Maxwell

моя первая любовь

Мультиварка – гармоничное решение для Вашей кухни!

MW-3814 BK

Малиновый рай там, где ты есть...

Maxwell

моя первая любовь

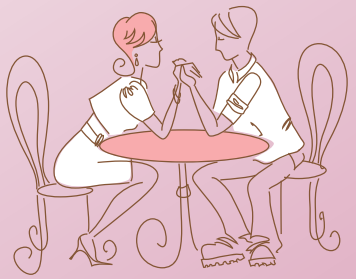
Когда вкус малинового ветра тает на губах
и мир окрашен в малиновый цвет,
и твоя любовь становится частью твоей жизни,
как и первая в вашей жизни техника..

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 - Овощи - Мясо - Рыба	 Заданное время по умолчанию – 15 минут Возможность устанавливать время от 5 минут до 2 часов Заданное время по умолчанию – 30 минут Возможность устанавливать время от 5 минут до 2 часов Заданное время по умолчанию – 25 минут Возможность устанавливать время от 5 минут до 2 часов
Тушение - Овощи - Мясо	 Заданное время по умолчанию – 15 минут Возможность устанавливать время от 5 минут до 4 часов Заданное время по умолчанию – 40 минут 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 С

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
Пшенная молочная 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.

Maxwell

моя первая любовь

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 коренья, 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:
Подавать с горчицей, хреном и салатом из свежих овощей.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Свиную ножку тщательно вымыть, разрубить 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.

Maxwell

моя первая любовь

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

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. Плотно 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.

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 кожицу 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. Закрыть 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.

Maxwell
моя первая любовь

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

Maxwell

моя первая любовь

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. Накрыть 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. Плотно 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 сельдерей 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 коренья предварительно не пассируют в масле, и все продукты нарезают чуть крупнее, чем для классических щей.

Maxwell
моя первая любовь

ЩИ ЛЕНИВЫЕ

Ингредиенты (5-6 порций)

- 450 г говядины или говяжьей грудинки
- 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 резаные 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 подходят 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.

Maxwell
моя первая любовь

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

Maxwell

моя первая любовь

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»).

Maxwell
моя первая любовь

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

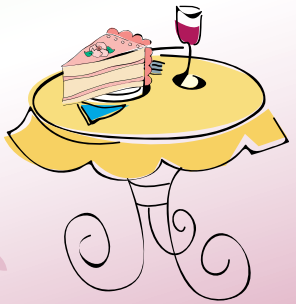
1. Мясо обмыть и нарезать крупными кусками, лук нарезать тонкими полукольцами, помидор и острый перец нарезать толстыми кружочками.
2. Положить мясо в чашу и включить режим «Тушение/мясо» на 2 часа.
3. Тушить мясо без воды и приправ под крышкой, периодически перемешивая.
4. Когда сок почти весь выпарится, 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.



Maxwell
моя первая любовь

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.

Maxwell
моя первая любовь

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

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 вытопившемся 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)

Maxwell

моя первая любовь

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 муке 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. Закрыть крышку и включить режим «Мультиповар», задать температуру 130 °С 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 нарезая).
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.

Maxwell
моя первая любовь

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

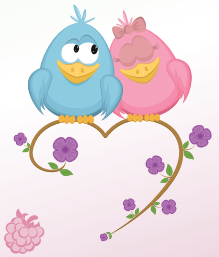
1. В рыбный фарш добавить мелко нарезанный зеленый лук, яйцо, муку, тертый сыр и соль. Тщательно вымешать.
2. Репчатый лук мелко нарезать. С помидора снять кожицу и нарезать мелкими кубиками.
3. В чашу налить растительное масло и включить режим «Жарка» на 10 минут. В хорошо разогретое масло положить 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 мультистакана 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 °С 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.



Maxwell
моя первая любовь

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

Maxwell

моя первая любовь

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 излишним 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

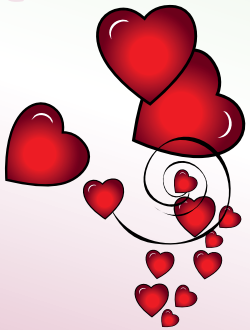
Ингредиенты (3-4 порции)

- 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 °С 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 подержать под крышкой в режиме «Поддержание температуры» еще 5 минут.

НА ЗАМЕТКУ:
Фриттата – итальянский омлет с разнообразными начинками, непременным 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.

Maxwell
моя первая любовь

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 °С 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.

Maxwell
моя первая любовь

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:

Рататуй – 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. Закрыть 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).

Maxwell
моя первая любовь

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 кашки. 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 подержать в режиме «Поддержание температуры» 5-10 минут.

СОВЕТ:
По желанию в пшенную кашу можно добавить изюм.

Maxwell
моя первая любовь

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 подержать 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

Maxwell
моя первая любовь

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».

Maxwell
моя первая любовь

РИС РАССЫПЧАТЫЙ

Ингредиенты
(2-3 порции)

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

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. Закрыть 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. Закрыть крышку и подержать 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.

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.

Maxwell
моя первая любовь

ПАСТА

Ингредиенты
(2-3 порции)

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

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.

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.

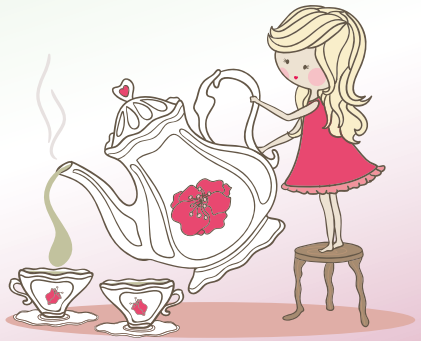
СОВЕТ:
Вы можете сразу приготовить йогурт в специальных формочках или стеклянных баночках из-под детского питания. Для этого разлейте молоко с закваской по формочкам, поставьте формочки в чашу, закройте крышку мультиварки и включите режим «Мультиповар», задайте температуру 40 °С на 5-6 часов.

* 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. Закрыть крышку и включить режим «Мультиповар», задать температуру 70 °С 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

Maxwell
моя первая любовь

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

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)

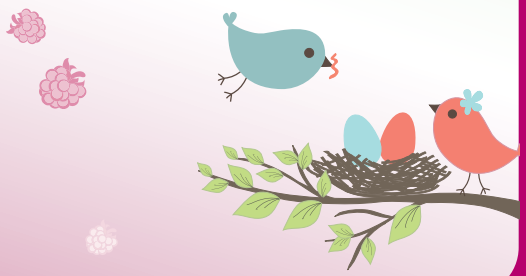
Для крема:
- 50 мл малинового варенья
- 200 г молочного шоколада
- 50 г сливочного масла

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 °С 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.



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 вымешать при помощи миксера.
5. Продолжая вымешивать, добавить по одному яйца.
6. Добавить в тесто клюкву и вымешать 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.

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

МЕДОВАЯ КОВРИЖКА

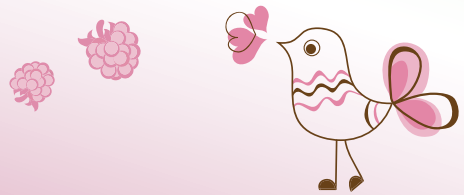
Ингредиенты
(5-6 порций)

- 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.



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.

Maxwell
моя первая любовь

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

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 сиропом и посыпать тертым миндалем.

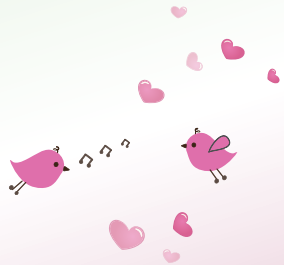
НА ЗАМЕТКУ:
Этот несложный и очень вкусный десерт был одним из любимых блюд А.С. Пушкина. В классическом варианте для желирования блюда использовался крахмал или рисовая мука.

* Подходит для диетического и детского питания

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

Maxwell
моя первая любовь

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

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. Закрыть 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. Закрыть банку крышкой или пергаментной бумагой и перевязать шпагатом.

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

Maxwell
моя первая любовь

АПЕЛЬСИНОВЫЙ ДЖЕМ

Ингредиенты

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

Maxwell

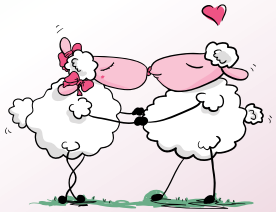
моя первая любовь

**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

Maxwell

моя первая любовь

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