молотой паприки
- 1 ст. л. растительного масла
- Соль, перец

Способ приготовления

- 1.** Цветную капусту и брокколи вымыть и разобрать на небольшие соцветия. Поместить в чашу мультиварки и готовить в режиме «НА ПАРУ», 10 мин. Переложить на блюдо.
- 2.** Лук очистить и измельчить. Каперсы промыть от маринада и мелко нарезать. Хлеб размочить в молоке, слегка отжать. Выложить в миску фарш, лук, хлеб, каперсы и слегка взбитые белки. Приправить солью, перцем и перемешать.
- 3.** Чашу мультиварки смазать маслом и присыпать сухарями. Выложить приготовленный фарш. Сверху выложить по кругу цветную капусту и брокколи. Половину тертого сыра смешать с паприкой и присыпать запеканку. Готовить в режиме «МОЙ РЕЦЕПТ» при температуре 120°C 30 мин.
- 4.** Готовую запеканку посыпать оставшимся сыром и сразу же подать к столу.

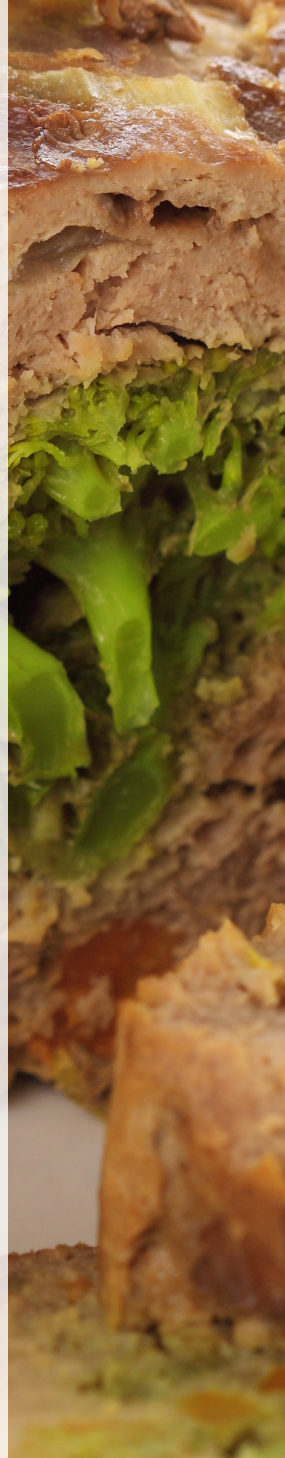
Печень по-строгановски

Ингредиенты

- 800 г говяжьей печени
- 500 мл молока
- 2 репчатые луковицы
- 1 пучок зеленого лука
- 1 пучок укропа
- 50 г сливочного масла
- 200 г сметаны
- Соль, перец

Способ приготовления

- 1.** Печень вымыть, очистить от пленки и нарезать соломкой. Положить в миску, залить молоком и оставить на 30 мин., затем отбросить на дуршлаг. Луковицы очистить и нарезать тонкими полукольцами. Зеленый лук и укроп вымыть, обсушить и измельчить.
- 2.** Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С, разогреть масло и обжарить репчатый лук, 5 мин. Положить печень и готовить, помешивая, еще 5 мин.
- 3.** Добавить сметану, тушить в режиме «МОЙ РЕЦЕПТ» при температуре 140 °С 10 мин. Перед подачей посыпать блюдо зеленым луком и укропом.



Спагетти в ореховом соусе

Ингредиенты

• 400 г спагетти • 200 г очищенных грецких орехов • 100 мл сливок жирностью 20% • 50 г тертого сыра • 1 пучок петрушки • 50 г сливочного масла • Соль, перец

Способ приготовления

1. Петрушку вымыть, обсушить и крупно нарезать. Орехи измельчить в блендере вместе с петрушкой в однородную массу. Переложить в миску, добавить сливочное масло, сливки, тертый сыр и перемешать.
2. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С, в чаше вскипятить воду и отварить спагетти согласно инструкции на упаковке. Отбросить на дуршлаг, вернуть спагетти в чашу и перемешать с соусом. Готовить при той же температуре еще 5 мин.

Лазанья «болоньезе»

Ингредиенты

• 12–16 свежих листов лазаньи • 100 г тертого пармезана
Для соуса болоньезе: • 500 г смешанного мясного фарша • 2–3 помидора • 2 ст. л. томатной пасты • 4 ст. л. оливкового масла
• 1 ч. л. сухой смеси итальянских трав • Соль, перец
Для соуса бешамель: • 1 л молока • 120 г сливочного масла • 3 ст. л. муки
• Щепотка мускатного ореха • Соль, перец

Способ приготовления

1. Приготовить соус болоньезе. Помидоры очистить от кожуры и измельчить блендером вместе с томатной пастой. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С, разогреть масло и обжарить фарш, 5 мин. Всыпать итальянские травы, соль и перец, готовить еще 5 мин. Переложить в миску, добавить томатную массу, перемешать.
2. Приготовить соус бешамель. В чаше растопить сливочное масло, добавить муку, готовить 1 мин. Постоянно размешивая, постепенно влить молоко. Добавить мускатный орех, соль и перец. Готовить 10 мин. Перелить в миску.
3. Смазать чашу оливковым маслом, влить немного соуса бешамель и соуса болоньезе. Положить листы лазаньи так, чтобы они слегка находили друг на друга. Выложить немного соуса болоньезе, посыпать сыром и смазать соусом бешамель. Выкладывать слои, пока не закончатся все ингредиенты. Последний слой должен быть из листов лазаньи, политых соусом бешамель и присыпанных сыром. Готовить в том же режиме 25 мин.

Фаршированные перцы

Ингредиенты

- 12 перцев разных цветов
- 500 г мясного фарша
- 150 г риса
- 1 крупная луковица
- 2 ст. л. томатной пасты
- по 1 пучку петрушки и укропа
- 1 пучок зеленого лука
- Соль, перец по вкусу
- 1 л нежирных сливок
- Соль, перец
- Растительное масло для обжаривания

Способ приготовления

- 1.** Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С. Рис тщательно промыть, всыпать в чашу мультиварки, влить 2 стакана горячей воды и варить 10 минут. Откинуть рис на дуршлаг, дать стечь всей воде.
- 2.** Репчатый лук очистить и измельчить. Зелень мелко нарезать. Разогреть в чаше мультиварки масло обжаривать лук 5 минут. Добавить зелень. Смешать рис, фарш, половину нарезанной зелени и лук. Посолить, поперчить.
- 3.** Перцы вымыть, отрезать верхушки, удалить сердцевину. Верхушки сохранить. Нафаршировать перцы получившейся смесью, накрыть верхушками.
- 4.** Сливки перемешать с оставшейся зеленью, посолить и поперчить по вкусу, добавить томатную пасту.
- 5.** Поместить в чашу мультиварки фаршированные перцы, залить соусом, закрыть крышку, выставить температуру 120 °С и готовить 35 минут.

Глазированные молодые овощи

Ингредиенты

- 200 г небольших морковок
- 200 г маленьких цукини
- 200 г зеленой фасоли
- 200 мл сливок
- 2–3 веточки петрушки
- 2–3 веточки укропа
- 100 г сливочного масла
- 50 г сахара
- 1 ч. л. соли
- Несколько капель соуса табаско

Способ приготовления

- 1.** Морковь очистить. Цукини и фасоль вымыть. Морковку и цукини разрезать вдоль пополам. Зелень вымыть, обсушить и измельчить.
- 2.** Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С, поместить в чашу мультиварки морковь, влить 1,5 стакана воды, добавить сливочное масло, сахар и соль. Довести до кипения и готовить, пока вся жидкость не выпарится. Когда почти вся жидкость выпарится, добавить цукини, фасоль и готовить еще 3–5 мин.
- 3.** Тем временем приготовить соус. Взбить сливки с измельченной зеленью и соусом Табаско. Подать соус к овощам.



Мясное рагу с капустой

Ингредиенты

- 1,5 кг бескостной говядины
- 2 ст. л. сливочного масла
- 3 ст. л. растительного масла
- Щепотка кайенского перца
- 2 зубчика чеснока
- 2 луковицы
- 2 морковки
- 2 черешка сельдерея
- 1 сладкий перец
- 1 кг белокочанной капусты
- 200 г томатов в собственном соку
- Соль

Способ приготовления

1. Лук, чеснок и морковь очистить и мелко нарезать. Сельдерей, перец и капусту вымыть. Сельдерей и перец нарезать небольшими кусочками, капусту нашинковать. Мясо вымыть и нарезать кусками размером 4 см.
2. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С, разогреть сливочное и растительное масло, обжарить говядину со всех сторон, 10 мин. Приправить солью и кайенским перцем. Добавить лук, чеснок, морковь и сельдерей и готовить 10 мин.
3. Влить 1 стакан воды, довести до кипения и готовить 10 мин. Положить сладкий перец и капусту, тушить 15 мин.
4. Добавить томаты, перемешать и готовить 40 мин.

Мясная запеканка с морковью и сельдереем

Ингредиенты

- 1 кг нежирного говяжьего фарша
- 250 г белого хлеба
- 0,5 л молока
- 2 белка
- 1 большая луковица
- 2 зубчика чеснока
- 2 морковки
- 2 черешка сельдерея
- 2 ст. л. растительного масла
- Соль, перец

Способ приготовления

1. Морковь очистить и измельчить. Так же измельчить сельдерей. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160° С, положить в чашу морковь и сельдерей и готовить 5 минут. Отбросить на дуршлаг и обдать холодной водой.
2. Хлеб замочить в молоке. Лук и чеснок очистить, измельчить. Выложить мясной фарш в большую миску, добавить слегка отжатый хлеб, лук, чеснок, морковь и сельдерей. Приправить солью и перцем и тщательно перемешать. Белки взбить в пышную пену и, осторожно перемешивая, ввести в фарш.
3. Выложить в чашу мультиварки приготовленный фарш, разровнять поверхность.
4. Готовить в режиме «МОЙ РЕЦЕПТ» при 120°С 35 минут.

Рататуй

Ингредиенты

- 4 порции
- 3 ст. л. оливкового масла
- 2 зубчика чеснока
- 1 красная луковица
- 1 баклажан
- 1 цуккини
- 1 красный сладкий перец
- 4 крупных помидора
- 2 ст. л. томатной пасты
- 150 мл красного сухого вина

Способ приготовления

- 1.** Чеснок и лук очистить. Чеснок нарубить, лук разрезать на 8 частей. Все овощи вымыть. Баклажан и цуккини нарезать полукружьями толщиной 1,5 см. Перцы разрезать пополам, удалить сердцевину. Мякоть нарезать крупными кусками. Помидоры разрезать на 4 части, удалить семена. Мякоть измельчить.
- 2.** Поместить все овощи в мультиварку, влить оливковое масло и красное вино. Добавить томатную пасту, перемешать, поперчить и посолить по вкусу.
- 3.** Установить режим «МОЙ РЕЦЕПТ» на 25 минут, температура 160°C.

Холодец

Ингредиенты

- 10 порций
- 1 свиная ножка
- 2 куриных окорочка
- 1 говяжья рулька
- 300 г свинины
- 1 луковица
- 2 моркови
- 1 лавровый лист
- 5 – 6 горошин черного перца
- 2 зубчика чеснока

Способ приготовления

- 1.** Мясо разрубить на несколько частей, тщательно вымыть. Положить в мультиварку, долить холодной воды до максимальной отметки. Установить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», температура 120°C, время 30 минут. Открыть крышку и снять пену. Готовить еще 2 часа при таком же режиме.
- 2.** Добавить в мультиварку морковь, лук и корень петрушки, перец и лавровый лист и готовить еще 2 часа при таком же режиме. По окончании варки вынуть мясо и овощи, бульон процедить.
- 3.** Отделить мясо от костей и нарезать на небольшие кусочки. Добавить измельченный чеснок и разложить по лоткам. Влить бульон и охладить до комнатной температуры. Накрыть пищевой пленкой и убрать в холодильник на 4 – 6 часов. Перед подачей вынуть холодец на тарелку, нарезать на порционные куски. Отдельно подать хрен.



Классический французский паштет из говяжьей печени

Ингредиенты

- 500 г говяжьей печени
- 250 мл молока
- 150 г сала
- 250 г бекона
- 2 луковицы, 1 морковь
- 2 зубчика чеснока
- 1 яйцо
- Лавровый лист, черный перец
- 0,25 ч. л. молотого мускатного ореха
- 0,5 ч. л. сухого розмарина
- 2 ст. л. бренди
- Соль
- Растительное масло

Способ приготовления

1. Говяжью печеньку вымыть, снять с нее тонкую пленку, порезать на куски. Сложить в миску, влить молоко, накрыть и оставить на 2–3 часа.
2. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С. Лук, морковь и чеснок очистить, нашинковать и обжарить в растительном масле 5 мин.
3. Печенку вынуть из молока и вместе с салом и обжаренными овощами пропустить через мясорубку. Добавить в фарш бренди, яйцо, соль, мускатный орех, розмарин и черный перец. Все тщательно перемешать.
4. Чашу мультиварки выложить полосками бекона. Уложить внутрь печеночный фарш. Сверху накрыть паштет беконом и положить лавровый лист. Готовить 45 мин. при температуре 120 °С. Аккуратно слить из чаши выделившийся от запекания сок. Поставить паштет под груз на 1 час. Вновь слить выделившийся сок. Завернуть паштет в пищевую пленку и поставить в холодильник минимум на 6 часов.

Кабачковая икра

Ингредиенты

- 6 средних кабачков
- 1 большой помидор
- 1 большая луковица
- 3–4 зубчика чеснока
- 1 пучок петрушки
- 4 ст. л. подсолнечного масла
- Соль, перец

Способ приготовления

1. Кабачки вымыть, очистить от кожицы и нарезать небольшими кубиками. Лук и чеснок очистить и измельчить. Петрушку вымыть, обсушить и мелко нарезать. Помидор натереть на терке, кожицу выбросить.
2. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С. В чаше мультиварки разогреть 2 ст. л. масла и обжарить лук, 5 мин. Добавить кабачки, перемешать и готовить еще 5 мин.
3. Снизить температуру до 120 °С. Выложить к кабачкам помидорную мякоть, посолить, поперчить, перемешать и готовить 15 мин.
4. Добавить чеснок и зелень, перемешать и сразу же выключить мультиварку. Переложить икру в миску, влить оставшееся масло, дать остыть.

Паштет из куриной печенки с тимьяном и яблоком

Ингредиенты

- 10 порций • 1 кг куриной печенки • 2 зеленых яблока • 2 луковицы шалота • 2 зубчика чеснока • 3 ст. л. оливкового масла • 30 г сливочного масла • 150 мл сливок • 50 мл кальвадоса (можно заменить коньяком или бренди) • 1 ч. л. листочков свежего тимьяна • Несколько веточек тимьяна • Соль и молотый черный перец по вкусу

Способ приготовления

- 1.** Срезать с куриной печенки жир, вымыть холодной водой, обсушить. Лук-шалот и чеснок нарезать.
- 2.** В чашу мультиварки налить оливковое масло, лук и чеснок, включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С, время 25 минут.
- 3.** Через 5 минут добавить печенку, подсолить, приправить перцем и готовить еще 5 минут. Затем влить в мультиварку сливки, добавить нарезанные небольшими кусочками очищенные яблоки и листочки тимьяна.
- 4.** Переложить печенку в кухонный процессор, влить алкоголь и измельчить.
- 5.** Разложить массу по огнеупорным формочкам, сверху добавить сливочное масло и веточку тимьяна. Формы поставить в чашу мультиварки, закрыть крышку и готовить в режиме «ВЫПЕЧКА» 20 минут. Дать паштету остыть, накрыть пленкой и убрать на 2 – 3 часа в холодильник.

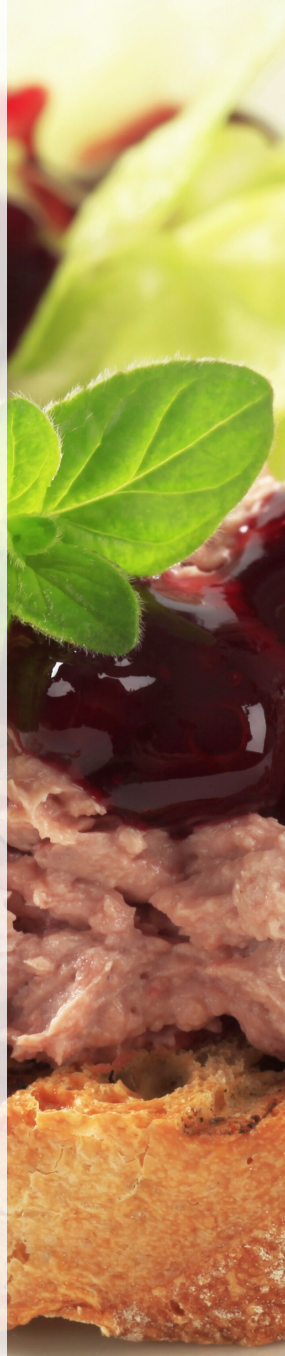
Террин с куриной печенкой и фисташками

Ингредиенты

- 250 г нежирной свинины • 400 г куриной печенки • 200 г бекона • 70 г очищенных фисташек • 1 зубчик чеснока • 50 мл сливок • 2 ломтика багета • 2 ст. л. коньяка • 1 ст. л. оливкового масла • ¼ ч. л. смеси прованских трав • Соль и перец по вкусу

Способ приготовления

- 1.** Багет залить сливками и оставить на 10 минут. Половину печенки, свинину, багет и чеснок измельчить в кухонном процессоре. Оставшуюся печенку и половину бекона порубить ножом. Соединить в большой миске фарш, рубленую печенку и бекон, фисташки, коньяк, приправить перцем и прованскими травами, посолить и перемешать.
- 2.** Чашу мультиварки смазать оливковым маслом. На дно чаши положить вплотную друг к другу несколько полосок бекона. Выложить половину фарша, покрыть беконом, распределить оставшийся фарш и выложить оставшийся бекон. Накрыть фольгой и уплотнить прессом.
- 3.** Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 120 °С. Готовить террин, накрытый фольгой 30 минут, затем снять фольгу и продолжать готовить еще 20 минут. Готовый террин охладить до комнатной температуры и убрать в холодильник на 2–3 часа.



Фаршированные куриные грудки

Ингредиенты

- 4 куриных филе
- 20 г сухих белых грибов
- 1 морковь
- 1 соленый огурец
- По 2 веточки петрушки и укропа
- 1 ст. л. муки
- 2 ст. л. растительного масла
- Соль

Способ приготовления

- 1.** Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160°C, грибы положить в чашу с водой и довести до кипения. Готовить 5 мин., после чего отбросить на сито. Отвар процедить в отдельную посуду.
- 2.** Грибы нарезать небольшими кусочками. Морковь натереть на крупной терке. Огурец мелко нарезать, отжать. Петрушку и укроп измельчить.
- 3.** Разогреть в том же режиме растительное масло, обжарить морковь и грибы, 5 мин. Добавить зелень и огурец, готовить еще 5 мин. Добавить муку, перемешать и переложить в миску.
- 4.** Ножом сделать в филе глубокий «кармашек», не доходя до края 1–1,5 см. Вложить в куриные «кармашки» по несколько чайных ложек приготовленной начинки, вдавливая ее внутрь. Закрепить края зубочистками.
- 5.** Включить режим «НА ПАРУ», поместить куриное филе в чашу и готовить 30 мин.

Открытый пирог с луком-пореем и беконом

Ингредиенты

- Упаковка готового слоеного теста (500 г)
- 2 стебля лука-порея (только белая часть)
- 100 г бекона
- 2 яйца
- 100 мл сливок жирностью 20%
- ½ ч. л. сушеного тимьяна
- Щепотка мускатного ореха
- 1 ст. л. оливкового масла
- Соль и перец по вкусу

Способ приготовления

- 1.** Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160°C. Лук-порей вымыть, обсушить и нарезать кольцами толщиной 5 мм. Бекон нарезать узкими полосками. Налить в чашу мультиварки оливковое масло, разогреть 1 минуту и положить лук и бекон. Готовить, помешивая, 7 минут, переложить в миску.
- 2.** Миксером взбить яйца со сливками, посолить, приправить мускатным орехом и орегано.
- 3.** Тесто слегка раскатать и положить в смазанную оливковым маслом чашу мультиварки, оставляя бортики. Распределить начинку из лука и бекона и залить яично-сливочной массой. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ» и готовить 30 минут. Аккуратно переложить на тарелку и нарезать на порции.

ДЕСЕРТЫ И НАПИТКИ

В конце каждого обеда, рекомендуется какое-либо сладкое блюдо. Оно может быть как холодным, так и горячим. К десертам относят торты, пироги, печенье, фрукты, напитки и множество других сладостей.

Десерт — это блюдо, завершающее трапезу. Десерты могут быть разными по консистенции, компонентам, вкусу, но одно их свойство никогда не меняется — они всегда сладкие.

Домашний йогурт с ягодами

Ингредиенты

- 1 л молока
- 3 ст. л. натурального йогурта
- Свежая клубника, малина, черная и красная смородина

Способ приготовления

1. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160 °С и вскипятить молоко. Дать остыть в чаше мультиварки. Температура молока должна быть чуть больше температуры вашей руки. Удалить с молока пенку.
2. Йогурт взбить вилкой и, продолжая взбивать, влить его в чашу с молоком. Молоко и йогурт должны смешаться как можно лучше.
3. Включить режим «ЙОГУРТ», закрыть крышку и готовить 6 часов.
4. Проверить йогурт на готовность. Он должен быть плотным. Если йогурт еще жидкий, готовить его в том же режиме еще 1 час.
5. Тем временем ягоды вымыть, обсушить. Клубнику крупно нарезать, смородину снять с веточек, малину оставить как есть.
6. Добавить ягоды в йогурт, перемешать и разложить по креманкам. При желании можно добавить мед или сахар.

Йогурт

Ингредиенты

- 1 л молока
- 1 упаковка закваски
- Сахар по желанию

Способ приготовления

1. Закипятить молоко, охладить до температуры 40° С.
2. Немного молока отлить в миску и размешать в нем закваску. Получившуюся жидкость смешать с оставшимся молоком, добавить сахар и слегка взбить венчиком.
3. Разлить йогурт по стаканчикам, накрыть крышкой, поставить стаканчики в чашу мультиварки и налить воды (вода должна покрывать стаканчики на 2/3). Включить режим «ЙОГУРТ».
4. После приготовления охладить и поставить в холодильник на несколько часов для загустения.

И В готовый йогурт можно добавлять различные мелко порезанные свежие фрукты, ягоды. На основе йогурта готовят соусы, муссы, мороженое, а также добавляют его в качестве заправки в салаты.

Шарлотка

Ингредиенты

- 1 стакан муки
- 1 большое кисло-сладкое яблоко
- 0,3 стакана тертого чеддера
- 1 стакан молока жирностью 1%
- 2 яйца
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1 ст. л. растительного масла
- Щепотка соли

Способ приготовления

1. Яблоко очистить от кожуры и очень мелко нарезать, удалив сердцевину. Смешать яблоки с сыром. Чашу мультиварки смазать маслом и выложить в нее приготовленную смесь.
2. Взбить просеянную с солью муку и яйца. Продолжая взбивать, добавить сливочное масло и молоко. Замесить однородное тесто.
3. Выложить тесто в чашу поверх яблок. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», установить температуру 160°C и готовить 30 мин. Перевернуть пирог на блюдо.

Крамбль с яблоками, грушами и лесными орехами

Ингредиенты

- 400 г яблок
- 400 г груш
- Сок половины лимона
- 70 г сливочного масла
- 1 ч. л. молотой корицы
- 2 ст. л. измельченных лесных орехов
- 1 ч. л. молотого имбиря
- 250 мл сливок жирностью 35%
- Для крошек: • 100 г муки
- 50 г рубленого фундука
- 80 г коричневого сахара
- 80 г сливочного масла
- соль

Способ приготовления

1. Яблоки и груши вымыть, удалить сердцевину. Нарезать большими кубиками, сбрызнуть соком лимона.
2. Сливочное масло растопить, смешать с корицей и полить яблоки и груши. Добавить орехи, имбирь и перемешать.
3. Для крошек смешать муку, орехи, сахар, масло и щепотку соли. Растереть массу в крошку.
4. Чашу смазать маслом, выложить фруктовую смесь, посыпать ее крошкой. Готовить в режиме «ВЫПЕЧКА».
5. Приготовить крем. Сливки охладить, влить в очень холодную миску, добавить сироп и взбить в пышную массу. Подать теплое блюдо с холодными сливками

i Крамбл — это английский десерт. Крамбл переводится, как крошить. Имеется в виду тесто, которое после приготовления всё равно выглядит так, как хрустящая крошка.

Клафути

Ингредиенты

- 450 г замороженной вишни без косточек
- 100 г муки
- 3 ст. л. сахара
- 4 яйца
- 2 ст. л. миндального ликера
- 450 мл сливок жирностью 22%
- 0,5 ч. л. сливочного масла
- сахарная пудра для украшения

Способ приготовления

1. Подготовить мультиварку и ингредиенты.
2. Смешать в блендере на низкой скорости муку, сахар, яйца, ликер и 225 мл сливок. Не выключая мотора постепенно влить оставшиеся сливки.
3. Вишню разморозить, весь сок слить. Смазать маслом мультиварку, разложить вишню по дну формы. Вылить яичную смесь на вишню.
4. Готовить в режиме «ВЫПЕЧКА».

Глинтвейн с каркаде и апельсинами

Ингредиенты

- 750 мл красного сухого вина
- 50 мл рома
- 500 мл питьевой воды
- 2 апельсина
- 2 ст. л. каркаде
- 5 бутонов гвоздики
- Палочка корицы
- 2 коробочки кардамона
- 2 звездочки бадьяна
- 1 ст. л. меда
- 2 ст. л. тростникового сахара

Способ приготовления

1. Включить режим «СУП». В чашу мультиварки налить воду и довести до кипения.
2. Апельсин вымыть в горячей воде со щеткой и нарезать кружками толщиной 5 мм. Положить специи, мед, сахар, каркаде и апельсин в горячую воду и готовить 5 минут. Оставить настояться в течение 15 минут.
3. Влить вино и довести до кипения, но не кипятить. Добавить ром и сразу разлить по бокалам.

Ягодный компот

Ингредиенты

- Вишня – 200 гр
- Клубника – 200 гр
- Слива – 20 гр
- 0,5 стакана ягодного или фруктового джема
- 2 ч. л. тертой лимонной цедры
- 1 ч. л. лимонного сока

Способ приготовления

1. Включить режим «СУП» на 40 минут, в чашу поместить джем и готовить, постоянно помешивая, пока он полностью не распустится. Добавить лимонную цедру и сок. Перемешать.
2. Влить 1 л воды, довести до кипения. Добавить вишню, клубнику и сливу, еще раз довести до кипения и варить 5 мин. Дать остыть и разлить по стаканам.

Пестрая фруктово-творожная запеканка

Ингредиенты

• 500 г творога • 3 яблока • 3 банана • 3 апельсина • 200 г консервированных вишен • 1 яйцо • 3 ч. л. крахмала • 3 ч. л. меда • 3 ч. л. лимонного сока • щепотка сахара • 1 ст. л. сливочного масла • 1 ст. л. панировочных сухарей

Способ приготовления

1. Яблоки вымыть, бананы и апельсины очистить от кожуры. Яблоки нарезать на тонкие дольки, бананы и апельсины — кружками. Вишни откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вся жидкость.
2. Чашу мультиварки смазать маслом и посыпать сухарями. Уложить нарезанные фрукты слоями — яблоки, апельсины, бананы, вишню.
3. Отделить желток от белка. Смешать желток, творог, крахмал, мед и лимонный сок. Подсластить по вкусу сахаром. Взбить белок и аккуратно добавить к смеси.
4. Полученную массу выложить на фрукты и готовить в режиме «ВЫПЕЧКА».

Рисовый пудинг с яблочным конфитюром

Ингредиенты

• 3 больших яблока • 1 стакан риса арборио • 40 г изюма • 1 стакан молока • 2 желтка • 100 г сахара • 80 г сливочного масла • измельченная цедра 1 лимона • щепотка молотой корицы • соль

Способ приготовления

1. Яблоки вымыть, очистить. Разрезать каждое пополам и удалить сердцевину. Нарезать крупными кусками. Положить яблоки и изюм в смазанную маслом чашу, присыпать половиной сахара и готовить в режиме «ВЫПЕЧКА» 12 мин. Вынуть яблоки. Чашу мультиварки вымыть.
2. Всыпать в чашу рис, влить 1,5 стакана воды и молоко, добавить цедру, корицу и оставшийся сахар и варить в режиме «МОЛОЧНАЯ КАША» 35 мин. Дать немного остыть, затем вбить желтки. Перемешать.
3. Выложить пудинг на блюдо, полить яблочным конфитюром.

И Рисовый пудинг — блюдо из риса, смешанного с водой или молоком, иногда с добавлением других ингредиентов. В различных случаях используется либо как десерт, либо как основное блюдо чаще всего на ужин. В качестве десерта обычно подают с сахаром или другим подсластителем.



Варенье из апельсинов

Ингредиенты

- 2 кг апельсин
- 2 кг сахара
- 4 ст. л. лимонного сока

Способ приготовления

- 1.** Апельсины вымыть, тщательно обтереть полотенцами. Разрезать каждый апельсин, не очищая его от кожуры, на кружки толщиной примерно 1 см. Кружки разрезать на 4 части. Удалить косточки.
- 2.** Поместить апельсины в миску, влить 1 л воды. Накрывать тарелкой соответствующего диаметра (она должна лечь на апельсины) и поставить под груз так, чтобы апельсины были полностью покрыты водой. Оставить на ночь.
- 3.** На следующий день включить режим «НА ПАРУ», в чашу поместить апельсины вместе с настоем и довести до кипения. Добавить сахар и лимонный сок. Разложить по стерилизованным банкам, закрыть и поставить на хранение.

Вишневое варенье

Ингредиенты

- 1 кг вишни
- 1,2 кг сахара

Способ приготовления

- 1.** Вишню вымыть, удалить плодоножки. Деревянной зубочисткой проколоть каждую ягоду в нескольких местах.
- 2.** Включить режим «НА ПАРУ», вскипятить воду, добавить вишню. Через 5 мин. откинуть вишню на дуршлаг.
- 3.** Влить в чашу 1,5 стакана воды, добавить половину сахара и довести до кипения. Добавить в кипящий сироп вишню, вынуть чашу из мультиварки и дать вишне настояться 4 ч.
- 4.** После чего установить режим «НА ПАРУ», довести варенье до кипения, добавить оставшийся сахар и варить 20 мин. Разлить варенье по стерилизованным банкам, закрыть и поставить на хранение.



Обязательный пункт – при варке апельсинового варенья следует доставать косточки, т.к. они могут придать десерту горечь.

Варенье из яблок с грецкими орехами

Ингредиенты

НА 350 МЛ: • 450 г сладких яблок • 50 мл воды • 85 г сахара
• 1 лимон • 1 лавровый лист • 1 ст. л. коньяка • 100 г очищенных грецких орехов

Способ приготовления

1. Яблоки вымыть, разрезать на 8 частей, удалив сердцевину. С лимона снять теркой цедру и выжать сок.
2. В мультиварку влить кипящую воду, положить яблоки, сахар, цедру и сок лимона, лавровый лист. Тщательно перемешать, закрыть крышку и готовить в режиме «ЖАРКА» 15 мин. Открыть крышку, вынуть лавровый лист, добавить бренди и грецкие орехи. Вновь закрыть крышкой и готовить в режиме «ВЫПЕЧКА».
3. Разложить по простерилизованным банкам, закрыть. Хранить в холодильнике.

Смородиновое варенье на миндальном сиропе

Ингредиенты

• 2 кг черной смородины • горсть миндаля • цедра 0,5 лимона
• 1,5 кг сахара

Способ приготовления

1. Смородину снять с веточек, вымыть и обсушить. Миндаль измельчить в мелкую крошку.
2. Включить режим «МОЙ РЕЦЕПТ», в чашу поместить измельченный миндаль, лимонную цедру и 700 мл воды. Готовить при температуре 110 °С 30 мин.
3. Отвар процедить, тщательно выжимая жидкость из смеси. Отжимки больше не понадобятся. Вернуть в чашу миндальный отвар, добавить сахар. Довести до кипения в режиме «НА ПАРУ», варить 10 мин.
4. Добавить черную смородину, еще раз довести до кипения и варить 30 мин. Разлить горячее варенье по стерилизованным банкам, сразу же закрыть. Дать остыть и поставить на хранение.

i В черной смородине так высоко содержание витамина С, что для того, чтобы обеспечить суточную потребность организма в аскорбиновой кислоте достаточно ежедневно съедать всего 20 ягод.

Содержание

КАШИ

Рисовая каша с изюмом и яблоками	4
Дикий рис	4
Гречневая каша	4
Тыквенная каша	5
Нут в мультиварке	5
Молочная рисовая каша с курагой	5
Овсяная каша с сухофруктами	6
Гороховая каша	6
Гречневая молочная каша	6

СУПЫ

Борщ со свеклой	8
Суп гороховый с копченостями	8
Суп с фрикадельками	9
Овощной крем-суп	9
Щавелевый суп	10
Суп из белых грибов	10
Сырный суп со сладким перцем	11
Молочный суп с вермишелью ...	11
Тыквенный суп с орехами	12
Томатный суп с копченой грудкой	12

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Картофельные ньокки	14
Куриные котлеты на пару	14
Мясная запеканка с брокколи и цветной капустой	15
Печень по-строгановски	15
Спагетти в ореховом соусе	16
Лазанья «болоньезе»	16
Фаршированные перцы	17
Глазированные молодые овощи	17

Мясное рагу с капустой	18
Мясная запеканка с морковью и сельдереем	18
Рататуй	19
Холодец	19
Классический французский паштет из говяжьей печени	20
Кабачковая икра	20
Паштет из куриной печени с тимьяном и яблоком	21
Террин с куриной печенкой и фисташками	21
Фаршированные куриные грудки	22
Открытый пирог с луком-пореем и беконом	22

ДЕСЕРТЫ И НАПИТКИ

Домашний йогурт с ягодами	24
Йогурт	24
Шарлотка	25
Крамбль с яблоками, грушами и лесными орехами	25
Клафути	26
Глинтвейн с каркаде и апельсинами	26
Ягодный компот	26
Пестрая фруктово-творожная запеканка	27
Рисовый пудинг с яблочным конфитюром	27
Варенье из апельсинов	28
Вишневое варенье	28
Варенье из яблок с грецкими орехами	29
Смородиновое варенье на миндальном сиропе	29



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Вкусная и здоровая пища – залог Вашего здоровья! Огромной ошибкой в наше время являются «перекусы на ходу». Полноценные завтрак, обед и ужин – вот что дает нам силу и энергию на целый день.

Бытовая техника AURORA будет готовить для Вас легко и вкусно, а также поможет сэкономить время, которое Вы сможете посвятить своим родным и близким.

Приятного аппетита!

www.aurora-tm.net
www.aurora-tm.com