Кулинарные рецепты для мультиварки



РЕЦЕПТЫ ПО ПРИГОТОВЛЕНИЮ РАЗЛИЧНЫХ БЛЮД
ОТ ШЕФ-ПОВАРА КОМПАНИИ “VES electric”

Вы можете готовить
по собственному
рецепту!

Все рецепты, приведенные в этой книге, носят рекомендательный характер.



СОДЕРЖАНИЕ

Томатная паста с миндалем.....4
Овощи на пару.....4
Паштет из баклажанов.....5
Харчо.....5
Борщ украинский.....6
Крем-суп из шпината.....6
Солянка домашняя.....7
Шурпа (узбекская).....7
Луковый суп.....8
Свекольный крем-суп с цыпленком и овощами.....8
Кремовый суп из цыпленка.....9
Солянка с тунцом.....9
Картофель со сладким перцем.....10
Зеленая фасоль с мясом.....10
Рис с овощами.....11
Рис с кальмарами.....11
Овощи с тунцом.....11
Фаршированный красный перец 12

Картофель с колбасой.....12
Лосось с сыром.....13
Макароны с беконом.....13
Чорба (румынское блюдо).....14
Свинина с рисом и помидорами.....14
Цыпленок с пивом.....15
Котелок с мясом.....15
Жульен.....16
Котлеты.....16
Кекс.....17
Сметанный кекс.....17
Каша рисовая.....18
Каша гречневая.....18
Каша пшенная.....18
Каша гречневая молочная.....19
Каша пшеничная молочная.....19
Каша рисовая молочная.....19

КУХНЯ НА ПАРУ

Томатная паста с миндалем



Ингредиенты:
Помидор - 2шт.
Несколько капель уксуса
Оливковое масло - 6 ст.л.
Чеснок - 2 зубца
Очищенный и поджаренный миндаль - 50г
Соль

Способ приготовления:
Налейте 1 литр воды в кастрюлю.
Вымойте помидоры и сделайте небольшой надрез на кожице у их основания.
Положите помидоры и очищенный чеснок в стимер. Включите функцию ПАР на 20 минут. По истечении времени, нажав на кнопку ОТМЕНА, извлеките содержимое из стимера и дайте ему остыть. Очистите от кожуры помидоры и порежьте их кусочками. Добавьте оливковое масло, уксус, перемешайте. Добавьте миндаль (в виде кусочков или цельных орехов). Для того, чтобы паста стала более густой, после того, как она остынет, ее можно поместить в холодильник. Получившуюся пасту можно намазывать на хлеб или использовать в качестве приправы к мясу.

Овощи на пару



Ингредиенты:
Оливковое масло
Морковь средняя - 2 шт.
Картофель мелкий - 4 шт.
Кабачок мелкий - 1 шт.
Цветная капуста - 4-6 соцветий
Брокколи - 4 соцветия
Зеленые побеги спаржи - 8шт.
Репа средняя - 1 шт.
Соль по вкусу

Способ приготовления:
Вымойте тщательно все овощи. Почистите морковь, картофель и репку. В кастрюлю мультиварки налейте воды. Разложите все овощи в стимере, не допуская их перемешивания друг с другом и поместите стимер в кастрюлю.
Посыпьте блюдо несколькими щепотками соли. Выберите функцию ПАР. По мере готовности каждого из ингредиентов, снимайте его со стимера. После окончания процесса приготовления блюда, положите все овощи снова в стимер, чтобы подогреть их, и подавайте их в тарелках в разных сочетаниях. По желанию вы можете полить блюдо оливковым маслом.

Паштет из баклажанов



Ингредиенты:
Баклажаны - 2 шт.
1/2 лимона
Чеснок - 2 зубца
Соль и черный перец по вкусу
Оливковое масло - 200 мл
Вода - 1 л

Способ приготовления:
В кастрюлю мультиварки налейте воду, установите стимер. Вымойте баклажаны, и, не очищая их, положите в стимер.
Установите программу ПАР на 40 минут. По истечении программы дайте баклажанам остыть, разрежьте их пополам и выскребите всю мякоть. Измельчите мякоть в чоппере вместе с чесноком (для размягчения последнего, его можно в течение нескольких минут отварить на пару). Положите получившееся пюре в большую миску, добавьте соль по вкусу и понемногу добавляйте масла, сначала по капле, а затем тонкой струйкой. Массу необходимо помешивать. Когда масса достигнет требуемого состояния, приправьте ее перцем и налейте лимонного сока. Подается холодным с гренками.

КРЕМОВЫЕ И ОБЫЧНЫЕ СУПЫ

Харчо



Ингредиенты:
Баранина - 500 г
Рис круглозерный - 2 ст.л.
Лук репчатый - 2 шт.
Томатная паста - 2 ст.л.
Слива - 4 шт.
Вода - 1,5 л
Зелень, соль, молотый черн. перец, лавровый лист (2 шт.)
Приправа «Хмели-сунели» - 1 ч.л.
Растительное масло - 4 ст.л.

Способ приготовления:
Мясо порезать кубиками 2*2 см. Лук мелко нашинковать.
В кастрюлю налить масло, выставить функцию ЖАРКА и жарить лук до золотистого цвета. Добавить томатную пасту, хмели-сунели, молотый перец и жарить 5-7 минут. Отключить прибор. Выложить зажарку в отдельную посуду. Кастрюлю не полоскать. Налить воды и положить мясо. Выбрать программу СУП на 60 минут. По окончании программы добавить промытый рис, соль, лавровый лист, перец. Выбрать программу СУП на 30 минут, варить до готовности мяса и риса. Попробовать. В суп опустить зажарку и сливы и варить еще 25 минут на программе СУП. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью.

Борщ украинский



Ингредиенты:
Мясо (свинина либо говядина) - 200-300 г
Свекла - 3 шт. (среднего размера)
Капуста - 150 г
Картофель - 3 клубня (среднего размера)
Морковь - 1 шт. (большая)
Корень петрушки -1 шт.
Лук репчатый - 1 шт.
Перец сладкий - 1 шт.
Чеснок - 2 зубчика
Томатная паста - 2 ст.л.
Шпик - 20 г
Растительное масло - 4 ст.л
Сахарный песок - 1 ст. л.
3% уксус - 1 ст.л.
Вода для тушения - 160 мл
Вода для бульона - 1,5 л
Соль
Черный перец
Зелень - 10 г

Способ приготовления:
Предварительно подготовьте продукты для борща:
Мясо порезать кубиками размером 2*2 см, морковь, свеклу и перец нарезать соломкой, лук и корень петрушки мелко порубить, капусту тонко нашинковать. Картофель нарезать дольками или брусочками. В кастрюлю налить масло, выставить функцию ЖАРКА и жарить лук и корень петрушки 5 минут, затем добавить морковь, перец и свеклу. Жарить 5 минут. Добавить мясо и жарить 10 минут. Нажать на СТОП. Выбрать программу ТУШЕНИЕ на 50 минут. Добавить томатную пасту, 160 мл воды, уксус и сахар, помешать, закрыть крышку и тушить. По истечении этого времени добавить капусту, картофель, воду (1,5л), соль, перец. Выбрать программу СУП на 50 минут. Шпик, чеснок и зелень растереть вместе. По окончании программы добавить в суп, выбрать программу СУП еще на 10 минут.

Крем-суп из шпината



Ингредиенты:
Шпинат - 800 г
Молоко - 4 мерных стакана
Сливочное масло - 50 г
Мука - 1/2 мерного стакана
Черный перец
Мускатный орех, соль

Способ приготовления:
Положите все ингредиенты (кроме шпината) в кастрюлю, перемешайте их для предотвращения образования комочков. Добавьте рубленый шпинат и запустите программу ПАР на 20 минут. По окончании программы обработайте массу блендером.

Солянка домашняя



Ингредиенты:
Суповой набор - 800 г
Картофель - 3 клубня (среднего размера)
Огурцы соленые - 2 шт.
Лук репчатый - 2 шт. (среднего размера)
Томатная паста - 3 ст.л.
Сливочное масло - 1 ст.л.
Вода - 1,5 л
Сметана - 4 ст.л.
Соль

Способ приготовления:
Мясо промыть. Лук мелко нашинковать, картофель нарезать ломтиками или кубиками. Огурцы порезать соломкой. В кастрюлю налить воды и сварить суповой набор на программе СУП. По окончании программы добавить картофель и варить на программе СУП 40 минут, затем добавить остальные продукты и варить еще 30 минут.

Шурпа (узбекская)



Ингредиенты:
Баранина (лопатка) - 400-500 г
Картофель - 3 клубня (среднего размера)
Морковь - 1 шт. (большая)
Перец сладкий - 1 шт. (среднего размера)
Помидоры - 1 шт. (среднего размера)
Петрушка (сущеная) - 1 ч.л.
Укроп (сущеный) - 1 ч.л.
Лук репчатый - 1 шт.
Вода - 1,7 л.
Соль
Черный перец (молотый)

Примечание: сушеную зелень можно заменить свежей

Способ приготовления:
Мясо промыть. Морковь, лук, перец и картофель очистить. Все овощи разрезать на 8 частей. В кастрюлю налить воды, положить мясо и выставить программу СУП. Варить 50 минут, затем заложить остальные ингредиенты и готовить до окончания программы.

Луковый суп



Ингредиенты:
Оливковое масло - 4 ст.л.
Хлеб белый - 100 г
Мясной бульон - 1.5 л
Сыр тертый - 150 г
Репчатый лук - 1 кг
Молотый черный перец - 15 г
Мука - 1 ст.л.
Соль по вкусу
Сливочное масло - 80 г

Способ приготовления:
Нарежьте лук кольцами.
Положите в кастрюлю все ингредиенты. Выберите программу ПАР, установите время приготовления 30 минут. Добавьте соль и перец по вкусу.
Для украшения блюда можно поджарить несколько кусочков хлеба. Для этого налейте 2 ст.л. оливкового масла в кастрюлю и поджарьте хлеб на функции ЖАРКА.

Свекольный крем-суп с цыпленком и овощами



Ингредиенты:
Свекла - 100 г
Цветная капуста - 300 г
Морковь - 150 г
Кабачок - 300 г
Филе цыпленка, разрезанного на кусочки - 200 г
Соль по вкусу
Белое вино - 100 мл
Растительное масло - 2 ст.л.
Горячая вода - 500 мл

Способ приготовления:
Порежьте овощи на маленькие кусочки.
Положите все ингредиенты в кастрюлю.
Выберите программу СУП на 1 час 30 мин.
По окончании приготовления пропустите образовавшуюся массу через блендер. Блюдо готово.

Кремовый суп из цыпленка



Ингредиенты:
Грудка цыпленка - 1 шт.
Морковь средних размеров - 1 шт.
Лук-порей - 1 шт.
Соль
Мука - 1 ч.л.
Вода - 1 л

Способ приготовления:
Налейте воду в кастрюлю и поместите туда куриную грудку и нарезанные кусочками овощи.
Установите программу ТУШЕНИЕ на 60 минут.
По окончании функции слейте бульон через сито в другую емкость, а курицу с овощами отложите для остывания.
Порежьте куриную грудку на кусочки.
Вымойте кастрюлю мультиварки, протрите насухо. Налейте в нее растительное масло и поджарьте муку на функции ЖАРКА, добавьте несколько ложек бульона, перемешивая для растворения муки.
Перелейте бульон в кастрюлю мультиварки, добавьте порезанную куриную грудку, доведите до кипения на функции ПАР.
Подавайте горячим.

Солянка с тунцом



Ингредиенты:
Кабачок средних размеров - 3 шт.
Зеленый или красный перец - 3 шт.
Лук репчатый - 1 шт.
Помидоры - 200 г
Тунец - 3 банки (по 80 г каждая)
Оливковое масло
Соль

Способ приготовления:
Почистите кабачки, перец, лук и порежьте их аккуратными кружочками.
Измельчите тунца вилкой. Положите все ингредиенты в кастрюлю.
Включите программу ВЫПЕЧКА на 25 минут.
Блюдо необходимо помешивать.
Готовое блюдо посыпьте зеленью.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Картофель со сладким перцем



Ингредиенты:
Картофель - 1 кг
Чеснок - 3 зубца
Растительное масло - 1/2 мерного стакана
Сладкий перец - 3 шт.
Соль по вкусу

Способ приготовления:
Налейте растительное масло в кастрюлю мультиварки. Положите в нее измельченный чеснок, перец, порезанный полосками, и картофель, нарезанный кружочками. Посолите по вкусу.
Включите программу ЖАРКА (на 25 минут). Помешивайте еду.

Зеленая фасоль с мясом



Ингредиенты:
Оливковое масло - 2 ст.л.
Телятина, нарезанная кубиками - 250 г
Морковь, нарезанная толстыми ломтиками - 4 шт.
Кочан цветной капусты, разделенный на веточки
Капуста-брокколи - 300 г
Картофель, нарезанный кубиками - 2 шт.
Зеленая фасоль - 200 г
Тыква (очищенная от семечек и кожуры, нарезанная кубиками) - 200 г
Овощной бульон - 2 мерных стакана
Веточка тимьяна
Измельченная петрушка - 1 пучок

Способ приготовления:
Налейте в кастрюлю масло, положите туда мясо, морковь, цветную капусту, брокколи, зеленую фасоль, тыкву и петрушку.
Установите программу ТУШЕНИЕ.
Через 30 минут откройте крышку мультиварки и добавьте картофель, бульон, тимьян, соль и перец. Подождите завершения программы.

Рис с овощами



Ингредиенты:
Рис длиннозерный - 1 мерный стакан
Чеснок - 2 зубца
Овощи по вкусу, любой набор - 1/2 кг
Оливковое масло - 50 мл
Лавровый лист - 2 шт.
Вода - 2 мерных стакана
Овощной бульон - 1 кубик
Соль по вкусу.

Способ приготовления:
Положите все ингредиенты в кастрюлю.
Выберите функцию ПЛОВ на 25 минут.

Рис с кальмарами



Ингредиенты:
Красный перец - 40 г
Помидоры - 100 г
Чеснок - 2 зубца
Кольца кальмара - 150 г
Рис белый круглозерный - 150 г
Рыбный бульон - 300 мл
Растительное масло - 3 ст.л.
Лук репчатый - 1 шт.
Артишоки - 100 г

Способ приготовления:
Репчатый лук мелко нарезать. Перец нарезать дольками, чеснок измельчить, помидоры порезать на 4 части. Налейте масло в кастрюлю. Поместите туда красный перец, помидоры, чеснок, лук и артишоки. Выберите функцию ЖАРКА. Жарьте 10-15 минут. После этого добавьте кольца кальмара, рис, рыбный бульон. Включите функцию ПАР на 20 минут.

Овощи с тунцом



Ингредиенты:
Замороженные овощи - 1 кг
Ввода - 50 мл
Тунец в маринаде - 3 банки
Соль
Растительное масло - 2 ст.л.

Способ приготовления:
Разморозьте овощи.
Поместите все ингредиенты в кастрюлю.
Включите программу ТУШЕНИЕ 40 минут.

Фаршированный красный перец



Ингредиенты:
Красный перец - 4 шт.
Белое вино - 1 мерный стакан
Мясной фарш - 500 г
Ветчина или бекон - 100 г
Растительное масло - 4 ст.л.
Белый перец по вкусу
Соль

Способ приготовления:
Вымойте перцы, удалите хвостики, сердцевину и семена.
Фарш посолите, поперчите и смешайте его с ветчиной.
Заполните перцы получившейся смесью и поместите их в кастрюлю открытой частью вверх.
Полейте перцы растительным маслом и белым вином.
Включите программу ВЫПЕЧКА (40 минут).

Картофель с колбасой



Ингредиенты:
Картофель - 800 г
Свиная копченая колбаса - 200 г
Шпик - 50 г
Лук репчатый - 200 г
Перец - 1 ч.л.
Чеснок - 2 зубца
Порошок паприки - 2 ч.л.
Соль
Вода - 3 мерных стакана

Способ приготовления:
Нарезать картофель кубиками, колбасу - толстыми ломтиками.
Поместите все ингредиенты в кастрюлю
Запустите программу ТУШЕНИЕ (1 час 30 минут).

Лосось с сыром



Ингредиенты:
Лосось - 500 г
Помидоры - 2 шт. (средний размер)
Молотый черный перец - щепотка
Растительное масло - 4 ст.л.
Соль
Сыр - 5 ломтиков
Майоран

Способ приготовления:
Лосось промыть, обсушить полотенцем и порезать ломтиками.
Помидор порезать кружочками.
Положите в кастрюлю нарезанный кружочками помидор. Посолите и полейте растительным маслом.
Поверх него положите лосось, сыр и немного майорана.
Запустите программу СУП на 30-40 минут.

Макароны с беконом



Ингредиенты:
Макароны - 250 г
Вода - 300 мл
Помидоры - 200 г
Белое вино - 50 мл
Репчатый лук - 150 г
Бекон - 150 г
Оливковое масло - 7 ст.л.
Соль

Способ приготовления:
Помидоры порезать на дольки и пожарить в 4 ст.л. оливкового масла.
Бекон порезать на кусочки.
Положить все ингредиенты в кастрюлю и установить программу СУП на 50 минут.
Блюдо подается с вареными яйцами, предварительно порезанными на дольки.

Чорба (румынское блюдо)



Ингредиенты:
Свинина - 500 г
Яйцо - 2 шт.
Рис - 3 ст.л.
Капуста (квашеная или кислая) - 250 г
Помидоры - 2 шт (среднего размера)
Зелень петрушки
Соль
Вода - 250 мл
Овощи - 750 г: морковь - 1 шт., корень петрушки - 1 шт., кольраби - 100 г, картофель - 2 клубня, лук репчатый - 1 шт., тыква - 150 г, цветная капуста - 100 г, болгарский перец - 2 шт.

Способ приготовления:
Овощи очистить и мелко нарезать. Мясо нарезать кубиками 2*2 см.
В кастрюлю выложить мясо, овощи, кислую капусту, посолить, влить 250 мл воды и тушить на программе ТУШЕНИЕ 45 минут. В конце тушения добавить помидоры (порезанные кусочками) и подкислить капустным соком. Тушить еще 20 минут, до готовности.

Свинина с рисом и помидорами



Ингредиенты:
Свинина - 500 г
Рис - 250 г (белый длиннозерный)
Сливочное масло - 50 г
Лук репчатый - 250 г
Сладкий перец - 1 шт.
Помидоры - 500 г
Бульон - 250 мл
Соль, черный молотый перец

Способ приготовления:
Свинину нарезать кубиками 2*2 см. Помидоры обдать кипятком и очистить от кожицы, удалить сердцевину и разрезать на четыре части. В сладком перце удалить сердцевину и семена и порезать кубиками. Лук очистить и порезать крупными ломтиками.
В кастрюлю положить сливочное масло и установить программу ЖАРКА. В масле обжарить свинину, до образования коричневатой корочки, затем добавить лук и сладкий перец и обжарить 8-10 минут. Посолить и поперчить по вкусу, влить бульон, добавить помидоры и промытый рис. Установить программу СУП на 40 минут.

Цыпленок с пивом



Ингредиенты:
Цыпленок - 1 шт.
Лук репчатый - 2 шт.
Темное пиво - 330 мл
Коньяк - 1 мерный стакан
Оливковое масло - 3 ст.л.
Соль и черный молотый перец

Способ приготовления:
Цыпленка порезать на кусочки, затем приправить солью и перцем. Оставить на 30 минут. Лук очистить и порезать большими дольками.
Налить масло в кастрюлю и обжарить лук 5-7 минут на ЖАРКЕ.
Положить цыпленка, налить пиво и коньяк и запустить программу ТУШЕНИЕ 80 минут.

Котелок с мясом



Ингредиенты:
Баранина - 1 кг (нарезанная кусками)
Растительное масло
Лук репчатый - 1 шт. (измельченный)
Морковь - 2 шт. (нарезанная кружочками)
Лук-порей - 1 шт. (измельченный)
Мука - 1 ст.л.
Томатное пюре - 1/2 мерного стакана
Чеснок - 1 зубец (измельченный)
Измельченная петрушка
Горошек - 250 г
Картофель - 250 г
Соль

Способ приготовления:
Положить все ингредиенты в кастрюлю и включить программу ТУШЕНИЕ (1 час 30 минут).

Жульен



Ингредиенты:
Филе курицы - 200 г
Шампиньоны - 100 г
Мука - 2 ст. л.
Молоко- 250 мл
Тертый сыр - 2-3 ст.л.
“Магги на второе” для жульена из курицы и грибов
Растительное масло - 2-3 ст.л.

Способ приготовления:
Мелко порежьте филе и грибы . Обжарьте филе 5-7 минут на функции ЖАРКА. Добавьте грибы, выставьте ПАР на 20-25 минут, чтобы выпарить жидкость. Затем добавьте немного муки и обжарьте на ЖАРКЕ 5-10 минут. Добавьте молоко, соль, черный молотый перец и на функции ПАР проварите до загустения соуса 10-15 минут.
По окончании программы посыпьте заранее натертым сыром. Выберите функцию ВЫПЕЧКА на 10-15 минут, чтобы сыр полностью расплавился.

Котлеты



Ингредиенты:
Свинина - 1 кг
Лук - 2 шт (мелко нарезать)
Яйцо - 2 шт
Хлеб, размоченный в молоке - 2 кусочка
Соль, перец, специи - по вкусу

Способ приготовления:
Мясной фарш смешать с размоченным в молоке хлебом, луком и специями, сформировать из него котлеты, обжаривать на растительном масле с двух сторон (7-8 мин с каждой стороны) на функции ЖАРКЕ или на пару, уложив котлетки на стимер. Время приготовления на пару - 40 минут.

ВЫПЕЧКА

Кекс



Ингредиенты:
2 куриных яйца (крупных)
1 стакан (250 мл) сахара-песка
150 г маргарина (размягчить)
1,8 стакана (стакан - 250 мл) белой муки
Щепотка соли
1/2 ч. л. соды (погасить уксусом)

Способ приготовления:
Предварительно просейте муку. Мрагарин мелко нарежьте. Яйца взбить с сахаром,добавьте маргарин и хорошенько размешайте смесь. Добавьте соль, соду, и муку. Замесите тесто. Смажьте кастрюлю маслом или маргарином. Прогрейте прибор 10 минут на функции ВЫПЕЧКА. После прогрева заложите тесто и выпекайте 1 час на SK-A12F/SK-A13, 55 минут на SK-A14F/SK-A15.

Сметанный кекс



Ингредиенты:
Сливочное масло (растопленное) - 150 г
2 куриных яйца(крупных)
1,5 стакан сахарного песка (1 стакан - 250 мл)
1/2 ч.л. соды гашеной 1/2 ч.л. уксуса
2 стакана муки (1 стакан -250 мл)
200 г сметаны
Щепотка соли

Способ приготовления:
Предварительно просейте муку. Масло растопите. Яйца взбейте с сахаром, добавьте масло и хорошенько размешайте смесь. Добавьте соль, соду и муку. Замесите тесто. Смажьте кастрюлю маслом или маргарином. Прогрейте прибор 10 минут на функции ВЫПЕЧКА. После прогрева заложите тесто и выпекайте 1 час 10 минут.

КАШИ НА ВОДЕ

Каша рисовая



Ингредиенты:
1 мерный стаканчик риса круглозерного / 2 мерных стаканчика воды
Сахар, соль по вкусу

Способ приготовления:
Готовить на функции КАША - от 20 минут

Каша гречневая



Ингредиенты:
1 мерный стаканчик крупы / 2 мерных стаканчика воды
Сахар, соль по вкусу

Способ приготовления:
Готовить на функции КАША - от 20 минут

Каша пшенная



Ингредиенты:
1 мерный стаканчик крупы / 3-4 мерных стаканчика воды
Сахар, соль по вкусу

Способ приготовления:
Готовить на функции КАША - от 30 минут

КАШИ НА МОЛОКЕ

Каша гречневая



Ингредиенты:
1 мерный стаканчик крупы / 4 мерных стаканчика молока
Сахар, соль по вкусу

Способ приготовления:
Готовить на функции КАША - от 30 минут

Каша пшенная



Ингредиенты:
1 мерный стаканчик крупы / 5 мерных стаканчиков молока
Сахар, соль по вкусу

Способ приготовления:
Готовить на функции КАША - от 40 минут

Каша рисовая



Ингредиенты:
1 мерный стаканчик риса круглозерного / 4 мерных стаканчика молока
Сахар, соль по вкусу

Способ приготовления:
Готовить на функции КАША - от 30 минут

ЗАМЕТКА: ПРИ УВЕЛИЧЕНИИ КОЛИЧЕСТВА ПРОДУКТА УВЕЛИЧИВАЙТЕ ВРЕМЯ ГОТОВКИ