



Наталья Чаботько

Различные рецепты

в мультиварке



Содержание

| | |
|---|-----------|
| ПРЕДИСЛОВИЕ | 4 |
| ЗАКУСКИ | 7 |
| Закуска из языка с сыром | 8 |
| Куриный рулет | 10 |
| Закуска из кальмаров | 12 |
| Баклажанные веера | 14 |
| Закуска с печенкой | 16 |
| Печеночный паштет | 18 |
| Заливное из рыбы | 20 |
| САЛАТЫ | 23 |
| Салат «Гирос» с жареной курицей | 24 |
| Салат с языком и стручковой фасолью | 26 |
| Салат с кальмарами и зеленым горошком | 28 |
| Слоеный салат с говядиной и помидорами черри | 30 |
| Овощной салат с крабовыми палочками | 32 |
| Рыбный салат | 34 |
| Салат «Вечерний» | 36 |
| БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГАРНИРЫ | 39 |
| Баклажаны острые с имбирем | 40 |
| Брокколи в соусе | 42 |
| Груши из картошки | 44 |
| Чечевица с овощами | 46 |
| Стручковая фасоль в томатном соусе | 48 |
| Картофельные крокеты с грибами | 50 |
| Шампиньоны «Шляпки» фаршированные | 52 |
| Плов с сухофруктами | 54 |
| БЛЮДА ИЗ ПТИЦЫ | 57 |
| Куриные голени, тушеные с грибами в сливочном соусе | 58 |
| Куриные крылышки в кляре с кокосом | 60 |
| Куриные тефтельки с рисом «Ежики» | 62 |
| Рис с курицей в томатном соке | 64 |

| | |
|--|------------|
| Котлеты из курицы с кабачком | 66 |
| Куриное филе с начинкой из шпината и моцареллы | 68 |
| Фаршированные куриные бедрашки | 70 |
| БЛЮДА ИЗ МЯСА | 73 |
| Котлеты с сухофруктами | 74 |
| Тефтели в горчишно-сметанном соусе | 76 |
| Рулетики из теста с мясом | 78 |
| Говядина с яблоками | 80 |
| Мясные мешочки с грибами и сыром | 82 |
| Свинина, тушенная со стручковой фасолью | 84 |
| Фаршированные кабачки | 86 |
| Классический плов | 88 |
| БЛЮДА ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ | 91 |
| Рыба с брокколи | 92 |
| Плов с морепродуктами | 94 |
| Семга с овощами | 96 |
| Рыбные биточки с грибами и сыром | 98 |
| Рыба под маринадом | 100 |
| Треска в укропном соусе | 102 |
| Острая скумбрия с перцем и чесноком | 104 |
| ДЕСЕРТЫ | 107 |
| Пирог с маком | 108 |
| Пирог со сливой «Воздушный» | 110 |
| Медовый торт с грецкими орехами | 112 |
| Бисквитный торт с клубничным суфле | 114 |
| Шоколадный торт | 116 |
| Шоколадные брауни с черникой | 118 |
| Кулич Пасхальный | 120 |
| Яблоки, фаршированные малиной и орехами | 122 |
| АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ | 124 |

Предисловие

Хочу посвятить эту кулинарную книгу своей дочери, которой как раз исполнился годик. Именно ради своей малышки в стремлении готовить полезные блюда я и купила мультиварку, ставшую для меня настоящей помощницей на кухне. Я очень надеюсь, что когда дочка вырастет, то будет не только хорошей хозяйкой, но и самой лучшей на свете мамой и любящей женой.

Если у вас в руках оказалась эта книга, значит, вы являетесь счастливым обладателем такого чуда техники, как мультиварка. Могу признаться: на сегодняшний день как мама двоих детей я не представляю свою жизнь без нее, хотя еще год назад гордо «отфыркивалась» от советов купить мультиварку. Сейчас она ежедневно помогает готовить разнообразные блюда, не отнимая много времени и сберегая силы.

Пролистайте книгу и убедитесь, что в мультиварке можно приготовить не только самые простые и повседневные кушанья. С ее помощью можно не так хлопотно накрыть и праздничный стол. Безусловно, стоит уделить время подготовке продуктов. Зато сам процесс приготовления практически всегда берет на себя мультиварка. А это, поверьте, экономит уйму времени.

Уверена, что многие хоть раз сталкивались с ситуацией, когда хозяйка встречает гостей в халате. Ведь не всегда всё идет по плану, и в процессе подготовки праздничного стола времени на приведение себя в порядок может и не остаться вовсе. С мультиваркой готовить даже праздничные блюда намного проще, а сэкономленное время можно потратить на детей или на встречу гостей, например.

Неоспоримым плюсом мультиварки является возможность готовить несколько блюд одновременно. Например, в чаше мультиварки можно тушить мясо, а с помощью стимера (решетки для пара) готовить на пару овощи для салата, закуски или гарнира. Так вы убиваете двух, а то и трех зайцев, экономя не только время, но и электроэнергию или газ.

Особенно удачной в мультиварке получается выпечка. Да-да, именно выпечка! Я тоже в свое время не думала, что это возможно и что мне так понравится печь в мультиварке. А сейчас практически всю выпечку берет на себя этот кухонный прибор. В большей степени это касается бисквитов — в мультиварке они отлично поднимаются, получаются воздушными, нежными и, что немаловажно, ровными — без трещин и «горок». Ну а в жаркую пору мультиварка сохранит прохладу на кухне, так как ее теплоотдача намного ниже, чем у любого духового шкафа.

Все блюда, представленные в этой книге, были приготовлены в мультиварке Китфорт КТ-202. Это важно, так как различные модели мультиварок разных производителей имеют отличные друг от друга температурные и временные характеристики. Рекомендую вам изучить инструкцию своей мультиварки и внимательно отнестись к приготовлению блюд в первый раз.

Предложенные в этой книге рецепты, пожалуй, лучшие из тех, которые мне удалось реализовать в мультиварке. Проявляйте фантазию, учитывайте свой вкус и вкусовые предпочтения ваших близких, экспериментируйте и чаще готовьте в своей мультиварке — тогда успех вам гарантирован!



ЗАКУСКИ



Закуска из языка с сыром

Ингредиенты:

500 г свиных языков
(примерно 2 маленьких)
200 г твердого сыра
300 г майонеза

4 зубчика чеснока
листья салата
соль по вкусу

Приготовление:

- 1 Языки промойте, сложите в емкость мультиварки, залейте холодной водой, добавьте немного соли и включите программу «Базовая».
- 2 Варите языки до окончания основного времени.
- 3 Опустите их в холодную воду, снимите кожицу и остудите в бульоне.
- 4 Охладите языки в холодильнике, затем нарежьте тонкими ломтиками.
- 5 Чеснок пропустите через чесночный пресс, сыр натрите на мелкой терке.
- 6 Соедините майонез, сыр и чеснок, перемешайте до однородной массы.
- 7 На лист салата уложите кусочек языка и смажьте его полученной сырной пастой.
- 8 Подавайте на стол в качестве закуски.



Куриный рулет

Ингредиенты:

400 г куриного филе
100 г цветной капусты
соль, перец, сушеная петрушка
по вкусу
1 яйцо

Для начинки

150 г свиной, говяжьей или
куриной печени
соль, перец
1 крупная отварная морковь (200 г)

Приготовление:

- 1 Куриное филе вместе с соцветиями цветной капусты пропустите два раза через мясорубку.
- 2 Полученный фарш посолите, поперчите, добавьте сушеную петрушку, яйцо и тщательно перемешайте руками.
- 3 На стол выстелите два слоя пищевой пленки, выложите куриный фарш и придайте ему форму прямоугольника размером примерно 40 × 25 см.
- 4 Предварительно сваренную морковь натрите на крупной терке и ровным слоем уложите на куриный фарш.
- 5 Сверху на морковь выложите пропущенную через мясорубку печеньку. Распределите ее аккуратно по всей поверхности, посолите и поперчите.
- 6 При помощи пленки сверните фарш в рулет, хорошо утрамбуйте, чтобы ушли излишки воздуха, края пленки скрутите и плотно завяжите ниткой.
- 7 В емкость мультиварки налейте 1/2 л воды, положите решетку для пароварки и уложите на нее рулет.
- 8 Установите программу «Пароварка», нажмите кнопку «С». Дождитесь окончания основного времени, аккуратно достаньте рулет и охладите его.
- 9 Охлажденный рулет нарежьте кусочками и подавайте к столу в качестве закуски.



Закуска из кальмаров

Ингредиенты:

500 г кальмаров
пучок укропа
1 маленькая луковица
сок 1 лимона

соль, перец по вкусу
1/2 ч. л. сахара
листья салата для подачи

Приготовление:

- 1 В емкость мультиварки налейте 2 л воды, добавьте немного соли, выберите режим «Паста» и установите время приготовления 2 минуты.
- 2 Обработанные тушки кальмаров положите в кипящую подсоленную воду (о том, что вода закипела, вас известит звуковой сигнал) и варите до окончания времени.
- 3 Кальмары охладите и нарежьте тонкой соломкой.
- 4 Лук измельчите, обдайте кипятком, посолите и посыпьте 1/2 ч. л. сахара, полейте соком 1/2 лимона. Дайте луку промариноваться 15 минут.
- 5 Укроп мелко порубите, соедините с луком, луковым маринадом и кальмарами.
- 6 Посолите и поперчите закуску из кальмаров по вкусу, оставьте на час в холодильнике.
- 7 Выложите кальмаров на тарелку, украшенную листьями салата, подавайте на стол.



Баклажанные веера

Ингредиенты:

| | |
|--|------------------------------|
| 3 небольших баклажана | 1 средняя луковица |
| 100 г твердого сыра | 2 средних помидора |
| 50 г копчено-вареной колбасы или ветчины | соль, перец по вкусу |
| | 3 ст. л. растительного масла |

Приготовление:

- 1 Баклажаны вымойте, сделайте продольные надрезы, чтобы получился веер. Посыпьте солью и оставьте на полчаса, чтобы сошла горечь. Через 30 минут смойте с баклажанов соль и обсушите их при помощи бумажного полотенца.
- 2 Ветчину или колбасу нарежьте тонкими кружочками, сыр — тонкими ломтиками.
- 3 Помидоры и лук нарежьте кольцами толщиной около 5 мм.
- 4 В емкость мультиварки вылейте растительное масло, выложите баклажаны. В разрезы баклажанов уложите, чередуя, помидоры, колбасу и лук. В каждый срез положите по тонкому ломтику сыра.
- 5 Готовьте баклажанные веера в режиме «Запекание» в течение 25 минут.
- 6 Выложите баклажаны вместе с начинкой на блюдо и подавайте в качестве горячей закуски.



Закуска с печенкой

Ингредиенты:

| | |
|--|----------------------|
| 300 г свиной или говяжьей печени | 5 ст. л. майонеза |
| 2 крупных болгарских перца | 100 мл молока |
| 1 луковица | соль, перец по вкусу |
| 1 сваренная морковь | растительное масло |
| 3 сваренных вкрутую яйца | для обжаривания |
| 2 небольших маринованных огурца | |
| 3 ст. л. готовой французской горчицы с зернами | |

Приготовление:

- 1 Печень вымойте, нарежьте кусочками толщиной не более 1 см. Замочите в молоке на 30–40 минут — она станет мягкой и не будет горчить.
- 2 В емкость мультиварки налейте растительное масло и при помощи режима «Жарка» обжарьте печень с двух сторон до золотистого цвета.
- 3 Печень остудите и нарежьте мелкими кубиками.
- 4 Лук репчатый очистите, нарежьте кубиками и обжарьте до прозрачности в режиме «Жарка».
- 5 Морковь, яйца и маринованные огурцы нарежьте кубиками.
- 6 Смешайте все ингредиенты, добавьте французскую горчицу, майонез, соль, перец по вкусу. Тщательно перемешайте.
- 7 Перец очистите от семян, нарежьте ломтиками шириной около 3 см.
- 8 В ломтики перца положите готовую смесь и выложите эти «лодочки» на блюдо, украсив зеленью.



Печеночный паштет

Ингредиенты:

600 г куриной печени
1 крупная луковица
50 мл коньяка
мука для панировки

100 мл 30%-ных сливок
соль, перец, тимьян
растительное масло

Приготовление:

- 1 Куриную печень промойте, отделите пленки и жилки.
- 2 Лук нарежьте кубиками, выложите в емкость мультиварки, добавьте 3 ст. л. растительного масла и обжарьте в режиме «Жарка» до прозрачности. Переложите обжаренный лук в другую емкость.
- 3 На этом же масле обжарьте до легкой корочки запанированную в муке куриную печень.
- 4 К печени в чашу мультиварки добавьте обжаренный лук, коньяк, соль, перец и тимьян. Дождитесь, пока коньяк выпарится (3–4 минуты).
- 5 Влейте сливки и доведите до кипения в том же режиме.
- 6 Выложите все содержимое чаши в блендер и измельчите до получения однородной консистенции.
- 7 Переложите печеночный паштет в контейнер и уберите в холодильник.
- 8 Подавайте паштет как закуску к тостам, свежему хлебу или лавашу.



Заливное из рыбы

Ингредиенты:

300 г филе семги

1 морковь

1 луковица

соль по вкусу

2 лавровых листика

4–5 горошин душистого перца

1/2 пучка укропа

20 г быстрорастворимого желатина

зелень петрушки для украшения

Приготовление:

- 1 В емкость мультиварки налейте 1,5 л воды, при помощи режима «Паста» доведите воду до кипения.
- 2 Положите в кипящую воду очищенную морковь и лук (прямо целиком, не разрезая). Поварите 15 минут.
- 3 Добавьте к овощам филе семги, выберите режим «Суп» и готовьте 15 минут.
- 4 Бульон посолите по вкусу, добавьте лавровый лист и душистый перец, а также 1/2 пучка укропа, поварите еще 5 минут.
- 5 Рыбу извлеките из бульона, при необходимости удалите кости, мелко нарежьте.
- 6 Морковь из бульона нарежьте фигурно.
- 7 Бульон процедите (через сито и марлю). В 1/2 л горячего бульона растворите желатин (лучше посмотреть на упаковке желатина, как его готовить).
- 8 В небольшие стаканчики уложите морковь и листики петрушки, сверху положите нарезанную рыбу и залейте бульоном с желатином. Накройте пищевой пленкой и уберите в холодильник до полного застывания.
- 9 Формочки с рыбным заливным недолго подержите под горячей водой, переверните на тарелку и сразу же подавайте на стол.





САЛАТЫ



Салат «Гирос» с жареной курицей

Ингредиенты:

| | |
|---|------------------------------|
| 2 кусочка куриного филе | 6 ст. л. кетчупа |
| 1 большая луковица | 2 ст. л. растительного масла |
| 200 г зеленого салата или пекинской капусты | 1/2 ч. л. соли |
| 6 небольших маринованных огурчиков | 1/2 ч. л. орегано |
| 1/2 банки консервированной кукурузы | 1/2 ч. л. тимьяна |
| 6 ст. л. майонеза | 1/4 ч. л. кумина |
| | 1/4 ч. л. майорана |
| | 1/8 ч. л. кориандра |
| | 1/8 ч. л. порошка чили |

Приготовление:

- 1 Куриное филе промойте, слегка обсушите бумажным полотенцем, нарежьте некрупными кубиками, посыпьте солью, орегано, тимьяном, кумином, майораном, кориандром и чили.
- 2 В емкость мультиварки налейте 2 ст. л. растительного масла, установите режим «Жарка». Как только масло нагреется, выложите курицу и обжаривайте ее, периодически переворачивая, до золотистой корочки.
- 3 Из кукурузы удалите жидкость.
- 4 На дно салатника уложите листья пекинской капусты или салата, выложите кусочки горячей курицы, полейте курицу кетчупом.
- 5 Выложите сверху нарезанные огурцы, затем — репчатый лук и кукурузу.
- 6 Полейте сверху майонезом и кетчупом.
- 7 Украсьте салат сверху нарезанными листьями пекинской капусты или зеленью салата, поперчите и сразу же подавайте на стол.



Салат с языком и стручковой фасолью

Ингредиенты:

1 свиной язык
2 спелых мясистых помидора
1 крупная луковица
250 г стручковой фасоли
базилик
1 ст. л. уксуса
1/2 ч. л. сахара
соль по вкусу

Для заправки салата:

горчица готовая с зёрнами
растительное масло
лимонный сок
сахар
соль
перец черный молотый

Приготовление:

- 1 Свиной язык положите в емкость мультиварки, полностью залейте его водой. Выберите режим «Суп» и варите 2 часа.
- 2 Горячий язык положите под холодную воду и очистите. Остудите и нарежьте тонкими ломтиками.
- 3 Лук очистите и нарежьте полукольцами, полейте уксусом, посыпьте солью и сахаром, залейте кипятком. Оставьте на 15 минут, чтобы он промариновался. Слейте жидкость, лук остудите.
- 4 Помидоры нарежьте тонкими ломтиками.
- 5 Фасоль выложите в емкость мультиварки, залейте водой и варите в режиме «Паста» 5 минут после закипания. Горячую фасоль залейте холодной водой и оставьте на 10–15 секунд, чтобы она не поменяла цвет.
- 6 Приготовьте заправку для салата — готовую горчицу (около 1 ст. л.) соедините с растительным маслом и лимонным соком. Добавьте немного соли, перца и сахара, чтобы получился насыщенный кисло-сладкий вкус.
- 7 Соедините все ингредиенты, полейте заправкой, посыпьте листиками базилика, перемешайте и дайте салату настояться 10 минут.



Салат с кальмарами и зеленым горошком

Ингредиенты:

400–500 г кальмаров

100 г сыра

4 яйца

1 банка консервированного

зеленого горошка

1 небольшая луковица

майонез

соль по вкусу

Приготовление:

- 1 В емкость мультиварки налейте 2 л воды, добавьте немного соли, выберите режим «Паста» и установите время приготовления 2 минуты.
- 2 Обработанные тушки кальмаров положите в кипящую подсоленную воду (о том, что вода закипела, вас известит звуковой сигнал) и варите до окончания времени.
- 3 Кальмары охладите и нарежьте некрупными кубиками.
- 4 Лук измельчите.
- 5 Отварите яйца вкрутую, снова воспользовавшись режимом «Паста» и установив время готовки 10 минут.
- 6 Яйца остудите, очистите и мелко нарежьте.
- 7 Сыр натрите на мелкой терке.
- 8 Уложите салат слоями: кальмары, лук, майонез, сыр, яйца, майонез.
- 9 Сверху выложите консервированный горошек и украсьте салат по желанию.



Слоеный салат с говядиной и помидорами черри

Ингредиенты:

350 г говядины

3 яйца

500 г помидоров черри

1 луковица

70 г твердого сыра

майонез по вкусу

соль, перец

растительное масло

для обжаривания

Приготовление:

- 1** Говядину выложите в емкость мультиварки, залейте водой, слегка подсолите, готовьте в режиме «Суп» 1,5 часа. Остудите мясо, нарежьте мелкими кубиками, выложите на дно салатника, смажьте майонезом.
- 2** Яйца отварите в мультиварке в режиме «Паста» в течение 10 минут с момента закипания воды. Остудите, очистите и нарежьте мелкими кубиками. Выложите на говядину, слегка смажьте майонезом.
- 3** Обжарьте в режиме «Жарка» мелко нарезанный репчатый лук до прозрачности, остудите и выложите на яйца.
- 4** Сыр потрите на мелкой терке, выложите следующим слоем. Смажьте майонезом.
- 5** Сверху плотно положите половинки помидоров черри, дайте салату настояться час и подавайте на стол.



Овощной салат с крабовыми палочками

Ингредиенты:

| | |
|------------------------|-----------------|
| 2 средние картофелины | 70 г майонеза |
| 1 небольшая морковь | 70 г сметаны |
| 50 г зеленого горошка | 1 ч. л. горчицы |
| 50 г стручковой фасоли | соль, перец |
| 200 г крабовых палочек | |

Приготовление:

- 1 Картофель и морковь очистите, нарежьте кубиками одинаковой величины.
- 2 В емкость мультиварки налейте 1 л воды и установите режим «Паста» на 15 минут.
- 3 После закипания воды (вы услышите звуковой сигнал) опустите в кипящую воду нарезанные овощи и очищенный зеленый горошек.
- 4 Снова воспользуйтесь режимом «Паста», установите время приготовления 5 минут, отварите стручковую фасоль.
- 5 Крабовые палочки для салата нарежьте некрупными кубиками, выложите к остывшим овощам, посолите и поперчите по вкусу, перемешайте.
- 6 Майонез смешайте со сметаной и горчицей, полученным соусом заправьте салат.



Рыбный салат

Ингредиенты:

300 г филе хека или любой другой нежирной белой рыбы

3 яйца

1/3 стакана пропаренного риса

1 крупная морковь

соль, перец по вкусу

растительное масло для обжаривания

майонез

листья петрушки, маслины

для украшения

Приготовление:

- 1 Филе рыбы выложите в стимер, в чашу мультиварки налейте 2 стакана воды и готовьте рыбу в режиме «Пароварка» 20 минут. Остудите и нарежьте кубиками, выложите на дно салатника.
- 2 Слегка смажьте рыбу майонезом.
- 3 Яйца отварите в мультиварке в режиме «Паста» в течение 10 минут с момента закипания воды, очистите и нарежьте кубиками. Выложите следующим слоем.
- 4 Рис залейте 2/3 стаканами воды, слегка посолите, готовьте в режиме «Плов». Остудите и выложите третьим слоем. Смажьте майонезом.
- 5 Морковь очистите и натрите на терке для моркови по-корейски. В чашу мультиварки налейте немного растительного масла, выложите морковь и готовьте в режиме «Жарка» до мягкости.
- 6 Выложите остывшую морковь последним слоем, украсьте салат листиками петрушки и маслинами.



Салат «Вечерний»

Ингредиенты:

| | |
|---------------------------------|--|
| 100 г консервированной кукурузы | листья пекинской капусты или салата |
| 250 г куриного филе | 2 ст. л. растительного масла для обжаривания |
| 100 г чернослива | майонез |
| 80 г маринованных огурцов | соль, перец по вкусу |
| 2 яйца | |
| 1 луковица | |
| 50 г твердого сыра | |

Приготовление:

- 1 Куриное филе промойте, положите в емкость мультиварки, залейте водой, добавьте по вкусу соль и готовьте в режиме «Суп» 35 минут. Остудите и нарежьте мелкими кубиками.
- 2 В емкость мультиварки выложите яйца, залейте их водой и варите в режиме «Паста» 10 минут с момента закипания. Остудите, очистите и нарежьте кубиками.
- 3 Лук нарежьте крупными кубиками, в емкость мультиварки налейте растительное масло и обжаривайте лук в режиме «Жарка» до прозрачности (3–5 минут).
- 4 Чернослив залейте кипятком на 30 минут, обсушите и мелко нарежьте.
- 5 Сыр натрите на крупной терке. Огурцы нарежьте кубиками.
- 6 На большое блюдо выложите листья пекинской капусты или салата и горками все компоненты. Полейте сверху майонезом.
- 7 Когда придут гости, поставьте салат на стол в таком виде, а затем перемешайте все ингредиенты.





БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГАРНИРЫ



Баклажаны острые с имбирем

Ингредиенты:

4 средних нетолстых баклажана
(700 г)
3 зубчика чеснока
4 см корня имбиря (10 г)
4 ст. л. соевого соуса

70 мл растительного масла
острый красный перец и соль
по вкусу
зеленый лук для подачи

Приготовление:

- 1 Чеснок измельчите, корень имбиря нарежьте тонкой соломкой.
- 2 Баклажаны промойте. Острым ножом срежьте длинные полоски кожицы, оставляя часть баклажана с кожицей (срезаем полоску шириной 1–1,5 см, а затем 1–1,5 см оставляем с кожицей — баклажан у вас получится в полоску). Нарежьте баклажан на кусочки размером примерно 3 × 3 см.
- 3 В емкость мультиварки налейте растительное масло, выложите чеснок и имбирь. Установите программу «Выпечка/Жарка» и обжаривайте пару минут.
- 4 Теперь добавьте баклажаны и жарьте, аккуратно помешивая каждые 5–7 минут, до готовности (примерно 15 минут).
- 5 Добавьте соевый соус и острый красный перец, перемешайте и при необходимости досолите. Вкусно как в холодном, так и в горячем виде.



Брокколи в соусе

Ингредиенты:

500 г брокколи

2 ч. л. готовой горчицы с зернами

2 ч. л. соевого соуса

40 мл растительного масла

2 зубчика чеснока

перец чили по вкусу

Приготовление:

- 1 Брокколи промойте и разделите на соцветия. Выложите на стимер.
- 2 В емкость мультиварки налейте воды (примерно 1 л), поставьте стимер с брокколи. Готовьте в режиме «Пар» 15 минут.
- 3 В небольшую миску выложите горчицу, соевый соус и измельченный чеснок. Тщательно перемешайте.
- 4 Постоянно взбивая вилкой, тонкой струйкой вливайте растительное масло.
- 5 Добавьте в брокколи острый перец и соус, аккуратно перемешайте руками.
- 6 Подавайте на стол в качестве гарнира.



Груши из картошки

Ингредиенты:

500 г картофеля

1 средняя морковь

5–6 лавровых листиков

соль, перец, мускатный орех

50 г сливочного масла

1 желток

2 ст. л. растительного масла

5 ст. л. манной крупы

Приготовление:

- 1 Картофель и морковь очистите, нарежьте на четыре части. Сложите в емкость мультиварки, залейте водой, чтобы она полностью покрывала овощи, добавьте немного соли. Готовьте в режиме «Паста» 25 минут после закипания.
- 2 Воду слейте, картофель и морковь растолките толкушкой, чтобы получилась однородная масса.
- 3 В овощную массу добавьте перец, мускатный орех, желток и сливочное масло. Досолите по вкусу и хорошенько перемешайте.
- 4 Полученную массу остудите до чуть теплого состояния, разделите на 5–6 частей.
- 5 Из каждой части овощной массы мокрыми руками скатайте шарик, а затем придайте шарикам форму груши.
- 6 Каждую «грушу» посыпьте манной крупой и воткните лавровые листики.
- 7 В емкость мультиварки налейте 2 ст. л. растительного масла, выложите «груши». Готовьте в режиме «Запекание» в течение 15 минут.



Чечевица с овощами

Ингредиенты:

| | |
|------------------------------|--------------------|
| 1/2 стакана зеленой чечевицы | 100 г грибов |
| 1 луковица | 1 зубчик чеснока |
| 1 морковь | растительное масло |
| 1 стебель сельдерея | соль, перец |

Приготовление:

- 1 Лук и стеблевой сельдерей мелко нарежьте, морковь натрите на терке, грибы нарежьте пластинками.
- 2 В емкость мультиварки влейте растительное масло, выложите лук и сельдерей, готовьте в режиме «Жарка» до прозрачности лука.
- 3 Выложите к обжаренным овощам морковь и грибы, готовьте в том же режиме 15 минут. Переложите обжаренные овощи в свободную емкость.
- 4 Чечевицу хорошенько промойте, залейте 300 мл воды, готовьте в режиме «Рис».
- 5 К отваренной чечевице добавьте мелкорубленный чеснок и обжаренные овощи, посолите и поперчите по вкусу.
- 6 Тщательно перемешайте и готовьте в режиме «Медленное тушение» (или «Томление») 15 минут.



Стручковая фасоль в томатном соусе

Ингредиенты:

500 г замороженной стручковой фасоли
300 г помидоров в собственном соку
сушеный или свежий базилик

соль, острый красный перец, свежемолотая смесь перцев
3 зубчика чеснока
1 небольшая луковица
5 ст. л. растительного масла

Приготовление:

- 1 В емкость мультиварки налейте 1 л воды, выберите режим «Паста» и установите время приготовления 5 минут.
- 2 После того как вода закипит (вы услышите сигнал), положите в воду замороженную стручковую фасоль, варите до окончания времени.
- 3 Горячую фасоль переложите на дуршлаг, обдайте холодной водой.
- 4 В емкость мультиварки налейте масло, выложите измельченный лук и нарезанные ломтиками дольки чеснока. Выберите режим «Жарка» и обжаривайте до прозрачности лука.
- 5 Выложите к овощам стручковую фасоль, обжаривайте, перемешивая, в течение 5–7 минут.
- 6 Добавьте нарезанные помидоры вместе с соком, базилик, острый красный перец и смесь перцев, посолите по вкусу и готовьте в этом же режиме 5 минут.
- 7 Разложите по тарелкам и подавайте на стол. Вкусно как в холодном, так и в горячем виде.



Картофельные крокеты с грибами

Ингредиенты:

3 крупные картофелины
5 шампиньонов
1 некрупная луковица
растительное масло
для обжаривания

соль, перец, мускатный орех
5 ст. л. манной крупы
1 яйцо

Приготовление:

- 1 Картофель очистите, нарежьте небольшими кусочками и отварите в подсоленной воде в режиме «Суп».
- 2 Лук и грибы мелко нарежьте, обжарьте на растительном масле до готовности.
- 3 Картофель растолките толкушкой до получения однородной массы, добавьте грибы с луком, посолите, поперчите по вкусу, приправьте мускатным орехом, перемешайте.
- 4 Из картофельной массы сформируйте небольшие шарики.
- 5 Каждый шарик окуните в яйцо, а затем в манную крупу и жарьте во фритюре до легкой золотистой корочки.



Шампиньоны «Шляпки» фаршированные

Ингредиенты:

500 г шампиньонов
1 луковица
2 зубчика чеснока
1/2 пучка петрушки

70 г твердого сыра
4 ст. л. растительного масла
соль, перец по вкусу

Приготовление:

- 1 Шампиньоны хорошенько промойте, срежьте у грибов ножки.
- 2 Лук мелко порубите, выложите в емкость мультиварки, добавьте 2 л. растительного масла и обжаривайте, помешивая, в режиме «Жарка» до прозрачности (примерно 5 минут).
- 3 Ножки грибов и чеснок мелко порубите, положите к луку и обжаривайте в том же режиме, помешивая, 10–12 минут.
- 4 В полученную массу добавьте мелко нарезанную зелень петрушки, соль и перец, хорошенько перемешайте.
- 5 Наполните полученной массой шляпки грибов и уложите начинкой вверх в смазанную емкость мультиварки.
- 6 Сыр натрите на терке и посыпьте сверху.
- 7 Готовьте в режиме «Запекание» 25 минут.
- 8 Горячие фаршированные шампиньоны подавайте к столу.



Плов с сухофруктами

Ингредиенты:

| | |
|---|---------------------------------|
| 1 стакан пропаренного риса | 5 ст. л. растительного масла |
| 1 крупная морковь | барбарис, острый красный перец, |
| 250 г сухофруктов (у меня изюм, курага, инжир) | соль, куркума |

Приготовление:

- 1 Морковь очистите и нарежьте соломкой, выложите в емкость мультиварки, добавьте растительное масло. Готовьте морковь в режиме «Жарка», помешивая, 5–7 минут.
- 2 Добавьте в емкость мультиварки промытый рис, перемешайте и обжаривайте еще 7 минут.
- 3 Влейте к рису 400 мл воды, добавьте соль, барбарис, острый красный перец и куркуму. Перемешайте.
- 4 Сухофрукты промойте, инжир и курагу нарежьте кусочками.
- 5 Выложите в чашу мультиварки сухофрукты, готовьте в режиме «Рис».
- 6 Готовый плов с сухофруктами подавайте на стол.





БЛЮДА ИЗ ПТИЦЫ



Куриные голени, тушеные с грибами в сливочном соусе

Ингредиенты:

1 кг куриных голеней
250 г моркови
150 г свежих шампиньонов
200 мл 30%-ных сливок

соль, перец, сушеный укроп
2 зубчика чеснока
3 ст. л. растительного масла

Приготовление:

- 1 Куриные голени промойте, посолите и поперчите.
- 2 Морковь очистите, нарежьте кусочками толщиной около 1 см, грибы разрежьте на половинки.
- 3 В емкость мультиварки налейте растительное масло, выложите голени и готовьте их в программе «Выпечка/Жарка» 10 минут. В процессе приготовления один раз переверните голени при помощи пластиковой лопатки.
- 4 Добавьте к голени морковь и грибы, снова установите программу «Выпечка/Жарка» и готовьте еще 10 минут.
- 5 Вылейте в емкость мультиварки сливки (они должны быть комнатной температуры), посолите и поперчите по вкусу.
- 6 Установите программу «Тушение» и готовьте 40 минут.
- 7 Чеснок мелко порубите и добавьте в мультиварку вместе с сушеным укропом. Готовьте в программе «Тушение» еще 5 минут, затем выключите мультиварку.
- 8 Подавайте голени, тушеные с грибами в сливочном соусе, с любимым гарниром.



Куриные крылышки в кляре с кокосом

Ингредиенты:

600 г куриных крылышек
соль по вкусу, перец черный
молотый, перец острый
1 яйцо
100 мл холодной воды

65 г муки или крахмала
80 г кокосовой стружки
800 мл растительного масла
для фритюра

Приготовление:

- 1 Куриные крылышки промойте, обсушите бумажным полотенцем, отрежьте кончики — они вам не понадобятся.
- 2 Каждое крылышко разрежьте в суставе, посолите и поперчите.
- 3 Вилкой слегка взбейте яйцо с водой, посолите по вкусу и добавьте муку.
- 4 Тщательно перемешайте, чтобы не было комочков.
- 5 В емкость мультиварки налейте 800 мл растительного масла и включите программу «Быстрая/Фритюр». Доведите масло до кипения.
- 6 Куриные крылышки обмакните в полученный кляр, а затем запанируйте в кокосовой стружке.
- 7 Опустите крылышки во фритюр (лучше не закладывать все крылышки сразу) и обжаривайте до образования золотистой корочки. В процессе жарки крылышки рекомендую один раз перевернуть.
- 8 Извлеките обжаренные во фритюре куриные крылья из масла и выложите на бумажную салфетку, чтобы стек лишний жир.
- 9 Подавайте с острым кисло-сладким соусом или соусом из кетчупа и майонеза.



Куриные тефтельки с рисом «Ежики»

Ингредиенты:

400 г куриного фарша
1 зубчик чеснока
1/2 луковицы (20 г)
1/2 моркови (50 г)

50 г очищенного кабачка
соль, перец черный молотый
70 г длиннозерного риса

Приготовление:

- 1 Рис промойте, залейте стаканом холодной воды и дайте ему набухнуть пару часов (можно оставить и на всю ночь).
- 2 Чеснок, лук и морковь натрите на мелкой терке, очищенный кабачок — на крупной, руками тщательно отожмите жидкость.
- 3 Кабачок, морковь, лук и чеснок выложите в куриный фарш, посолите и поперчите по вкусу, тщательно перемешайте руками до однородного состояния.
- 4 Из фарша сформируйте некрупные шарики (примерно 10 штук), а затем обваляйте их в рисе, слегка прижимая к ним рис руками.
- 5 В емкость мультиварки налейте 1/2 л воды, поставьте решетку пароварки и выложите на нее куриные тефтельки на небольшом расстоянии друг от друга.
- 6 Выберите программу «Пароварка» и нажмите кнопку «СТАРТ».
- 7 Дождитесь выключения мультиварки — ваши куриные тефтельки с рисом «Ежики» готовы!



Рис с курицей в томатном соке

Ингредиенты:

| | |
|------------------------------------|------------------------------|
| 1 куриное филе (250 г) | 500 мл томатного сока |
| 1/2 некрупной луковицы (30 г) | соль, острый красный перец, |
| 1 зубчик чеснока | сушеный базилик по вкусу |
| 1 крупный помидор (200 г) | 1 ч. л. сахара |
| 1 сладкий болгарский перец (150 г) | 3 ст. л. растительного масла |
| 1 стакан пропаренного риса (180 г) | |

Приготовление:

- 1 Перец очистите от семян и нарежьте некрупными кусочками.
- 2 Помидор ошпарьте кипятком, снимите кожицу и мелко нарежьте.
- 3 Лук и чеснок измельчите, выложите с остальными овощами в емкость мультиварки, добавьте растительное масло.
- 4 Установите программу «Выпечка/Жарка» и нажмите кнопку «СТАРТ».
- 5 Через 7–8 минут перемешайте овощи и добавьте к ним нарезанную ломтиками курицу.
- 6 Готовьте курицу с овощами в программе «Выпечка/Жарка» еще 10 минут.
- 7 Высыпьте промытый рис, перемешайте, посолите и поперчите, добавьте сахар и немного сушеного базилика. Влейте томатный сок и перемешайте.
- 8 Установите программу «Плов» и готовьте до окончания основного времени (примерно 37 минут).



Котлеты из курицы с кабачком

Ингредиенты:

500 г куриного филе
200 г кабачков
2 зубчика чеснока
5 ст. л. муки
2 яйца

пучок укропа
соль, перец по вкусу
растительное масло
для обжаривания

Приготовление:

- 1 Куриное филе нарежьте мелкими кубиками.
- 2 Кабачки очистите от кожицы, удалите сердцевину и мелко нарежьте.
- 3 Чеснок пропустите через пресс, добавьте к курице вместе с кабачками.
- 4 В полученную массу положите мелкорубленный укроп, яйца, муку, соль и перец. Перемешайте.
- 5 В емкость мультиварки налейте немного растительного масла и установите режим «Жарка».
- 6 Как только емкость полностью нагреется, выкладывайте столовой ложкой полученную массу, придавая ей слегка продолговатую форму. Обжаривайте котлеты по 3–4 минуты с каждой стороны.
- 7 Обжаренные котлеты сложите в емкость, выберите режим «Тушение», добавьте 50 мл воды или бульона и тушите 15 минут.
- 8 Нежные рубленые котлеты из курицы сразу же подавайте на стол.



Куриное филе с начинкой из шпината и моцареллы

Ингредиенты:

4 кусочка куриного филе
1 пучок шпината
150 г моцареллы
1 ст. л. готовой горчицы

соль, перец по вкусу
растительное масло
для обжаривания

Приготовление:

- 1 В курином филе сделайте глубокий надрез по всей длине, посолите полученный «карман» изнутри, посыпьте перцем и смажьте горчицей.
- 2 Моцареллу нарежьте тонкими пластинками, листья шпината промойте и обсушите.
- 3 Уложите в «карман» слой листьев шпината, слой моцареллы и снова слой шпината.
- 4 Сколите края филе зубочистками.
- 5 Слегка посолите сверху и присыпьте перцем.
- 6 В емкость мультиварки налейте немного растительного масла, выложите куриное филе и обжаривайте в режиме «Жарка» по 5–7 минут с каждой стороны до легкой корочки.
- 7 Закройте крышку мультиварки, выберите режим «Тушение» и готовьте еще 10 минут.



Фаршированные куриные бедрышки

Ингредиенты:

5 куриных бедер

100 г копченой свиной грудинки

2 зубчика чеснока

соль, перец по вкусу

3 ст. л. растительного масла

Приготовление:

- 1 Из куриных бедер аккуратно вырежьте косточки, положите на доску кожей вниз и тщательно отбейте молотком.
- 2 Посолите курицу и поперчите с двух сторон.
- 3 Присыпьте куриное мясо мелко рубленным чесноком и положите тонко нарезанные ломтики копченой грудинки.
- 4 Плотнo сверните в рулетики и обмотайте их ниткой.
- 5 Уложите фаршированные куриные бедра в смазанную растительным маслом емкость мультиварки.
- 6 Готовьте в режиме «Запекание» в течение 50 минут, переворачивая курицу каждые 15 минут.
- 7 Удалите нитки, сразу же подавайте фаршированные бедра на стол.





БЛЮДА ИЗ МЯСА



Котлеты с сухофруктами

Ингредиенты:

| | |
|----------------------------|----------------------|
| 500 г мясного фарша | 100 мл молока |
| 100 г чернослива | 1 маленькая луковица |
| 70 г кураги | 3 ст. л. муки |
| соль, перец черный молотый | растительное масло |
| 1 яйцо | для обжаривания |
| 2 ломтика черствого батона | |

Приготовление:

- 1 Курагу и чернослив залейте кипятком и подержите час. Затем жидкость слейте, а сухофрукты мелко нарежьте.
- 2 Батон замочите в молоке, слегка отожмите и пропустите через мясорубку вместе с луком.
- 3 Добавьте батон и лук в фарш, посолите и поперчите по вкусу, вбейте яйцо и хорошенько перемешайте руками, слегка отбивая об стол, чтобы фарш стал однородным и гладким.
- 4 Фарш разделите на 18–20 небольших кусочков (размером с маленькое яйцо), каждый скатайте в шарик.
- 5 Из мясных шариков влажными руками сформируйте круглые лепешки, уложите начинку из сухофруктов на лепешку и накройте сверху другой лепешкой.
- 6 Слегка прижмите пальцами, а затем запанируйте с обеих сторон в муке.
- 7 Включите мультиварку и установите программу «Выпечка/жарка». Добавьте немного растительного масла и обжарьте полученные котлеты с двух сторон до образования легкой корочки, переворачивая при помощи пластиковой лопатки.
- 8 Сложите все котлеты в мультиварку, налейте 80 мл воды, установите программу «Томление» и нажмите кнопку «Старт». Готовьте 25 минут, а затем выключите прибор.



Тефтели в горчично-сметанном соусе

Ингредиенты:

Для тефтелей:

500 г мясного фарша
1 стакан отваренного риса
1 луковица
соль, перец, сушеный укроп
2 ст. л. растительного масла
4 ст. л. муки

Для соуса:

200 мл сметаны
2 ст. л. готовой горчицы
соль по вкусу

Приготовление:

- 1 Лук мелко порубите, измельчите в блендере или натрите на мелкой терке. Соедините с фаршем и отваренным рисом, добавьте по вкусу соль, перец и сушеный укроп. Хорошенько перемешайте до однородности.
- 2 Из полученного фарша сформируйте круглые тефтельки одного размера, запанируйте их в муке.
- 3 Емкость мультиварки смажьте растительным маслом, выложите тефтели.
- 4 В миске смешайте горчицу со сметаной (обязательно комнатной температуры), добавьте по вкусу соль, перемешайте.
- 5 Полейте соусом тефтели, готовьте в режиме «Томление» (или «Медленное тушение») в течение 50 минут.
- 6 Подавайте горячие тефтели на стол, полив соусом.



Рулетики из теста с мясом

Ингредиенты:

Для теста

1 яйцо
100 мл воды
соль
примерно 350 г муки

Для начинки

200 г мясного фарша
1 небольшая луковица (70 г)
соль, перец черный молотый
1 крупная морковь (150 г)
1 луковица (100 г)
перец черный горошком, соль
лавровый лист
3 ст. л. растительного масла
300 мл бульона (овощного, мясного)
зелень укропа

Приготовление:

- 1 Яйцо слегка взбейте вилкой, добавьте воду и соль, перемешайте.
- 2 Примерно 300 г муки высыпьте в глубокую миску, сделайте в центре углубление и вылейте туда яичную смесь. Замесите достаточно тугое тесто (как на пельмени), постепенно подмешивая в него муку. Накройте пищевой пленкой и отставьте на 30 минут.
- 3 Морковь очистите и натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте.
- 4 В емкость мультиварки налейте 3 ст. л. растительного масла, выложите овощи и готовьте в программе «Выпечка/Жарка» 7 минут.
- 5 В мясной фарш добавьте 30 мл воды, посолите его и поперчите, положите мелко рубленый лук и все тщательно перемешайте.
- 6 Тесто разделите на две части, каждую раскатайте в тонкий прямоугольник и выложите тонким слоем начинку, равномерно распределяя ее по всей поверхности. Тесто скатайте в два рулетика и нарежьте каждый на кусочки длиной около 3–4 см.
- 7 Уложите рулетики из теста с фаршем на обжаренные овощи, залейте горячим бульоном, добавьте перец горошком и лавровый лист.
- 8 Установите программу «Тушение» и готовьте 40 минут.
- 9 Посыпьте готовое блюдо мелко нарезанным укропом и подавайте к столу горячим.



Говядина с яблоками

Ингредиенты:

| | |
|--|--------------------------------|
| 4 кусочка тонкой говяжьей вырезки толщиной примерно 1 см (350 г) | 2 ст. л. растительного масла |
| 1 крупное твердое яблоко (250 г) | 1 ч. л. бальзамического уксуса |
| соль, перец острый красный | листки мяты для украшения |
| 1/2 ч. л. готовой горчицы | обжаренный кунжут |
| 1/4 ч. л. корицы | розовый перец |

Приготовление:

- 1 Горчицу соедините с растительным маслом, добавьте соль, перец и бальзамический уксус. Хорошенько все перемешайте и выложите в полученную массу говядину. Оставьте промариноваться на 30 минут.
- 2 У яблока удалите серединку, нарежьте его кружочками толщиной около 1 см, слегка посыпьте корицей.
- 3 Установите программу «Выпечка/Жарка» и разогрейте мультиварку в течение нескольких минут.
- 4 Выложите в емкость говядину и рядом кольца яблок. Жарьте по 10–12 минут с каждой стороны в зависимости от того, какую степень прожарки говядины вы любите.
- 5 Выложите говядину на тарелку, чередуя с кольцами яблок.
- 6 Посыпьте розовым перцем, обжаренным кунжутом и украсьте листиками мяты. Приятного аппетита!



Мясные мешочки с грибами и сыром

Ингредиенты:

6 кусочков филе свинины
толщиной 1 см
6 шампиньонов
100 г твердого сыра

100 г майонеза
соль, свежемолотый перец по вкусу
2 ст. л. растительного масла

Приготовление:

- 1 Кусок свиного филе положите в полиэтиленовый пакет и хорошенько отбейте с двух сторон, чтобы отбивная получилась как можно тоньше.
- 2 Посолите и поперчите мясо по вкусу.
- 3 Смажьте свинину майонезом, в середину положите целый шампиньон и кусочек сыра.
- 4 Соедините края отбивной в центре и скрепите зубочистками.
- 5 В емкость мультиварки налейте растительное масло, выложите мясные мешочки. Слегка смажьте их майонезом.
- 6 Готовьте в режиме «Запекание» в течение 35 минут.
- 7 Горячие мешочки подавайте на стол с любимым гарниром.



Свинина, тушенная со стручковой фасолью

Ингредиенты:

500 г свинины (лучше шейной части)
1 луковица
600 г замороженной стручковой фасоли
1 баночка помидоров в собственном соку без кожицы

2 ст. л. растительного масла
соль, перец по вкусу
2 зубчика чеснока
базилик

Приготовление:

- 1 Свинину промойте, нарежьте некрупными кусочками.
- 2 Лук мелко порубите.
- 3 В емкость мультиварки налейте растительное масло, выложите свинину и обжаривайте в режиме «Жарка», периодически переворачивая, до легкой корочки.
- 4 Добавьте к свинине лук и жарьте еще 7 минут.
- 5 Влейте в емкость 100 мл воды, посолите и поперчите, готовьте свинину в режиме «Тушение» в течение 40 минут.
- 6 Добавьте к мясу замороженную стручковую фасоль и нарезанные помидоры, тушите все вместе еще 20 минут.
- 7 Положите мелко нарезанный чеснок, досолите по вкусу и разложите по тарелкам, посыпав листиками базилика.



Фаршированные кабачки

Ингредиенты:

| | |
|-------------------------------|---------------------------------|
| 2–3 ровных некрупных кабачка | 400 г спелых мясистых помидоров |
| 300 г мясного фарша | соль, перец по вкусу |
| 1 луковица | сметана |
| 1 морковь | |
| 1/3 стакана пропаренного риса | |

Приготовление:

- 1 Рис залейте 150 мл воды, посолите и сварите в режиме «Плов».
- 2 Кабачки разрежьте на 3–4 части, при помощи чайной ложки извлеките сердцевину.
- 3 Лук мелко порубите, морковь натрите на крупной терке.
- 4 Соедините отваренный рис, лук, морковь и фарш. Посолите и поперчите по вкусу, хорошенько перемешайте до однородности.
- 5 В кабачки положите начинку, плотно их набивая.
- 6 Фаршированные кабачки поставьте в емкость мультиварки.
- 7 Помидоры очистите от кожицы и потрите на терке.
- 8 Полейте томатным соусом кабачки и готовьте в режиме «Тушение» 40 минут.
- 9 Готовые тушеные кабачки подавайте на стол со сметаной.



Классический плов

Ингредиенты:

| | |
|---|--|
| 500 г баранины (свинины или мяса курицы) | 1 ч. л. молотой зиры |
| 500 г моркови | 1,5 стакана длиннозерного риса (270 г) |
| 300 г лука репчатого | 700 мл воды |
| 1 головка чеснока | черный перец и соль по вкусу |
| 50 мл рафинированного растительного масла | |

Приготовление:

- 1 Мясо промойте, нарежьте некрупными кусочками. Посолите и поперчите по вкусу.
- 2 В емкость мультиварки налейте растительное масло, установите программу «Выпечка/Жарка» и раскалите масло в течение 5 минут. Выложите кусочки мяса и жарьте 10 минут.
- 3 Очищенную морковь нарежьте соломкой, лук — полукольцами. Выложите морковь вместе с луком к мясу и обжаривайте 8 минут.
- 4 Теперь добавьте 700 мл кипящей воды, соль и молотую зиру. Готовьте в той же программе 3 минуты.
- 5 Рис промойте, выложите к остальным ингредиентам, разровняйте и в середине воткните промытую головку чеснока.
- 6 Установите программу «Плов» и готовьте до окончания основного времени.
- 7 Подавайте плов с салатом из свежих овощей. Приятного аппетита!





БЛЮДА ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ



Рыба с брокколи

Ингредиенты:

250 г филе любой нежирной белой рыбы (у меня филе хека)
150 г замороженной брокколи
соль, перец по вкусу
3 яйца

50 г сметаны
растительное масло для смазывания емкости мультиварки

Приготовление:

- 1 Емкость мультиварки смажьте растительным маслом.
- 2 Филе и брокколи разморозьте, рыбу посолите и поперчите, нарежьте кусочками шириной около 2,5–3 см. Брокколи разрежьте на 2–3 части.
- 3 Выложите рыбу в емкость мультиварки, сверху уложите нарезанную брокколи.
- 4 Яйца слегка взбейте вилкой со сметаной, посолите по вкусу и залейте полученной массой рыбу с брокколи.
- 5 Установите программу «Мини» и нажмите кнопку «СТАРТ». Готовьте до окончания основного времени (примерно 22 минуты).
- 6 Слегка остудите блюдо в емкости мультиварки, а затем переложите на тарелку.



Плов с морепродуктами

Ингредиенты:

1 стакан пропаренного
длиннозерного риса (180 г)
350 г морского коктейля
1 луковица (70 г)
2 зубчика чеснока
200 г замороженных овощей
(морковь и зеленый горошек)

1 крупный мясистый помидор (200 г)
6 ст. л. растительного масла
соль, перец черный молотый,
молотый кориандр, острый красный
перец

Приготовление:

- 1 Лук мелко нарежьте, чеснок измельчите. Выложите овощи в емкость мультиварки.
- 2 Добавьте 3 ст. л. растительного масла и установите программу «Выпечка/Жарка». Обжаривайте лук с чесноком в течение 7 минут.
- 3 Помидор ошпарьте кипятком, снимите кожицу, нарежьте кубиками и выложите к луку вместе с размороженными овощами (зеленым горошком и морковью). Готовьте все вместе в той же программе в течение 5 минут.
- 4 Теперь добавьте к овощам размороженный морской коктейль, посолите и поперчите, жарьте 3–4 минуты.
- 5 Выложите овощи с морским коктейлем в свободную посуду.
- 6 В емкость мультиварки налейте 3 ст. л. растительного масла, установите программу «Выпечка/Жарка» и высыпьте промытый рис. Обжаривайте рис в течение 7 минут.
- 7 Добавьте в рис 400 мл кипятка, установите программу «Плов» и готовьте до окончания основного времени.
- 8 За 10 минут до готовности добавьте в рис соль, остальные специи, овощи и морепродукты, все перемешайте.
- 9 Подавайте плов с морепродуктами в горячем виде.



Семга с овощами

Ингредиенты:

2 стейка семги (350 г)

1 небольшая морковь (100 г)

50 г цуккини

2 зубчика чеснока

сок 1/2 лимона

соль, перец

2 ст. л. растительного масла

Приготовление:

- 1 Семгу промойте, обсушите полотенцем, посолите, поперчите, сбрызните растительным маслом и лимонным соком. Дайте рыбе постоять 10 минут.
- 2 Морковь очистите и нарежьте вместе с цуккини тонкой соломкой. Я для этого воспользовалась теркой для морковки по-корейски.
- 3 Овощи перемешайте, слегка посолите, поперчите и сбрызните растительным маслом.
- 4 Возьмите два листа бумаги для выпечки, выложите на каждый овощи, а сверху положите филе замаринованной рыбы.
- 5 Чеснок очистите и нарежьте тонкими пластинками, положите сверху на рыбу.
- 6 Края бумаги для выпечки соедините и закрепите, чтобы образовался «конверт».
- 7 В емкость мультиварки налейте 300 мл воды, поставьте решетку для пароварки.
- 8 Положите конвертики с рыбой на решетку и установите программу «Пароварка». Готовьте рыбу с овощами в конверте 35 минут.
- 9 Перед подачей извлеките рыбу и овощи из бумаги, подавайте с отварным рисом или свежими овощами.



Рыбные биточки с грибами и сыром

Ингредиенты:

500 г филе сайды

2 яйца

4 ст. л. муки

1/2 пучка укропа

200 г шампиньонов

100 г твердого сыра

немного мускатного ореха

соль, свежемолотый перец по вкусу

растительное масло

для обжаривания

Приготовление:

- 1 Филе рыбы разморозьте, нарежьте мелкими кубиками.
- 2 К рыбе добавьте немного соли, мускатный орех и свежемолотый перец, мелко нарезанный укроп, яйца и муку, тщательно перемешайте.
- 3 В емкость мультиварки налейте немного растительного масла, выберите режим «Жарка».
- 4 При помощи столовой ложки выкладывайте рыбную массу в емкость мультиварки в виде небольших котлеток и обжаривайте с двух сторон до золотистой корочки. Обжаренные биточки складывайте в тарелку.
- 5 Шампиньоны мелко нарежьте, посолите, поперчите и обжарьте в режиме «Жарка» до готовности.
- 6 В емкость мультиварки выложите рыбные биточки, сверху положите обжаренные грибы и посыпьте тертым сыром.
- 7 Готовьте в режиме «Запекание» 12 минут.
- 8 Горячие рыбные биточки с грибами и сыром сразу же подавайте на стол.



Рыба под маринадом

Ингредиенты:

| | |
|--------------------------|----------------------------|
| 1 кг филе хека или сайды | сахар по вкусу |
| 2 крупные моркови | 5 ст. л. муки |
| 2 крупные луковицы | соль, острый красный перец |
| 5 ст. л. томатной пасты | по вкусу |
| 5 шт. гвоздики | растительное масло |
| лимонный сок по вкусу | для обжаривания |

Приготовление:

- 1 Филе рыбы промойте, слегка обсушите и нарежьте кусочками шириной примерно 4 см.
- 2 Смешайте соль, черный молотый перец и муку. Кусочки рыбного филе обмакните со всех сторон в этой смеси.
- 3 В емкость мультиварки налейте примерно 50 мл растительного масла, выберите режим «Жарка». Дождитесь, пока масло раскалится, выложите рыбу и обжарьте с двух сторон до золотистой корочки. Обжаренные кусочки складывайте на тарелку.
- 4 Морковь очистите и нарежьте соломкой толщиной около 5 мм. Лук нарежьте четвертькольцами толщиной тоже около 5 мм.
- 5 В емкость мультиварки налейте немного растительного масла (3 ст. л.), обжарьте лук с морковью в режиме «Жарка» в течение 7–10 минут.
- 6 Переложите обжаренные овощи в отдельную емкость, добавьте томатную пасту, примерно 70 мл воды, гвоздику, лимонный сок, соль, сахар, острый красный перец так, чтобы получился насыщенный кисло-сладкий вкус.
- 7 В емкость мультиварки выложите слой рыбы, залейте сверху половиной маринада, затем еще слой рыбы и сверху оставшийся маринад.
- 8 Выберите режим «Медленное тушение» и готовьте 30 минут.
- 9 Подавайте на стол в качестве основного горячего блюда или охладите и подавайте в качестве закуски.



Треска в укропном соусе

Ингредиенты:

| | |
|-------------------------|-------------------------------|
| 1 кг трески | пучок укропа |
| 1 крупная морковь | сушеный укроп, мята и куркума |
| 1 крупная луковица | по вкусу |
| 150 г майонеза | 2 ст. л. растительного масла |
| 50 г сметаны | лимонная цедра для подачи |
| 1 ч. л. готовой горчицы | |

Приготовление:

- 1 Треску промойте, очистите от чешуи и удалите внутренности.
- 2 Нарезьте рыбу на кусочки шириной примерно 3 см, посыпьте солью, сушеным укропом, куркумой и мятой.
- 3 Очистите морковь и лук. Морковь нарежьте кружочками шириной 5 мм, лук — полукольцами.
- 4 В емкость мультиварки налейте растительное масло, выложите морковь и лук.
- 5 Сверху положите кусочки трески.
- 6 Майонез смешайте с горчицей и сметаной, добавьте мелко нарезанный укроп.
- 7 Выложите соус сверху на рыбу.
- 8 Готовьте рыбу в укропном соусе 45 минут в режиме «Выпечка».
- 9 Перед подачей посыпьте треску лимонной цедрой.



Острая скумбрия с перцем и чесноком

Ингредиенты:

2 крупные скумбрии

2 зубчика чеснока

острый перец чили по вкусу

1 сладкий болгарский перец

1 небольшая луковичка

соль, черный молотый перец
по вкусу

5 ст. л. растительного масла

Приготовление:

- 1 Скумбрию очистите от внутренностей, удалите голову, хорошенько промойте внутри и снаружи.
- 2 Нарезьте рыбу кусочками шириной около 3–4 см. Посолите и поперчите по вкусу.
- 3 Репчатый лук, чеснок и острый перец чили мелко нарежьте.
- 4 Болгарский перец очистите и нарежьте кубиками.
- 5 Перемешайте рыбу с растительным маслом, добавьте лук, чеснок, острый и болгарский перец.
- 6 Выложите рыбу в емкость мультиварки и готовьте в режиме «Запекание» 30 минут.





ДЕСЕРТЫ



Пирог с маком

Ингредиенты:

Для теста

125 г размягченного сливочного масла
60 г сахара
1 яйцо
150 г сметаны
1 ст. л. разрыхлителя для теста
около 320 г муки

Для начинки

170 г мака
70 г сахара
50 г размягченного сливочного масла
90 г изюма
100 г миндаля
2 ст. л. коньяка
цедра 1 апельсина

Приготовление:

- 1 Мак залейте стаканом воды, поставьте на огонь и поварите 5–7 минут после закипания. Накройте крышкой и подержите еще 10 минут, воду слейте. Изюм залейте кипятком, подержите 10–15 минут. Мак вместе с изюмом и орехами пропустите через мясорубку или измельчите при помощи блендера.
- 2 Добавьте в полученную массу цедру одного апельсина (апельсин хорошо промойте со щеткой, а затем снимите тонкий слой цедры при помощи мелкой терки), сахар и размягченное сливочное масло, влейте коньяк и все тщательно перемешайте.
- 3 Масло для теста разотрите с сахаром, сметаной, яйцом.
- 4 Муку просейте, соедините с разрыхлителем, добавьте к яично-сметанной смеси и перемешайте. Тесто получается достаточно мягким, но не липнет к рукам. При необходимости добавьте еще немного муки.
- 5 Тесто выложите на бумагу для выпечки и раскатайте в прямоугольник размером примерно 35 × 45 см.
- 6 Уложите на тесто ровным слоем маковую начинку, оставляя один край свободным. Сверните тесто рулетом, разрежьте ножом на восемь равных кусочков.
- 7 В емкость мультиварки уложите кусочки рулета срезами вверх. Ничего страшного, если между ними останется место — в процессе выпечки это пространство заполнится. Поставьте пирог выпекаться в программе «Выпечка» до окончания основного времени. Слегка остудите его в емкости мультиварки, а затем переверните на блюдо.



Пирог со сливой «Воздушный»

Ингредиенты:

| | |
|--------------------------------|---------------------------------|
| 2 яйца | 60 мл растительного масла |
| 110 г сахара | без запаха |
| 80 г муки | 8 крепких слив (примерно 450 г) |
| 50 г крахмала | сахарная пудра для присыпки |
| 1 ч. л. разрыхлителя для теста | пирога |

Приготовление:

- 1 Яйца (желтки вместе с белками) взбейте миксером в пышную пену. Добавьте сахар и еще раз взбейте.
- 2 Муку просейте, соедините с крахмалом и разрыхлителем, высыпьте полученную сухую смесь в сбитые яйца и перемешайте ложкой.
- 3 Добавьте в тесто растительное масло и снова перемешайте.
- 4 Дно и стенки (на 5–7 см вверх) емкости мультиварки выстелите бумагой для выпечки, смажьте ее растительным маслом. Выложите на бумагу тесто, а сверху — половинки слив.
- 5 Установите программу «Выпечка/Жарка», нажмите «СТАРТ». Через 50 минут программа выключится.
- 6 После окончания снова выберите режим «Выпечка/Жарка» и нажмите «СТАРТ».
- 7 Выключите мультиварку через 25 минут после второго включения, то есть когда на экране высветится 00:25.
- 8 Отключите прибор, откройте крышку и дайте пирогу слегка остыть (15–20 минут).
- 9 Извлеките пирог из мультиварки, полностью его остудите, аккуратно снимите бумагу для выпечки.
- 10 Посыпьте сахарной пудрой и подавайте на стол к чаю.



Медовый торт с грецкими орехами

Ингредиенты:

Для медового коржа

1,5 ст. л. меда
1/2 ч. л. соды
1 ст. л. сливочного масла
1 стакан сахара
3 яйца
1,5 стакана муки

Для крема:

800 г сметаны жирностью не менее 30%
1 стакан сахарной пудры
100 г очищенных грецких орехов
сок 1/2 лимона

Приготовление:

- 1 Мед выложите в металлическую или стеклянную миску, поставьте на огонь. Когда он растопится и начнет пузыриться, добавьте соду и хорошенько перемешайте.
- 2 Снимите с огня и, взбивая, добавьте сахар, сливочное масло, яйца (по одному), муку.
- 3 Емкость мультиварки смажьте растительным маслом и присыпьте мукой, выложите тесто. Готовьте в режиме «Выпечка» 60 минут. Извлеките готовый бисквит из емкости, полностью остудите, разрежьте на 4 части.
- 4 Сметану взбейте с сахарной пудрой, добавьте лимонный сок.
- 5 Грецкие орехи крупно порубите ножом.
- 6 Коржи промажьте сметанным кремом и посыпьте грецкими орехами.
- 7 Дайте тарту постоять 4 часа, а затем подавайте к чаю.



Бисквитный торт с клубничным суфле

Ингредиенты:

Для бисквита

2 крупных яйца
1/2 стакана сахара
1/2 стакана муки
1 ч. л. разрыхлителя
30 мл растительного масла

Для клубничного суфле

550 г свежей клубники
примерно 100 г сахара 1,5 ст. л.

желатина
500 мл 36%-ных сливок

Для верхнего покрытия

100 мл сливок жирностью 36%
50 г сахарной пудры
1 ст. л. растительного масла
для смазывания мультиварки
1 ст. л. муки для присыпания
емкости мультиварки

Приготовление:

- 1 Белки отделите от желтков. Охлажденные белки взбейте при помощи миксера в пышную белую массу, добавьте половину сахара и еще раз взбейте. Желтки соедините с оставшимся сахаром, взбивайте миксером 2 минуты, пока масса не посветлеет и не станет однородной.
- 2 Добавьте к желткам растительное масло, выложите взбитые белки и высыпьте муку, соединенную с разрыхлителем для теста. Аккуратно перемешайте ложкой.
- 3 Емкость мультиварки смажьте растительным маслом (дно и стенки высотой примерно 5 см), посыпьте мукой. Выложите тесто, готовьте в режиме «Выпечка» 50 минут. Достаньте бисквит и остудите. Разрежьте на два коржа.
- 4 Клубнику измельчите при помощи блендера, добавьте сахар и перемешивайте до его растворения.
- 5 Желатин залейте 30–50 мл воды и дайте ему набухнуть. Нагрейте до растворения кристалликов, но до кипения не доводите. Соедините с клубничным пюре и хорошенько перемешайте.
- 6 Охлажденные сливки взбейте миксером в густую массу. Постепенно по ложке добавляйте в них клубничное пюре, перемешивая ложкой сверху вниз.
- 7 В разъемную форму для выпечки положите один бисквитный корж, выложите клубничное суфле и сверху положите второй корж.
- 8 Для верхнего покрытия торта взбейте 100 мл сливок с сахарной пудрой до жестких пиков, выложите сверху на торт. Уберите его в холодильник до полного застывания. Затем снимите бока у формы, разрежьте торт на кусочки.



Шоколадный торт

Ингредиенты:

Для коржей

2 ст. л. порошка какао
50 мл растительного масла
150 мл молока
100 мл крутого кипятка
1,5 стакана муки
1 стакан сахара
1 яйцо
1 ст. л. разрыхлителя для теста
1/2 ч. л. соды

Для крема

250 г сливочного сыра
«Маскарпоне»
250 г сметаны жирностью не менее 25%
1 стакан сахара
1 ст. л. растительного масла для смазывания емкости мультиварки
1 ст. л. муки для присыпания емкости мультиварки
1 ст. л. какао для посыпания верха торта

Приготовление:

- 1 При помощи миксера взбейте яйцо в пену. Добавьте растительное масло и слегка взбейте.
- 2 Муку соедините с какао, сахаром, содой, разрыхлителем, перемешайте.
- 3 В яично-масляную смесь добавьте молоко, перемешайте ложкой и высыпьте сухую смесь. Размешайте тесто ложкой до однородного состояния. Добавьте в тесто крутой кипяток и быстро взбейте миксером.
- 4 Емкость мультиварки смажьте растительным маслом и присыпьте мукой, выложите шоколадное тесто. Выпекайте в режиме «Выпечка» 50 минут. Извлеките корж из емкости, остудите и разрежьте на три части.
- 5 Для крема взбейте «Маскарпоне» со сметаной и сахарной пудрой до однородной массы. Смажьте коржи кремом, укладывая их друг на друга. Остатками крема украсьте верх торта и посыпьте его порошком какао.
- 6 Уберите торт в холодильник на пару часов и подавайте на стол к чаю.



Шоколадные брауни с черникой

Ингредиенты:

200 г горького шоколада
(содержание какао не менее 78%)
200 г сливочного масла комнатной температуры
250 г сахара
3 яйца
110 г муки

150 г черники
1 ст. л. растительного масла
для смазывания емкости
мультиварки
1 ст. л. муки для присыпания
емкости мультиварки

Приготовление:

- 1 Размягченное сливочное масло взбейте миксером с сахаром в гладкую массу.
- 2 Продолжая взбивать, добавьте по одному яйца.
- 3 Влейте растопленный шоколад, взбивая тесто миксером.
- 4 Добавьте муку, тщательно перемешайте ложкой.
- 5 Промытую и обсушенную чернику добавьте в шоколадную массу, аккуратно перемешайте.
- 6 Емкость мультиварки смажьте растительным маслом и присыпьте мукой, выложите тесто. Готовьте в режиме «Выпечка» в течение 60 минут.
- 7 Слегка остудите брауни в мультиварке, затем выложите на блюдо, нарежьте на кусочки.
- 8 Вкусно и просто так, и с шариком подтаявшего сливочного мороженого.



Кулич Пасхальный

Ингредиенты:

8 г сухих дрожжей
100 мл молока
1/2 ч. л. соли
1 стакан сахара
100 г размягченного сливочного масла
3 ст. л. растительного масла
3 яйца
450–500 г муки
150 г кураги
ванильный сахар

1/2 ч. л. шафрана

Для белковой глазури:

1 белок
100 г сахарной пудры
1 ч. л. лимонного сока
миндальные хлопья для украшения
3 ст. л. растительного масла
для смазывания емкости
мультиварки

Приготовление:

- 1 Слегка подогрейте молоко и растворите в нем дрожжи. Добавьте 1 ст. л. сахара и 2 ст. л. муки, перемешайте и дайте опаре постоять 15–20 минут.
- 2 Курагу нарежьте и залейте кипятком, накройте крышкой и оставьте на час.
- 3 Белки отделите от желтков, взбейте с половиной сахара до белой пышной массы. Желтки тоже взбейте с оставшимся сахаром (пока масса не станет более светлой).
- 4 В опару добавьте соль, ванильный сахар, шафран, взбитые желтки, размягченное сливочное масло. Аккуратно перемешивая, введите белковую массу. Постепенно всыпая муку, замесите мягкое тесто. Оно должно быть не крутым. Положите в смазанную маслом миску, накройте льняным полотенцем и поставьте в теплое место на 2 часа.
- 5 Курагу обсушите, добавьте в подошедшее тесто и хорошенько вымесите.
- 6 Емкость мультиварки смажьте растительным маслом, выложите в нее тесто. Оставьте подходить в режиме «Подогрев» 30 минут.
- 7 Выпекайте кулич в режиме «Выпечка» 1,5 часа. Слегка остудите в мультиварке, затем достаньте и остудите на решетке.
- 8 Взбейте охлажденный белок при помощи миксера. Продолжая взбивать, добавьте щепотку соли и постепенно высыпьте сахарную пудру. В конце добавьте лимонный сок. Смажьте глазурью кулич, украсьте по желанию. Светлой Пасхи!



Яблоки, фаршированные малиной и орехами

Ингредиенты:

2 зеленых яблока средней
величины «Гренни Смит»
2 ст. л. сахара (лучше брать
по вкусу)

70 г замороженной или свежей
малины
30 г орехов (миндаль, фундук
или грецкие)

Приготовление:

- 1 Яблоки вымойте, обсушите и срежьте верхнюю часть.
- 2 Удалите сердцевинку, накройте верхними «крышечками» и поставьте в емкость мультиварки. Налейте на дно немного воды (примерно 150 мл), выберите режим «Запекание» и готовьте в течение 20 минут.
- 3 Орехи измельчите, соедините их с малиной и положите полученную начинку в яблоки, сверху посыпьте сахаром, снова накройте «крышечками» и готовьте в том же режиме еще 7 минут.
- 4 Горячие запеченные яблоки подавайте на стол в качестве десерта.



Алфавитный указатель

| | |
|---|-----|
| Баклажанные веера | 14 |
| Баклажаны острые с имбирем | 40 |
| Бисквитный торт с клубничным суфле | 114 |
| Брокколи в соусе | 42 |
| Говядина с яблоками | 80 |
| Груши из картошки | 44 |
| Закуска из кальмаров | 12 |
| Закуска из языка с сыром | 8 |
| Закуска с печенкой | 16 |
| Заливное из рыбы | 20 |
| Картофельные крокеты с грибами | 50 |
| Классический плов | 88 |
| Котлеты из курицы с кабачком | 66 |
| Котлеты с сухофруктами | 74 |
| Кулич Пасхальный | 120 |
| Куриное филе с начинкой из шпината и моцареллы | 68 |
| Куриные голени, тушеные с грибами в сливочном соусе | 58 |
| Куриные крылышки в кляре с кокосом | 60 |
| Куриные тефтельки с рисом «Ежики» | 62 |
| Куриный рулет | 10 |
| Медовый торт с грецкими орехами | 112 |
| Мясные мешочки с грибами и сыром | 82 |
| Овощной салат с крабовыми палочками | 32 |
| Острая скумбрия с перцем и чесноком | 104 |
| Печеночный паштет | 18 |
| Пирог с маком | 108 |
| Пирог со сливой «Воздушный» | 110 |
| Плов с морепродуктами | 94 |
| Плов с сухофруктами | 54 |
| Рис с курицей в томатном соке | 64 |

| | |
|---|-----|
| Рулетики из теста с мясом | 78 |
| Рыба под маринадом | 100 |
| Рыба с брокколи | 92 |
| Рыбные биточки с грибами и сыром | 98 |
| Рыбный салат | 34 |
| Салат «Вечерний» | 36 |
| Салат «Гирос» с жареной курицей | 24 |
| Салат с кальмарами и зеленым горошком | 28 |
| Салат с языком и стручковой фасолью | 26 |
| Свинина, тушенная со стручковой фасолью | 84 |
| Семга с овощами | 96 |
| Слоенный салат с говядиной и помидорами черри | 30 |
| Стручковая фасоль в томатном соусе | 48 |
| Тефтели в горчично-сметанном соусе | 76 |
| Треска в укропном соусе | 102 |
| Фаршированные кабачки | 86 |
| Фаршированные куриные бедрашки | 70 |
| Чечевица с овощами | 46 |
| Шампиньоны «Шляпки» фаршированные | 52 |
| Шоколадные брауни с черникой | 118 |
| Шоколадный торт | 116 |
| Яблоки, фаршированные малиной и орехами | 122 |

Наталья Чаботько

Праздничные рецепты в мультиварке

Серия «Мини Cook»

| | |
|----------------------|----------------------|
| Заведующая редакцией | <i>В. Мальшикина</i> |
| Руководитель проекта | <i>Е. Неволайнен</i> |
| Ведущий редактор | <i>Л. Неволайнен</i> |
| Обложка | <i>Л. Адуевская</i> |
| Верстка | <i>М. Жданова</i> |
| Корректор | <i>М. Одинокова</i> |

ББК 36.997

УДК 641.568

Наталья Чаботько

Ч-12 Праздничные рецепты в мультиварке. — СПб.: Питер, 2014. — 128 с.: ил. — (Серия «Мини Cook»).

ISBN 978-5-496-00878-5

Надоело готовить одни и те же блюда на каждый праздник? Хочется угостить друзей не только вкусными, но и полезными кушаньями, да так, чтобы не проводить полдня на кухне? Оригинальные авторские рецепты блюд, приготовленных в мультиварке, сэкономят вам время, чтобы вы могли посвятить его свои гостям, а необычные и полезные праздничные блюда покорят их сердца!

Наталья Чаботько — прекрасный кулинар, вот уже 5 лет ведущая кулинарного блога zefira.net, любящая Жена, а теперь и счастливая Мама.

12+ (Для детей старше 12 лет. В соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ.)

ISBN 978-5-496-00878-5

© Чаботько Н., иллюстрации, 2014
© ООО Издательство «Питер», 2014

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ООО «Питер Пресс», 192102, Санкт-Петербург, ул. Андреевская (д. Волкова), д. 3, литер А, пом. 7Н.

Налоговая льгота — общероссийский классификатор продукции ОК 005-93, том 2; 95 3005 — литература учебная.

Подписано в печать 09.10.13. Формат 70x100/16. Усл. п. л. 10,320. Тираж 7000. Заказ

Отпечатано в соответствии с предоставленными материалами в ЗАО «ИПК Парето-Принт». Тверь, www.pareto-print.ru.



**KIT
FORT**

Техника для дома

Утка с яблоками...

Рулет...

Плов...

Кекс...



Объём



Мощность
860 Вт



16 автомат.
Программ.



3D нагрев

Мультиварка Kitfort мечтает подарить вам праздник!

Прочесть про мультиварку kitfort кт-201 и заказать можнона сайте www.kitfort.ru
И по телефонам +7(499) 400-23-34, +7(812) 339-22-15