

А. А. СИНЕЛЬНИКОВА

162 РЕЦЕПТА

**ЗАГОТОВОК
ИЗ МУЛЬТИВАРКИ**



- Вкусно, быстро, изысканно
- Сохраняются все полезные вещества
- Без жира, но сытно

**Еда,
которая
лечит!**

А. А. Синельникова
162 рецепта заготовок из мультиварки
Серия «Еда, которая лечит»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=10697519
162 рецепта заготовок из мультиварки. / Синельникова А. А.: Вектор; Вектор; 2014
ISBN 978-5-9684-2320-7

Аннотация

Благодаря мультиварке в наше время можно законсервировать как можно больше летне-осенних витаминов с минимальными трудозатратами. Заготовки в мультиварках практически не отличаются от традиционных по вкусу. Мультиварку можно использовать и для стерилизации банок и крышек для закрутки, кроме того, это электронное чудо может консервировать, не требуя постоянного присутствия на кухне человека, не отнимая время и силы; ничего не подгорит, не «убежит», не лишится полезных элементов в процессе приготовления; используя мультиварку, можно готовить самые разнообразные, насыщенные витаминами и полезными веществами заготовки.

В данной книге приведены 162 рецепта вкусных и полезных заготовок с нежным вкусом: компоты, из фруктов и ягод, мясных, овощных. Все рецепты заготовок рассчитаны как на мультиварки определенной серии, так и на любую из предлагаемых производителями моделей.

Адресована широкому кругу читателей.

Содержание

Введение	5
Рецепты заготовок	7
Рецепты приготовления заготовок из фруктов и ягод	7
Конец ознакомительного фрагмента.	16

А. А. Синельникова

162 рецепта заготовок из мультиварки

«Ты – то, что ты ешь» – название популярного британского телешоу (You are what you eat) – стало непреложной истиной. Ни для кого давно не секрет, что наше питание определяет состояние нашего здоровья. Чаще всего мы задумываемся об этом, когда болезнь уже дала о себе знать... Но заняться здоровьем никогда не поздно. И в этом неоценимую помощь окажут наши книги серии «Еда, которая лечит».



НАШИ КНИГИ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ЛУЧШЕ!

В оформлении обложки использовано фото
© Depositphotos.com/doroshin, © Depositphotos.com/erierika, © Depositphotos.com/studioM, © Depositphotos.com/belchonock, © Depositphotos.com/Guzel

Рекомендовано читателям старше 12 лет.

Данная книга не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

Введение



Кто не помнит традиционных авралов осенью, когда шла «битва за спасение урожая»: закатки, закрутки на зиму. Времена изменились, и теперь круглый год много разнообразных овощей и фруктов на прилавках магазинов, однако желание видеть в своем зимнем меню собственные соленья-варенья не пропало. Как же совместить бурный ритм сегодняшней жизни, стремление законсервировать как можно больше летне-осенних свежих продуктов и нежелание сопровождающей все заготовки жары и парилки на кухне? Современные технологии позволяют готовить продукты с минимальными трудозатратами благодаря мультиваркам.

Существует большое количество мультиварок от различных производителей. Каждый тип мультиварки имеет собственные режимы готовки, которые подбираются при консервации продуктов. Чаще всего используются режимы, при которых продукты увариваются до необходимой консистенции. При этом они не перевариваются, не пригорают и не прилипают ко дну посуды, как это часто происходит во время готовки на плите в традиционной посуде. Кроме того, весь процесс проходит в условиях отсутствия пара и запахов. Тем, кто хоть раз готовил густые соусы, некоторые виды варенья, известно, как они в процессе варки нередко брызгаются горячими каплями, пачкая плиту. При готовке в мультиварке этого можно избежать, и оставить чистым пространство на кухне: достаточно периодически снимать паровой клапан, и выпускать горячий воздух из чаши.

Для создания заготовок используются режимы: «Тушение», «Варка на пару», «Подогрев», «Варка», «Суп», «Гречка», присутствующие практически в любой мультиварке. При режиме «Томление» продукт готовится медленно и равномерно при определенной температуре. Очень хорош этот режим для приготовления соусов. Можно вместо томления применить режим «Тушение» – он будет хорошей заменой длительной варке на плите. «Тушение» можно использовать и вместо обжарки. Во многих мультиварках есть режим «Гречка»: обычно он используется для приготовления каши из разных круп, а при создании продуктов длительного хранения благодаря этой программе выпаривается лишняя жидкость, овощи и фрукты увариваются до нужной консистенции. «Варка на пару» и «Подогрев» могут заменять друг друга. Эти режимы обычно применяют на последнем этапе готовки, когда к продукту добавляют уксус, лимонный сок, другие приправы.

И не стоит беспокоиться по поводу качества готового продукта: заготовки в мультиварках практически не отличаются от традиционных по вкусу. Иногда считают, что для производства заготовок не подходит тонкое тефлоновое покрытие чаши мультиварки. Однако все сомнения можно разрешить, если некоторые этапы проводить с применением другой посуды: например, если готовятся обжаренные продукты, то для жарки используется казан или сковорода, а прежде, чем начать варить варенье, фрукты засыпают сахаром и дают посто-

ять, чтобы сахар растворился. Пюрирование тоже можно производить вне чаши, в отдельной посуде. Кроме того, некоторые серии снабжены блендерами с пластиковой насадкой, которая щадит и сохраняет покрытие.

Мультиварки можно использовать и для стерилизации банок и крышек для закрутки. Конечно, в них не поместятся большие банки, но зато можно будет избежать длительной процедуры нагрева воды в баках, жара и пара от кипящей воды. Для стерилизации берут небольшие банки, моют. В емкость мультиварки для варки на пару наливают немного воды, закрывают крышкой, включают режим «Варка на пару». В момент закипания воды крышку открывают, ставят вверх дном подготовленные вымытые банки. Через несколько минут банки вынимают, ставят вверх дном на чистое полотенце и загружают следующую партию банок. При стерилизации пол-литровых банок режим включают на 15 мин, при подготовке литровой посуды – 20 мин.

В этой книге мы предлагаем самые разнообразные рецепты вкусных и полезных заготовок с нежным вкусом, которые можно готовить в мультиварках – как определенной серии, так и в любой из предлагаемых производителями моделей. Надеемся, что вы останетесь довольны результатом.



Рецепты заготовок

Рецепты приготовления заготовок из фруктов и ягод

При готовке варенья в мультиварке учитывают, что максимальная вместимость мультиварочной чаши составляет 6 л, поэтому не получится много варенья за одну варку. Кроме того, вываривание в мультиварке происходит медленнее, это влияет на консистенцию готового варенья, которая может отличаться от варенья, приготовленного на плите. Для того чтобы готовить варенье в мультиварке, используют режимы, позволяющие продукту медленно томиться: «Тушение» или «Суп» – в зависимости от модели прибора.

При варке варенья в мультиварке чашу заполняют не более чем на треть, иначе варенье «убежит». Варенье варят небольшими порциями. Готового варенья должно получиться не более 25% от объема чаши мультиварки. Во время готовки снимают пену, помешивают варенье. Паровой клапан нужно заранее снять, чтобы быстрее выпаривалась влага. Для того чтобы варенье не «заиграло», стерилизуют банки, либо нужно добавлять больше сахара.

Предлагаем рецепты для приготовления варенья в мультиварках определенных моделей.

Клубничное варенье (мультиварка Polaris с функцией «Мультиповар»). 1 кг клубники, 1,2 кг сахара. *Время приготовления: 40 мин.*

Ягоды перебирают, удаляют плодоножки. Кладут клубнику в дуршлаг и промывают, несколько раз опустив в большую емкость с водой и давая стечь всей воде. Затем выкладывают ягоды в чашу мультиварки, засыпают сахаром и ставят в прохладное место на 8–10 ч. На следующий день включают режим «Мультиповар», устанавливают температуру 160°C, и доводят варенье до кипения, снимая пенку. Варят 30 мин. Горячее варенье переливают в стерилизованные банки, закрывают и ставят на хранение в прохладное темное место.

Персиковое варенье с апельсинами (мультиварка Polaris PMC 0517AD). Режим «Десерт». 1,5 кг персиков, 6 маленьких апельсинов, 1,3 кг сахара, 100 мл воды. *Время приготовления: 1 ч 50 мин.*

Подготавливают мультиварку и ингредиенты. Персики ошпаривают крутым кипятком, снимают кожицу. Разрезают плоды пополам и удаляют косточки. Апельсины очищают от кожуры и косточек. Нарезают фрукты маленькими кусочками. Вливают в мультиварку воду, добавляют сахар и фрукты. Готовят в режиме «Десерт» 1,5 ч. Горячее варенье раскладывают по стерилизованным банкам. Опускают банки с вареньем в кипящую воду на 5 мин, затем герметично закрывают и ставят вверх дном до полного остывания. Хранят в холодильнике.

Сливовый джем (мультиварка Brand 502). 1,5 кг слив, 5 стаканов сахара, 1 стакан воды. *Время приготовления: 40 мин.*

Спелые сливы промывают в проточной воде, делают надрез острым ножом вдоль бороздки и достают косточки. Выкладывают подготовленные сливы в чашу мультиварки, добавляют стакан воды и устанавливают режим «Варка на пару» или любой другой, поддерживающий температуру в 100°C и выше. Уже спустя 10 мин варки при открытой крышке сливы станут мягкими, кожица полопается, тогда всыпают нужное количество сахара, перемешивают и устанавливают режим «Выпечка», при этом крышку мультиварки все время держат открытой. Далее варят джем при высокой температуре до готовности, не забывая помешивать его силиконовой лопаткой и при необходимости ложкой снимать пену. Увари-

вают джем 25–30 мин, до тех пор, пока капля не перестанет растекаться на холодном блюде. Немного остудив, распределяют готовый джем по стерилизованным банкам и закрывают прокипяченными крышками.

Вишневый соус (мультиварка Redmond– M70). 100 г вишни замороженной, 100 г сахара.

В термостойкую посуду кладут замороженную вишню. Засыпают сахаром. Перемешивают. В чашу мультиварки наливают воду до нижней отметки. Посуду с вишней ставят в сито для фритюра. Крышку закрывают. Устанавливают программу «Варка на пару», время 10 мин (с момента закипания). После сигнала соус перемешивают, остужают.

Варенье из тыквы (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). 1 кг очищенной от корки и семян тыквы, 1 кг сахара, 1 апельсин, 1 ч. ложка лимонной кислоты.

Очищенную тыкву измельчают любым удобным способом – на терке, в кухонном комбайне, мясорубке. 1 апельсин измельчают вместе с кожурой в блендере. Смешивают измельченную тыкву с апельсином, засыпают сахаром, оставляют на несколько часов, чтобы растворился сахар и тыква пустила сок. Готовят варенье из тыквы в мультиварке на программе «Тушение» 2 ч. Пару раз перемешивают. Если тыква не очень сочная и в процессе приготовления кажется, что сиропа мало, добавляют немного воды. За 10 мин до окончания готовки добавляют в варенье 1 ч. ложку лимонной кислоты. Разливают варенье по стерилизованным баночкам и закатывают его на зиму.

«Золотое» варенье (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). 1 кг крупных абрикосов, 800 г сахара.

Абрикосы без косточек кладут в чашу мультиварки, засыпают сахаром. Дают постоять 1–2 ч, чтобы абрикосы пустили сок. Готовят в режиме «Выпечка» 1 ч или в режиме «Мультиповар» при 110°C – 50 мин. Затем выкладывают в стерилизованные банки.

Варенье из земляники (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). 500 г земляники, 500 г сахара (ягод и сахара можно взять больше, главное – соблюдать пропорцию 1:1).

Землянику выкладывают в чашу, пересыпают сахаром, закрывают крышку и оставляют на 8–12 ч, лучше на ночь. Утром включают режим «Пароварка» на 10 мин. Варят с закрытой крышкой, в процессе перемешивают. После сигнала нажимают «Выкл». Оставляют варенье под крышкой до полного остывания (на 8–10 ч). Еще раз включают режим «Пароварка» на 10 мин (после сигнала нужно нажать «Выкл»). Выкладывают готовое варенье в чистые банки.

Фруктовое варенье (мультиварка Redmond). 600 г плодов (абрикосы, яблоки, груши, кусочки арбуза или дыни), 300 г (или 200 г) сахара.

Сначала очищают плоды от косточек (яблоки, груши, персики, абрикосы) или нарезают кусочками (дыню или арбуз). Компоненты кладут в чашу мультиварки, сверху насыпают сахар. Можно для вкуса выжать сок лимона. Включают мультиварку на режим «Выпечка» на 1 ч. Полностью довести процесс до автоматизма не получится, ведь варенье нужно помешивать. Потом раскладывают в стерилизованные банки и убирают в кладовую.

Ягодное варенье (мультиварка Redmond). 1 кг ягод (малина, клубника, смородина и другие), 1 кг сахара.

Ягоды перебирают, удаляют листочки, веточки и подпортившиеся, после этого промывают. Засыпают в чашу мультиварки ягоды, сверху насыпают сахар. Если хочется, то ягоды

смородины можно протереть через сито или мясорубку. Тогда получится на выходе желе из ягод. Включают режим «Тушение» на 1 ч. Перемешивают варенье пару раз. Можно сразу же разлить по стерилизованным банкам, а можно дать постоять в мультиварке 1 ч при закрытой крышке, тогда оно будет еще более густое.

Нектариновое варенье (мультиварка Redmond). 2,5 кг нектаринов, 1 кг сахара, 2 пакетика желфикс (соотношение желфикса и сахара: 2 пакетика на 1 кг).

Нектарины промывают и обтирают насухо салфеткой. Разрезают пополам и вынимают косточки. Нарезают дольками и засыпают сахаром. Добавляют желфикс. Размешивают, чтобы дольки нектарина равномерно были обсыпаны сахаром. Перекладывают в чашу мультиварки. Устанавливают режим «Десерты». Варят нектарины 20 мин. В процессе варки несколько раз аккуратно помешивают и снимают пену. Примечание: если в процессе варки при закрытой крышке варенье убежит, варят варенье при открытой крышке.

Можно перед приготовлением убрать клапан на крышке мультиварки. Тогда варенье не убежит. Варенье можно варить и в режиме «Тушение».

Абрикосово-лимонное варенье (мультиварка Supra mcs-4501). 600 г спелых абрикосов, 300 г сахара, сок $\frac{1}{2}$ лимона.

Абрикосы промывают, очищают от косточек, кладут в чашу. Засыпают их сахаром, добавляют лимонный сок и ставят режим «Выпечка» на 1 ч, не забывая периодически размешивать. В подготовленные банки, которые заранее стерилизуют в мультиварке, насыпают немного измельченных абрикосовых косточек, разливают варенье, закатывают и покрывают банки тканью, остужают в перевернутом виде.

Клубнично-банановое варенье (мультиварка Panasonic¹). 0,7 кг крупной зрелой клубники, 2 банана, 0,5 кг сахара, немного воды.

Укладывают клубнику, нарезанный банан и сахарный песок в мультиварочную чашу и заливают их водой до половины чаши, чтобы варенье не пригорело. Включают режим «Тушение» примерно на 1 ч. Как только варенье будет готово, разливают его по банкам, закупоривают и переворачивают.

Бруснично-лимонное варенье с гвоздикой и медом (мультиварка Panasonic sr tmh18ltw). 2 кг брусники, 1 кг сахара, 2 ст. ложки меда, 1 лимон, несколько звездочек гвоздики.

Тщательно промывают бруснику и засыпают ее в мультиварочную чашу. Сверху добавляют сладкий мед, размолотый лимон с кожурой, сахарный песок, гвоздичные горошинки. Включают режим «Варка на пару» примерно на 1 ч. Затем можно разливать варенье по банкам.

Абрикосово-персиковое варенье (мультиварка Panasonic sr tmh18ltw). 100 г половинок очищенных от косточек абрикосов, 200 г очищенных от косточек и разделенных на 4 части персиков, 200 г сахара, сок 1 лимона, для жидкого варенья – немного воды.

Тщательно промывают плоды абрикоса и удаляют все косточки. Половинки плодов абрикоса укладывают в мультиварочную чашу, добавляют сахарный песок и лимонный сок, сверху доливают немного воды до $\frac{1}{2}$ объема чаши, чтобы варенье не пригорело. Включают

¹ При варке варенья с помощью мультиварки Panasonic рекомендовано соблюдать следующие правила: рекомендуется паровой клапан снимать в процессе варки; количество готовящегося варенья должно равняться примерно четверти от общего объема мультиварки; необходимо перемешивать готовящееся варенье.

режим «Тушение» примерно на 1 ч. После окончания заданной программы не вынимают варенье, а включают специальный режим «Варка на пару» примерно на 5 мин (рекомендовано вынимать клапан). Затем раскладывают по банкам и закатывают.

Малиновое желтое варенье (мультиварка Panasonic SR TMB 18). 1 кг желтой малины, 1 кг сахарного песка.

Тщательно перебирают малину, удаляют веточки, порченные ягоды, листочки. Укладывают ягоды малины в мультиварочную чашу и засыпают сверху сахаром. Закрывают крышку и включают режим «Тушение» примерно на 1 ч. Как только заданная программа оканчивается, разливают малиновое варенье по баночкам.

Варенье из черной и красной смородины, приготовленное (мультиварка Panasonic SR TMB 18). 0,5 кг черной смородины, 0,5 кг красной смородины, 1 кг сахара.

Тщательно перебирают ягоды, убирают все веточки и листочки. Тщательно промывают ягоды. Кладут в мультиварочную чашу смородину и сверху засыпают сахарным песком. Закрывают крышку, и включают режим «Тушение» примерно на 1 ч. Время приготовления варенья можно потратить на подготовку банок – хорошо промывают их, стерилизуют над паром, а крышки кипятят. После того как заданная на мультиварке программа закончилась, разливают горячее смородиновое варенье по банкам и закручивают крышками.

Варенье из яблок и черной смородины (мультиварка Philips hd 4779 77). 300 г замороженной черной смородины, 300 г яблок, 400 г сахара, 2 ст. ложки лимонного сока.

Смородину и яблоки промывают, отделяют от плодоножек. Измельчают половину черной смородины и сахар в блендере. В чаше мультиварки соединяют пюрированные ягоды с сахаром и цельные, варят в режиме «Варка» в течение 1–2 мин. У яблок вырезают сердцевину, нарезают на дольки и замачивают в воде с добавлением лимонного сока, чтобы фрукты не потемнели. Когда ягоды немного уварятся, добавляют нарезанные яблоки, перемешивают. Продолжают варить яблоки с черной смородиной в течение 5–7 мин на том же режиме «Варка» с закрытой крышкой мультиварки, периодически помешивая. Варенье полностью разварится и приобретет насыщенный сливовый оттенок. Варенье из черной смородины в мультиварке готово. Его можно сразу же расфасовать в стерилизованные банки на зиму.

Варенье из абрикосов, лимона и миндальных орехов (мультиварка Philips hd 4779 77). 600 г абрикосов, 200 г сахара, 1/2 лимона, горсть очищенных миндальных орехов.

Предварительно нужно помыть фрукты. Далее засыпают их в мультиварку, добавляют сахар (пропорция 1:3 или 1:2). После этого вливают сок из половинки лимона, миндальные орехи и запускают мультиварку в режиме «Выпечка» на 60 мин. После этого варенье готово. Его раскладывают по стерилизованным банкам, закручивают металлическими крышками. Остужают перевернутыми вверх дном.

Желе малиновое (мультиварка Brand 37501). 1,3 кг свежей мягкой красной малины, 1,5 кг сахара, 1 пакетик желатина.

Малину промывают, удаляют листочки и плодоножки, засыпают в чашу мультиварки, сверху насыпают сахар, дают постоять, затем включают режим «Тушение» на 20 мин. После сигнала добавляют пакетик желатина, перемешивают, снова выставляют «Тушение» еще на 20 мин.

Затем горячее варенье разливают по стерилизованным банкам, закатывают металлическими крышками, остужают банки в перевернутом состоянии.

Варенье крыжовниковое красное (мультиварка Brand 37501). 1,2 кг перезрелого красного крыжовника, 1 кг сахара.

Крыжовник моют, очищают от листочков и плодоножек. Всыпают в чашу мультиварки, добавляют сахар, дают постоять, пока не появится сок. Выставляют режим «Тушение» на 30 мин. Затем мультиварку выключают и оставляют варенье на несколько часов, после снова выставляют «Тушение» на 30 мин. Процедуру повторяют еще два раза, потом раскладывают варенье по стерилизованным банкам, закатывают крышками, переворачивают и оставляют охлаждаться.

Варенье из ревеня (мультиварка Brand 37501). 1 кг стеблей ревеня, 1 кг сахара.

Стебли ревеня промывают, очищают от верхней кожицы, нарезают на кусочки длиной 1 см, выкладывают в чашу мультиварки, засыпают сахаром, дают постоять 1 ч. Затем выставляют режим «Тушение» на 40 мин. Горячее варенье разливают по стерилизованным банкам, закатывают крышкой и оставляют остывать в перевернутом виде.

Варенье можно варить в разных моделях мультиварки. Предлагаем рецепты, для которых можно использовать базовые программы. Время выбирают в зависимости от модели мультиварки и выбранного режима.

Голубичное варенье. 1 кг голубики, 1 кг сахара.

Перебирают и промывают голубику, затем дают воде стечь и перекладывают в мультиварочную чашу. Засыпают сахаром и закрывают крышку. Устанавливают режим «Тушение» на 1 ч, а пока готовится варенье в мультиварке, подготавливают банки. Для этого их стерилизуют водяным паром и кипятят крышки. После того как голубичное варенье приготовилось, переливают его в банки и закатывают крышками.

Черничное варенье. 1 кг черники, 1 кг сахара.

Перебирают, промывают чернику, очищают от листиков и плодоножки, засыпают в чашу мультиварки, добавляют сахар, дают постоять. Выставляют режим «Тушение» на 1 ч. Стерилизуют банки, в них выкладывают готовое варенье, закатывают крышками, остужают в перевернутом виде.

Варенье из моркови с лимоном. 1 кг моркови, 1 кг лимонов, 2 кг сахара.

Нарезают лимоны кружочками и удаляют зерна. Пропускают морковь и лимоны с кожурой через мясорубку, кладут в чашу мультиварки. Добавляют сахар, хорошо перемешивают и варят 40 мин, периодически помешивая. Готовое варенье раскладывают по стерилизованным банкам, закрывают металлическими крышками.

Варенье из апельсинов. 1 кг апельсинов, 1 стакан сахара, 250 г воды и немного лимонной кислоты.

Апельсины очищают от кожуры, нарезают дольками и засыпают сахаром. Оставляют фрукты на 30 мин, затем добавляют в смесь щепотку лимонной кислоты. Выкладывают в мультиварку, заливают водой. На режиме «Паровая варка» варят 20 мин под закрытой крышкой. Потом оставляют варенье в мультиварке до остывания и повторяют процесс еще два раза. Затем раскладывают его по банкам и закатывают.

Банановое варенье. 1 кг бананов, 500 г сахара.

Сначала очищают бананы от кожуры, а затем натирают не терке или нарезают небольшими кусочками. Перекладывают в мультиварочную чашку, добавляют сахар и $\frac{1}{2}$ стакана

воды. Закрывают крышку и устанавливают режим «Плов/Гречка» на 30 мин. Готовое варенье раскладывают в заранее подготовленные банки и закатывают крышками.

Варенье из яблок с грецкими орехами. 0,5 кг яблок, 50 мл воды, 100 г сахара, 1 лимон и лавровый лист, 100 г грецких орехов и 1 ст. ложка коньяка.

Яблоки нарезают на десять частей, предварительно удалив из них сердцевину. Наливают в мультиварку кипяток, кладут сахар, цедру одного лимона, сок лимона, лавровый лист и яблоки. Ставят режим «Варка» на 15 мин. Затем вынимают лавровый лист, добавляют коньяк и орехи. В режиме «Тушение» готовят варенье еще 10 мин. Потом разливают готовый продукт по стерилизованным банкам и закатывают крышками.

Повидло из боярышника и малины. 600 г боярышника, 400 г малины, 350 г сахара, 10 г желфикса, сок лимона и 400 мл воды.

Боярышник заливают 50 мл воды, варят до кипения, протирают через сито, то же самое делают и с малиной. Пюре из ягод выкладывают в мультиварку, всыпают желфикс, сахар. Доводят до кипения, затем добавляют сахар и лимонный сок, варят 5 мин. Разливают повидло по баночкам и закрывают на зиму.

Варенье из апельсинов и мандаринов. 0,5 кг апельсинов, 0,5 кг мандаринов, 1 стакан сахара, 50 мл воды, $\frac{1}{4}$ ч. ложки лимонной кислоты.

Очищенные от кожуры, косточек и белых пленок апельсины и мандарины нарезают кубиками, засыпают сахаром и оставляют на 30 мин. Перемешивают, выкладывают в чашу мультиварки, добавляют лимонную кислоту и воду, включают режим «Варка на пару» на 20 мин и готовят под закрытой крышкой. После сигнала об окончании работы режима выключают мультиварку и дают варенью полностью остыть. Затем дважды повторяют процедуру варки с последующим охлаждением, после последней варки раскладывают варенье в горячем виде по стерилизованным банкам.

Вишневый джем. 1 кг вишен, 500 г красной смородины, 1 кг сахара.

Из вишен удаляют косточки. Смородину перебирают, удаляют веточки. Ягоды измельчают при помощи блендера, перекладывают в чашу мультиварки и засыпают сахаром. Через некоторое время аккуратно перемешивают и включают режим «Тушение» на 1 ч. Крышку закрывают, паровой клапан снимают. В течение этого времени перемешивают джем 1–2 раза. После окончания работы режима перекладывают готовый джем в сухие стерилизованные банки и закатывают.

Джем из черной смородины. 750 г ягод черной смородины (можно заменить часть черной смородины красной), 900 г сахара.

Очищенные, промытые и обсушенные ягоды разминают в миске деревянной толкушкой и засыпают сахаром. Оставляют на 1 час, несколько раз перемешивают. Затем перекладывают в чашу мультиварки, снимают паровой клапан, закрывают крышку и включают режим «Суп» или «Тушение» на 30–40 мин. Чтобы джем не «выбежал» из чаши, иногда открывают крышку. Готовый джем перекладывают в банки и закатывают.

Яблочное пюре для детского питания. 1,5 кг яблок, 1 банка сгущенного молока, $\frac{1}{4}$ мультистакана воды.

Снимают с яблок кожицу, удаляют сердцевину и нарезают дольками. Складывают яблоки в чашу мультиварки, включают режим «Тушение» на 1 ч. Через 20 мин с начала

работы режима пюрируют яблоки при помощи блендера, добавляют в чашу сгущенку и хорошо перемешивают. Готовят под крышкой до окончания работы режима. Горячее пюре перекладывают в стерилизованные банки и закатывают.

Смородиновое варенье. По 1 кг сахара и смородины, сахар.

Ягоды промывают, перебирают, обсушивают, пересыпают сахаром и на ночь оставляют, после этого кладут в мультиварку, ставят режим «Тушение» и, закрыв крышку, варят 1 ч. Далее варенье разливают в стерильные банки и закатывают.

Абрикосовое варенье. 600 г крепких спелых абрикосов, 300 г сахара, сок $1/2$ лимона.

Промывают и вырезают косточки из абрикосов, выкладывают их, нарезав кусочками, в мультиварку, вливают лимонный сок и всыпают сахар, на режиме «Выпечка» готовят 1 ч помешивая. Можно сделать варенье в режиме «Тушение», но так оно получится более жидким. Готовое варенье разливают по стерилизованным банкам и закручивают.

Грушево-апельсиновое варенье. 1 кг сахара, по 0,5 кг апельсинов и груш.

Дольками нарезают вымытые груши, удалив семена. Не очищая от кожуры, нарезают вымытые апельсины кружками, затем кружки – пополам. Укладывают груши и апельсины, пересыпав сахаром, в мультиварку, включают на 90 мин режим «Тушение», сняв паровой клапан, варят варенье под крышкой, периодически помешивая (используют только идущие в комплекте лопатки). Затем раскладывают по банкам.

Бруснично-лимонное варенье. 1 кг брусники, 600 г сахара, 3–4 гвоздики, $1/2$ лимона, 1 ст. ложка меда.

Ягоду промывают, обсушивают, выкладывают в мультиварку, пересыпая сахаром, вливают мед, кладут перекрученный в мясорубке лимон (с кожурой), закрывают крышку и готовят варенье на режиме «Тушение» в течение 1 ч. После его завершения оставляют варенье в мультиварке еще на 2 ч, чтобы оно потомилось на режиме «Подогрев». Потом кладут продукт в банки и закатывают.

Варенье из слив с киви. По 1 кг сахара и слив, 5–6 киви.

Разрезают фрукты на половинки и убирают из слив косточки, кладут их в мультиварку, всыпают сахар, доводят до кипения в режиме «Выпечка», кладут нарезанный кружками очищенный киви, перемешивают, еще 5 мин варят, разливают по банкам и закатывают.

Варенье из любых ягод без сахара в режиме «Тушение».

Для этого хорошо промытые и обсушенные ягоды без плодоножек, веточек выкладывают в чашу, включают режим «Тушение» и варят, помешивая и снимая пену, не менее 1 ч (время зависит от объема ягод). Затем раскладывают варенье по стерилизованным банкам и закрывают стерильными крышками.

Фруктовые джемы в мультиварке.

Для приготовления джемов в мультиварке, как правило, используют фрукты, богатые пектином, такие как айва, кислые яблоки, слива, крыжовник и черная смородина. В отличие от варенья, джем готовят в один прием, уваривая подготовленные плоды не более получаса при высокой температуре и частом помешивании. Готовый джем можно законсервировать на зиму, закатав крышками.

Варенье из апельсинов. 1 кг апельсинов, 1 стакан сахарного песка, 250 мл воды, щепотка лимонной кислоты.

Очищенные апельсины от кожуры режим дольками и засыпают сахаром. Оставляют на 30 мин. Перемешав смесь с лимонной кислотой, выкладывают в мультиварку, доливают воду. Выбирают режим «Паровая варка», под закрытой крышкой готовят 20 мин. По окончании процесса оставляют варенье остывать в мультиварке. Повторяют процедуру еще 2 раза. В последний раз раскладывают варенье по стерилизованным банкам и закатывают крышками.

Пюре сливовое для детского питания. 1,5 кг очищенных слив, 1 банка сгущенного молока, $\frac{1}{4}$ мультистакана воды.

Кладут промытые и очищенные сливы в мультиварку, предварительно поставив режим «Тушение» на 60 мин. После первых 20 мин готовят из слив пюре с помощью блендера. Далее в чашу добавляют сгущенку, хорошо перемешивают. До окончания работы готовят все с закрытой крышкой. Затем пюре закатывают в стерилизованные банки.

Яблочное варенье с грецкими орехами. 400–500 г яблок, 50 мл воды, 100 г сахара, 1 лимон, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка коньяка, 100 г орехов.

В яблоках удаляют сердцевину, нарезают на 10 частей. Натирают лимонную цедру и выжимают сок. Кипяток наливают в мультиварку, кладут туда сахар, яблоки, цедру, сок, лавровый листок. Перемешав все, закрывают крышку и ставят режим «Тушение» на 15 мин. После вынимают лавровый листок, добавляют коньяк и орехи. Устанавливают режим «Выпечка» на 10–15 мин. Далее раскладывают по банкам.

Пюре фруктовое. Сладкие яблоки, бананы (в общей сложности 1,5 кг фруктов, их соотношение зависит от желаемого вкуса), сгущенное молоко.

Очищают яблоки от кожуры, нарезают на кусочки, удалив сердцевину специальным приспособлением. Моют фрукты, опускают в чашу мультиварки и добавляют $\frac{1}{2}$ мультистакана воды. Включают режим «Тушение» на 20 мин. Через 20 мин пюрируют фрукты блендером (не доставая из мультиварки). Добавляют 380 г сгущенного молока (1 банка). Перемешивают еще раз. Включают режим «Тушение» еще на 40 мин. Разливают горячее пюре в стерилизованные банки и закатывают.

Вишнево-смородиновый джем. 1 кг вишен, 500 г красной смородины, 1 кг сахара.

Из вишен удаляют косточки. Смородину перебирают, удаляют веточки. Ягоды измельчают при помощи блендера, перекладывают в чашу мультиварки и засыпают сахаром. Через некоторое время аккуратно перемешивают и включают режим «Тушение» на 1 ч. Крышку закрывают, паровой клапан снимают. В течение этого времени перемешивают джем 1–2 раза. После окончания работы режима перекладывают готовый джем в сухие стерилизованные банки и закатывают крышками.

Джем из черной смородины. 750 г ягод черной смородины (можно заменить часть черной смородины красной), 900 г сахара.

Очищенные, промытые и обсушенные ягоды разминают в миске деревянной толкушкой и засыпают сахаром. Оставляют на 1 ч, несколько раз перемешивают. Затем перекладывают в чашу мультиварки, снимают паровой клапан, закрывают крышку и включают режим «Суп» или «Тушение» на 30–40 мин. Чтобы джем не «выбегал» из чаши, периодически открывают крышку. Готовый джем перекладывают в банки и закатывают.

Варенье из груш с грецкими орехами. 450 г сладких груш, 50 мл воды, 85 г сахара, 1 лимон, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка коньяка, 100 г очищенных грецких орехов.

Груши промывают, нарезают на 8 частей, удалив сердцевину. С лимона снимают теркой цедру и выжимают сок. В мультиварку вливают кипящую воду, кладут яблоки, сахар, цедру и сок лимона, лавровый лист. Тщательно перемешивают, закрывают крышку и готовят в режиме «Тушение» 15 мин. Открывают крышку, вынимают лавровый лист, добавляют бренди и грецкие орехи. Вновь закрывают крышкой и готовят в режиме «Выпечка» 10 мин. Раскладывают по стерилизованным банкам, закрывают металлическими крышками.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.